



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES  
BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO DE CENTRO  
POBLADO DE QUENUAYOC –INDEPENDENCIA –  
HUARAZ- ANCASH, 2021**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORA

**TRUJILLO TICRA, MARTHA DELCY**

**ORCID ID: 0000-0003-2691-1382**

ASESORA

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

**ORCID: 0000-0002-4722-1025**

**HUARAZ- PERÚ**

**2023**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Trujillo Ticra, Martha Delcy

ORCID ID: 0000-0003-2691-1382

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,

Huaraz, Perú

### **ASESORA**

Reyna Márquez Elena Esther

ORCID: 0000-0002-4722-1025

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias De

La Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Huaraz, Perú

## **JURADOS**

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000- 0001- 8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

## **HOJA DE FIRMA DE JURADO**

Dr. Juan Hugo, Romero Acevedo

**PRESIDENTE**

Mgtr. Ana, Cerdán Vargas

**MIEMBRO**

Mgtr. Fanny Rocío, Ñique Tapia

**MIEMBRO**

Mgtr: Elena Esther, Reyna Márquez

**ASESORA**

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero expresar mi agradecimiento a Dios padre celestial, quien con su amor, sabiduría y bendición llena siempre mi vida y a toda mi familia por estar siempre presentes durante todo este proceso.

A todos los adultos del centro poblado de Quenuayoc, quienes se dieron tiempo para brindarme la información necesaria para este trabajo de investigación realizada.

A la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, la cual me brindo la oportunidad de pertenecer a su institución y brindarme sus sabios conocimientos a través de los docentes que laboran en esta prestigiosa casa de estudios, para ser parte de la sociedad.

Delcy Trujillo

## **DEDICATORIA**

A Dios por la vida y por inspirar mi espíritu para poder concluir mi tesis. A mi fiel compañero Daan A, por su compañía en todo este proceso quien con amor y cariño me brindo apoyo y consejo de seguir estudiando, gracias por ser el ejemplo de esfuerzo y valentía, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

Hago esta dedicatoria para mis padres y hermanos quienes me brindaron su apoyo incondicional y sus consejos. A mis Docentes por sus enseñanzas y paciencia, sin su ayuda de cada uno de ellos nunca hubiera podido concluir mi tesis de licenciada en enfermería. A todos ellos se los agradezco

A mis amigas por estar presente en todo este proceso y extender su mano para brindarme su apoyo en los momentos más difíciles de mi vida. Gracias a cada una de ellas desde lo más profundo de mi alma.

Delcy Trujillo

## RESUMEN

La presente tesis titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc -Independencia – Huaraz – Áncash, 2021”. La metodología de estudio fue de tipo cuantitativo, de nivel descriptivo, con diseño de doble casilla, tuvo como objetivo general: “Determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021.” Estuvo conformado por 148 adultos como muestra, por muestreo no probabilístico por conveniencia a causa de la pandemia del covid-19, a quienes se les aplicó la escala de estilo de vida y el cuestionario sobre los factores biosocioculturales del adulto, la técnica utilizada es la entrevista. Los datos fueron procesados en el programa estadístico SSPS. 25.0 y la relación de ambas variables se hizo mediante el chi cuadrado. Obteniendo los siguientes resultados y conclusiones: La mayoría cuenta con un estilo de vida no saludable, con respecto a los factores biosocioculturales se encontró que más de la mitad son de sexo femenino, edad adulto maduro, profesan la religión católica, grado de instrucción secundaria completa, ocupación ama de casa, estado civil casados y tienen un ingreso económico menor a 400 nuevos soles. Se encontró que, si existe una relación estadística significativa entre el factor social e ingreso económico con el estilo de vida. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, edad, religión, grado de instrucción y estado civil.

**Palabras clave:** Adultos, estilo de vida y factores biosocioculturales.

## ABSTRACT

This thesis entitled: "Lifestyle and biosociocultural factors of adults in the town of Quenuayoc -Independencia - Huaraz - Áncash, 2021". The study methodology was quantitative, descriptive level, with a double box design, had as a general objective: "Determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors of adults in the town of Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2021." It was made up of 148 adults as a sample, by non-probabilistic convenience sampling due to the covid-19 pandemic, to whom the lifestyle scale and the questionnaire on adult biosociocultural factors were applied, the techniques used are interview. The data was processed in the statistical program SSPS. 25.0 and the relationship between both variables was made using the chi square. Obtaining the following results and conclusions: Most have an unhealthy lifestyle, with respect to biosociocultural factors, it was found that more than half are female, mature adult age, profess the Catholic religion, complete secondary education. occupation housewife, marital status married, and have an economic income of less than 400 nuevos soles. It was found that, if there is a significant statistical relationship between the social factor economic income with lifestyle. There is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors: sex, age, religion, level of education and marital status.

**Key words:** Adults, lifestyle and biosociocultural factors

## 6. CONTENIDO

<b>CARÁTULA.....</b>	<b>i</b>
<b>EQUIPO DE TRABAJO.....</b>	<b>ii</b>
<b>HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR .....</b>	<b>iii</b>
<b>HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA.....</b>	<b>v</b>
<b>RESUMEN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vii</b>
<b>CONTENIDO.....</b>	<b>viii</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS.....</b>	<b>ix</b>
<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS.....</b>	<b>x</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. REVISIÓN DE LITERATURA.....</b>	<b>13</b>
<b>2.1. ANTECEDENTES.....</b>	<b>13</b>
<b>2.2. BASES TEÓRICAS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>18</b>
<b>III. HIPÓTESIS.....</b>	<b>30</b>
<b>IV. METODOLOGÍA.....</b>	<b>31</b>
4.1. Diseño de la investigación.....	31
4.2. Población y muestra.....	32
4.3. Definición y operacionalización de los variables e indicadores.....	33
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	37
4.5. Plan de análisis.....	40
4.6. Matriz de consistencia.....	42
4.7. Principios éticos.....	43
<b>V. RESULTADOS</b>	
5.1. Resultados .....	56
5.2. Análisis de resultados.....	56
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>91</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>92</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>93</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>112</b>

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pág.

<b>GRAFICO 01:</b> ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	45
<b>GRAFICO 02:</b> SEXO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	48
<b>GRAFICO 03:</b> EDAD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC - INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	48
<b>GRAFICO 04:</b> RELIGION DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	49
<b>GRAFICO 05:</b> GRADO DE INSTRUCCIO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021.....	49
<b>GRAFICO 06:</b> ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	50
<b>GRAFICO 07:</b> OCUPACION DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	50
<b>GRAFICO 08:</b> INGRESO ECONOMICO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021.....	51

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 01:</b> ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTO DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	45
<b>TABLA 02:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTO DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021.....	46
<b>TABLA 03:</b> FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	52
<b>TABLA 04:</b> FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	53
<b>TABLA 05:</b> FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC -INDEPENDENCIA-HUARAZ-ANCASH, 2021. ....	54

## I. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad, determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas, identificar los factores biosocioculturales y establecer la relación estadística entre el estilo de vida y factores biosocioculturales (Biológicos, culturales y sociales) de los adultos del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021. Ya que en la actualidad estas variables influyen en la salud de las personas adultas.

Se sustenta con las bases conceptuales de los factores Biosocioculturales y los estilos de vida de la persona adulta. El estilo de vida son un conjunto de actitudes, comportamientos, hábitos, patrones de conductas, las condiciones ambientales donde habita y la condición financiera de cada persona desde un punto de vista individual y de sus relaciones personales. Es la manera de vivir la cual es aprendida durante el transcurso de la vida, donde se opta costumbres de los padres, del medio en la cual se relaciona tales como: amigos, familiares, compañeros de una institución, etc. estos comportamientos están sujetos a cambios y modificaciones en el transcurso de la vida (1).

Los estilos de vida son los actos y decisiones que toma la persona adulta en el transcurso de la vida; haciendo una relación con la salud de los adultos; en la actualidad la obtención de un estilo de vida no saludable es la principal causa de enfermedades no transmisibles, en el Perú es una problemática muy común la obesidad justamente por el consumo excesivo de alimentos que contienen exceso de grasas saturadas, los varones corren mayor riesgo de adquirir distintas patologías que las mujeres. El Ministerio de Salud hace un llamado a toda la

población en poner en práctica por lo menos cuatro hábitos que son saludables de esta manera reducir ciertas enfermedades y poner en práctica la actividad física de manera continua, evitar o reducir el consumo de tabaco y el alcohol y aumentar el consumo de alimentos saludables las cuales contengan proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales (1).

Según la “Organización Mundial de Salud” (OMS), (2) hace mención que en los últimos años ha ido en aumento la esperanza de vida de las personas, según las investigaciones, los cambios con mayor logro se encuentran en los países que tienen ingresos económicos muy bajos, en un 21% aumento la esperanza de vida entre los años 2000 y 2016. Realizando una comparación entre los países con ingresos económicos bajos he ingresos económicos más alta, solo tuvo un aumento de 4%.

Del mismo modo refiere que las causas de muerte más común en las personas adultas son por enfermedades no trasmisibles. En las últimas décadas la morbimortalidad es producido por distintos tipos de enfermedades y traumatismos, por ello, hacen un hincapié en realizar actividades de prevención, promoción y tratamiento sobre las enfermedades cardiovasculares, en el año 2000 la principal causa de muertes fue la enfermedad de cardiopatías, la cual los decesos han ido creciendo hasta más de 2 millones de personas, casi 9 millones de personas murieron en el año 2019 por este mal. Sin embargo, la región europea en un 15% ha experimentado la disminución de muertes en su población por la enfermedad de cardiopatías (2).

La Organización Panamericana de Salud / Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) (3), hacen mención que el consumo del alcohol en general se

asocia con más de 300 mil fallecimientos (5,5%) al año en la región de las américas. la ingesta de las bebidas alcohólicas entre los años 2013 y 2015 en las américas generó 85 mil muertes en promedio, la ingesta per cápita es 25% mayor a la del promedio mundial. En mayor porcentaje, estas muertes (64,9%) son menores de 60 años y son a causa de hepatopatías (63,9%) y a trastornos neuropsiquiátricos el (27,4%). La cantidad de varones que murieron por ingerir bebidas alcohólicas fue mayor al de las mujeres, donde los varones representaron 83,1% de las muertes atribuibles exclusivamente a ese consumo. Por ello la OPS hace un llamado a los países a disminuir o limitar los horarios de venta, como también prohibir las campañas publicitarias relacionado a las bebidas alcohólicas e incrementar las tasas impositivas a todas las bebidas alcohólicas.

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU) (4), en cuanto a las "Perspectivas de la población mundial 2019", se calcula que, en el año 2050, de cada 6 personas uno llegará a tener más de 65 años (16%), mucho más que la información actual 2019, 1 de cada 11 personas llegan a tener de 65 a más años (9%). Del mismo modo uno de cada 4 personas podría llegar a tener más de 65 años los que habitan en américa del norte y Europa. Por primera vez en el año 2018 se vio, que las personas de 65 años o más fueron más que los niños menores de cinco años en todo el mundo. Asimismo, según las últimas investigaciones se calcula que la cantidad de personas de 80 años a más se triplicará, de los 143 millones en total en el año 2019 a más de 426 millones para el año 2050.

Según "Organización Mundial de la Salud" (5), la obesidad en las personas adultas se ha triplicado en todo el mundo del porcentaje que se tenía en el año 1975, esto a consecuencia del cambio de la alimentación ya que se aumentó el

consumo de comida rápida y ultra procesada. En el año 2016, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 650 millones eran obesos, siendo 39% de adultos de 18 o más años que sufrían de sobrepeso, y el 13% de obesidad. Este aumento exagerado de la obesidad afecta al 24% de la población regional, unos 105 millones de personas, prácticamente el doble del nivel global de 13,2% esto no sólo tiene enormes costos económicos, sino que amenaza la vida de cientos de miles de los individuos”. Con respecto a otras regiones tiene la prevalencia más alta, siendo el 62,5% de los adultos con sobrepeso y obesidad 64.1% de los varones y un 60.9% del sexo femenino). Si se analiza solo la obesidad, se estima que afecta a un 28% de los adultos, siendo un 26% de los varones y un 31% a los de sexo femenino.

La Organización Panamericana de Salud (OPS) (6), refiere que la ocurrencia de muertes en las Américas, la mitad son personas jóvenes de entre 10 a 24 años, las principales causas son: suicidios, homicidios, las cuales son prevenibles mediante la intervención temprana de personal capacitado. las muertes también son a causa de la presión que reciben para poder cumplir con las normas de genero las que pueden contribuir a un comportamiento agresivo y la toma de riesgo. Cabe mencionar también que las principales causas de muertes de las personas adultas son por enfermedades no transmisibles. Las enfermedades respiratorias y la neumonía fue una de las enfermedades más mortíferas en los adultos en el año 2019 a comparación con las enfermedades no transmisibles.

Rojas M.(7), refiere que la prevalencia de vida por consumo de tabaco (sustancias nocivas) entre los años 1986 (67.4%) y 2017 (52.5%) se ha reducido en 20%, esto debido al aumento de percepción del riesgo y las consecuencias que

ocasiona su consumo. Pero, sin embargo, la prevalencia del consumo de la nicotina genera una preocupación ya que se mantiene el porcentaje haciendo comparación con los estudios anteriores en personas menores de 24 años, así como el aumento del consumo de cigarrillos electrónicos. El impacto sobre el consumo de la nicotina en el país, según el último estudio del centro de información y educación para la prevención del abuso de las drogas (CEDRO) en el año 2017, estima que en el Perú aproximadamente habría unos 2 millones de personas dependientes del tabaco, mientras que el ministerio de salud (MINSA), en el año 2018, ha brindado información que cada año fallecen 16,000 peruanos víctimas de enfermedades asociadas a la dependencia nicotínica. Asimismo, cinco de cada diez peruanos, es decir un 50%, de la población entre los 12 y 65 años fumaron al menos una vez en la vida.

Según “Organización Mundial de la Salud/ Organización Panamericana de Salud” (8), en Perú las principales causas de muertes son a causa de enfermedades cardiovasculares, el grupo de edades fueron 44 a 59 años, lo que sigue son las enfermedades osteomusculares y del tejido conectivo (30,9) y en seguida el cáncer de distintos órganos del esqueleto humano. Asimismo, se evidencia que existe un registro de mortalidad de (47,2% la cual fue estimado para el 2014). Los datos corregidos para el año 2014, fueron reportados una mortalidad total de 6,4 por 1 000 mil personas (7,6 para varones y 5,3 para el sexo femenino).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (9), según la encuesta realizada en el año 2017, hace mención que la esperanza de vida de los habitantes peruanos se vio en aumento, las personas vivirán en promedio 74 años.

72 años los varones y las mujeres 77.3 así también esto se verá codificado de acuerdo a las condiciones de mortalidad. Refiere que el factor principal para el aumento de esperanza de vida es, la disminución de la tasa de mortalidad infantil. Hace 40 años atrás, se registraban más de 23 defunciones por cada mil habitantes peruanos y que en la actualidad solo se registran 6 defunciones por cada mil habitantes. En el año 2050 la esperanza de vida aumentaría a 79 años, asimismo la mortalidad infantil se reducirá solamente a 10 fallecidos por mil nacimientos vivos. la tasa media anual de crecimiento poblacional descienda al 0,3% y en cuanto al nacimiento por cada mujer solo sea de 2 a 3 hijos.

El ministerio de salud (MINSA) (10), hace conocer que la mortalidad en Perú ha reducido, en todas las regiones del país. En el año 2015 la mortalidad fue de 5.6 muertes por mil habitantes tanto en mujeres y varones, los casos de muerte fueron mayor en las regiones de: Huancavelica, Amazonas, Madre de Dios y Apurímac. Y la menor tasa de muertes fueron en: Lima-Callao, Ica y Lambayeque. Así mismo en el año 2015 las personas con mayor mortalidad fueron los adultos mayores de 80 años con un 27% de defunciones, mientras que en niños menores de 5 años fueron de 8% defunciones. La principal causa de muerte es: por enfermedades neoplásicas, infecciosas y por accidentes representan la mayor parte de muertes.

En el Perú hay una serie de circunstancias y brechas en salud que son muy marcadas. Por un lado existen inequidades de acceso a los servicios básico que brinda el sector salud como los son hospitales, postas médicas y centros de salud los cuales no cuentan con el personal suficiente, equipamiento adecuado, medicamentos no disponibles. Existen inequidades en los resultados observados

en los indicadores principales de salud, desde desigualdades como en la esperanza de vida (las mujeres tienen en promedio 5 años de vida superior a los hombres), y en la discapacidad, estrechamente relacionadas con los niveles de instrucción, ingreso y ocupación de los adultos. Sin violentar los supuestos ideales del actual modelo socioeconómico, estas inequidades en salud pueden describirse como resultado natural de la generalización del libre mercado a todas las dimensiones de la vida social. Además, las actividades de promoción de salud enfocados a todas las personas adultas, se debe de considerar de acuerdo al riesgo de enfermedad, como también algunas alteraciones que produce la enfermedad y algunas alteraciones pueden desencadenar la salud de las personas adultas afectando el gozo de buena salud; las actividades preventivas en las personas adultas deben estar dirigidas a todos estos factores relacionado con el factor biosocioculturales y estilo de vida (11).

En Perú en el año 2015 las primeras causas de muertes han sido por enfermedades cardiovasculares enfermedad de diabetes mellitus, cirrosis hepática, enfermedades respiratorias por las bajas temperaturas, enfermedades pulmonares, enfermedad al corazón, así como también los accidentes de tránsito. Dentro de las neoplasias encontramos lo que son los: las neoplasias malignas del estómago en octavo lugar, a la próstata como noveno lugar y la neoplasia maligna del cuello uterino se ubicó en décimo lugar de mortalidad. Según genero los varones fueron con mayor cantidad que las mujeres es debido a los malos hábitos que tienen y no asisten a los chequeos médicos (11).

Según Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (12), a nivel de la región de Ancash, las enfermedades no transmisibles en el año 2012 al 2018,

ha ido en aumento, donde las causas principales de la tasa de morbilidad son las enfermedades respiratorias y la que sigue son las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión arterial, la diabetes y las enfermedades cerebrovasculares. La tasa de mortalidad es causada por las enfermedades respiratorias agudas bajas; asimismo los accidentes de tránsito (Consumo excesivo de sustancias tóxicas) como de alcohol, tabaco. Este tipo de accidentes se puede evitar realizando charlas educativas mediante los programas de prevención y promoción de la salud a la población en general, como también inculcar sobre la práctica de estilos de vida saludable.

La región Ancash no es ajena a la realidad ya que, se evidencia un alto índice de enfermedades no transmisibles y crónicas, en el año 2019 se evidenció que el 36,7% y 21,2%, de las enfermedades son a causa del sobrepeso y la obesidad la cual está relacionado con la mala alimentación y la práctica de estilo de vida no saludable, asimismo a mediados del año 2020, se tuvo un aumento de casos de diabetes mellitus con una incidencia de 4% en la población adulta, es preciso señalar que la promoción y prevención de la salud en este grupo de población, con estas actividades se busca concientizar a la población sobre las estrategias de prevención de diabetes y actuar sobre las causas de esta, como la obesidad y el sobrepeso ya que esta problemática ocupa un alto porcentaje de casos. Al no optar las medidas preventivas puede conllevar que la persona tenga algunas complicaciones como la pérdida de la visión, enfermedades cardiovasculares, pie diabético y la muerte en peor de los casos (13).

El centro poblado de Quenuayoc pertenece al distrito de Independencia – Huaraz, localizado a 31 minutos de la ciudad de Huaraz a una altitud de 3350

m.s.n.m., perteneciente a la cordillera negra, limitada, por el este con Cochac, por el oeste Cashacancha, por el norte con Paccha y por sur con centro poblado de Atipayan. Tiene una población de 800 habitantes. Tiene una población adulta y adultos mayores vulnerables contando solo con servicios básicos, alumbrado público, agua potable, las viviendas generalmente son de material rústico.

