



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y
APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO
DE LANCONES _ SULLANA, 2021**

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

AUTORA

MENA CALDERON, LESLY JAHAIRA

ORCID: 0000-0002-5448-5723

ASESORA

VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA

ORCID: 0000-0002-7629-7598

SULLANA, PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0170-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:00** horas del día **17** de **Agosto** del **2023** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Presidente
RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL Miembro
ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO Miembro
Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021**

Presentada Por :
(0412182018) **MENA CALDERON LESLY JAHAIRA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **15**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Presidente

RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL
Miembro

ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO
Miembro

Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021 Del (de la) estudiante MENA CALDERON LESLY JAHAIRA, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 07% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 26 de Setiembre del 2023

Mg. Roxana Torres Guzmán
Responsable de Integridad Científica

Jurado

DR. ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO
ORCID: 0000-0003-1940-0365
PRESIDENTE

DRA. RAMOS MOSCOSO, SARA MARIBEL
ORCID: 0000-0002-5665-9520
MIEMBRO

MG. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO
ORCID: 0000-0002-1205-7309
MIEMBRO

DRA. VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA
ORCID: 0000-0002-7629-7598
ASESORA

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado a mi familia: además agradecerles por la confianza y por el inmenso apoyo que me ofrecen día a día, para lograr todas aquellas metas que me propongo en el transcurso de mi vida, además de su Comprensión que me impulsa a Seguir adelante.

A nuestro Dios padre, por guiarme siempre por el bien y guiar mis pasos siempre por el buen camino para hacer las cosas correctas, según sea la decisión del todopoderoso, además de formarme como profesional en salud y velar por todos los que necesiten, de mí.

Agradecimiento

A mi familia:

Por su inmenso esfuerzo, apoyo y comprensión en el transcurso de mi aprendizaje, por su apoyo absoluto para cumplir mis metas trazadas.

A Dios:

Por mantener siempre saludable a mi familia y también por cuidar de mí y siempre acogiéndonos con su manto protector y guiarnos por el camino del bien.

Agradezco de igual manera a mi asesora por el apoyo incondicional y por sus sabias palabras y enseñanzas durante todo el proceso en el que realice mi trabajo de investigación.

Índice general

	Pág.
Carátula	I
Jurado	IV
Dedicatoria (opcional)	V
Agradecimiento (opcional)	VI
Índice general	VII
Lista de tablas	IX
Lista de figuras	X
Resumen (español)	XI
Abstracts (inglés).....	XII
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II.MARCO TEÓRICO	5
2.1 Antecedentes.....	5
2.2 Bases teóricas.....	8
2.3. Hipótesis (en caso aplique).....	14
III.METODOLOGÍA.....	15
3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación.....	15
3.2 Población y muestra.....	15
3.3 Variables. Definición y Operacionalización.....	17
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información	25
3.5 Método de análisis de datos	29
3.6 Aspectos éticos	30
IV. RESULTADOS	32
V. Discusión	45
VI. CONCLUSIONES	58
VII. RECOMENDACIONES.....	60
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	61
ANEXOS	70
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	71
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	72
Anexo 03 Validez del instrumento	83

Anexo 04 Confiabilidad del instrumento	85
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado	86
Anexo 06 Documento de aprobación de institución para la recolección de información...87	
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)	88

Lista de tablas

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	26
TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	31
TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	32
TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA,2021.....	33
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTILOS DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	37
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	38
TABLA 7: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	38

Lista de figuras

	Pág
FIGURAS DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	27
FIGURAS DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	27
FIGURAS DE LA TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	32
FIGURAS DE LA TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	33
FIGURAS DE LA TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTILOS DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	37
FIGURAS DE LA TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	38
FIGURAS DE LA TABLA 7: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.....	38

Resumen

En la actualidad los factores sociodemográficos, el estilo de vida, la promoción y prevención atribuyen en la salud del adulto. Por ello se realizó la presente investigación que tuvo como objetivo general Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del centro poblado de Lancones- Sullana asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social es de tipo cuantitativo cuantitativo, nivel descriptivo correlacional – transversal, con diseño no experimental, Con una muestra de 100 adultos, donde se les aplicó 4 cuestionarios: Factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción, apoyo social y estilos de vida, los datos fueron ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados en una base de datos en software SPSS Statistics 24.0. Se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: la mayoría (65,0%) seguro SIS, más de la mitad (55,0%) son de religión católica, (53,0%) tienen de 38-59 años, más de la mitad (58,0%) son empleados, (52,0%) son de sexo femenino, menos de la mitad (38,0%) estado civil casados , (36,0%) con grado de instrucción superior, (39,0%) ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles, La mayoría tiene acciones de prevención y promoción de la salud adecuadas, estilo de vida no saludable, en el apoyo social la casi todos tienen ayuda material, Se explicó la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social en donde al realizarse el chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida se encontró que si existe relación entre las variables.

Palabras clave: Acciones de prevención y promoción, adulto, apoyo social, estilos de vida, factores sociodemográficos

Abstract

At present, sociodemographic factors, lifestyle, promotion and prevention attribute to adult health. For this reason, the present investigation was carried out, whose general objective was to determine the sociodemographic factors and the actions of prevention and promotion of adult health in the town of Lancones-Sullana associated with health behavior: lifestyles and social support is of quantitative quantitative type, descriptive correlational - cross-sectional level, with non-experimental design, With a sample of 100 adults, where 4 questionnaires were applied: Sociodemographic factors, prevention and promotion actions, social support and lifestyles, the data were entered into an IBM statistical software database to be exported into a SPSS Statistics 24.0 software database. The following results and conclusions were obtained: the majority (65.0%) are SIS insurance, more than half (55.0%) are Catholic, (53.0%) are 38-59 years old, more than half (58.0%) are employed, (52.0%) are female, less than half (38.0%) marital status married, (36.0%) with higher education, (39, 0%) Economic income is from 400 to 650 nuevos soles, Most have adequate prevention and health promotion actions, unhealthy lifestyle, in social support almost all have material help, The relationship of the factors was explained Sociodemographic factors associated with health behavior: lifestyle and social support where, when performing the chi square between sociodemographic factors and lifestyle, it was found that there is a relationship between the variables.

Keywords: Prevention and promotion actions, adult, social support, lifestyles, sociodemographic factors

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Colombia refiere que la promoción de la Salud en los adultos cada vez es más importante para la sociedad, exactamente en el departamento de Antioquia que es muy fundamental para el país especialmente en algunos sectores, como en la alimentación donde estos suelen construir proyectos de promoción y prevención en la salud del adulto, de esta manera ellos puedan tener una mejor calidad de vida, de esta manera también evitan contraer alguna enfermedad, donde el punto principal es la construcción de proyectos que favorezcan y logren el objetivo propuesto de salud los cuales son diferentes proyectos que se puedan realizar, para tener como resultado una adecuada promoción de salud en los adultos (1).

La Organización mundial de la salud (OMS) (2) precisa a la promoción de la salud como un proceso que permite a las personas aumentar el control sobre su salud y a mejorarla. Esto se debe poner en práctica usando enfoques que cooperen; ya sean los usuarios, las organizaciones, los pueblos o las instituciones, que contribuyan para implementar condiciones que favorezcan la salud y el bienestar para todos. Impulsa la promoción de la salud a realizar cambios en el entorno que favorece y proteger la salud del usuario.

La promoción de la salud (PS) (3) se describe como un transcurso, donde su principal objetivo es fortalecer las habilidades y capacidades que cada persona tiene para realizar una acción además también la población actúa con cada comunidad para actuar conjuntamente siendo su finalidad producir una observación de los diferentes determinantes de la salud. La OMS insiste en que la participación social es muy importante en la toma de decisiones, más la necesidad que el gobierno desarrolle políticas que integren los problemas de los diferentes grupos con gran cantidad de desventaja, ya que es muy importante mejorar la calidad de vida y también su estado de salud, fortaleciendo la capacidad de cada una de la población para adquirir hábitos saludables

La PS brinda a la comunidad los medios necesarios para poder realizar una mejor calidad de vida y también el adecuado control sobre su salud. Su principal reto es transformar las relaciones que descartan los intereses económicos y el bienestar para todos, así también para trabajar en la equidad social y así mejorar la calidad de vida y el adecuado control sobre su salud, donde además también propone mejorar y tener un adecuado estilo de vida, ya que es muy importante tener la salud equilibrada favoreciendo a los adultos y así poder evitar enfermedades (4).

El grupo de la población en incremento en los adultos cada vez es más alto, en nuestro País que es Perú, donde su estado de salud es esencial ya que esto dependerá de gran variedad de factores ya sea la parte física o sociofamiliar y por otro lado, estos tienen particularidades que afectan no solo en el ámbito familiar sino también en el social. Es de mucha importancia brindar a las personas adultas los recursos necesarios además realizar una adecuada verificación de su salud y de esta manera poder mejorarla. Todo ello con el fin de lograr una mejor calidad de vida, en otras palabras, sin capacidades diferentes, siendo el más bajo porcentaje posible de enfermedades o mantenerlas controladas como corresponde.