Los servicios de telecomunicaciones son limitados y tiene apoyo asistencial como pensión 65, vaso de leche. en este lugar existe un puesto de salud, perteneciente administrativamente a la Microred Huarupampa, que a su vez pertenece a la Red de Salud Huaylas Sur, con una infraestructura hecha principalmente de material noble de dos pisos, cuenta con un personal de salud técnico en enfermería nombrado, el horario de atención es desde las 8:00 am horas hasta las 14:00pm. Cuenta con una cartera de servicios; actividades preventivas promocionales que se realizan son: lavado de manos, consejería en nutrición, planificación familiar, visitas domiciliarias, sesiones demostrativas y educativas. Se realiza los cinco paquetes de atención: enfermería, obstetricia, medicina, farmacia, triaje, control del crecimiento y desarrollo del niño e inmunizaciones, adolescente, joven, adulto y adulto mayor.

El centro poblado de Quenuayoc tiene las siguientes autoridades: Un alcalde, regidores, presidente de agua JAAS, junta de regantes, cuenta con tres juntas de vaso de leche, club deportivo, una iglesia “Iglesia Cristo Rey de Quenuayoc”, celebran la fiesta costumbrista en el mes de noviembre “San Martin de Porras” y fiesta de señor de mayo en el mes de mayo. Tiene una escuela de nivel inicial N. 86094 escuela de nivel primaria llamada “Escuela 86094 Quenuayoc – Independencia” los días de estudio solo son de lunes a viernes

8:00am a 1:00pm. Son beneficiarios de programa social “KALYWARMA” cuenta con un cementerio. Las personas adultas mayores acuden al puesto de salud constantemente a realizarse la atención del paquete adulto mayor. La mayoría de la población adulta bajan a la ciudad por motivo de trabajo y una mínima cantidad se dedica a la agricultura, ganadería, siembran hortalizas, cereales como trigo quinua, maíz, tubérculos como papa, oca, olluco etc. Crían animales domésticos como cuy, oveja, vaca, gallina, etc.

La vestimenta típica que utilizan los varones y mujeres, en este lugar es; los varones, usan sombrero de lana y paja, camisa, chompa, casaca, un pantalón tejido de lana de oveja y un par llanques; y las mujeres usan sombrero, blusa con unos bordados, polleras bordadas, chompa y un par de zapatos o llanques. La mayoría de las personas son católicos el plato típico es picante de cuy y picante de chocho.

El puesto de salud de Quenuayoc pertenece a la micro red Huarupampa, Red Huaylas sur, según datos estadísticos del año (2021), la población adulta padece de enfermedades no transmisibles y enfermedades crónicas como: La caries de la dentina en un 25.38%, lumbago no especificado 11.36%, síndrome de flujo vaginal 10.98%, infección de vías urinarias 10.23%, amigdalitis aguda 8.7%, cefalea debida a tensión 8.71%, gastritis 8.33%, aumento pequeño en el peso del embarazo 6.06%.son las principales causas de morbilidad en dicho centro poblado, para disminuir los casos de estas enfermedades no transmisibles es importante realizar campañas de prevención y promoción de la salud, cambios de estilos de vida saludable (14).

Para dar respuesta se plantea el siguiente problema de investigación:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc – Independencia - Huaraz - Ancash, 2021?

Y para lograr cumplir se planteó el siguiente objetivo. Determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021.y los siguientes objetivos específicos. Valorar el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021. Identificar los factores biosocioculturales del adulto del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021. Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y factores biosocioculturales (Biológicos, culturales y sociales) de los adultos del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz, 2021.

Finalmente se justifica que el presente trabajo de investigación permite conocer e identificar la problemática y como los factores biosocioculturales y el estilo de vida afecta la salud de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc. una vez identificado permite implementar y proponer estrategias de solución, con la finalidad de prevenir y mejorar la salud de las personas en todas las dimensiones.

Esta investigación es de mucha importancia ya que aporta información a las autoridades locales, regionales por lo que permite que ellos tengan una visión real de la problemática que aqueja la salud de la población de esta manera, ellos tomen acciones, de vigilancia, seguimiento y control.

Asimismo, aportara información a los estudiantes de ciencias de la salud, permite obtener información para que realicen más investigación sobre el tema

con la finalidad de mejorar la salud de las personas adultas. Por otro lado, aportará información a los otros profesionales de la salud, ya que con los resultados obtenidos se buscará la concientización de la población adulta, sobre lo importante que es mantener una buena salud poniendo en práctica un estilo de vida saludable a la vez evitar el estilo de vida no saludable como el consumo de sustancias tóxicas que son nocivos para la salud.

Estudio con enfoque cuantitativo, con diseño correlacional en donde se trabajó con una muestra de 148 personas adultas y para la recolección de datos se utilizó la entrevista y como instrumentos, cuestionarios debidamente validados, para el procesamiento de los datos se utilizó el programa SPSS y para la estadística inferencial, la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado. Los resultados obtenidos fueron que el 59% presentan estilo de vida no saludable; en relación a los factores biosocioculturales, el 70,27% son de sexo femenino, el 93,24% son católicos, el 39,86% con grado de instrucción secundaria, el 34,46% son convivientes, el 56,08% son amas de casa y el 62,14% percibe menos de 400 nuevos soles mensuales. Se concluyó que, si existe una relación estadística significativa entre el factor social ingreso económico con el estilo de vida. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, edad, religión, grado de instrucción y estado civil.

## II. REVISIÓN LITERARIA

### 2.1 Antecedentes

Se encontró los siguientes trabajos de investigación:

#### 2.1.1. Internacional:

**Serrano M.** (15), en su trabajo de investigación: “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela de la ciudad de Machala; 2018”. Tuvo como objetivo: determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela. De tipo descriptivo y corte transversal, la muestra fue de 121 adultos mayores, a quienes se le aplicaron la encuesta, tipo test escala de estilo, para valorar el estado nutricional según (IMC). Donde concluye que no existe relación entre estilo de vida y el estado nutricional de los adultos mayores.

**Cornejo M, et al,** (16), en su trabajo de investigación: “Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e independencia. Guayaquil 2018”. Tuvo como objetivo: contribuir a la reflexión crítica con los conceptos sobre el envejecimiento, su autonomía e independencia para favorecer un estilo de vida saludable. El estudio fue de tipo cualitativo-descriptiva a partir de la interpretación de la realidad dentro de la experiencia. la muestra estuvo conformada por los adultos mayores de la Fundación NURTAC. para recolección de datos se empleó las fichas de observación e historiales clínicos. Donde concluye que los adultos mayores a partir de un

adecuado sistema de afrontamiento mejoran su funcionalidad que les permite niveles óptimos de autonomía e independencia facilitándose un estilo de vida saludable, en donde cada vez son más conscientes de su proceso de envejecimiento y desarrollo de hábitos de autocuidado

**Vera C. et al**, (17), en su trabajo de investigación titulado: Estilo de vida de los Comerciantes Adultos Mayores de Verduras del Mercado Feria Libre Cuenca-Ecuador, 2018. Tuvo como objetivo: Determinar el estilo de vida de los Comerciantes de Verduras que Laboran en el Mercado El Arenal, en el sector de la Feria Libre, en la Ciudad de Cuenca, durante el año 2019. La investigación fue un estudio de tipo descriptivo, cuantitativo, de corte transversal, se trabajó con un universo finito de 60 comerciantes del mercado feria libre El Arenal. Se llegó a la siguiente conclusión que los comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida (97%).

### **2.1.2. Nacional:**

**Gonzales G.** (18), en su trabajo de investigación: “estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven magdalena nueva sector 2b \_ Chimbote, 2018”. Tuvo como objetivo: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro del Pueblo Joven Magdalena Nueva sector 2B– Chimbote 2018. El estudio fue de tipo cuantitativo, con diseño descriptivo., muestra de 100 adultos maduros a quienes se le aplicaron cuestionarios sobre: estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Se concluye: La mayoría de los adultos maduros tienen estilos de vida no saludable, más de la mitad son

mujeres, de religión católica, menos de la mitad tienen secundaria completa, son de estado civil solteros, su ocupación es ama de casa y su ingreso económico es de 1000 a más soles mensuales.

**Bolívar P.** (19), en su trabajo sobre: “estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro pueblo joven el progreso - Chimbote, 2018. Tuvo como objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros del Pueblo Joven El Progreso – Chimbote, 2018, el estudio fue de tipo cuantitativo y diseño descriptivo correlacional. la muestra fue de 200 adultos maduros; para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: la escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales mediante la técnica de la entrevista. Se concluye: Del total de la muestra, el 54% (108) poseen estilos vida no saludable y el 46% (92) estilo vida saludable. En cuanto a los factores biosocioculturales: la mayoría son de sexo femenino y estado civil casados, más de la mitad son católicos y perciben su ingreso económico más de 1000 nuevos soles. No existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y sexo.

**Vera G.** (20), en su investigación: “estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, nuevo Chimbote, 2020. Tuvo como objetivo determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores. El estudio fue de tipo cuantitativo, corte transversal, diseño descriptivo correlacional. Con una muestra de 120 adultos mayores, a quienes se aplicó la técnica de la entrevista y la observación. concluyendo que del 100% de los adultos

mayores, el 34,17% (41) disponían de un estilo de vida saludable y un 65,83% (79) un estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales: Más de la mitad son de sexo masculino, con grado de instrucción primaria, menos de la mitad son de religión católica, estado civil casado, de ocupación otros con ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles.

### **2.1.3. Local**

**Zenón A.** (21), en su trabajo de investigación titulado: “Determinar los estilos de vida de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”. Tuvo como objetivo: determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020, la metodología de investigación fue de tipo cuantitativa, de nivel descriptivo – correlacional, de diseño transversal y no experimental la muestra estuvo conformada por 369 adultos a quienes se le realizó la encuesta, aplicando la escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona. Donde se llega a la siguiente conclusión que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

**Rafael M.** (22), en su trabajo de investigación: “estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – huashao – Yungay, 2018”. Tuvo como objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de Comunidad “Unidos Venceremos” de Huashao – Yungay. La investigación fue de tipo cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional, la muestra estuvo

conformada por 141 adultos, para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona y la escala del estilo de vida. Donde se concluye que: Del 100% de las personas adultas el 75,2% tienen estilos de vida no saludables y el 24,8% estilos de vida saludables. Hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: grado de instrucción, estado civil y ocupación.

**Milla J.** (23), en su trabajo de investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018”. Tuvo como objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Hualcán – Carhuaz. El estudio fue de tipo cuantitativo de corte transversal, diseño descriptivo correlacional, la muestra de 248 adultos, a quienes se les aplicó: La escala del estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales. Se llegó a las siguientes conclusiones: que del 100% de adultos, el 23% presentan estilos de vida saludable y un 77% tienen estilos de vida no saludables. Respecto a los factores biosocioculturales: menos de la mitad tienen primaria incompleta/completa, con estado civil casado. No se encontró relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, ingreso económico.

## 2.2. Bases teóricas de la investigación

El presente trabajo de investigación se fundamenta, en las bases conceptuales de estilo de vida y los factores socioculturales de: Nola Pender, Mac Lalonde y organización Mundial de Salud (OMS).

Pender N, (24) menciona que el estilo es un patrón multidisciplinario de conductas y hábitos de cada persona que han sido transmitidos por la familia, la cual ha sido percibida a diario, esto proyecta de manera directa en la salud de la persona; se requiere el estudio de tres categorías principales: las características y experiencias individuales, la cognición y motivaciones específicas de la conducta y el resultado conductual.

El Modelo de Promoción de la Salud: este modelo resalta que la más predominante es la promoción de la salud. Es importante mencionar que según el modelo de los determinantes de la promoción de la salud y los estilos de vida se dividen en los factores cognitivos-perceptuales, la cual es la percepción y creencias que tienen los individuos en cuanto a su salud, la cual la persona lleva una conducta y comportamientos ya determinados, cabe mencionar que también se relacionan y algunas conductas que favorezcan en la salud. la motivación de modificar los factores y las conductas, favoreciendo de manera positiva la salud (25).

Con su teoría Nola pender, permite a entender mejor el comportamiento de cada persona relacionado con la salud; como también incita a optar a tener un estilo de vida saludable. Asimismo, hace mención del rol de enfermería, la importancia del cuidado que brinda, de esta manera contribuir en la prevención de enfermedades que padecen los seres humanos.

La enfermera interviene creando nuevas estrategias, la cual ayude a ser humano a optar comportamientos y conductas positivas las cuales favorecen para mantener la salud en estado optimo (25).

Nola Pender, tiene variedad de investigaciones donde promueve a mantener la salud en óptimas condiciones: como el bienestar mental y físico, sus teorías ayudan a concientizar a la prevención de distintos problemas que padecen las personas, incentivando el buen cuidado, motivo por la cual se vienen haciendo muchas investigaciones donde al concluir brindan aportes, las cuales son informaciones científicas y analítico (25).

Lalonde M. (26), es abogado de profesión la cual, en el año 1959 trabajo, en ministerio de justicia como tutor en la oficina de primer ministro, en 1968 asume el cargo del primer ministro en Canadá como secretario general, en 1977, ocupo el cargo como ministro de bienestar y salud nacional asimismo desde el año 1974 a 1979. En Canadá ocupo el cargo en el ministerio de salud, se dedicó al estudio con un grupo de epidemiólogos sobre la causa de las muertes, y enfermedades que aquejaban a los canadienses, teniendo como una muestra representativa. Al finalizar la investigación presento un informe llamado "New perspectives on the health of Canadians", la cual fue de mucha importancia en la salud pública, relacionado a los servicios de salud. en 1974 publicó su estudio titulado (nuevas perspectivas sobre la salud de los canadienses) el documento fue conocido como "El Lalonde Report" donde brindaba aportes importantes sobre la promoción y prevención de la salud.

Lalonde M. (26), menciona que los estilos de vida es uno de los componentes del área de la salud, la cual están relacionado a los comportamientos de los individuos, las colectividades ejercen una influencia directa sobre la salud. como también los malos hábitos, como el consumo de (drogas, una mala nutrición, sedentarismo, etc.) tienen efectos negativos para la salud de las personas, pero si la persona tiene un estilo de vida favorable se tendrá como resultado una salud en óptimas condiciones.

Por otro lado; Lalonde en su estudio epidemiológico indica que aquellas causales de enfermedad y muerte se determinan en: Medio ambiente que está asociado a ciertos factores de carácter ambiental, físico, contaminantes atmosféricos y químicos, biológico, aspectos psicosociales y socioculturales que repercuten en la vida diaria de la población; a su vez dentro de estos se encuentran aquellos estilos de vida relacionado las costumbres hábitos propios del individuo, exposición al riesgo, baja orientación en los servicios de salud, actividad sexual, la genética, la edad en la que se encuentra la persona, y el acceso a los servicios sanitarios; estos sirven para determinar el servicio de salud al cual puede acceder y que requieren para gozar de una mejor salud (26).

## DETERMINANTES DE LA SALUD MARC LALONDE



Fuente: Determinantes de la salud de Marck Lalonde 1974.

Asimismo, Lalonde y otros mencionan que, los determinantes para la salud se interrelacionan entre sí, de acuerdo al modelo realizado por Dahlgren y Whitehead. Es una realidad de todos los países la población excluida por la sociedad no puede acceder a una adecuada atención del estado, ni posee las condiciones favorables para un adecuado desarrollo (debido a los cuadros de desnutrición) ni tampoco son educados para seguir hábitos saludables que les permitan gozar de una buena salud. a la vez existen ciertos aspectos culturales propios de una localidad o sociedad que afectan sobre los hábitos de los pobladores, las cuales afectan en su nivel de salud y la condición en la que viven las personas. A ello se adicionan un conjunto de aspectos ambientales y socioeconómicos que interactúan sobre el individuo, siendo estos factores como: el estilo de vida, factores biológicos, servicios de salud y el medio ambiente (26).

Los determinantes de la salud se definen como las situaciones económicas, ambientales, en la cual los individuos o la persona nace, crece, vive, trabaja se interrelaciona, envejece y muere. Son las condiciones que influyen en el estado de salud y vida de la persona o de una determinada familia, población y comunidad.

Estilo de vida: Son los comportamientos de las personas y las colectividades las cuales ejercen su influencia en su salud. Los malos hábitos de vida que son nocivos para la salud como (consumo de drogas, alimentación inadecuada, el sedentarismo, etc.) tienen efectos negativos para la salud (26).

Biología humana: la parte biológica sufren cambios importantes en el cuerpo de la persona, tanto aspectos físicos y mentales, la cual conforma la corporalidad de la persona, como la herencia genética, la maduración y envejecimiento, las características de los diferentes sistemas del cuerpo humano como: el sistema nervioso, digestivo y endocrino (27).

Medio ambiente. El entorno son todos los aspectos que son ajenos al propio cuerpo, sobre los cuales el individuo tiene una limitada capacidad de control la cual influye directamente en la salud de la persona y son el medio ambiente físico, medio ambiente social (27).

Sistema sanitario. Es una estructura que está formado por varios profesionales de la salud, donde su principal objetivo es mantener la salud de las personas, familias y la comunidad en conjunto. Las instituciones que lo conforman trabajan mediante las acciones planificadas, las cuales son los programas de salud, haciendo énfasis la promoción y prevención, tratamiento, rehabilitación

y la reinserción de la persona en la sociedad, este sistema es accesible para todos y brindan atención de calidad, con eficiencia y eficacia, contando la mayor cobertura de salud con el fin de mejorar la salud y el bienestar de la población en general (28).

### **2.3. BASES CONCEPTUALES**

#### **Estilo de vida**

Arellano R. (29), menciona que el estilo de vida son formas de vivir, de interrelacionarse con los demás individuos, la cual va a caracterizar como persona, de expresar y forma de comportarse. Son formas de agrupar personas que se parecen en su manera de pensar y comportarse.

Según la Organización Mundial de la Salud. (30), el estilo de vida es la forma de vida, conductas y comportamientos innatos de las personas, son vivencias optados del pasado en las personas adultas las cuales se reflejan en el presente. asimismo, están basadas en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales.

Wong C. (31), define a los estilos de vida, como algunos factores de riesgo y como factores protectores en el bienestar de cada individuo, es un proceso dinámico la cual está compuesto por las acciones y comportamientos de cada persona así mismo son acciones de naturaleza social. Son un conjunto de procesos sociales, las experiencias, los costumbres, los hábitos y conductas de cada individuo así mismo menciona que también son comportamientos de los integrantes de una familia y población las cuales llevan un estilo de vida

satisfactoria según su necesidad con la finalidad de lograr un estilo de vida saludable.

Según Moreno C. et al, (32), mencionan que el estilo de vida de cada individuo está conformado por sus hábitos y reacciones de conducta la cual ha sido adquirido durante el desarrollo de socialización. Las pautas son aprendidas desde la primera infancia durante la relación con los padres, los amigos en la escuela, los compañeros y los hermanos en el hogar, así mismo es influenciado por los medios de comunicación. Los comportamientos aprendidos son manifestados en las diversas situaciones sociales la cual nos son fijo esos comportamientos a lo contrario son modificables.

### **Estilo de vida en los adultos**

La etapa adulta, es considerado un periodo de la vida en que la persona, llega alcanzar su desarrollo pleno a lo máximo. La persona, no solamente llega a desarrollarse físicamente o de los órganos, sino también llega a obtener un a madurez psicológica y mental en tal sentido la madurez es la superación de la etapa de la infancia y la adolescencia. La etapa del envejecimiento es donde inicia los daños celulares, causando la disminución de la capacidad física y mental del adulto. Estos descensos de reproducción celular, hace susceptible al adulto a que desarrolle algunas enfermedades trasmisibles y no transmisibles que al no ser tratados pueden llevarlo a la muerte.