Evitar el riesgo a que la enfermedad empeore, sobre todo, tratando de mantener en todo momento la salud, respetando sus valores, creencias, culturas y preferencias que los adultos conserven. Por otro lado, son necesarias las actividades preventivas que los ya que los adultos deben tener en cuenta también cuales son los riesgos de dichas enfermedades, sino también la alteración que esta produce, así como ciertas condiciones frecuentes en el adulto que pueden perjudicar su estado de salud (5).

En el departamento de Piura según los diferentes estilos de vida y apoyo social en el adulto, lo conforman sus cambios de reacciones cotidianas y por aquellas reglas de comportamiento que ha incrementado durante los procesos de socialización donde se transmiten creencias, valores, comportamiento y actitudes, estas diferentes formas de vivir no pueden ser retirados y olvidados del contexto social, económico, político y cultural que estos forman parte y debe engrandecer la finalidad realizada en el transcurso del desarrollo, asimismo utilizar apropiadas condiciones de vida y de bienestar, que son determinados ya sean algunas causas de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar del adulto, por lo cual deben ser observados como un proceso dinámico que además no solo está compuesto por comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social (6).

A esta problemática no están excluidos los adultos Lancones, que es un centro poblado siendo una zona urbano donde su condición económica es baja, además se sabe que una cantidad de ellos no presentan una adecuada alimentación, educación y que practican poca actividad física, las viviendas están construidas de material de adobe, los adultos realizan actividades como la pesca, siembra, construcción, venta de alimentos, entre otras actividades en lo que se benefician los pobladores, en el distrito hay un lugar donde se atienden todos los pobladores que es un centro de salud, también hay boticas y farmacias, sus costumbres celebrar las fiestas de los santos como la fiesta de santa Rosa de Lima, la de la sagrada familia, san Pedro y San Pablo, el señor cautivo, entre otros, la línea que favorece más es la

de claro, por lo que hay antenas, pero también cuando se va la luz, demora mucho para lograr obtener nuevamente cobertura.

Antes de la pandemia realizaban actividades culturales como teatros para escenificar algún suceso que ha ocurrido, los platos típicos propios del distrito son el ceviche, arroz con tamales y cabrito, arroz con frejoles y cabrito, arroz con pollo, arroz con chanco y las bebidas que suelen tomarse son chicha de jora, chicha de maíz morado, limonada, entre otras. Frente a lo expuesto se consideró pertinente la elaboración del presente trabajo de investigación planteando el siguiente problema: ¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021?

Es importante resaltar que en esta investigación que los adultos del centro poblado Lancones en el ámbito de la salud se está viviendo en los últimos años muchos cambios de manera negativa, siendo muy resaltante las alteraciones de exceso en los hábitos alimenticios, además la falta de actividad física y el mal uso del tiempo libre, se relacionan con diferentes formas de daños en la calidad de vida, donde puede provocar enfermedades ya sean transmisibles y no transmisibles, algunas de ellas son incontrolables y otras son controlables entre ellas es el sobrepeso, obesidad, diabetes entre otras, siendo muy vulnerables a contraer cualquier enfermedad, producto de ello es los estilos de vida no saludables.

Con este trabajo de investigación se estaría fomentando a que los estudiantes y profesionales de salud procuren promocionar y prevenir enfermedades en el adulto, siendo de mucha importancia en el campo de la salud, donde es un labor de todos y de cada uno, pero siempre juntos para tomar responsabilidades, ya que los adultos deben tomar responsabilidad de sus actos y decisiones, de esta manera el sector de salud, verificara si las campañas de prevención y promoción de la salud los adultos la llevan a cabo, para que en un periodo de tiempo la calidad de vida mejore en la población y que este estudio lo observen otros estudiantes de la carrera profesional de enfermería este resultado positivo en la población.

Esta investigación será de utilidad para el centro poblado de Lancones, los establecimientos, puestos de salud, en el trascurso del tiempo se espera que la calidad de vida y los estilos de vida mejoren de manera positiva y así se estaría alargando el periodo de vida de cada adulto, además también orientar sobre la prevención y promoción de salud que

se va a alargar. Y ayudara a que se eleve los planes de prevención y promoción de salud en los adultos y que reste la aquellas causas que afecten al adulto siendo estas existentes y para finalizar orientar y concientizar a los adultos sobre este riesgo y tener conocimiento de la problemática que se está viviendo actualmente en el centro poblado de Lancones que han caído en el vicio y el sedentarismo.

Para responder el problema de esta investigación se ha planteado el siguiente objetivo general:

Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

Para poder lograr el objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:

Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

Caracterizar las acciones de prevención y promoción del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

San Onofre N et al, (7) . En su tesis titulada “Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana España, 2021”. Tuvo como objetivo evaluar, la asociación entre estilos de vida y factores sociodemográficos con la adhesión alta a la dieta mediterránea. Metodología: estudio transversal de una muestra de 2728 representativa de la población ≥ 16 años. Los datos correspondieron a la Encuesta de Nutrición de la Comunitat Valenciana. Como resultados: el análisis multivariante mostró que la edad, el tipo de convivencia, el país de nacimiento, el 48,06 % de los individuos eran hombres y el 51,94 % mujeres, el 12,94 % de las personas estudiadas tenían entre 16 y 24 años; el 34,46 % entre 25 y 44 años; el 31,01 % entre 45 y 64 años. Como resultados y conclusiones si existe la asociación de los estilos de vida y los factores sociodemográficos de la población de 16 años o más-

Calpa A et al, (8) . En su investigación “Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios Colombia, 2020” tuvo como objetivo analizar las estrategias de promoción de la salud para el fomento de Estilos de Vida Saludables en escenarios de familia, trabajo, comunidad, educación y sector sanitario, fue de estudio de tipo descriptivo, resultados y conclusiones se identificaron tres estrategias de PS para el fomento de EVS, estas se basaron en información, educación, cambio de actitudes, fortalecimiento de la autoestima y toma de decisiones a través de salud móvil, técnicas de motivación, talleres prácticos y psicoeducación.

Salinas J, (9). En su trabajo de investigación “El cubo de la promoción de salud. Un enfoque integrado para el diseño de intervenciones efectivas Chile, 2018” tuvo como objetivo es presentar el Cubo de la Promoción de Salud, recurso pedagógico que facilita una visión estratégica, con integración de enfoques para la formulación y análisis de las intervenciones de promoción de salud y nutrición, considerando la trayectoria de pensamiento desde la Primera Conferencia Mundial de Promoción de Salud celebrada en Ottawa 1986, hasta la Novena Conferencia Mundial de Shangai 2016, fue un estudio cuantitativo , Resultados y conclusiones se plantea que para el logro de intervenciones efectivas en promoción de salud y nutrición, se requiere superar el paradigma de fragmentación, actuar con múltiples estrategias y visión interdisciplinaria, en coherencia

con el diagnóstico de la realidad local y la situación epidemiológica social a nivel nacional.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Tantalean A, (10) . En su trabajo de investigación “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020”, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional del adulto mayor en el Asentamiento Humano La Victoria del Distrito de la Banda de Shilcayo. Setiembre 2019 a febrero 2020, fue de tipo no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. Resultados En a la dimensión de alimentación, el 28,0% (7) se encontró con un estilo de vida no saludable. En la dimensión de actividad y ejercicio, se obtuvo como resultados que el 24,0% (6) de los adultos mayores en estudio no presentaban un estilo de vida saludable. Concluyendo se aprecia la relación significativa entre estilos de vida y estado nutricional de los adultos mayores.

Pujay E, (11) . En su tesis titulada “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”, tuvo como objetivo Explicar la relación entre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de Vida de los Adultos Pescadores del Desembarcadero Pesquero Artesanal – Salaverry, 2020, fue de tipo cuantitativo, explicativo. Conclusiones y resultados: En cuanto a las acciones de prevención y promoción de la salud de los Adultos pescadores se tiene que la mayoría tiene un nivel bajo de prevención y promoción de la salud.

Ramos J, (12). En su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven la unión sector 24 _Chimbote, 2019”, con el objetivo Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Pueblo Joven La Unión Sector 24. Fue de tipo cuantitativo, llegando a los siguientes resultados y conclusiones: en los factores sociodemográficos la mayoría cuentan con Seguro Integral de Salud, tienen grado de instrucción secundaria, la mitad con estado civil convivientes, más de la mitad son sexo femenino y adultos maduros. Más de la mitad tiene una adecuada prevención y promoción de la salud.