A medida que va avanzando la adultes la persona se vuelve dependiente de otras personas ya que son frágiles por lo que en esta etapa se

produce, cambios biológicos, así como también en formación de familias, etc. Sin embargo, hay algunos que disfrutan de salud óptima, de los 40 a 60 años la adultez media donde se evidencia cambios sexuales y reproductivos, en las mujeres empieza la menopausia, y el varón la andropausia, cambios en la reproducción celular donde el tejido muscular disminuye su flexibilidad. El adulto mayor se considera de los 60 años a más en esta etapa los cambios que se producen en el cuerpo es más notorio, son expuestos a las enfermedades musculoesqueléticas, la mayor parte de los adultos se vuelven dependientes y frágiles que dependen de cuidados especiales, y medicación por enfermedades no transmisibles (33).

## **DIMENSIONES DE ESTILOS DE VIDA**

Las dimensiones de estilo de vida que se va a considerar en el siguiente trabajo de investigación son los siguientes: actividad y ejercicio, la alimentación, manejo de estrés, responsabilidad en la salud, autorrealización y el apoyo interpersonal.

a) **Dimensión alimentación:** la alimentación es considerada primordial en el día a día de las personas por que proporcionan calorías, fuente de vitaminas y minerales estos son esenciales y fundamentales para cada individuo. Una alimentación saludable contiene todos los elementos nutricionales de la pirámide nutricional, debe de contener una porción adecuada, combinación de los alimentos, vitaminas y minerales suficientes que requiere el organismo del cuerpo humano, permitiendo que la persona pueda realizar sus actividades con energía suficiente durante el día. Después de que se ingiere alimento,

estos serán utilizados en forma de energía a la vez el organismo absorbe todas las vitaminas y minerales necesarias para el funcionamiento del cuerpo, los carbohidratos se almacenan en forma de grasa las cuales serán utilizadas por el cuerpo en forma de fuente de energía la cual será fundamental para la supervivencia en tiempos de hambre donde exista escasez de alimentos. Por otra parte, el consumo desproporcionado de alimentos puede ser peligroso para la salud de las personas desarrollando el sobrepeso y la obesidad (34).

- b) **Dimensión actividad y ejercicio:** la actividad física es importante para tener una vida saludable; es considerado como el movimiento del cuerpo que se realiza de manera voluntaria mediante la acción muscular en repetidas ocasiones esto requiere de gasto de energía. Realizar actividad física de manera continua permite mantener al cuerpo en óptimas condiciones a la vez se puede evitar algunas enfermedades no transmisibles como: el sobrepeso y la obesidad, presión arterial alta, osteoporosis, estrés, la depresión, cáncer al colon, y otros. aumentando el bienestar y calidad de vida de la persona (35).
- c) **Dimensión de manejo de estrés:** es el desequilibrio de la capacidad de la persona, el manejo inicia desde una valoración de cómo reacciona una persona frente a una situación o presiones de estrés, según los estudios no tienen una definición exacta si el estrés es una respuesta o estímulo, es una situación adaptativa que atraviesa una persona, el objetivo es que la persona tenga un rendimiento sobresaliente. Es un desequilibrio de la estabilidad emocional la cual no permite tener un razonamiento cognitivo y algunos problemas personales en la sociedad (36).

- d) **Dimensión de responsabilidad en salud:** la responsabilidad en salud son los hábitos y la cultura de cada persona las cuales están relacionado a las creencias, religión, la cual son adquiridos dentro de la sociedad. A la vez hace referencia al cuidado la preocupación y la responsabilidad por mantener una salud adecuada. Es mantener una higiene adecuada va a evitar enfermedades y patologías que puede afectar la salud como: algunos problemas dermatológicos, infecciones y otros. la salud también será influenciada por el ambiente donde radica la persona, un ambiente limpio y tranquilo favorecerá que la persona tenga una vida plena y saludable, pero si existe una contaminación afectará de manera negativa la salud (37).
- e) **Dimensión de apoyo interpersonal:** el apoyo interpersonal es fundamental para que la persona goce de un bienestar mental psicológico y social. es el apoyo que brinda entre dos personas. En estas situaciones la comunicación es el instrumento principal para llevar un apoyo interpersonal, en los adultos mayores y adultos es importante tener un apoyo social familiar porque permite ser una persona social y crecer de manera conjunta con los demás individuos del lugar donde vive (38).
- f) **Dimensión autorrealización:** Es fortalecer la capacidad de decidir de manera libre sobre la forma de cómo va a vivir, así mismo es la potenciación los talentos la cual permite que la persona adulta adquiera satisfacción de lograr y superar la autorrealización. La persona se sentirá satisfecho al lograr cumplir sus metas personales que es parte del desarrollo personal (39).

### **2.2.2. Factores biosocioculturales**

En los factores biosocioculturales incluyen la parte biológico, social y cultural. Dentro de ello se puede encontrar la edad, sexo, grado de instrucción, ocupación, religión y el ingreso económico, estado civil entre otros; algunos factores ya mencionados tienen una influencia directa en la conducta de la persona, a través de la conducta perceptual y cognitiva (40).

#### **Factor biológico**

El factor biológico está comprendido por la edad de la persona, la cual es catalogado como una cualidad temporal, y tienen una influencia en el establecimiento de definir el estado de salud. El sexo es la condición orgánica de la persona, tanto femenino o masculino de la misma manera los animales y las plantas (41).

#### **Factor social**

Las condiciones sociales donde vive la persona influyen de manera positiva o negativa en la salud de la persona, las desigualdades sociales, la falta de trabajo, vivienda pobre, son las principales causas de padecimiento de enfermedades e inclusive la muerte. El ingreso económico, es la ganancia que percibe la persona, esto puede ser en monedas o no, así mismo la ocupación se define como empleo, actividad y oficio que ejerce la persona (42).

#### **Factor cultural**

Los factores culturales están conformados por nivel educativo y la religión de la persona y son determinantes de la salud. La educación se refiere al nivel

educativo alcanzado y la religión son las creencias, costumbres y las tradiciones que practica la población (43).

### III. HIPÓTESIS

**H<sub>0</sub>** = No existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia – Huaraz - Áncash, 2021.

**H<sub>a</sub>** = Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia – Huaraz - Áncash, 2021.

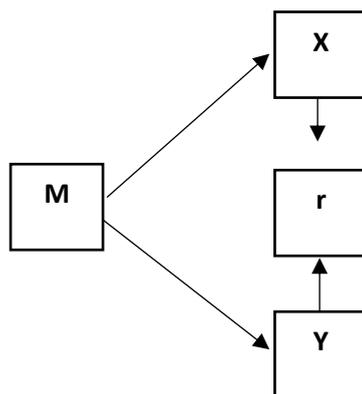
## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Diseño de Investigación

La investigación es de tipo cuantitativo, se caracterizó por que se basó en la medición numérica y el análisis estadístico, con el objetivo de comprobar la prueba de hipótesis planteada, así mismo la medición de los fenómenos y para poder llegar a establecer patrones de comportamiento y probar las teorías mencionadas (44).

La presente investigación es de nivel descriptivo- correlacional, ya que busca describir los rasgos importantes de las variables, así mismo busca medir el grado de relación que existe entre dos variables de estudio que son: el estilo de vida y los factores biosocioculturales (45).

El diseño de la investigación es de dos casillas no experimental ya que estudió dos variables que son: el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos, por ende, a ello se presenta de la siguiente manera.



**Donde:**

M: Represente la población muestral

X: Representa la variable estilo de vida

Y: Representa la variable de los factores biosocioculturales

R: Representa la relación entre la variable 1 y 2.

## **4.2. Población y muestra**

### **Población**

Estuvo constituida por 240 adultos que residen en el centro poblado de Quenuayoc.

### **Muestra**

En el presente trabajo la muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5%. En cuanto a la selección de los elementos muestrales se realizó a través de una selección aleatoria, aplicando la técnica de muestreo en la cual se obtuvo una muestra de 148 adultos del centro poblado de Quenuayoc. (Ver anexo 01)

### **Criterio de inclusión y exclusión**

#### **Criterios de inclusión:**

- Adultos que radica más de 6 meses en centro poblado de Quenuayoc.
- Toda persona adulta que acepta participar en el presente trabajo de investigación
- Toda persona adulta que tenga la disponibilidad de participar en la encuesta vía online y de manera presencial.

#### **Criterio de exclusión:**

- Toda persona adulta que tenga algún trastorno mental o psiquiátrico.
- Persona adulto mayor que rechaza en participar en el presente trabajo de investigación.
- Adultos que presenten problemas patológicos

### **4.3. Definición de operacionalización de variables**

#### **Estilo de vida de los adultos**

**Definición Conceptual:** Es un conjunto de patrones conductuales, que una persona precisa pone en práctica, de manera permanente y mantenida en su vida cotidiana y que puede ser acertado para el mantenimiento de su salud o que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (46).

#### **Definición Operacional**

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

### **FACTORES BIOSOCIOCUTURALES DE LOS ADULTOS**

#### **Definición conceptual:**

Son los patrones de comportamiento, características o circunstancias, detectables en la persona, que pueden ser modificables. Los factores considerados son: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico (47).

**Definición operacional:**

Para fines metodológicos del presente proyecto de investigación, se operacionalizará en los siguientes indicadores.

**FACTOR BIOLÓGICO****Sexo:****Definición conceptual:**

Es la caracterización del ser humano, que permite la distinción entre machos y hembras, se clasifica en masculino (macho) y femenino (hembra) (48).

**Definición operacional:****Según escala nominal:**

- Masculino
- Femenino

**Edad:****Definición Conceptual**

La edad, es una cualidad temporal del organismo entero o, al menos, a una relación intrínseca de sus subprocesos, la edad viene a ser el tiempo que tiene de vida un determinado individuo, animal o vegetal (49).

**Definición Operacional:**

- Según escala de razón:
- Adulto joven: 20 – 35
- Adulto maduro: 36 – 59

- Adulto mayor: 60 años a más.

## **FACTORES CULTURALES**

### **Religión:**

#### **Definición conceptual:**

Credo o conjunto de conocimientos dogmáticos sobre una entidad divina, implica un vínculo del hombre y Dios, con relación a sus creencias, donde la persona regirá su comportamiento de acuerdo a sus principios morales (50).

#### **Definición operacional:**

##### **Según escala nominal:**

- Católica
- Evangélica
- Otros

### **Grado de instrucción:**

#### **Definición Conceptual**

El nivel de instrucción viene relacionado con el grado más elevado de estudio que tiene un individuo, sin contar con las que aún se tiene incompletas (50).

#### **Definición Operacional**

##### **Escala ordinal**

- Analfabeto(a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

## **FACTORES SOCIALES**

### **Estado civil:**

#### **Definición Conceptual**

El estado civil, viene relacionada con la condición de una persona la cual también viene relacionada con su nacimiento, nacionalidad, filiación o matrimonio, esto normalmente se hacen constar en el registro civil de la persona (50).

#### **Definición Operacional**

##### **Escala nominal**

- Soltero
- Casado
- viudo
- Conviviente
- Separado

### **Ocupación:**

#### **Definición conceptual:**

Es el oficio o profesión de una persona, independiente del sector en que pueda estar empleado, o del tipo de estudio que hubiese recibido (51).

#### **Definición operacional:**

##### **Según escala nominal:**

- Obrero (a)
- Empleado (a)
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

### **Ingreso económico:**

#### **Definición Conceptual**

El ingreso económico, viene a ser la ganancia que suma a un conjunto presupuestal individual; en términos generales, los ingresos son los elementos tanto monetarios como no monetarios que se acumulan y que generan como consecuencia un círculo de consumo y ganancia (52).

#### **Definición Operacional**

##### **Escala de intervalo**

- Menos de 400 nuevos soles.
- De 401a 600 nuevos soles.
- Mas de 601a 800 nuevos soles.
- De 801 a 1000 nuevos soles
- Mayor de 1001 nuevos soles

#### **4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

##### **Técnicas**

El presente trabajo de investigación se aplicó de manera presencial, utilizando la observación y la entrevista para la aplicación de las dos variables del estudio.

##### **Instrumentos:**

En la presente investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

## **Instrumento N°: 01**

### **Escala de estilo de vida**

Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario de escala de estilo de vida, promotor de salud, elaborado por Walker, Sachrist y Pender, modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería ULADECH Católica, Delgado, R; Reyna E. y Díaz, R para fines de la presente investigación; la cual está constituida por seis dimensiones y subdividida por 25 ítems, permitiéndonos evaluar y medir el estilo de vida, a través de sus siguientes dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo de estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud.

Asimismo, dichas dimensiones están estructuradas de la siguiente manera, según los ítems:

- Alimentación 1, 2, 3, 4, 5, 6
- Actividad y ejercicio 7, 8
- Manejo de estrés 9, 10, 11, 12
- Apoyo interpersonal 13, 14, 15, 16
- Autorrealización 17, 18, 19
- Responsabilidad en salud 20, 21, 22, 23, 24 y 25.

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA N=1

A VECES V=2

FRECUENTEMENTE F=3

SIEMPRE S=4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub-escala.

## **Instrumento N.º 02**

### **Cuestionario Sobre Factores Biosocioculturales**

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna E y Díaz, R para fines de la presente investigación. Este constituido por 7 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determinó la edad y el sexo de la persona (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (3 ítems).
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (4 ítems).

### **Control de Calidad de los datos:**

#### **Validez externa:**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a tres (3) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (53).

#### **Validez Interna**

Para la validez interna de la escala Estilo de Vida, se aplicó la fórmula de Pearson en cada uno de los ítems. Se obtuvo un  $r > 0.20$ , lo cual indica que el instrumento es válido (53).

#### **Confiabilidad**

De un total de 29 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento se obtuvo para la escala total un índice de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0.794, lo cual indica que la escala para medir el estilo de vida del adulto es confiable (54).

### **4.5. Plan de análisis.**

**Procedimiento para la Recolección de Datos:** Para la recolección de datos del proyecto de trabajo de investigación se considerará lo siguiente:

- Se informó y se les pedirá el consentimiento a los adultos del centro poblado de Quenuayoc.
- Se realizó la coordinación con los adultos del centro poblado de Quenuayoc para poder realizar el proyecto.
- Se realizó la aplicación del cuestionario a cada participante del estudio

- El cuestionario se aplicó en un tiempo máximo de 15 min, en cuanto a las respuestas serán marcadas de forma personal y directa por cada participante.

**Análisis y Procesamiento de los Datos:** Los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS v.25.0 y fueron presentados en tablas simples de frecuencia y porcentajes para su respectivo análisis, como también para establecer la relación de los variables en estudio la cual se empleó la prueba de chi – cuadrado con el 95% de significancia de  $p < 0,05$ .

#### 4.6. Matriz de consistencia

Título	Enunciado	Objetivo general	Objetivo específico	Hipótesis	Variables	Metodología
Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz - Ancash, 2021.	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz - Ancash 2021?	Determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2021.	1. Valorar el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2021. 2. Identificar los factores biosocioculturales del adulto del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2021. 3. Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y factores biosocioculturales (Biológico, social y cultural) de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2021.	<b>Ho</b> = No existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia - Huaraz - Ancash, 2021. <b>Ha</b> = Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia - Huaraz - Ancash, 2021.	<b>Estilo de vida</b> Saludable No saludable <b>Factores Biosocioculturales</b> <b>-Factores biológicos:</b> Sexo <b>-Factores culturales:</b> Religión Grado de instrucción <b>-Factores sociales:</b> Estado civil Ocupación Ingreso económico	<b>Tipo:</b> Es cuantitativo de corte transversal y no experimental. <b>Diseño:</b> Descriptivo correlacional. <b>Técnica:</b> las técnicas son la entrevista Instrumento: Escala de estilo de vida. Cuestionario de factores biosocioculturales

## **4.7. Principios éticos**

### **Protección a las personas**

En cuanto a este principio de protección a las personas, se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no sólo implica que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucra el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encuentran en situación de vulnerabilidad (55). Durante la investigación la persona es el fin y no el medio, por lo tanto, se respetó la confidencialidad, la diversidad, la dignidad, la identidad de la persona así mismo la privacidad.

### **Libre participación y derecho a estar informado**

En cuanto a este principio todos los beneficiarios participaron de manera voluntaria y sin ser forzados además cuando realizamos una investigación tienen derecho de estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación a desarrollar, así también tienen libertad de participar por voluntad propia (55). Todas las personas participaron de una manera voluntaria durante la investigación, después de ser informados sobre la investigación y el consentimiento informado. Así mismo se le informó sobre las preguntas la cual tienen que ser respondidas mediante la entrevista.

### **Beneficencia no maleficencia**

En cuanto a este principio se respetó todas las opiniones y las dudas, además no se causó daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios (55). Mediante la información anticipada con el consentimiento informado a todas las

personas que participaron en la presente investigación, se garantizó su seguridad y bienestar para de esta manera prevenir daño psicológico, social y espiritual de cada uno de ellos.

### **Justicia**

Los participantes tienen derecho a acceder a los resultados sin impedimento alguno así también la justicia en el investigador debe ejercer un juicio razonable ponderable y tomar siempre las precauciones necesarias (55). Al momento de realizar la encuesta se dio a conocer a cada uno de los participantes, asimismo informó sobre sus derechos de acceder al resultado final de la investigación.

### **Integridad científica**

En este principio nos basamos en las actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional, la integridad del investigador resulta especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación (55). Se mantuvo la integridad científica y del investigador durante el desarrollo de la investigación. Resulta especialmente relevante en función de las normas deontológicas de la profesión, se evaluarán y declararan daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a todos los que participan en la investigación.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados

**TABLA 1. Estilo de vida de los adultos de centro poblado de Quenuayoc - Independencia- Huaraz -Ancash, 2021.**

ESTILO DE VIDA	N	%
Saludable	60	40.54%
No saludable	88	59.46%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Escala de estilos de vida, elaborado por Dr. Sachrist y Pender, modificado por, Delgado R; Reyna E. y Diaz R. Aplicado a los Adultos de la del de centro poblado de Quenuayoc -independencia-Huaraz -Ancash, 2021.

**GRAFICO 1. Estilo de vida de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



**Fuente:** Escala de estilos de vida, elaborado por Dr. Sachrist y Pender, modificado por, Delgado R; Reyna E. y Diaz R. Aplicado a los Adultos de la del de centro poblado de Quenuayoc -independencia-Huaraz -Ancash, 2021.