2.1.3. Antecedentes locales o regionales

Manrique C, (13). En su tesis titulada “Estilos de vida y su relación con el desarrollo de Diabetes Mellitus en adultos - Centro de Salud Bellavista, 2020”, con el objetivo determinar los estilos de vida y su relación con el desarrollo de diabetes en adultos del Centro de Salud Bellavista, fue de tipo cuantitativo, diseño descriptivo de corte transversal. Resultados se tiene que, el 72% de adultos tienen un estilo de vida no saludable mientras que el 28% si lo tienen. Así mismo, en el riesgo a desarrollar Diabetes Mellitus se obtuvo que el 16% es moderado, el 34% es de riesgo alto y un 24% es muy alto. Se concluye que al aplicar la prueba estadística chi cuadrado a las variables se acepta la hipótesis alternativa la cual afirma que hay relación entre las dos variables con un nivel de confianza del 95% teniendo un valor calculado de 20,905 y un nivel de significancia menor a 5%.

Medina R, (14). En su trabajo de investigación titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “La Unión” sector 25 _Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 _Chimbote 2019. Metodología: Fue de tipo cuantitativo, correlacional, no experimental. Concluyó: Más de la mitad tienen acciones de prevención y promoción de la salud inadecuada; la mayoría tienen estilos de vida no saludables y más de la mitad no reciben apoyo social, que las acciones de promoción y prevención, estilo de vida y el apoyo social, si tienen relación estadísticamente significativa

Huamán J, (15). En su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019”, tuvo como objetivo Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social, fue de tipo cuantitativo, correlacional - transversal y no experimental. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: En los Factores sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria; tienen estilos de vida saludables, reciben apoyo social y no tienen acciones adecuadas de prevención y

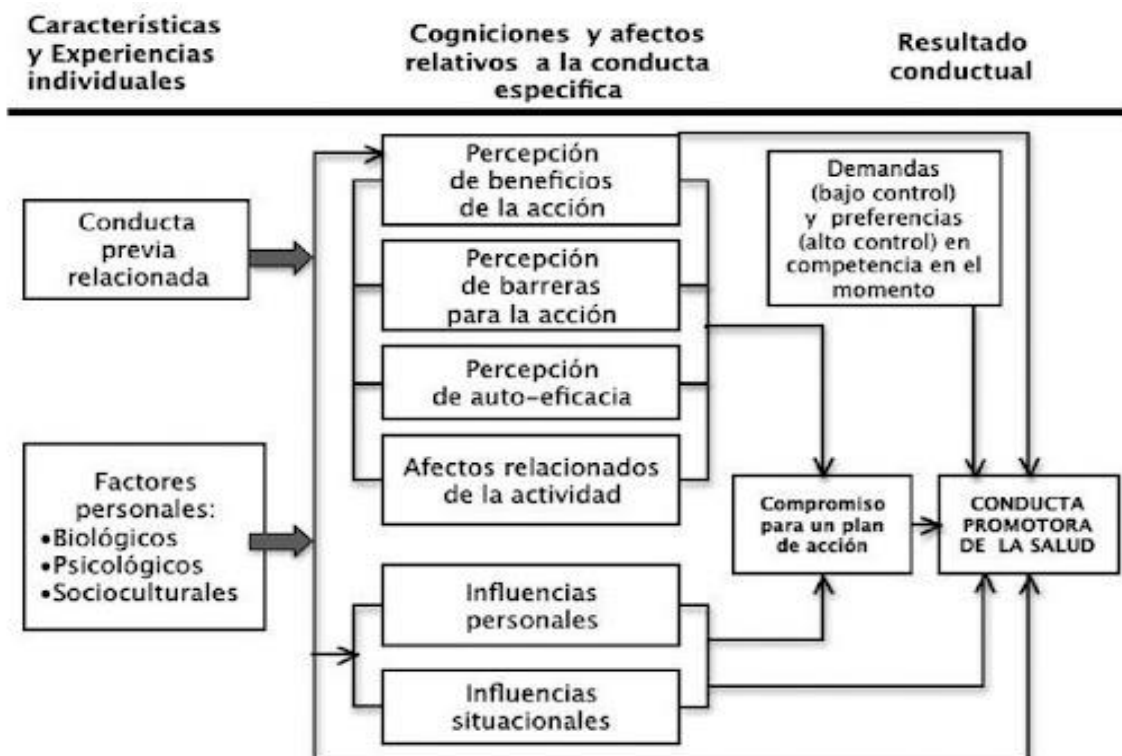
promoción de la salud.