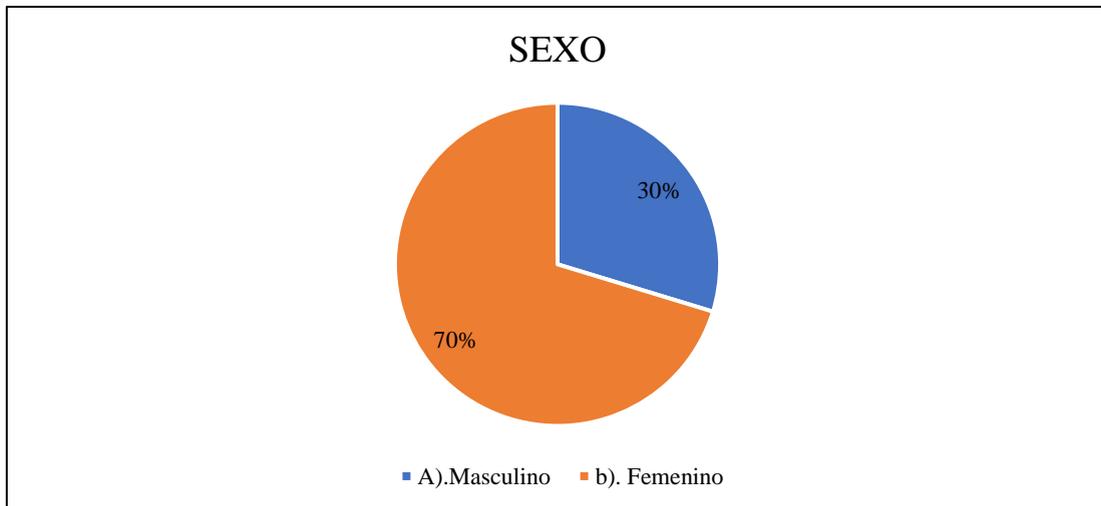
**TABLA 02. Factores biosocioculturales de los adultos de Centro Poblado de Quenuayoc -Independencia – Huaraz – Ancash, 2021.**

<b>FACTORES BIOLÓGICOS</b>		
<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	44	29.73%
Femenino	104	70.27%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Adulto Joven (18- 29 años)	52	35.14%
Adulto maduro (30 -59 años)	67	45.27%
Adulto mayor (60 a más)	29	19.59%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	131	93.24%
Evangélico	16	6.08%
Otra religión	1	0.68%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	11	7.43%
Primaria	56	37.84%
Secundaria	59	39.86%
Superior	22	14.86%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>FACTORES SOCIALES</b>		

<b>Estado civil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	47	32%
Casado	51	34%
Conviviente	11	7%
Separado	35	24%
Viudo	4	3%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	21	14.19%
Empleado	14	9.46%
Ama de casa	83	56.08%
Estudiante	20	13.51%
Otros	10	6.76%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>
<b>Ingreso económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menor de 400nuevos soles	92	62.16%
De 401 a 600 nuevos soles	27	18.24%
De 601 a 800 nuevos soles	16	10.81%
De 801 a 1000 nuevos soles	3	2.03%
Mayor de 1001 nuevos soles	10	6.76%
<b>TOTAL</b>	<b>148</b>	<b>100.00%</b>

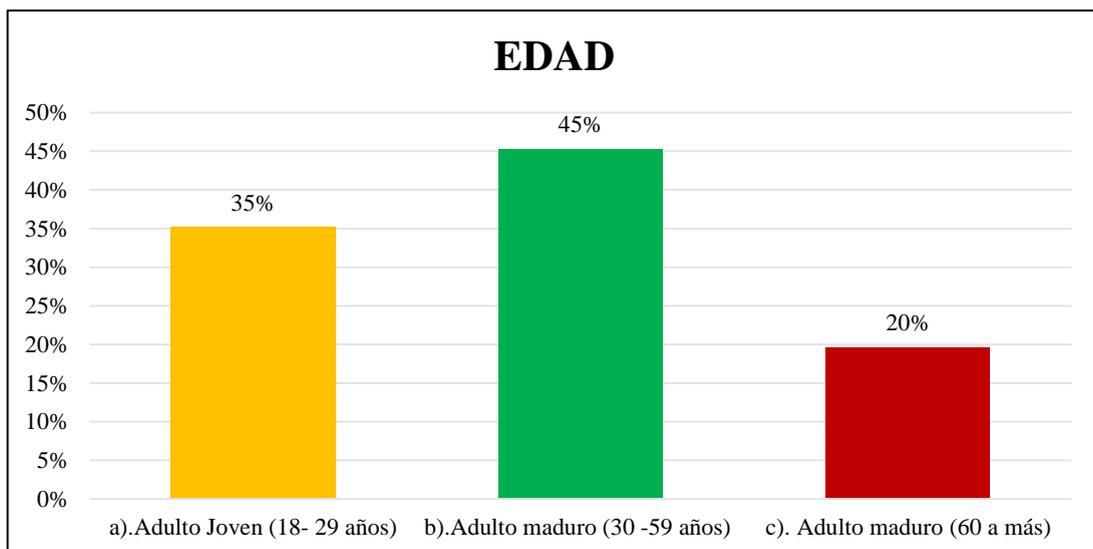
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 2. Sexo de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



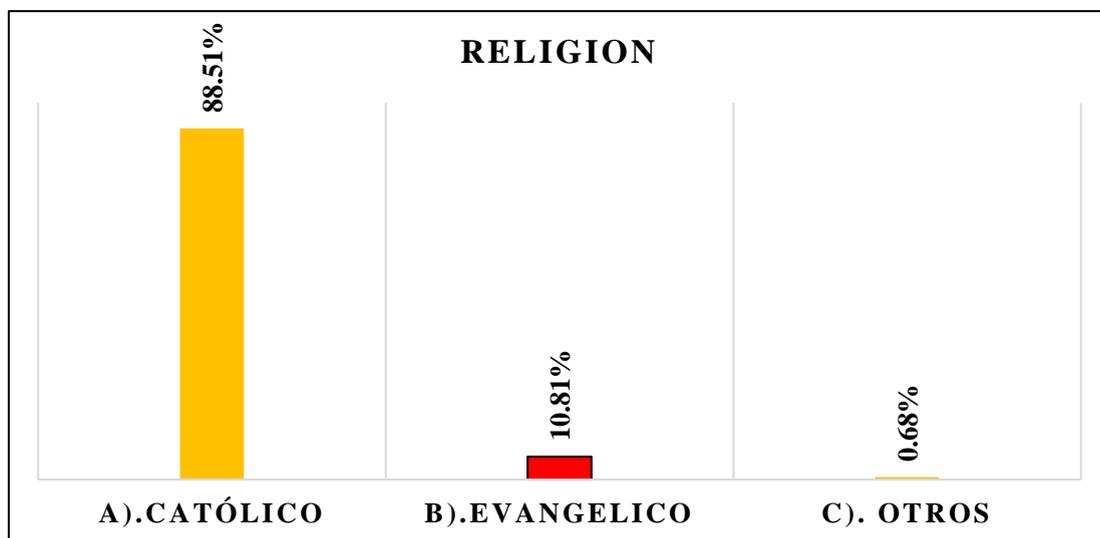
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 3. Edad de los adultos del centro poblado de Quenuayoc Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



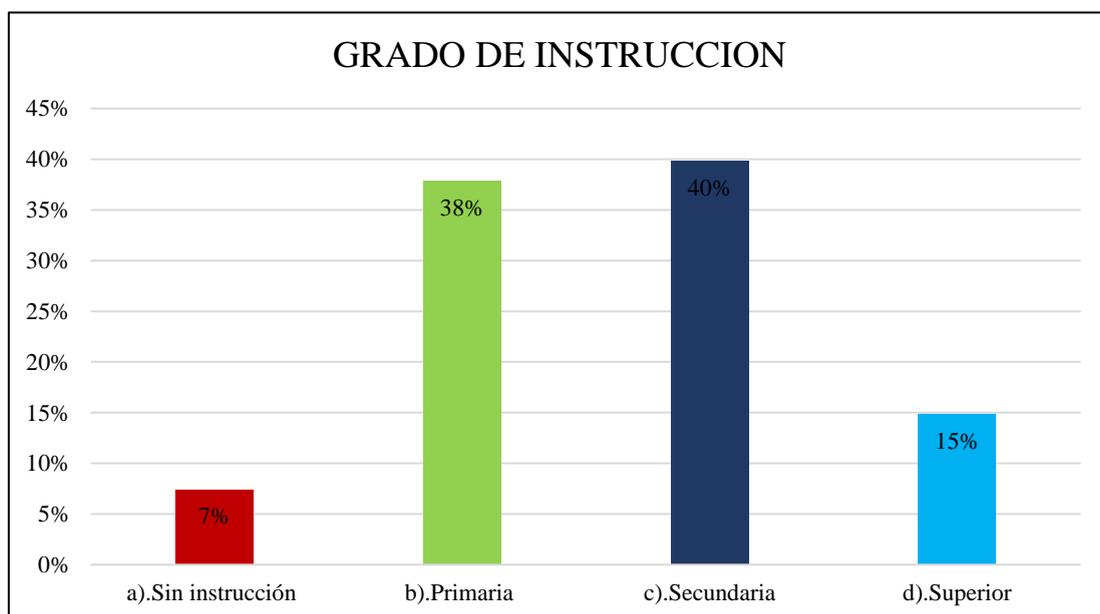
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 4. Religión de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



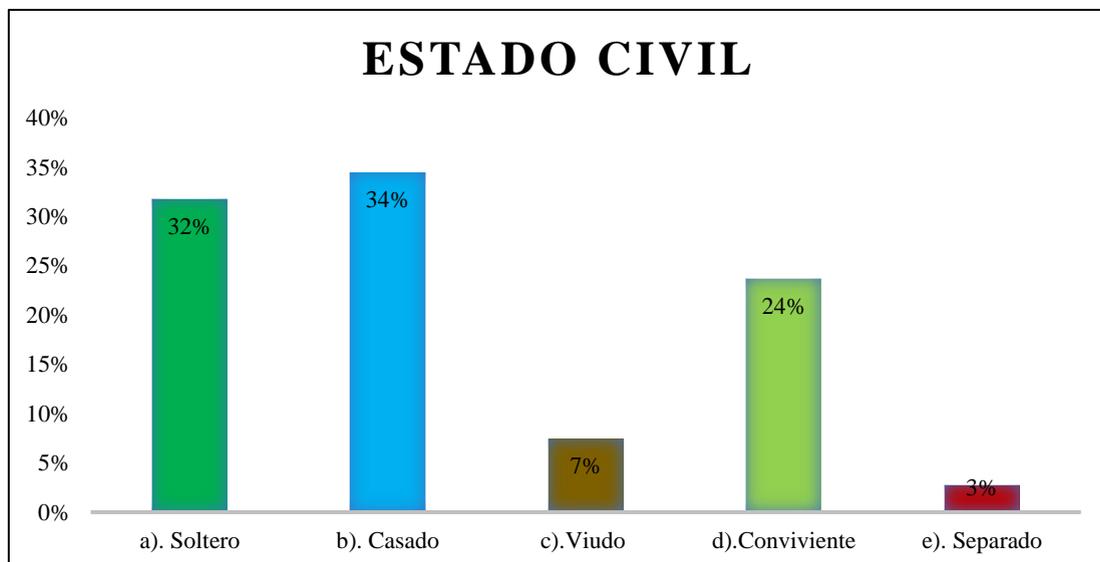
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Díaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 5: Grado de instrucción de los adultos del centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



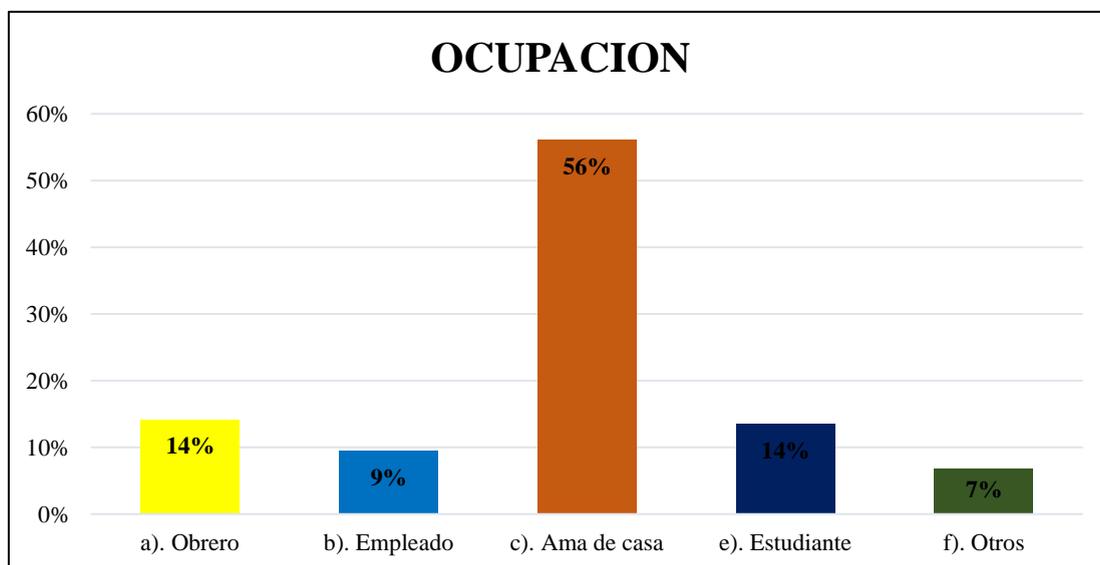
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Díaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 6: Estado civil de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



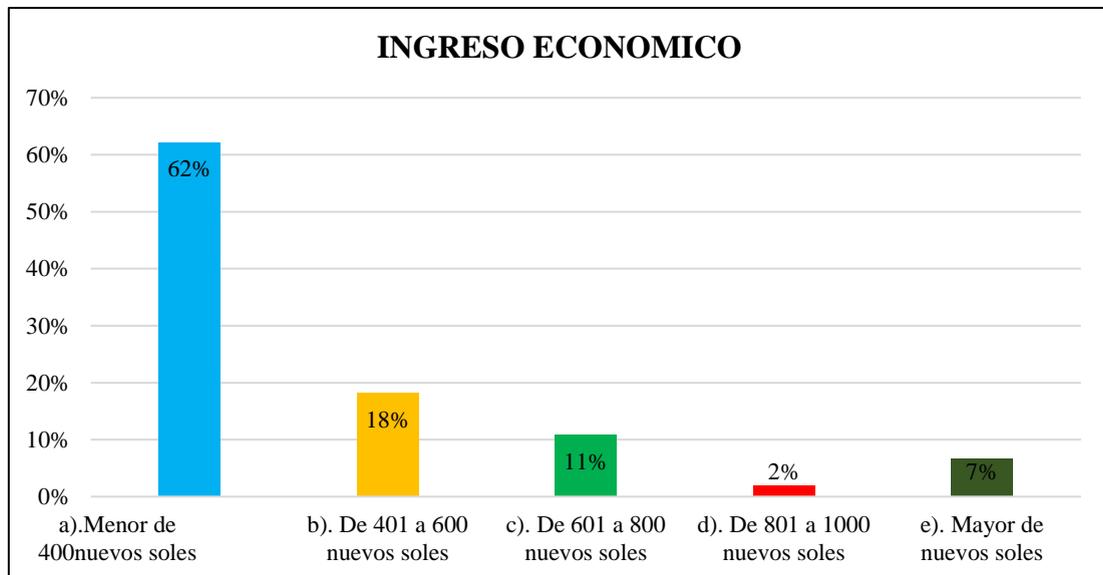
**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 7: Ocupación de los adultos del centro poblado de Quenuayoc - Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**GRAFICO 8: Ingreso económico de los adultos del centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario sobre los factores biosocioculturales, elaborado por: Delgado R. Reyna, E. y Diaz R. Aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**RELACION ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DE CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC – INDEPENDENCIA -HUARAZ – ANCASH, 2021.**

**TABLA 3: Factores Biológicos y estilo de vida de los adultos de centro poblado de Quenuayoc -Independencia-Huaraz-Ancash, 2021.**

**FACTORES BIOLOGICOS**

Sexo	Estilo de vida						<i>PRUEBA CHI CUADRADO</i> $x^2 = 1.9762$ $gl = 1$ $p = 3.8415 > 1.9762$
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Masculino	14	9.4%	30	20.3%	<b>44</b>	<b>29.7%</b>	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Femenino	46	31.1%	58	39.2%	<b>104</b>	<b>70.3%</b>	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100%</b>	

Edad	Estilo de vida						$x^2 = 1.9171$ $gl = 2$ $p = 5.9915 > 1.9171$
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Adulto Joven (18 - 29 años)	22	14.9%	28	18.9%	<b>50</b>	<b>33.8%</b>	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Adulto Medio (30 - 59 años)	24	16.2%	45	30.4%	<b>69</b>	<b>46.6%</b>	
Adulto Mayor (60 a más)	14	9.5%	15	10.1%	<b>29</b>	<b>19.6%</b>	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100%</b>	

**Fuente.** Escala del estilo de vida y cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborado por Dr. Walker, Sechrist y por Delgado R; Reyna E. y Diaz R. aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**TABLA 04. Factores culturales y estilos de vida de los adultos de centro poblado de Quenuayoc- Independencia – Huaraz – Ancash, 2021.**

**FACTORES CULTURALES**

Religión	Estilo de vida				Total		$\chi^2 =$
	Saludable		No saludable				$1.3146$ $gl = 2$
	N	%	n	%	N	%	$p = 5 > 1.3146$
Católico	52	35.1%	79	53.4%	131	88.5%	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Evangélico	8	5.1%	8	5.4%	16	10.8%	
Otra religión	0	0.0%	1	0.7%	1	0.7%	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100.0%</b>	

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		$\chi^2 =$
	Saludable		No saludable				$3.3737$ $gl = 3$
	N	%	n	%	N	%	$p = 8 > 3.3737$
Analfabeto	5	3.4%	7	4.7%	12	8.1%	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Primaria	18	12.2%	37	25.0%	55	37.2%	
Secundaria	29	19.6%	30	20.3%	59	39.9%	
Superior	8	5.4%	14	9.5%	22	14.9%	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100.0%</b>	

**Fuente.** Escala del estilo de vida y cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborado por Dr. Walker, Sechrist y por Delgado R; Reyna E. y Diaz R. aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

**TABLA 05 Factores sociales y estilo de vida en adultos – Centro Poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz – Ancash, 2021.**

**FACTORES SOCIALES**

Estado Civil	Estilo de vida				Total		$\chi^2 =$
	Saludable		No saludable		N	%	$6.8464$ gl= 4
	N	%	N	%			$p = 9.487729 > 6.8464$
Soltero	19	12.9%	28	18.9%	47	31.8%	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Casado	21	14.2%	30	20.3%	51	34.5%	
Conviviente	3	2.0%	8	5.4%	11	7.4%	
Separado	13	8.8%	22	14.8%	35	23.6%	
Viudo	4	2.7%	0	0.0%	4	2.7%	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100.0%</b>	

Ocupación	Estilo de vida				Total		$\chi^2 =$
	Saludable		No saludable		N	%	$5.1941$ gl= 4
	N	%	N	%			$p = 9.487729 > 5.1941$
Obrero	4	2.7%	17	11.5%	21	14.2%	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
Empleado	7	4.7%	7	4.8%	14	9.5%	
Ama de casa	36	24.3%	47	31.8%	83	56.1%	
Estudiante	8	5.4%	12	8.1%	20	13.5%	
Otros	5	3.4%	5	3.4%	10	6.8%	
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>40.5%</b>	<b>88</b>	<b>59.5%</b>	<b>148</b>	<b>100.0%</b>	

Ingreso económico	Estilo de vida				Total		$\chi^2 =$
	Saludable		No saludable		N	%	$15.781$ gl= 4

	Saludable		No saludable				$p=$	9.487729 <	15.781
	n	%	N	%	N	%			
Menor de 400nuevos soles	45	30.4%	47	31.8%	<b>92</b>	<b>62.2%</b>			
De 401 a 600 nuevos soles	7	25.9%	20	13.5%	<b>27</b>	<b>18.2%</b>			
De 601 a 800 nuevos soles	2	1.4%	14	9.4%	<b>16</b>	<b>10.8%</b>			<i>Si existe relación significativa entre las variables</i>
De 801 a 1000 nuevos soles	3	2.0%	0	0.0%	<b>3</b>	<b>2.0%</b>			
Mayor de 1100 nuevos soles	6	4.1%	4	2.7%	<b>10</b>	<b>6.8%</b>			
<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>42.6%</b>	<b>85</b>	<b>57.4%</b>	<b>148</b>	<b>100.0%</b>			

**Fuente.** Escala del estilo de vida y cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborado por Dr. Walker, Sechrist y por Delgado R; Reyna E. y Diaz R. aplicado a los adultos de centro poblado de Quenuayoc -independencia-Huaraz-Ancash, 2021.

## V. RESULTADOS

### 4.2. Análisis de resultados

#### TABLA 1

La investigación que se realizó, a la población adulta de centro poblado de Quenuayoc, después de aplicar los instrumentos de evaluación; se obtuvo los siguientes datos (resultados). De un total de 100% (148), adultos encuestados, el 41 % (60) cuentan con un estilo de vida favorable, a su vez un 59% (88) adultos que participaron cuentan, con un estilo de vida no saludable.

“Estilo de vida”; son actitudes, costumbres y modo de vivir de cada persona, principalmente son los hábitos adquiridos de la familia, depende de las decisiones que tome la persona, le permite el desarrollo en todas las dimensiones, tanto sociales, cultural biológico, etc. Los hábitos de vida que puede llevar la persona dependen del compromiso que tiene en cuidar su salud, sin embargo, la sociedad que lo rodeo influye en el comportamiento de la persona, ya que puede ser influenciado en el consumo del alcohol, tabaco la cual son perjudiciales y puede conllevar adquirir alguna enfermedad.

Las personas adultas en estudio, del centro poblado de Quenuayoc; se evidencia que en un mayor porcentaje cuentan con un estilo de vida no favorable, esto es el resultado del desconocimiento del consumo y la combinación de los alimentos nutritivos; en algunas ocasiones solo consumen alimentos 2 veces por día, desayuno y cena, en la mayoría de las ocasiones salen tempranas horas de la mañana a cultivar sus terrenos de cultivo y regresan a casa en horas de la tarde, y solo llevan fiambre, ya que no tienen espacio donde cocinar. Al no tener una alimentación adecuada, puede traer

consecuencias negativas en su vejez, enfermedades como: la osteoporosis, anemia, entre otros.

La “Organización Mundial de la Salud (OMS)” (56), manifiesta que cada persona de manera individual tiene, una manera de vivir, dentro y fuera de la familia, la cual optan los hábitos de vida de manera diaria. Asimismo, para que goce de una vida saludable, una persona tiene que evitar el consumo de tabaco (drogas), evitar el sedentarismo, situaciones estresantes, la mala utilización de los servicios de salud, la alimentación inadecuada, etc. llevar estilos de vida inadecuada generan perjuicios en salud de cada persona. Costumbres, hábitos o las formas de vida, son las actitudes que practica el individuo en su vida diaria; que puede ser favorable o no favorable. Las cuales determinan los factores culturales, biológicos y sociales, permitiendo que cada individuo cuente con un estilo de vida, saludable.

La mayor parte de la población adulta de Quenuayoc, cuentan con estilo de vida no saludable, a consecuencia de consumir los alimentos dos veces al día, los alimentos que ingieren no son balanceados; en pocas ocasiones consumen frutas, verduras, productos de origen animal, etc. al parecer solo comen por saciar el hambre de esta manera llenarse de energía para regresar al trabajo o continuar con las actividades diarias, ya que esto requiere de mucha energía para cumplir sus labores.

Las mujeres adultas, ayudan a sus esposos en el trabajo, después de realzar sus actividades o que haceres en el hogar, realizan trabajos que no requieren de esfuerzo físico. Llevar elecciones de vida no saludable, conlleva

que la persona adulta sufra o padezca de múltiples enfermedades crónicas degenerativas como: el sobrepeso, la obesidad, enfermedades cardiovasculares, etc. la cual se relaciona con los malos hábitos del adulto; el sedentarismo, el tabaquismo, consumo de sustancias tóxicas como la droga y el alcohol, etc.

La forma o estilo de vida de la persona, va de la mano con los patrones y las conductas, la cual incluyen las creencias, la cultura, tradiciones, las experiencias con la familia y en el trabajo; por lo tanto, se dice que los patrones de comportamiento están determinados por los hábitos que lleva la persona. En algunas ocasiones, estas conductas que tiene son riesgoso para su salud. Van a formar para que la persona sobreviva en la sociedad, por ejemplo: los sentimientos de inferioridad, impotencia y frustración que tiene para afrontar los problemas, asimismo conllevando a adquirir prácticas riesgosas como el consumo de drogas, consumo de alcohol y la violencia para contrapesar la frustración que padece (57).

La alimentación saludable, es de suma importancia para que la persona goce de buena salud manteniendo el bienestar físico, psicológico y social; los adultos. Es importante manifestar que los adultos en estudio consumen con frecuencia productos naturales o producidos por ellos mismos en sus chacras; en pocas ocasiones consumen alimentos procesados o enlatados, por el mismo ingreso económico que tienen ya que es en su mayoría no cuenta con trabajo estable, asimismo refieren que comer lo que producen en sus terrenos de cultivo son más saludables y económicos.

La alimentación, diaria que consumen las personas proporcionan fuente de vitaminas y minerales como también calorías que son esenciales para la salud de la persona. La alimentación saludable incluye “los elementos nutricionales de la pirámide nutricional; la cual debe de ser en porción adecuada, combinación de los alimentos, vitaminas y minerales suficientes para que la persona realice sus actividades durante el día”. La ingesta de alimentos que contengan en exceso, carbohidratos, grasas puede producir la obesidad, y la ingesta de alimentos que no contengan suficientes vitaminas y minerales puede llevar que la persona presente anemia entre otras enfermedades (58).

En la actividad física, está relacionado con movimiento de los esqueletos de las personas, en los adultos se refleja en realizar caminatas, a sus chacras donde realizan cultivos, al arrear sus animales al campo para realizar pastoreo. Sin embargo, esta actividad solo realiza un porcentaje menor de los adultos, debido al desconocimiento de la importancia y los beneficios de realizar el ejercicio, la mayoría dicen que los ejercicios son para las personas más jóvenes como (adolescentes, los deportistas y los niños en etapa escolar). Los adultos tienen esta perspectiva por el mismo hecho de no haber recibido información u orientación sobre la importancia de realizar ejercicio físico; la falta de ejercicio conlleva a que los adultos padezcan de enfermedades degenerativas, como la obesidad, sobre peso, alteraciones cardiovasculares, diabetes, hipertensión, etc.

La actividad física, son los movimientos que realiza cada individuo de manera organizado; con el objetivo de conseguir una formación completa del

sujeto. las características y sus particularidades de estos movimientos son coordinados las cuales se puede realizar, al ir al gimnasio, forma de juegos, gimnasio, etc. estos movimientos continuos mejoran la salud del individuo (59).

Asimismo, la población adulta de Quenuayoc, conoce que la tensión física, es conocido como el estrés, lo cual son problemas de salud; que afecta la salud mental de la mayoría de las personas, la cual está relacionado a diferentes factores como: los problemas familiares, déficit económico entre otros. Sin embargo, los adultos en estudio viven en una situación de estrés, a causa de la pandemia por covid-19. Viven con miedo, preocupación, aislados y con tristeza ya que algunas personas han perdido familiares a causa de este virus.

Los adultos del centro poblado de Quenuayoc, en su mayoría no piden apoyo al profesional de salud ni familiares para poder resolver los problemas que están produciendo el estrés, mencionan que los problemas se tienen que resolver uno mismo. Es importante mencionar que un porcentaje menor sabe identificar los problemas que causan el estrés la cual busca ayuda familiar y amigos; a su vez salen a sus chacras a cultivar sus terrenos, pastar sus animales, jugar con amigos, la cual permite que la persona no se encuentra estresado; a lo contrario se encuentran relajados.

El estrés es una reacción o una respuesta que se produce frente a una situación agradable o no agradable, en ambas ocasiones se produce el estrés, la cual es (estrés bueno y mala), la persona al no buscar ayuda para superar

esta situación puede conllevar a involucra la salud. Estas situaciones estresantes producen la alteración y el desequilibrio emocional y mental deteriorando el razonamiento cognitivo en los problemas personales y sociales (60).

Con respecto al apoyo interpersonal, en la población de Quenuayoc se evidencia que existe un apoyo mutuo de los pobladores, existe una buena relación entre ellos, ya que de manera conjunta realizan faenas comunales, participan en las reuniones, se ayudan en sembrar, cultivar y cosechar sus productos, se ayudan en la construcción de casa, así mismo cuando una familia pasa por situaciones difíciles, los adultos brindan apoyo. cuando a los adultos pasan por situaciones de fastidio o incomodidad suelen a conversar sobre sus fastidios, con la finalidad de solucionar los problemas de esta manera vivir de manera armoniosa entre ellos.

El apoyo interpersonal, es fundamental en la vida diaria del ser humano, ya que esto permite que la persona goce de un bienestar psicológico, mental y social. El apoyo que se brindan ente las personas, familias, vecinos y en la comunidad. la comunicación es un instrumento principal para sobrellevar el apoyo interpersonal, el apoyo entre los adultos permite sobresalir, crecer de manera conjunta en una determinada comunidad donde vive (61).

La autorrealización, consiste en lograr las metas y los objetivos y/o aspiraciones que tiene en mente cada individuo. La autorrealización es fundamental en una sociedad ya que de esta manera la persona adquiere una satisfacción inmensa por todo lo que ha obtenido. En la comunidad de

Quenuayoc, se evidencia que un porcentaje menor de los adultos no lograron obtener sus metas o sueños trazadas por falta de apoyo económico en su mayoría. Sin embargo, se evidencia que un porcentaje mayor de adultos se sienten satisfechos con la actividad que realizan en la actualidad, son felices cultivando sus terrenos, crianza de animales, con tener una familia unida y numerosa, a la vez les llena de satisfacción al adquirir una buena cosecha de los productos sembrados.

La autorrealización, es decidir sobre el crecimiento personal, tanto la manera de vivir. La potenciación del talento, experiencia, descubrimientos, crecimiento personal lo cual permite que el adulto logre adquirir un objetivo trazado, generando una satisfacción y la felicidad personal en su vida cotidiana (62).

La dimensión responsabilidad en salud; en el centro poblado de Quenuayoc, los adultos en estudio cuentan con seguro integral de salud (SIS), lo cual es usado con frecuencia por un porcentaje mayor, de los adultos ya que asisten al puesto de salud a recibir su paquete de atención integral de salud en sus tres etapas; reciben atención en “prevención y promoción de salud”. Reciben atención por enfermedades, planificación familiar, atención por embarazo, inmunizaciones, etc.

Sin embargo, se evidencia que un porcentaje menor, no hacen uso del (SIS); por desconocimiento, por miedo, vergüenza. La cual a ellos les hace fácil automedicarse comprando medicinas de farmacias, boticas sin importar los riesgos que produce la automedicación como la intoxicación o alguna

reacción alérgica. En primera instancia algunos adultos prefieren la medicina alternativa como el consumo de infusiones de hierbas medicinales, aromaterapias, emplastos con barro, etc. esto permite que las personas se recuperen de manera positiva. Practican la “shoqmada” realizan con periódicos, huevo, cuy, etc. los que realizan esta práctica mencionan que es mejor que tomar medicinas o ponerse ampollas.

la responsabilidad en salud va a depender de cada individuo, lo cual esta influenciado por la cultura la cual se relaciona con las creencias, religión que profesa la población. Es el cuidado, preocupación y la responsabilidad de cada persona en mantener una salud adecuada. Por ejemplo: con realizarse una higiene continua, chequeos medico de manera trimestral, se evita enfermedades que afecte la salud (63).

Estos resultados se asemejan al resultado obtenido por, Flores N. (64), en su investigación titulado: “Etilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del nuevo amanecer, la joya – Arequipa, 2018”. Lo cual concluyó que, de las personas encuestadas, el 15.7% (18) tiene un estilo de vida saludable y un 84,3% (97) tiene un estilo de vida no saludable.

Es similar, al resultado obtenido del investigador. Gonzales G. (65), en su trabajo titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven magdalena nueva sector 2b \_ Chimbote, 2018”. del total de los participantes se obtuvo, el 31,0% (31). cuentan con estilo de vida favorable. Y el 69,0% (69), cuentan con estilo de vida no favorable.

El siguiente resultado se relacionan con el resultado obtenido por Aldave R. (66), en su tesis titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Ancomarca- Independencia- Huaraz, 2018”. Este investigador concluye que del 100% (108) de la población adulta en estudio, el 7,4% (8) tienen un estilo de vida adecuado y el 92,6% (100) tienen un estilo de vida no adecuado.

Los resultados obtenidos son idénticos con el estudio realizado por Soriano A (67), “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Cátac, 2020.” Donde concluye que de todos los adultos que participaron en este importante estudio, el 76% (114) cuentan con un estilo de vida no saludable y un 24% (36) cuentan con un estilo de vida saludable

La semejanza de los resultados puede deberse, al mismo grupo de estudio y los comportamientos similares en costumbres, cultura, ubicación geográfica, ya que las poblaciones en estudio se encuentran en las zonas rurales, donde los adultos se alimentan lo que producen en la chacra, en pocas ocasiones compran productos de la ciudad. Por el nivel educativo que tienen, por lo tanto, tienen desconocimiento sobre los hábitos adecuados para tener un estilo de vida favorable.

El presente resultado difiere con el estudio de Llontop, M. (68), en su trabajo de investigación titulado: “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Costa Verde – Nuevo Chimbote, 2018”. La cual concluye que, del total de los adultos

encuestados, el 76% (76) los adultos tienen estilos de vida saludables y un 24% (24) tienen estilos de vida no saludables.

Los resultados son distintos, con los resultados, obtenidos por otros investigadores, porque la población es estudio, se encuentra ubicado en una zona rural, la cual les dificulta a tener acceso a los servicios de salud, a seguir estudiando y contar con una carrera profesional, permitiendo que la población adulta se encuentre más preparada y mejorar los hábitos que favorezcan su salud. mientras que los otros estudios se han realizado en la población adulta de la zona urbana, se observa que ellos cuentan con estudios superiores y algunos cuenta con una profesión donde les permite a tener un trabajo estable y bien remunerado, etc. generando una gran diferencia entre ambos grupos.

De acuerdo con el resultado encontrado en la presente investigación, los adultos en estudio en su mayoría presentan, estilos de vida no saludable, esto es debido al desconocimiento sobre la combinación de los alimentos de manera adecuada, la mala práctica de los hábitos diarios. Las horas de sueño, el ejercicio físico, etc. El consumo de verduras y las frutas es escasa, no conocen los beneficios y componentes de dichos alimentos. La población carece de actividad y ejercicio, asimismo se evidencia que, un porcentaje menor se automedica, no acude al establecimiento de salud, con respecto a la autorrealización la mayoría se siente satisfecho con lo que hace, en caso del estrés algunos adultos no saben identificar la causa del estrés.

En cuanto al resultado obtenido se puede decir que el estilo de vida no se relaciona con la edad ni el sexo de la persona, más aún no es hereditario,

depende mucho de la conciencia que toma la persona sobre los cambios de actitud que favorecen la salud, asimismo crear conciencia y conocimiento sobre los estilos de vida saludable.

Se recomienda que la población adulta, tome conciencia y se sensibilice sobre el consumo de alimentos nutritivos y que adquiere hábitos saludables, para que de esta manera goce una salud plena y no sufra de enfermedades degenerativas en su vejez.

## **TABLA 2**

En la siguiente tabla de factor biosocioculturales se observa, la distribución porcentual de los resultados obtenidos de los adultos del centro poblado de Quenuayoc Independencia Huaraz, en el factor biológico se encontró que el 70,27% (105) son del sexo femenino, el 46,62% (69) tienen edad entre 30 a 59, asimismo el 39,86% (59) de los adultos tienen un grado de instrucción secundaria, el 93,24% (131) de los adultos son católicos, el 34,46% (51) son de estado civil conviviente, el 56,08% (83) de los adultos son ama de casa, el 62,14% (92) tienen un ingreso menor a 400 soles

De acuerdo con los datos encontrados, en el factor biológico se puede evidenciar que más de la mitad son de sexo femenino esto debido, a que las mujeres se quedan en casa atendiendo a los hijos y que haceres del hogar y los varones salen al campo a realizar sembríos en las chacras y cuidado de los animales. En el factor cultural más de la mitad tienen un grado de instrucción secundaria ya que en la actualidad por exigencia de los padres los adultos han

empezado a estudiar y tener una carrera profesional y obtener un trabajo estable.

La mayoría de los adultos profesan la religión católica, esto debido a que los pobladores han sido inculcados por sus antepasados y mencionan que hay un ser supremo que les cuida de todo lo malo. En el estado civil la gran mayoría son casados esto debido a las costumbres que siguen de sus antepasados. En ocupación de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, de la mayoría de los adultos encuestados tienen un ingreso económico menor de 400 soles mensuales, esto debido a que ellos no cuentan con un trabajo estable, por lo tanto, se dedican a la agricultura y la ganadería.

Según los datos obtenidos se evidencia que, los adultos de centro poblado de Quenuayoc en su mayoría son de sexo femenino, debido a la natalidad a su vez se encontró a las mujeres en sus casas realizando actividades en el hogar como: cuidados de los hijos, preparación de alimentos, limpieza, entre otros. las mujeres en el hogar tienen un rol importante que cumplir, por el arduo trabajo y actividad que realizan las mujeres, en muchas ocasiones descuidan de su salud y están propenso a enfermarse. En cambio, los varones de dicho centro poblado son el sustento de la familia, la cual se encontraban trabajando en sus terrenos de cultivo, cuidado de los animales y realizando trabajos eventuales.

Monreal C. et al, (69), define a la adultez como periodo de vida, donde la persona logra alcanzar su pleno desarrollo tanto en la capacidad física, mental, psicológicas, social. En esta etapa la persona supera esa etapa de la

infancia, adolescencia; a la vez se dice que es una etapa, donde la responsabilidad y la identidad están bien definidas. La persona está enfocada al desarrollo del trabajo, que haceres en el hogar, etc. Se refleja el estado de salud, la cual está relacionado con los hábitos de vida que ha tenido durante su juventud; y las actividades cotidianas, las edades de las personas se diferencian por el ritmo de vida que llevan cada uno de ellos la cual está ligado a la salud. a medida que la persona aumenta de edad, se puede observar los cambios que adquiere tanto físicos, mental, etc. el sexo, es una condición orgánica; donde se clasifica en masculino o femenina; en los animales (macho o hembra). Ambos sexos se desarrollan de manera paralela.

Asu ves los adultos de Quenuayoc en su mayoría comprende de edades entre 30 a 59 años. Esto hace referencia de que los adultos jóvenes se encuentra fuera de dicho centro poblado, han migrado a la capital o a la ciudad en busca de oportunidades, como trabajos en construcción, estudios superiores con la finalidad de superarse y tener alguna profesión de esta manera tener vida en el futuro. Por ello se encontró en su mayoría a los adultos maduros, ya que ellos se dedican al cuidado y protección de la familia, por lo que son más centrados y trabajan en sus chacras de cultivo para mantener a la familia.

De la misma forma, con respecto a la religión y grado de instrucción, de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, se encontró que un 93 % de los adultos profesan la religión católica. Esto debido a que las personas de dicha zona han crecido inculcado por sus padres y antepasados en profesar la religión católica; por ello han crecido profesando las costumbres, cultura de

sus antepasados, asimismo ellos asisten a la misa los domingos, y celebran fiestas patronales en honor a “San Martín de Porras” y Señor de Mayo; en símbolo de la fe y esperanza.

Según, Instituto vasco de estadística (70), el grado de instrucción son niveles de grados más elevados obtenido por las personas, ya que es un factor que influye para que la persona tenga una buena salud, influye en el desarrollo personal, asimismo depende mucho para obtener un trabajo estable. Es el proceso de aprendizaje donde cada persona adquiere conocimientos brindados por el docente en un aula, durante el transcurso de aprendizaje la persona desarrolla habilidades y destrezas. De acuerdo al nivel de instrucción la persona obtendrá mejor desarrollando, obtener un trabajo estable, ingreso económico; mejorar el hábito más saludable, favoreciendo su salud, como también tendrá mejor relación social.

Factor cultural, relacionado al grado de instrucción de los adultos de centro poblado de Quenuayoc, un 39, 86% de los adultos tienen grado de instrucción secundaria. Esto se debe que, en la actualidad, sin la educación secundaria o alguna carrera profesional es difícil encontrar un trabajo, estable, y remunerado. Asimismo, los padres inculcan a sus hijos a seguir estudiando para tener una mejor vida. Así mismo permite que el adulto se integre más a sociedad, adquirir conocimiento, facilidad del habla y el desenvolvimiento en la vida cotidiana. Por tal motivo priorizan a seguir estudiando y contar con una carrera técnica o profesional.

Respecto al factor social, en la variable estado civil, ocupación e ingreso económico de los adultos del centro poblado de Quenuayoc se encontró, que en su mayoría tienen un estado civil casado esto se debe a la cultura, costumbre que practican de generación en generación, los padres tienen esa costumbre de casarse antes de la convivencia. Antes del matrimonio se tiene se realiza el pedido de mano; donde los padres del novio acuden a la casa de la novia, llevando vino entre otros. este evento siempre va acompañado de una reunión familiar pequeña, donde se realiza el agasajo y por último la fiesta. Respecto a la ocupación, más de la mitad de los adultos son amas de casa, esto se relaciona con el sexo, ya que predomina el sexo femenino, y la educación con la que cuentan los adultos, al no contar con una carrera profesional y las costumbres, dicen que las mujeres están solo para procrear hijos, cuidado del marido, crianza de los animales, etc. por lo tanto no les permitía a seguir estudiando. Las mujeres tienen una función muy importante en el hogar y el trabajo es agotador, donde descuidan su salud por falta de tiempo y están propensas a enfermarse del estrés.