2.2. Bases teóricas

Este presente estudio está conformado por una base teórica conceptual, también habla acerca de la promoción de la salud de Nola Pender, ella es una teórica que suele presentar el significado y el valor que tiene la Promoción de la Salud, con el objetivo de poder llegar a englobar el comportamiento de la persona donde lleva una relación con la Salud y así cambiar los inadecuados y malos hábitos alimenticios con un resultado positivo de tener mejores conductas saludables y Marc Lalonde donde nos menciona sobre los estilos de vida.

Esta autora en el año 1975, publicó un modelo conceptual de conducta para la salud preventiva, que pertenece a una base para estudiar el modo en que los individuos toman las decisiones adecuadas al hacerse cargo de la propia salud en el contexto de la enfermería, identifica factores cognitivos y perceptivos en el individuo que son modificados por características ya sean situacionales, personales e interpersonales, lo que conduce a la participación en conductas promotoras de la salud, cuando existe un modelo de acción (16).

FIGURA N° 1: MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD (Nola Pender)



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stieповich JB.

Este modelo tiene tres componentes, el primero características y experiencias propia que tiene cada persona además los conocimientos, afectos específicos del comportamiento estos hacen que el individuo participe en diferentes actividades de salud y además consta de dos conceptos estos son la conducta previa relacionada y los factores personales, hace relación a aquellas conductas que han sucedido y que también afecta la conducta y comportamiento de la promoción de salud.

El segundo componente habla sobre las cogniciones y efectos relativos en la conducta propia, esto se refiere a los conocimientos que se han obtenido y también su conducta, este tiene seis conceptos; el primero son los beneficios que se logran mediante acciones; el segundo hace referencia a los impedimentos que se han presentado para realizar dicha acción que se quiere realizar, además han aparecido problemas, barreras, brechas que se han prevenido y también tener un compromiso referente a la salud; el último componente es el resultado conductual este da a conocer de como se ha percibido nuestra auto eficiencia (17).

Este modelo de promoción de la salud conduce a una mejor relación entre la persona y el cuidador, desempeñando un papel motivador, enfocado a los buenos resultados, y también es ampliamente utilizado por los cuidadores ya que permite la comprensión de los seres humanos, comportamientos relacionados con la salud y el bienestar de cada persona y a su vez, conduce a la generación de comportamientos saludables. En este modelo, el individuo es el ser integral, además de analizar su estilo de vida, sus fortalezas y potencialidades, y sus habilidades que tiene para tomar decisiones sobre su salud y su vida (18).

El modelo de promoción de la salud (MPS) presentado por Pender, suele ser uno de los modelos más sobresalientes y resaltantes en la promoción de la salud en enfermería; de igual forma los determinantes de la promoción de la salud y los estilos de vida, estos suelen estar distribuidos en las diferentes causas pueden ser cognitivos o perceptuales, estos son comprendidos por creaciones, creencias, costumbres, diferentes ideas que tienen referente a la salud que la llevan o impulsar a tener conductas y comportamientos definidos o preparados, estos se vinculan ya que existe la correcta toma de decisiones o conductas las cuales, la salud se va a beneficiar, el adecuado arreglo de estos factores e incentivar a realizar aquella conducta que poseen, dirige a las personas a que tengan un estado que los beneficie llamado bienestar y salud donde este es definido por Pender.

Además el logro exitoso de la realización potencial humano propio y obtenido siendo esta una conducta trazada, el autocuidado está compuesto por relaciones satisfactorias con otros, además mientras se realizan arreglos necesarios para cultivar la integridad estructural y la armonía con aquellos ambientes importantes y esenciales para la optimización de la vida, recordando y teniendo en cuenta que para los cambios de estas conductas debe existir una buena relación entre los determinantes interpersonales de la salud y los efectos del medio ambiente. (19).

Esta teoría consta de 4 paradigmas donde se identificarán sucesos, además que se siguen utilizando en la actualidad ya que son importantes porque van a modificar la conducta del ser humano: salud, persona, entorno y enfermería. (20).

Salud: Estado muy positivo, la definición de salud es más importante que cualquier otra afirmación general, tiene un componente humanista y comprensivo, también es el grupo de personas que se forma para crear un bien común, esta es la base la que el humano crea su propia felicidad.

La salud es el estado de todo ser vivo que se siente absolutamente bien ya sea física, mental y socialmente. Esto significa que el concepto de salud no solo tiene en cuenta la no ocurrencia de enfermedades o afecciones, sino que va más allá, en otras palabras, el concepto de salud se puede explicar cómo la eficiencia del metabolismo y las funciones de un ser vivo, que se orienta a la producción o generación de conductas saludables (21).