En relación con el ingreso económico de los adultos, se encontró que la mayoría cuenta con un ingreso económico menor de 400 soles, los adultos tienen poco ingreso económico ya que ellos se dedican al cultivo de sus terrenos, al pastoreo de los animales siendo su principal fuente de ingreso, esto debido a no contar con una carrera profesional, dificultándoles tener un trabajo bien remunerado y un trabajo estable. El ingreso que obtienen, no son suficientes para cubrir las necesidades básicas en la familia.

Los resultados obtenidos se asemejan a la investigación realizado por, Gonzales G. (71), en su trabajo titulado: “estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven magdalena nueva sector 2b \_ Chimbote, 2018”. Del total que participaron se encontró que el 58,0% (58) son de sexo 55 femenino, y el 43,0% (43) tienen estudio secundario, así mismo el 58,0% (58) profesan la religión católica, y 35,0% (35) son solteros, como también el 27,0% (27), su ocupación es ama de casa.

El resultado obtenido se asemeja al resultado de Bolívar P. (72), es su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. pueblo joven el progreso - Chimbote, 2018.” donde se concluye que el 66% (132) son de sexo femenino, así mismo el 34,5% (69) de los adultos tienen secundaria completa; el 59% (118) profesan la religión católica; a su vez el 66,5% (133) son casados; el 36,5% (73) son amas de casa, y por último en cuanto al recurso económico que perciben el 51% (102) es de 1000 a más nuevos soles.

Este trabajo se asemeja al trabajo realizado por Palacios N. (73), titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de llama- Piscobamba, 2018”. Donde concluye que el 59% del total de adultos en estudio tienen una edad comprendida de 36-59 años, el 52% de los adultos son de sexo femenino, 43% y tiene grado de instrucción primaria incompleta, así mismo se evidencia que el 91% son de religión católica, el 56 % son casado, 36 % de los adultos son amas de casa, respecto al ingreso económico el 35% tienen ingreso menor a 100 nuevos soles.

Difiere con resultado de la investigación realizado por Vera G. (74), en su trabajo titulado: “estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, nuevo Chimbote, 2020”. se llega a la siguiente conclusión, con respecto al sexo el 63.33% (76) de los adultos son de sexo masculino, el grado de instrucción un 65,83% (79) cuentan con estudio primaria; en cuanto a la religión el 55,00% (66) son católicas; el 40,83% (49) de los adultos son de estado civil casados, en cuanto a la ocupación el 67,50% (81) son otros; y el ingreso económico el 47,50% (57) de los adultos tienen un ingreso económico mensual de 650 a 850 nuevos soles.

En conclusión, en su mayoría son adultos maduros por lo que son susceptibles a padecer enfermedades por el mismo resultado obtenido; estilo de vida no saludable. Es importante mencionar que el factor social, variable ingreso económico, tiene relación significativa con el estilo de vida, que, al no tener un ingreso económico alto, los adultos no llevan practicas saludables, no les permite cubrir sus necesidades básicas en el hogar, afectando de manera negativa en la salud de los adultos, les dificulta el acceso a los servicios de salud, chequeos médicos de manera preventiva, consumir alimentos nutritivos como carne, pescado, etc. por falta de económica.

### **TABLA 3**

En la tabla tres sobre la distribución porcentual de factor biológico y estilo de vida se evidencia que el 70.3% (10) de los adultos son de sexo femenino, de las cuales 39.2% (58) no son saludables respecto al estilo de

vida, y el 31.1% (46) son saludables. Respecto al variable edad, el 46.6% (69) de los adultos tienen una edad de entre 30 59 años de los cuales el 30.4% (45) son saludables en estilo de vida, y el 16.2% (24) son saludables. por lo tanto, entre el sexo y edad no existe relación significativa entre los variables.

En seguida se muestra la relación que existe entre el factor biológico con el estilo de vida, el resultado encontrado al realizar la relación entre ambos variables, tanto sexo con estilo de vida, usando el estadístico chi cuadrado de independencia ( $\chi^2=1.976$ ,  $gl= 2$  y  $P >3.841$ ), con este resultado se puede decir que no existe relación significativa entre el sexo y el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz. De la misma manera, se demuestra la relación entre la variable edad y el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi - cuadrado de independencia, resultando ( $\chi^2= 1.917$ ;  $gl = 2$  y  $p=5.991$ ), donde se muestra que entre la variable sexo y estilo de vida no existe relación significativa.

El sexo y la edad, no tiene ninguna influencia con el estilo de vida, ya que sin importar la edad tanto mujer y varón de dicho centro poblado toma la decisión de llevar hábitos de vida, de acuerdo a su perspectiva o punto de vista, cada individuo adquiere conductas de la familia y el entorno donde vive, como también depende mucho del conocimiento y la educación de cada persona, sobre los hábitos dañinos y perjudiciales para la salud. según los resultados obtenidos se evidencio que, existe algunas conductas no saludables como: el sedentarismo, consumo excesivo de carbohidratos esto a la larga afecta la salud de las personas, como enfermedades no trasmisibles.

Nola P. (75), en su teoría promoción de la salud hace mención que los comportamientos de las personas se relacionan con la salud, asimismo orienta sobre la adquisición de conductas saludables. Los factores cognitivos de las personas se pueden modificar de acuerdo a las situaciones interpersonales que esté atravesando, permitiendo adquirir conductas positivas para su salud. este modelo se enfoca en la educación de los individuos de cómo cuidarse y tener una vida más saludable. Al llevar un estilo de vida saludable la persona, no se enfermará por lo tanto habrá menos gasto económico permitiendo la independencia y mejorando su futuro.

Según Nola P. (75), uno de los factores modificantes son el sexo de las personas, la edad, el nivel de ingreso económico ya que a mayor ingreso económico la persona va optar a alimentarse mejor como el consumo de carnes frutas, proteínas, verduras, etc. La educación hace que la persona encuentre un trabajo estable con la cual va poder satisfacer las necesidades básicas en la familia, las conductas de la familia influyen en muchos casos para que la persona opte a tener un estilo de vida saludable

El estilo de vida es forma de vida, son vivencias obtenidas en el pasado, conductas y comportamientos, de cada individuo, basados en la interacción entre las condiciones de vida sin importar la edad ni el sexo.

Un estilo de vida es una agrupación de las actitudes y los comportamientos que adquieren y lo realizan los seres humanos de manera personal o colectiva con la finalidad de satisfacer las necesidades que tienen como personas y de esta manera lograr su crecimiento o desarrollo personal.

Está relacionado a la forma de vida que lleva la persona tanto en la interacción social, condiciones de vida como también los patrones, conductas individuales la cual es dispuesto por los factores biosocioculturales (76).

De acuerdo con los resultados obtenidos concuerda con su investigación de Zenón A. (77), con su tesis titulado: “Determinar los estilos de vida de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”. En cuanto al variable factor biológico y estilo de vida, se concluye respecto a la edad, el 57,45% (212), tienen edad de entre 35 a 59 años, del cual el 42,28% (156). Tienen un estilo de vida no saludable y el 15,18% (56), presentan un estilo de vida saludable. En la variable sexo, se observa que el 51,22% (189) son de sexo femenino, de ello un 36,59% (135) con estilo de vida no favorable y un 14,63% (54) con estilo de vida favorable.

Los resultados son semejantes con Ramos C. (78), en su tesis titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. sector vi. Chonta. Santa María 2018. Los resultados muestran que no existe relación estadísticamente significativa entre la edad y el estilo de vida no saludable del adulto del Sector VI de Chonta, esto se debe a que no la mayoría de los entrevistados son adultos que se dedican a diversas actividades (agricultura, ganadería, comercio, la casa y sus estudios), dejando de la lado la práctica de estilos de vida saludables como dieta balanceada, evitar consumo de carnes rojas, evitar consumo de alcohol y tabaco, ejercicio y actividad, exposición al sol, entre otras.

Se encuentra estudio con resultados similares. Rafael M. (79), en su tesis titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – huashao – Yungay, 2018”; en la cual no se encontró ninguna relación estadísticamente significativa entre la edad y el estilo de vida, asimismo no se encontró relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

Asimismo, son idénticos con resultados encontrados por Flores, N. (80), en su investigación titulado: “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018; donde menciona que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores biológicos (edad y sexo) y los estilos de vida de los adultos.

Es similar al resultado encontrado por Morales J. (81), en su tesis titulado: Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara - Caraz, 2018; encontró que no existe relación estadísticamente significativa, entre la edad y el estilo de vida. Al relacionar la variable el factor biológico sexo y estilo de vida, encontramos que no existe relación estadísticamente entre las variables sexo y estilo de vida.

El resultado difiere con resultado de Revilla F. (82), en su tesis titulado: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Jangas – Huaraz, 2016. donde llega a concluir, que existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y el sexo de los adultos, sin embargo, los

resultados entre el estilo de vida y la edad son similares que no tienen relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Así mismo se encuentra que el resultado obtenido por Nuñez M. (83), en su tesis titulado: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Huasta –Bolognesi, 2016. Llego a concluir que, si existe relación, estadísticamente significativa; estilo de vida con la edad de las personas adultas, como también existe relación significativamente entre el estilo de vida y el sexo.

De acuerdo con los datos obtenidos, de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, los resultados muestran que no existen relación estadísticamente significativa entre la variable sexo con el estilo de vida, este resultado se sustenta con la teoría de Vives A. (84), donde menciona que los distintos grupos de edades, que están distribuidos por ciclos vitales, no tiene ninguna influencia para la obtención o la práctica de los hábitos saludables en su vida. Por lo que cada ser humano, de manera independiente toma decisiones de cómo llevar un estilo de vida, esto depende más que todo por la decisión y los conocimientos que tiene.

En conclusión, el factor biológico y el estilo de vida de los adultos de centro poblado de Quenuayoc no tiene ninguna relación significativa, ya que el sexo ni la edad, interfiere para tener una salud adecuada. Cada persona toma la decisión y la responsabilidad de practicar hábitos saludables con la finalidad de mantener una buena salud.

#### TABLA 4

En la tabla cuatro, al momento de analizar los resultados obtenidos de los adultos del centro poblado de Quenuayoc- Independencia- Huaraz sobre la relación entre los factores culturales con el estilo de vida, se observa que el 88.5% (131) de los adultos profesan la religión católica de los cuales 53.5% (79) adultos tienen un estilo de vida no saludable y solo 35.1% (52) de los adultos tienen un estilo de vida saludable. En cuanto al grado de instrucción un, 39.9% (59) tienen secundaria, de las cuales el 20.3% (30) adultos tienen un estilo de vida no saludable y solo 19.6% (29) de los adultos tienen un estilo de vida saludable. Se concluye que entre la variable religión, grado de instrucción con el estilo de vida no existe relación significativa entre las variables.

Se realiza la relación entre el factor cultural y el estilo de vida. Al momento de relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida haciendo el uso del estadístico chi cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 1.3146$ ,  $gl= 2$  y  $p= 5.991465 > 1.3146$ ), obteniendo estos resultados podemos decir que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así mismo se muestra la relación entre el grado de instrucción y el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi- Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 3.3737$ ;  $gl=3$  y  $p= 7.814728 > 3.3737$ ) lo cual se evidencia que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables tanto el grado de instrucción y el estilo de vida.

Según Nola P. (85), en relación al estilo de vida lo separa en dimensiones como: actividad y ejercicio, la alimentación, manejo del estrés, autorrealización, actividad y ejercicio, responsabilidad en salud y apoyo interpersonal. Donde refiere que estas dimensiones son primordiales para mantener un estilo de vida positivo. La correcta alimentación permite el buen funcionamiento del cuerpo humano permitiendo que el ser humano goce de una buena salud sin dolencias en la etapa adulto mayor. El practicar la actividad física fortalece los músculos y el tejido óseo, asimismo se previene enfermedades no transmisibles. El estrés es uno de los problemas de salud que afecta a una gran parte de la población, por ello es recomendable que la persona aprenda a identificar y controlar el estrés, para así vivir una vida armoniosa dentro de la familia y el entorno.

Según el resultado obtenido en la investigación realizada, se observa que no existe relación entre el estilo de vida y el factor cultural (grado de instrucción), ya que existe otros factores que condicionan la salud, como la biología humana, factores sociales, donde la familia es la más influyente de manera directa en el estilo de vida, la carga laboral ya que los adultos se dedican a la agricultura. En el resultado de la tabla 4 se evidencia claramente que el grado de instrucción de los adultos en su mayoría es de nivel secundaria a pesar de ello la gran mayoría de los adultos tienen un estilo de vida no saludable.

Marc L. (86), hace mención de que la salud de las personas están influenciado por 4 grandes determinantes las cuales son: las conductas de salud y el estilo de vida de las personas, hace referencia a (la falta de actividad

física, el sedentarismo, el consumo del alcohol y tabaco, estrés entre otras) la biología humana (está relacionada a la genética y la constitución) el sistema de asistencia sanitaria y el por el medio ambiente (la contaminación del medio ambiente por químicos, físicos, sociocultural y entre otros).

Según Eustat, (87), define al grado de instrucción, como es el nivel alto o elevado rango de educación en la cual el individuo se encuentra, al momento de hacer la pregunta, sin considerar que esté cursando ese nivel educativo, haya culminado o este de manera provisional, etc. para medir el nivel educativo existen diversas modalidades, como, por ejemplo, en nuestro caso se utiliza los cuatro ítems las cuales son: analfabeto; nivel primario, nivel secundario y el nivel superior.

Según Villa M. (88), en su estudio realizado sobre los factores que influyen de manera individual o colectiva en la salud de las personas, se identificó 4 grandes factores las cuales están conformado por: el medio ambiente, donde se encontró que el medio ambiente como la contaminación ambiental como la contaminación del agua, aire, suelo, etc. afecta la salud de las personas. Asimismo, la biología humana (la genética), estilo de vida y el acceso a los servicios de salud.

La religión, según una revista de National Geographic, (89), hace referencia a que es el resultado que hace la persona un esfuerzo, sobre adquirir conocimiento sobre la vida más allá de la muerte. Una experiencia religiosa, brinda aclaración de manera global sobre la religión y el mundo. Las diversas religiones, tradicionales justifican su fe en un ser espiritual y dividido, a la vez

la mayoría de las personas creen que la tierra, la humanidad fueron creados por algo sobre natural omnipotente, un ser superior.

La religión monoteísta, Dios está considerado como el padre creador del cielo, tierra y la humanidad, sin embargo, en la religión, mencionan que existe un Dios creador. Los símbolos religiosos y las interpretaciones literarias, sobre la creación del universo han generado una disputa entre los partidarios religiosos, a la vez todos desestiman esa idea que el origen de la vida fue pura coincidencia con la creación (89).

Se asemeja con el resultado obtenido por Palacios M. (90), en su tesis titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Ilima- Piscobamba, 2018. Donde obtiene el siguiente resultado; después de realizar el grado de relación utilizando el chi cuadrado, entre el grado de instrucción y el estilo de vida no existe relación entre ambas variables, así mismo la religión con el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

El estilo de vida no tiene ninguna relación con el grado de instrucción de la persona ya que son decisiones que toma cada persona como llevar su forma de vida la cual es la combinación de los aspectos culturales, físicos y psicológicos las cuales definen la forma de vida de cada persona. Es el modo y la forma de vida la cual está relacionado con los hábitos de la alimentación asimismo la higiene personal, etc. El obtener una vida nos saludable como el consumo de tabaco, no realizar una actividad física entre otros hace que la

persona sufra de enfermedades cardiovasculares entre otros haciendo que la persona en su adultez no goce de buena salud (91).

Estos resultados son semejantes al resultado obtenido por los investigadores Guevara, C. et al, D. (92), en su tesis titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta del P.J Miraflores Alto 2017”. Donde concluyen que entre el grado de instrucción y la religión con el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativamente.

El resultado es idéntico al estudio realizado por Huerta J. (93), en su tesis titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. pueblo joven Miraflores Alto Sector 1- Chimbote, 2017. Después de realizar la relación estadística utilizando el Chi- cuadrado, concluye que entre el estilo de vida y la religión no existe relación, así mismo entre el grado de instrucción con el estilo de vida no existe relación significativa entre ambas variables.

Son semejantes con el resultado obtenido por el investigador Torres N. (94), en su tesis titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018”. Donde concluye que entre el grado de instrucción y el estilo de vida no existe relación significativa así mismo; entre el estilo de vida y la religión no se encontró relación estadísticamente significativa entre ambas variables

Difiere con el resultado obtenido por Aniceto Z. (95), en su tesis titulado. “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020”. Concluye que el estilo de vida y el grado

de instrucción mantiene una relación significativa entre ambas variables, de la misma manera entre la variable religión y el estilo de vida de los adultos de Caraz, después de realizar el cálculo usando el estadístico de Chi – cuadrado de independencia; se evidencio que, si existe relación significativa entre ambas variables.

No se relacionan con el resultado obtenido por Acero R. (96), en su investigación titulado:” Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer adulta. Pariacoto, 2015”. Después de realizar la relación estadística usando el estadístico Chi- cuadrado de dependencia concluye que la religión y el estilo de vida si existe relación significativa. Con respecto el grado de instrucción y el estilo de vida si existe relación significativa entre ambas variables.

Los resultados anteriores, probablemente se relacionan por lo que ambos estudios se han realizado al mismo grupo de población, asimismo este grupo de población no cuentan con suficiente ingreso económico, para satisfacer sus necesidades básicas; y que en su mayoría son amas de casa, por la misma costumbres y creencias de sus ancestros continúan con las costumbres, que la mujer es solo para cuidar al marido, a los hijos, etc.

Difiere con resultado obtenido por Ordeano C. (97), en su trabajo de investigación titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018”; donde al momento de relacionar la variable grado de instrucción con el estilo de vida, en la cual utilizando el estadístico Chi- cuadrado de Independencia, se encontró que sí

existe relación estadísticamente entre ambas variables. Haciendo el mismo procedimiento entre la variable la religión y estilo de vida se encontró que sí existe relación estadísticamente significativamente entre ambas variables.

En los datos obtenidos durante la investigación, se evidencia que la mayoría de los adultos del centro poblado de Quenuayoc; profesan la religión católica a su vez no existe relación estadística significativa con la variable estilo de vida de los adultos. Esto hace entender de que la religión que profesen los adultos no tiene ninguna influencia en que la persona opte llevar hábitos, en su vida diaria tanto saludables o no saludables, por lo tanto, este factor, no genera ningún perjuicio en la salud de los adultos del centro poblado de Quenuayoc.

#### **TABLA 5**

En la presente tabla número cinco se analiza los resultados obtenidos la relación de factor social con el estilo de vida, de las personas adultos del centro poblado de Quenuayoc- Independencia – Huaraz: un 34.5% (51) de los adultos son casados de los cuales, el 20.3% (30) cuentan con estilo de vida no favorable y un 14.2% (21) tienen un estilo de vida favorable. En cuanto a la ocupación el 56.1% (83) son amas de casa, dentro de ello el 31.8% (47) no tienen un estilo de vida saludable, y un 24.3% (36) tienen un estilo de vida saludable. En cuanto al variable ingreso económico el 62.2% (92) adultos tienen un ingreso económico menor a 400 soles mensuales, de los cuales el 31.8% cuentan con estilo de vida no saludable y un 30.4% (45) tienen un estilo de vida saludable.

Al relacionar entre estado civil y el estilo de vida en la cual se utilizó el estadístico del Chi cuadrado de independencia ( $\chi^2 = 6.8464$ ;  $gl = 4$  y  $P = > 6.8464$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así como también la relación entre la ocupación y el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de independencia ( $\chi^2 = 5.1941$ ;  $gl = 4$  y  $P = > 5.1941$ ) en la cual no se encontró ninguna relación estadísticamente significativa entre las variables. Como también se muestra la relación de los ingresos económicos y el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia ( $\chi^2 = 15.781$ ;  $gl = 4$  y  $P = < 9.487729$ ) obteniendo como resultado que si existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y el estilo de vida.