Persona: Es el centro del individuo y del teórico. Cada persona se define de forma única por su propio patrón cognitivo perceptivo y sus factores variables. Cuando hablamos de una persona, en general, nos referimos a un individuo, es decir, a cada persona, por lo que normalmente se ignoran datos únicos como su nombre, identidad o historia. Decir una persona es decir alguien o alguien, en contraposición al conjunto global. Consta de partes físicas e intelectuales, sus emociones, capacidad y autoridad que tienen sobre su salud. La persona es suya, tiene la capacidad y la voluntad no solo de encontrarse con el mundo externo sino también con su yo interior, con su mundo individual; Él es imagen y semejanza de Dios (22).

Entorno: No se describe con precisión, pero se representa la interacción entre los factores cognitivo preceptuales y los factores modificantes que influyen en la aparición de conductas promotoras de salud, es aquello que rodea a algo o alguien, pero se representa la interacción entre los factores ya sean cognitivos perceptivos y los factores que se encargan de modificar que inciden en la presencia de conductas promotoras de la salud, es lo que

rodea a algo o alguien.

El enfoque de ambiente saludable, un enfoque promotor de la salud, implica un enfoque interdisciplinario para promover la salud y la prevención de enfermedades a través de un sistema completo en lugares o contextos sociales donde las personas participan en las actividades diarias, donde los factores ambientales, organizacionales y personales interactúan para afectar la salud y el bienestar, ser que contiene tanto aspectos sanitarios básicos, como los relacionados con espacios físicos limpios y adecuados, así como redes de apoyo para la consecución de entornos psicosociales saludables, seguros y libres de violencia (23).

Enfermería: El confort en la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es el sustento o proyecto de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de incentivar a los usuarios para que mantengan su una adecuada salud. Además abarca el cuidado independiente y apoyo de personas de varias edades familias, equipo y comunidades, ya sean enfermos o sanos y en todos las circunstancias presentadas .Por lo siguiente la enfermería es una rama de la salud, que siempre se encuentra en incremento por sus diferentes ocupaciones pero todos con el objetivo de atender al paciente en una diversidad de situaciones que pueden ser básicas o complicadas, para el desarrollo de la salud, prevención de enfermedades y una calidad de vida al ser humano (24) .

Elas están en la línea de acción ya sea porque prestan sus servicios a la población y logran un papel importante en la adecuada atención enfocada en la persona. Además, en varios países, estos son jefes o gobernantes clave en los grupos de salud multidisciplinarios e interdisciplinarios. Estos brindan una amplia gama de unidades de salud en todos los niveles del sistema de salud. También va a entender el significado de promoción la salud, prevención de enfermedades, la atención necesaria y adecuada a los enfermos ya sean personas discapacitadas y en estado terminal.

La OMS lo define como, el bienestar especial de enfermería, ya que ha tenido su auge en el transcurso de su último decenio, responsabilidad individual en los cuidados humanizados. Las enfermeras participan activamente en el labor y desempeño ya sea un papel importante en la atención centrada e individual. Ofrecen una amplia escala de servicios de salud en todas las unidades del sistema de salud. También comprende el significado de promover la salud, evitar enfermedades y garantizar el cuidado necesario a las personas que tienen deteriorada su salud, discapacitados y enfermos terminales. La

OMS también define el bienestar como especialidad de la enfermería ya que ha alcanzado su punto máximo en la última década, la responsabilidad personal en salud es la base de cualquier plan de reforma para estos ciudadanos, y la enfermera es la principal responsable de motivar a los usuarios a cuidar a sus usuarios y mantener la salud personal (25).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la promoción de la salud se define como el curso que permite a las personas aumentar el control adecuado sobre su salud. Además, este concepto se implementa en la práctica utilizando métodos participativos; Ya se trate de individuos, organizaciones, comunidades e instituciones que trabajan en conjunto para crear situaciones que garanticen la salud y el bienestar para todos, de esta manera también implican en la toma de decisiones y así mejorar la salud y la sociedad (26).

En la promoción de la salud su principal rol es orientar además tiene un motivo cálido que tiene efecto en el confort de todas las personas, centrándose en fomentar una salud adecuada, beneficiosa y así que contribuya con la precaución de enfermedades. En términos más breves, la promoción de la salud impulsa a variaciones ya sea en el entorno que contribuyen a fomentar y preservar la salud.