Nola P. (98), brinda enseñanza a las personas sobre cómo llevar una vida más sana, ya que al promover una vida saludable se evita que la gente se enferme en menos cantidad de esta manera se evita los gastos económicos, mejorando la salud hacia el futuro.

Hace mención los metaparadigmas las cuales son: la salud donde es una de las más importantes que es mantener el equilibrio físico y mental de la persona, el entorno se refiere a las interacciones entre la parte cognitiva de la persona con lo perceptual y los factores que son modificables las cuales influyen en aquellas conductas las cuales son promotoras de salud. la persona está constituida por sus factores variables y cognitivo perceptual.

Respecto al estado civil de los adultos del centro poblado de Quenuayoc son casados. según las investigaciones realizadas por otros autores indican

que no hay relación entre el estilo de vida y estado civil. Por lo tanto, podemos decir que el estado civil de la población en estudio, tanto de las mujeres, varones, sean solteros viudos; no determina que la persona tenga estilo de vida saludable o no saludable. A lo contrario depende de las actitudes, decisiones y acciones ejercidas de manera positiva y de manera independiente cada individuo para el beneficio de su salud.

Según Oíán Z. (99), el estado Civil no interfiere en el estilo de vida, de las personas, por lo que el estado civil no define ni enmara que una persona tenga una calidad de vida, a lo contrario depende de la capacidad de ejercer obligaciones y derechos donde la persona decida en llevar hábitos saludables o no saludables. Sin embargo, el civil permanece invariable en la vida de las personas.

Respecto a la variable ocupación, de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, se evidencia que en su mayoría son amas de casa, la cual se dedican a los que haceres en el hogar, cuidados de los hijos, etc. así mismo los varones en su mayoría se dedican a la agricultura y la ganadería, en la cual ellos salen a trabajar en el terreno de los vecinos, en su propio terreno realizando sembríos, cultivos y la cosecha, ya que estos productos adquiridos son el sustento de la familia.

Por la ocupación con la que cuenta, la población en estudio, y el nivel educativo de los adultos, corre el riesgo de no tomar decisiones que favorezcan un estilo de vida saludable, les dificulta encontrar un trabajo estable por falta de una carrera profesional y por falta de experiencia en otra

área de trabajo; esto conlleva a que la población tenga un difícil acceso económico con la cual puedan cubrir las necesidades básicas en el hogar.

Según la organización panamericana de salud (OPS) y organización mundial de la salud (OMS) (100), menciona que la ocupación y el estilo de vida no tiene ninguna relación; dejando en claro que, proteger la salud de la persona, apartando los peligros en el ámbito laboral, asimismo evadir las enfermedades que puede padecer la persona, no asegura que los trabajadores independientes, del sector privado, y del sector público tengan una salud óptimo. La salud está relacionada con los hábitos y decisiones personales de cada individuo.

De la misma manera según Rueda L. (101), recalca que el factor, ocupación no presenta ninguna relación con el estilo de vida del individuo, a lo contrario está relacionado a que la persona tome decisiones favorecedoras a la vez al saber hacer.

Los adultos del centro poblado de Quenuayoc, en su mayoría tienen un ingreso económico menor a 400 soles mensuales, esto afectando en el abastecimiento de las necesidades básicas de la familia; la cual incluye para comprar ropa, comida, acceso a la calidad de educación, acceso a los servicios de salud, impide realizarse los chequeos médicos anuales, etc., asimismo les impide tener una casa de material noble, ya que al tener casa de adobe en su mayoría corren el riesgo de padecer accidentes por derrumbes en temporadas de lluvia, como también de padecer enfermedades dérmicas como alergias, problemas respiratorias y diarreicas por el polvo y la tierra. Por lo tanto,

podemos decir y se evidencia que el estilo de vida tiene relación con el ingreso económico de los adultos en estudio.

El ingreso económico, es un factor importante que afecta la salud de los adultos según los resultados obtenidos, sin embargo, los pobladores de Quenuayoc, se dedica a la agricultura de esta manera ellos la mayoría de los alimentos que consumen lo adquieren de sus terrenos de cultivo abas, chocho, quinua, papa, etc.); de la crianza de animales como cuy, gallina, oveja etc. Pero para poder brindar educación a sus hijos y otras actividades recreativas, no se abastecen. Es importante que los gobiernos locales y regionales trabajen en esta área, generando trabajos para los adultos y charlas educativas incentivando la educación de sus hijos; ya que de esto depende en el futuro de las familias gocen de una salud óptima.

El ingreso económico, tiene relación con el estilo de vida, ya que, al tener un ingreso económico alto, permite que la persona opte a alimentarse de una mejor manera, así mismo tener acceso a la educación, vivienda y salud. Los gastos, el ahorro, la compra, el endeudamiento son comportamientos económicos que experimenta cada persona en su vida diaria.

La salud de cada persona se relaciona con el ingreso económico, porque de esto depende el acceso a los servicios de salud de esta manera evitar los riesgos que puede afectar la salud. Asimismo, al tener un ingreso económico regular facilita que las familias compren productos que contengan mayor nutriente como vitaminas minerales, proteínas, etc. al tener un ingreso

económico bajo les dificulta a mucho de las personas a acceder a los servicios de salud, educación etc. (102).

Es similar al trabajo realizado por Milla L. (103), en su trabajo titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018; al momento de realizar la relación entre el estado civil con el estilo de vida, no se encuentra relación estadística significativa entre estas dos variables. Así como también al momento de realizar la relación entre la ocupación y el estilo de vida haciendo uso del chi cuadrado, no se encontró relación estadística entre estas dos variables. Por último, en cuanto al ingreso económico con el estilo de vida, si existe relación estadística significativa entre estas dos variables.

Difiere con el resultado de Ordeano C. (104), en relación de la variable estado civil y estilo de vida se encontró que sí existe relación estadísticamente entre ambas variables. Al mismo modo en la relación de la variable ocupación y estilo de vida, no existe relación estadísticamente significativamente entre ambos variables y por último, al relacionar la variable ingreso económico con el estilo de vida se encontró que no existe asociación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Así mismo difiere con el resultado obtenido Palacios N. (105), en su estudio titulado: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Llama – Piscobamba, 2018; al realizar la prueba de chi-cuadrado se obtuvo que sí existe relación estadísticamente significativa entre

los estilos de vida y el estado civil, al relacionar el ingreso económico y el estilo de vida no existe relación significativa.

Se concluye que en la presente tabla se observa que el ingreso económico tiene relación con el estilo de vida, ya que a mayor ingreso económico mayor oportunidad para la población adulta del centro poblado de Quenuayoc. Se evidencia la relación del factor social con el estilo de vida de los adultos del centro poblado Quenuayoc.

## VI. CONCLUSIONES

- Se valoró los estilos de vida de los adultos en el centro poblado de Quenuayoc, donde se encontró que la mayoría cuenta con un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable.
- Se identificó los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, encontrando como resultado que la mayor parte son de sexo femenino, edad adulto maduro, profesan la religión católica, grado de instrucción secundaria completa, ocupación ama de casa, estado civil casado, y tienen un ingreso económico menor a 400 nuevos soles, esto debido a que la población adulta no cuenta con un trabajo estable.
- Al relacionar la variable ingreso económico y el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Quenuayoc, utilizando la fórmula chi-cuadrado de independencia se encontró que, si existe una relación estadística significativa entre el factor social ingreso económico con el estilo de vida. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, edad, religión, grado de instrucción y estado civil.

## VII. RECOMENDACIONES

- Hacer de conocimiento al personal del puesto de salud Quenuayoc, a las autoridades locales y regionales de la salud, el resultado del presente estudio, con la finalidad, que participen y contribuyan creando nuevos programas y estrategias los cuales abarquen en la adopción de estilos de vida saludables para la prevención de enfermedades y algunas secuelas que pueden padecer la población adulta durante su vejez.
- Realizar la coordinación con las autoridades de la municipalidad de Quenuayoc, directores de las instituciones educativas y otras autoridades de la UGEL Huaraz, para la implementación de programas educativos para la alfabetización de la población adulta de esta manera erradicar la pobreza y disminuir el analfabetismo, permitiendo mejorar el desarrollo del centro poblado.
- Recomendar a los estudiantes ciencias de la salud, realizar más estudios de acuerdo con los resultados obtenidos en presente estudio, utilizando otros factores relacionados con los estilos de vida.
- Gestionar con el alcalde del centro poblado de Quenuayoc para el apoyo a las familias que tienen un ingreso económico menor a 400soles, a que tengan acceso a trabajos en las obras que realizan los empresarios con el fin de que la familia cubra sus necesidades básicas en el hogar y que sus hijos asistan a la escuela de esta manera tengan una profesión garantizando una mejor calidad de vida en el futuro.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministerio de Salud (MINSA) Actividad física y estilos de vida saludables ayudan a prevenir más de 10 tipos de cáncer; 2019. [Internet]. [Consultado 15 de diciembre del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/es/n/52480>
2. Organización Mundial de la Salud. Las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019. [Internet]. 2019 [Consultado el 23 de marzo del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
3. Organización panamericana de salud y Organización mundial de la salud. Nuevo estudio de la OPS/OMS indica que 85 mil personas al año en las Américas pierden la vida exclusivamente por consumo de alcohol 2021. [Internet]. [Consultado 17 de abril 2022] <https://www.paho.org/es/noticias/12-4-2021-nuevo-estudio-opsoms-indica-que-85-mil-personas-al-ano-americas-pierden-vida>
4. Organización de Naciones unidas: Perspectiva de la población mundial 2019. [Internet]. 2019 [Consultado el 23 de marzo del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.un.org/es/globalissues/ageing#:~:text=En%202018%2C%20por%20primera%20vez,a%20426%20millones%20en%202050.>
5. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. 2019. [Internet]. [Consultado 17 de abril 2022] <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

6. Organización Panamericana de Salud. Descenso mundial en el número de muertes por enfermedades transmisibles, que siguen siendo un desafío importante en los países de ingresos bajos y medianos. [Internet]. 2020 [Consultado el 23 de marzo del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
7. Rojas M. Consumo de tabaco en el Perú afecta principalmente a jóvenes. [Internet]. [Consultado 17 de abril 2022]. Recuperado a partir de: <https://andina.pe/agencia/noticia-alarma-consumo-tabaco-el-peru-afecta-principalmente-a-jovenes-753819.aspx>
8. Organización panamericana de Salud y Organización Mundial de la Salud. Salud en las Américas. [Internet]. 2017 [Consultado el 24 de marzo del 2021]. Recuperado a partir de: [https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/?page\\_text=informes%20de%20pais/peru&lang=es#:~:text=Entre%20las%20causas%20m%C3%A1s%20frecuentes,las%20causas%20externas%20\(11%25\).](https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/?page_text=informes%20de%20pais/peru&lang=es#:~:text=Entre%20las%20causas%20m%C3%A1s%20frecuentes,las%20causas%20externas%20(11%25).)
9. Instituto de Estadística e Informática. Características de la población Perú: Perfil Sociodemográfico, 2017. [Internet]. 2017 [consultado 23 de abril de 2021] recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/esperanza-de-vida-de-poblacion-peruana-aumento-en-15-anos-en-las-ultimas-cuatro-decadas-8723/#:~:text=El%20Instituto%20Nacional%20de%20Estad%C3%ADstica,%20C6%20a%C3%B1os%20\(72%20](https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/esperanza-de-vida-de-poblacion-peruana-aumento-en-15-anos-en-las-ultimas-cuatro-decadas-8723/#:~:text=El%20Instituto%20Nacional%20de%20Estad%C3%ADstica,%20C6%20a%C3%B1os%20(72%20)

10. Ministerio de Salud. Diario Médico. Sepa cuáles son las principales causas de muerte en el Perú. Diciembre 2018. [Internet]. 2018 [Citado el 23 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: [http://www.minsa.gob.pe/estadisticas/estadisticas/salasituacional/04\\_mortalidad.pdf](http://www.minsa.gob.pe/estadisticas/estadisticas/salasituacional/04_mortalidad.pdf)
11. Uribe F. Análisis de las causas de mortalidad el Perú, año 1986 – 2015. Setiembre 2018. [Internet]. 2018 [Citado el 23 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: [https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis\\_mortalidad.pdf](https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_mortalidad.pdf)
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Ancash – Resultados definitivos. Octubre 2018. [Consultado el 20 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1552/02TOMO\\_01.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1552/02TOMO_01.pdf)
13. Salvador J. Estadística de morbimortalidad de la población adulta del centro poblado de Quenuayoc 2020. SICEA de Huarupampa – Huaraz Anash.
14. Cruz L. Diresa revela que 4% de la población Ancashina padece de diabetes Mellitus. Editor: Áncash Noticia, [Internet]. 2019. [Consultado el 20 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <https://ancashnoticias.com/2019/11/15/diresa-revela-que-4-de-la-poblacion-ancashina-padece-de-diabetes/>
15. Serrano M. Venezuela de la ciudad de Machala; 2018. Tesis previa a la obtención del título de licenciada en enfermería. Universidad nacional de Loja; Ecuador 2018. [Internet]. 2018 [Citado el 24 de abril del 2021]. Recuperado a partir

de:[https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20628/1/TESIS%20M  
ARIA%20SERRANO.pdf](https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20628/1/TESIS%20M<br/>ARIA%20SERRANO.pdf)

16. Cornejo M, Lema A, Tesis. Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e independencia. Guayaquil Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud 2018. Editorial: universidad de guayaquil facultad de ciencias psicológicas: [Internet]. 2018 [citado el 9 de abril de 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/34719>
17. Vera C, Telenchana J. Estilo de vida de los comerciantes adultos mayores de verduras del mercado feria libre “el arenal”, cuenca, 2019. [Internet]. [Consultado 21 de enero 2023]. Recuperado a partir de: [http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/31337/1/PROYECT  
O%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf](http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/31337/1/PROYECT<br/>O%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf)
18. Gonzales G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven Magdalena Nueva Sector 2B \_ Chimbote, 2018(Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería). Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote; 2020. [Internet]. 2020 [citado el 24 de abril de 2021]. Recuperado a partir de: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000052348>
19. Bolívar P. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. pueblo joven el progreso\_chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería. [Internet]; 2018 [28 de marzo 2021] Recuperado a partir de: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000052340>

20. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020(Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería). Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Chimbote; 2020. [Internet]; 2020 [28 de marzo 2021] Recuperado a partir de: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000052323>
21. Zenón A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería. [Internet]2020 [28 de marzo 2021]Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>
22. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay, 2018. tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. [Internet] 2018 [28 de marzo 2021]Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7789>
23. Milla J. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018. tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. [Internet] 2018 [28 de marzo 2021] Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7542>
24. Aristizábal, G. El Modelo de la promoción de la Salud de Nola Pender. Colombia 2011. [Internet]. [Citado el 19 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>

25. Organización Panamericana de Salud (OPS). Honorable Mac Lalonde. [Internet]. 2017 [Citado el 20 de abril del 2021]. Recuperado a partir <https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>
26. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. A working document.Canada. 1974 [Internet]. [Citado el 19 de abril del 2021]. Recuperado a partir de:<https://www.google.com/search?q=lalonde+sobre+estilosa+de+vida&oq=lalonde>
27. Velasco C, y Benites M. Artículo Científico. El modelo de Lalonde como marco descriptivo dentro de las investigaciones sobre del grupo de investigación gastrohnutp de la universidad del valle de cali, Colombia-. [Internet]. [Citado el 20 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: [file:///c:/users/delcy/downloads/1353-texto%20del%20art%20culculo-2380-1-10-20170201%20\(2\).pdf](file:///c:/users/delcy/downloads/1353-texto%20del%20art%20culculo-2380-1-10-20170201%20(2).pdf)
28. Organización Panamericana de la Salud. Determinante de la salud. [Internet]. 2018 [Consultado 19 de noviembre de 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Diagn%C3%B3stico%20de%20salud.%20Los%20determinantes%20de%20la%20salud.pdf>
29. Arellano R. Marketing. Estilos de Vida en el Perú; [Internet]. [Citado el 19 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.arellano.pe/estilos-de-vida/>
30. Organización internacional del trabajo. Servicios de Salud. [Internet]. [Citado el 20 de abril del 2021]. Recuperado a partir de:

<https://www.ilo.org/global/industries-and-sectors/health-services/lang-es/index.htm>

31. Wong de Liu. Estilos de vida. [Internet] 2017 [Consultado el 23 de mayo del 2021] Recuperado a partir de:  
<https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>
32. Moreno C, Ramos P, y Rivera F. Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico. Sevilla: Universidad de Sevilla; s/f (Consultado: 24 de mayo 2021). Recuperado a partir de:  
<http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema2.pdf>
33. Alorda T. Evolución biofisiológica en la adultez. Editor: Col-legi Oficial DInfermeres, Barcelona, 2021. [Internet].2020. [Consultado 19 de noviembre de 2021]. Recuperado a partir de:  
[https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones\\_de\\_vida/aduldez#:~:text=Se%20puede%20definir%20la%20etapa,los%2060%20y%20los%2065](https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/aduldez#:~:text=Se%20puede%20definir%20la%20etapa,los%2060%20y%20los%2065)
34. Cerón C. Vida saludable bienestar y objetivos de desarrollo sostenible. [Internet]. [Citado 19 de abril 2021]. Recuperado a partir de:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-71072012000200001](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072012000200001)
35. Gutiérrez F, et. all. Guía de estilo de vida saludable. Medellín 2017. [Internet] [citado 20 de abril 2021]. Recuperado a partir de. <https://n9.cl/ajrv>
36. Doktuz. Estilos de Vida Saludable. [Internet]. 2017 [Citado el 20 de abril de 2021]. Recuperado a partir de. <https://ar.pinterest.com/pin/669629038315204710/>

37. Triana D. Estilos de vida saludable: un camino a la sanación. [Internet]. 2017 [Citado el 20 de abril de 2021]. Recuperado a partir de. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/23000/2020diegotriana.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
38. Pérez J. Relación interpersonal. [Internet] 2018[Consultado el 11 de febrero del 2022] Recuperado a partir de: <https://definicion.de/interpersonal/#:~:text=Se%20llama%20relaci%C3%B3n%20interpersonal%20a,clave%20de%20las%20relaciones%20interpersonales>
39. Acevedo G, y Martínez D, La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. Man Med Prev y Soc [Internet]. 2021 [Consultado 30 de noviembre 2021]Recuperado a partir de: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
40. Camarenea, M. La religión como una dimensión de la cultura.2018. [Internet]. [Consultado 30 de noviembre 2021]. Recuperado a partir de.<http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
41. Franco A. El sentido de la responsabilidad con la salud desde la perspectiva de miembros de organizaciones sociales que se movilizan por este derecho en Colombia [Internet]. Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud alianza de la Universidad de Manizales y el CINDE; 2017 [Citado el 20 de abril de 2021]. Recuperado a partir de.: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cindeumz/20140910125239/AngelamariaFranco.pdf>

42. Pérez M. Actividad física y Salud aclaración conceptual. [Internet]. Lima; 2006[Citado 10 de diciembre del 2017]. Recuperado a partir de: <https://efdeportes.com/efd193/actividad-fisica-y-salud-aclaracion-conceptual.htm>
43. Borda M. Métodos cuantitativos: herramientas para la investigación en salud (3a. ed.) [En Línea]. Barranquilla: Universidad del Norte, 2011 [consultado 23 abril 2021]. Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/69844>
44. Del Castillo C, y Olivares S. Metodología de la investigación [Internet]. México D.F: Grupo Editorial Patria, 2019 [Consultado 23 abril 2021]. Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/39410>
45. Lozano M. Estilo de vida saludable para el adulto. [Internet] 2020 [Consultado el 22 de abril del 2020] Recuperado a partir de: <http://www.index-f.com/dce/17pdf/17-351.pdf>
46. Definición abc – Tu diccionario hecho fácil. Generalidades de los factores biosocioculturales. [Internet]. [Citado el 22 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.definicionabc.com/social/sociocultural.php>
47. Álvarez M. La correlación de lo biológico y lo social en el hombre como principio metodológico de las ciencias médica. [Artículos de internet]. [consultado el 22 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552001000700008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552001000700008)
48. Gonzales G y Pérez M. Factores sociales como mediadores de la salud pública. Artículo de revisión. [Internet] [Citado 22 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v23n2/v23n2a07.pdf>

49. Giménez V. La religión ante los problemas sociales. [Internet] 2020[consultado el 22 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20200604051639/Beliveau-La-religion.pdf>
50. Vásquez E, Morales J. Influencia del grado de instrucción y ocupación de los padres en el desarrollo socio emocional. [Internet]. 2018. [Citado 22 de abril 2021] Recuperado a partir: <https://revista.usanpedro.edu.pe/index.php/CPD/article/view/232>
51. Bárcena A. Ingreso económico. [Internet] 2020[consultado el 22 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: [https://www.cepal.org/sites/default/files/presentation/files/version\\_final\\_para\\_conferencia\\_de\\_prensa-1045am.pdf](https://www.cepal.org/sites/default/files/presentation/files/version_final_para_conferencia_de_prensa-1045am.pdf)
52. Olivero F. Capítulo 3: Confiabilidad y Validez de los Instrumentos [Internet]. [Citado 2 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <https://es.slideshare.net/ug-dipa/capitulo-3-confiabilidad-y-validez-de-los-instrumentos>
53. Marroquín R. Confiabilidad y Validez de Instrumentos de investigación. [Internet].2018 [Citado 20 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.une.edu.pe/Titulacion/2013/exposicion/SESSION-4-Confiabilidad%20y%20Validez%20de%20Instrumentos%20de%20investigacion.pdf>
54. Belloso R. Confiabilidad y coeficiente Alpha de Cronbach. [Internet].2018 [Citado 15 de mayo del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/993/99315569010.pdf>

55. Universidad Católica los ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación. [Internet] [Consultado el 22 de abril del 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
56. Organización Mundial de la salud. Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico. Tema 4: Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio en conducta de salud. [Internet]. 2018 [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
57. Vargas S. Los estilos de vida en la salud. 2017. [Internet]. [Consultado 11 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Los%20estilos%20de%20vida%20en%20la%20salud.pdf>
58. Cerón C. Vida saludable bienestar y objetivos de desarrollo sostenible. [Internet]. [Citado 11 de febrero 2022]. Recuperado a partir de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-71072012000200001](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072012000200001)
59. Gómez H. Actividad física, salud y calidad de vida. 2016. [Internet]. [Citado 11 de febrero 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10788/HellinGomez04de15.pdf>
60. Mamani C. Dimensiones de estilo de vida. 2017. [Internet]. [Citado 11 de febrero 2022]. Recuperado a partir de: <https://1library.co/article/dimensiones-estilos-vida-estilos-vida.z3dkdvey>

61. Pérez J. Relación interpersonal. [Internet] 2018[Consultado el 11 de febrero del 2022] Recuperado a partir de: <https://definicion.de/interpersonal/#:~:text=Se%20llama%20relaci%C3%B3n%20interpersonal%20a,clave%20de%20las%20relaciones%20interpersonales>
62. Economipedia. Autorrealización. 2020. [Internet]. [Consultado 11 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: <https://economipedia.com/definiciones/autorrealizacion.html>
63. Legra L. Cambio de mentalidad: Responsabilidad de salud 2017. [Internet] 2018[Consultado el 20 de abril del 2020] Recuperado a partir de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es&nrm=iso](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es&nrm=iso)
64. Flores, N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3072>
65. Gonzales G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven magdalena nueva sector 2b \_ Chimbote, 2018. [Internet]. [Consultado 14 noviembre 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19284/ADULTOS\\_MADUROS\\_FACTORES\\_GONZALES\\_VASQUEZ\\_GLADYS\\_NOEMI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19284/ADULTOS_MADUROS_FACTORES_GONZALES_VASQUEZ_GLADYS_NOEMI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
66. Aldave R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Ancomarca- independencia- Huaraz, 2014(Tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería). Universidad Católica Los Ángeles de

- Chimbote. Chimbote; 2018. [Internet]. [Consultado 14 noviembre 2021].  
Recuperado a partir de:  
<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000048401>
67. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Cátac, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Huaraz; 2019. [Internet]. [Consultado 14 noviembre 2021].  
Recuperado a partir de:  
<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000054297>
68. Llontop, M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Costa Verde – Nuevo Chimbote, 2018; [Internet]. [Consultado 14 noviembre 2021]. Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8557>
69. Monreal C y Marco M. El adulto etapas y consideraciones para el aprendizaje. España 2018. [Internet]. [Consultado 04 de febrero 2022]: Recuperado a partir de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1183063>
70. Instituto vasco de estadística. Nivel de instrucción. 2019. [Internet]. [Consultado 04 de febrero 2022]: Recuperado a partir de: <https://n9.cl/8mnfj>
71. Gonzales G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven magdalena nueva sector 2b \_ Chimbote, 2018. [Internet]. [Consultado 14 noviembre 2021]. Recuperado a partir de:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19284/ADULTOS\\_MADUROS\\_FACTORES\\_GONZALES\\_VASQUEZ\\_GLADYS\\_NOEM\\_I.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19284/ADULTOS_MADUROS_FACTORES_GONZALES_VASQUEZ_GLADYS_NOEM_I.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

72. Bolívar P. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. pueblo joven el progreso - Chimbote, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19173/ADULTOS\\_MAYORES\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_BOLIVAR\\_ZAMUDIO\\_PIERA\\_MIROSLAVA\\_PATRICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19173/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_BOLIVAR_ZAMUDIO_PIERA_MIROSLAVA_PATRICIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
73. Palacios N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de llama- Piscobamba, 2018. [Internet]. 2018 [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3345>
74. Vera G, Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, nuevo Chimbote, 2020. [Internet]. 2018 [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE\\_%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE_%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
75. Arrechodora I. Nola pender. [Internet] 2018 [Consultado el 18 de enero del 2023] Recuperado a partir de: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
76. Martín E. Que es el estilo de vida. [Internet] 2022. [Consultado 21 de julio 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
77. Zenón A. Determinar los estilos de vida de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021].

Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>

78. Ramos C. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. sector vi. Chonta. Santa María 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/1258>
79. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – huashao – Yungay, 2018”. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7789>
80. Flores, N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3072>
81. Morales J. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara - Caraz, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8942>
82. Revilla, F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas – Huaraz 2016. Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Internet]. [Consultado 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2708>

83. Núñez, M. Estilos de Vida y Factores de los adultos del Distrito de Huasta – Bolognesi. Tesis para optar el título de licenciada en enfermería. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016. [Internet]. [Consultado 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5738/ADULTO\\_FACTORES\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_CUEVAS\\_CARRERA\\_YURI\\_NOVALIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5738/ADULTO_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_CUEVAS_CARRERA_YURI_NOVALIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
84. Vives, A. Estilo de vida saludable: Puntos de vista para una opción actual y necesaria. España. 2017. [Internet]. [Consultado 05 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://www.psicologiaincientifica.com/estilo-de-vida-saludable/>
85. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. 2017[Internet]. [Consultado 18 de enero del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
86. Lalonde M. Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio en conductas de salud. [Internet] [Consultado 05 de setiembre del 2022]. Recuperado a partir de: <https://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
87. Eustat. Nivel de instrucción (Población en Relación con la actividad). [Internet] Instituto Vasco de Estadística. [Consultado 07 de febrero 2022]. Recuperado a partir de: [https://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_37/elem\\_1517/definicion.html](https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_37/elem_1517/definicion.html)

88. Villar M. Factores determinantes de la salud: importancia de la prevención.? [Internet] Publicado el 9 de marzo de 2016. [Citado 2020 15 de abril] Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1728-59172011000400011](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011)
89. National Geographic, ¿Qué es la religión? [Internet] Publicado el 9 de marzo de 2016. [Citado 2020 15 de abril] Disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
90. Palacios N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Ilima- Piscobamba, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3345>
91. Editorial Etece. Estilo de vida. [Internet] 2022. [Consultado 21 de julio 2022]. Recuperado a partir de: <https://concepto.de/estilo-de-vida/#ixzz7Zhyf4aRx>
92. Guevara, C. y Cepeda, D. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta del P.J Miraflores Alto 2017. Tesis para optar el título Profesional de Licenciada en Enfermería. [Internet]. [Consultado el 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/18170>
93. Huerta J. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. pueblo joven Miraflores Alto Sector 1- Chimbote, 2017. tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. [Internet]. [Consultado el 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/18170>

94. Torres N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. [Internet]. [Consultado el 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3072>
95. Aniceto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciado en enfermería. [Internet]. [Consultado el 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>
96. Acero R. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer adulta. Pariacoto, 2018. Universidad Nacional del Santa; 2018. [Internet]. [Consultado el 24 de enero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
97. Ordeano C, Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7783>
98. Arrechodora I. Nola pender. [Internet] 2018 [Consultado el 18 de enero del 2023] Recuperado a partir de: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
99. Qian, Z. El Estado Civil Pesa.2018 [ Internet]. [Consultado 10 de febrero 2022]. Recuperado a partir de: <http://m.semana.com /vidamoderna>.

100. Organización Panamericana de Salud/ Organización Mundial de la Salud. Estilos de Vida Saludables en la Escuela. 2018. [Internet]. [Consultado 10 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://www.col.ops-oms.org/Municipios/Cali/0>
101. Rueda, L. Ocupación/tiempo libre/ adulto [Internet]. [Consultado el 10 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: <http://www.monografias.com/trabajos84/mayor.shtml>.
102. Anierte E. Ingreso económico y salud. [Internet]. Fundación de la salud en red. [Consultado el 10 de febrero del 2022]. Recuperado a partir de: [http://perso.wanadoo.es/anierte\\_nic/apunt\\_sociolog\\_salud\\_5.htm](http://perso.wanadoo.es/anierte_nic/apunt_sociolog_salud_5.htm)
103. Milla L. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7542>
104. Ordeano C, Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7783>
105. Palacios N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Ilima- Piscobamba, 2018. [Internet]. [Consultado el 08 de diciembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3345>

## ANEXO:1



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CÁLCULO DE LA MUESTRA

**Tamaño de la población = 240 adultos**

Por la cantidad de la población muy elevada se usó la fórmula del cálculo muestral, para obtener la muestra con la cual se trabajó la presente tesis.

**Muestreo aleatorio simple**

**Fórmula:**

$$n = \frac{Z^2 (p * q) N}{E^2 (N - 1) + Z^2 (p * q)}$$

**Donde:**

n = Tamaño de la muestra

Z = 1.96 valor de la distribución normal

N = Población conformado por 240 adultos

E = 5% de margen p = 0.5

q = 1-p = 0.5

**Reemplazando valores**

$$n = \frac{1.96^2 (0.5 * 0.5) 240}{0.05^2 (240-1) + 1.96^2 (0.5 * 0.5)}$$

n = 148 adultos

A través del empleo de la fórmula se obtuvo como muestra de 148 adultos del centro poblado de Quenuayoc – Independencia - Huaraz.

## ANEXO: 2



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ISTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

AUTOR: WALKER, SECHRIST, PENDER

MODIFICADO POR: ROMERO, J. MENDOZA, N. Y ÑIQUE, F. (2021)

### ESCALA DE ESTILO DE VIDA

N°	ITEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Usted se alimenta 3 veces al día entre el: desayuno, almuerzo y cena.	N	V	F	S
2	Usted injiere una dieta balanceada en su vida cotidiana, como: frutas, vegetales, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Usted bebe agua diariamente, entre 4 a 8 vasos.	N	V	F	S
4	En su alimentación incluye frutas como postre.	N	V	F	S
5	Usted consume alimentos que contengan ingredientes químicos o artificiales en la comida	N	V	F	S
6	Usted se informa de las etiquetas nutricionales, antes de consumir cualquier tipo de alimentos enlatados.	N	V	F	S
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
7	Realiza ejercicios por 15 a 30 minutos por 3 veces a la semana	N	V	F	S

8	Usted realiza actividades inter diarios que involucran el manejo del todo cuerpo.	N	V	F	S
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>					
9	Usted identifica los problemas de preocupación en su vida que le conlleva al estrés.	N	V	F	S
10	Usted expresa sus emociones y sentimientos como la tensión y/o preocupación	N	V	F	S
11	Usted plantea alternativas para calmar situaciones de tensión y preocupación	N	V	F	S
12	Usted en su tiempo libre realiza alguna actividad de distracción o relajación como: caminar, pasear, ejercicios de respiración o pensar en algo lindo que te ayude a despejar la mente.	N	V	F	S
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Usted tiene una buena comunicación con las personas de su entorno.	N	V	F	S
14	Usted participa en las actividades que realiza su comunidad.	N	V	F	S
15	Usted dialoga sobre sus deseos o fastidios con los demás.	N	V	F	S
16	Cuando usted se encuentra en las situaciones difíciles busca apoyo en su entorno.	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACIÓN</b>					
17	Usted se encuentra orgulloso con lo realizado en su vida.	N	V	F	S
18	Usted se encuentra satisfecho con las actividades que viene realizando en la actualidad.	N	V	F	S
19	Actualmente tiene actitudes que alienten en su desarrollo personal.	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Actualmente usted acude a un centro de salud.	N	V	F	S

21	Cuando usted presenta algún problema en su cuerpo acude algún centro de salud.	N	V	F	S
22	Toma los medicamentos bajo receta médica.	N	V	F	S
23	Toma conciencia sobre la información que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Usted participa en las actividades que brindan en los puestos de salud como las: sesiones educativas, campañas de salud.	N	V	F	S
25	Consumo sustancias dañinas (alcohol y drogas) que afecten a su salud.	N	V	F	S

### **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**

**N= 1 NUNCA**

**V=2 A VECES**

**F= 3 FRECUENTEMENTE**

**S= 4 SIEMPRE**

El ítem tiene 25 criterios de calificación el puntaje es, al contrario

**N= 4, V= 3, F= 2, S= 1**

<b>PUNTAJE MÁXIMO: 100 Puntos.</b>
Entre 25 a 74 puntos = No saludables
Entre 75 a 100 puntos = Saludable

## ANEXO: 3



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO**

**AUTOR:** WALKER, SECHRIST, PENDER

**MODIFICADO POR:** ROMERO, J; MENDOZA, N. Y ÑIQUE, F. (2021)

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona**

### **A) FACTORES BIOLÓGICOS**

**1. ¿Marque su sexo?**

- a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

**2. ¿Cuál es su edad?**

- a) Adulto Joven (18- 29 años)      b) Adulto maduro (30 -59 años)  
c) Adulto maduro (60 a más)

### **B) FACTORES CULTURALES**

**3. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

- a) Sin instrucción    b) Primaria      c) Secundaria    d) Superior

**4. ¿Cuál es su religión?**

- a) Católico              b) Evangélico    c) Otras

### **C) FACTORES SOCIALES**

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

- a). Soltero    b) Casado      c) Viudo          d) Conviviente    e) Separado

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

- a). Obrero    b) Empleado    c) Ama de casa    d) Estudiante    e) Otros

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

- a). Menor de 400nuevos soles                      b) De 401 a 600 nuevos soles  
c) De 601 a 800 nuevos soles                      d) De 801 a 1000 nuevos soles  
e) Mayor de 1001 nuevos soles

## ANEXO: 4



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Validez interna de la escala del estilo de vida se aplicó la fórmula R de persona en cada uno de los ítems; obteniéndose.

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

	R-Pearson	
Ítems 1	0,35	
Ítems 2	0,41	
Ítems 3	0,44	
Ítems 4	0,10	(*)
Ítems 5	0,56	
Ítems 6	0,53	
Ítems 7	0,54	
Ítems 8	0,59	
Ítems 9	0,35	
Ítems 10	0,37	
Ítems 11	0,40	
Ítems 12	0,18	(*)

Ítems 13	0,19	(*)
Ítems 14	0,40	
Ítems 15	0,44	
Ítems 16	0,29	
Ítems 17	0,43	
Ítems 18	0,40	
Ítems 19	0,20	
Ítems 20	0,57	
Ítems 21	0,54	
Ítems 22	0,36	
Ítems 23	0,51	
Ítems 24	0,60	
Ítems 25	0,04	(*)

Si  $r > 0,20$  el instrumento es válido.

**ANEXO: 5**



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

**Resumen del procesamiento de los casos**

		<b>N</b>	<b>%</b>
Casos	Válidos	27	93,1
	Excluidos(a)	2	6,9
	Total	29	100,0

**A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.**

**Estadísticos de fiabilidad**

<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N de elementos</b>
0,794	25

**ANEXO: 6**



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**Asentimiento informado**

**PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO  
(Ciencias Médicas y de la Salud)**

Mi nombre es Trujillo Ticra, Delcy y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de 20 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de _____?	Sí	No
--	----	----

**Fecha:** \_\_\_\_\_ 27 de mayo del 2021 \_\_\_\_\_

ANEXO: 7



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS  
ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC –  
INDEPENDENCIA – HUARAZ - ANCASH, 2021**

**Protocolo de Consentimiento Informado Para Encuestas**

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en salud se titula: estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc –Independencia – Huaraz - Áncash, 2021 y es dirigido por Martha Delcy Trujillo Ticra, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Recolectar datos de estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados. Escribiendo al correo electrónico [m.d.t.15.01.1989@hotmail.com](mailto:m.d.t.15.01.1989@hotmail.com). para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Firma del participante: \_\_\_\_\_

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

## ANEXO: 8



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

Carta s/n° - 2020-ULADECH CATÓLICA

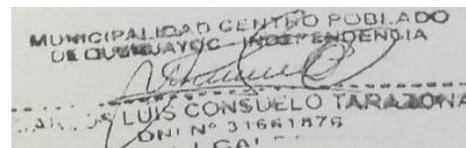
Sr. Carlos Luis Consuelo Tarazona  
Alcalde del centro poblado de Quenuayoc

Estudiante: Delcy Trujillo Ticra  
Presente. -

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, yo Delcy Trujillo Ticra, con código de matrícula N° 0806062039, de la Carrera Profesional de enfermería, ciclo VI quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC –INDEPENDENCIA – HUARAZ - ANCASH, 2021. durante los meses de setiembre a diciembre del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio de su Institución. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,



DNI: 31661876

Apellidos y nombre: Martha Delcy Trujillo Ticra

DNI. N° 46031602

## ANEXO: 9



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

### FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### DECLARACIÓN JURADA

Yo, Martha Delcy Trujillo Ticra de Nacionalidad peruana con documento de identidad N° 46031602, de profesión estudiante de la escuela profesional de enfermería Natural del Departamento de Ancash de la Provincia de Huarí del distrito de Rahuapampa

#### **Declaro bajo juramento que:**

- Que se entregó la carta de permiso de estudio de investigación al alcalde: Luis Consuelo Tarazona del centro poblado de Quenuayoc, con fin de adquirir el permiso para realizar el estudio de investigación titulada: Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc –Independencia – Huaraz - Ancash, 2021

donde me a expresado que si me brindara el permiso para poder llevar a cabo mi tesis en dicha población.

Me afirmo y me ratifico en lo expresado, en señal de lo cual firmo el presente documento en la ciudad de Huaraz, a mes de mayo, año 2021.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Martha Delcy Trujillo", is written over a horizontal line.

Firma

## **ANEXO: 10**

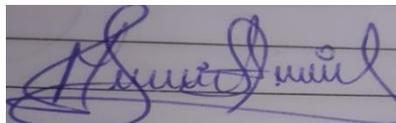


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS**  
**ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC –**  
**INDEPENDENCIA – HUARAZ - ANCASH, 2021**  
**Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio**

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio. Yo Martha Delcy Trujillo Ticra, autora del presente trabajo de investigación titulado: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE QUENUAYOC –INDEPENDENCIA – HUARAZ - ANCASH, 2021. Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales –RENATI; que

exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



.....  
Trujillo Ticra, Martha Delcy  
DNI:46031602