Estas variaciones incluyen alteraciones en la sociedad y los sistemas, por ejemplo, planes que garanticen el ingreso a las diferentes unidades de salud o políticas que establezcan lugares de diversión para el mantenimiento físico de los individuos y su adecuada convivencia, suele manifestarse de una manera particular, esta se caracteriza por que la población, es participativa, es multisectorial es sensible al contexto y coopera en múltiples categorías (27).

Este criterio de ambiente saludable y otro criterio de promoción de la salud, implican una estrategia multidisciplinario para promocionar la salud y así evitar enfermedades ya sea por un sistema completo en sitios o contextos sociales donde los usuarios contribuyen en actividades de rutina diaria, asimismo los factores ambientales, organizaciones y personal que afectan el bienestar del individuo (28).

Bases conceptuales

A continuación, se mencionarán los siguientes conceptos los cuales tienen relación con las variables y sustentan la presente investigación:

Promoción de la salud: Podemos decir que es un proceso donde proporciona a la población los medios necesarios e importantes para ejercer mejor, mayor calidad de vida y control de sobre su salud. Además también consiste en transformar las relaciones

excluyentes conciliando los intereses económicos y los propósitos sociales de bienestar para todos, así como en trabajar por la solidaridad y la equidad social, condiciones indispensables para la salud y el desarrollo, que permite a las personas incrementar el control sobre su salud para mejorarla y así tener un equilibrio y que se dedica a estudiar las formas de favorecer una mejor salud en la población (29).

Adulto: Se trata de una persona que pasa por las diferentes etapas de la vida del ser humano, es decir deja la adolescencia para convertirse en adulto, de manera en la que sus roles y actitudes cambian por completo, ya que se da cuenta de las cosas que realiza y de las consecuencias que puede traer, un adulto, por lo general, debe dedicarse a alguna actividad laboral o productiva para obtener los recursos que le permitan subsistir y mantener a sus hijos. Por eso los adultos tempranos y medios constituyen el grupo económico activo de una sociedad: los niños y los adolescentes deben asistir a la escuela, mientras que los adultos mayores ya están jubilados (30).

Prevención: Es aquella que evita la aparición de riesgos para la salud del individuo, de la familia y la comunidad, ya que actúa para que un problema no aparezca o, en su caso, para disminuir sus efectos.

Es donde se anticipa o adelanta, actúa para evitar que ocurra algo que no queremos que pase, en este caso, que se consuman drogas. Pero si ya se están tomando, prevenir es intentar evitar que el problema vaya a más y, en caso de existir alguna situación de dependencia, ayudar a las personas a recibir tratamiento para superarla y salir de ella, es decir que se puede tomar precauciones y así evitar contraer cualquier enfermedad (31).

Estilo de vida: la OMS define los estilos de vida saludables como una aquella forma general de vida basada 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, ya que muchas personas tienen diferentes estilos de vida ya sea en su forma de vivir, alimentarse, vestirse entre otras (32).

Autocuidado: El autocuidado es definido por la OMS como la capacidad de individuos, familias y comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y hacer frente a las enfermedades y discapacidad con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica, el autocuidado es una acción importante ya que cada quien va a velar salud y bienestar (33).

Educación para la salud: Es un proceso de educación y de participación del individuo, paciente y/o familiar, con el fin de que adquiera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la promoción y defensa de la salud individual y colectiva. La reducción de conductas y de situaciones de riesgo, y el conocimiento general de las enfermedades, de los tratamientos y de los cuidados correspondientes para cada paciente (34).

2.3. Hipótesis

- H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _Sullana.
- H0: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _Sullana.

III. METODOLOGÍA

3.1 Nivel, tipo y diseño de la investigación

Nivel: El nivel de investigación fue correlacional – transversal, fue un tipo de método de investigación no experimental en el cual un investigador mide dos variables. Se entendió y evaluó la relación estadística que hubo entre ellas sin influencia de ninguna variable extraña (35).

Diseño: fue no experimental, ya que se realizó sin alterar las variables, donde se basó en categorías, conceptos, variables, sucesos, comunidades o contextos que se dieron sin la intervención directa del investigador, es decir; sin que el investigador haya alterado el objeto de investigación.

Tipo de investigación fue cuantitativo, donde el objetivo fue evaluar los datos numéricamente medibles (36). Cuantitativo, consistió en el contraste de teorías que ya habían existido a partir de una serie de hipótesis surgidas de esta misma, donde fue necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno donde este fue el objeto de estudio (37).

3.2 Población y muestra

Población: Constituida por 2150 adultos del centro poblado de Lancones_Sullana.

Muestra: Se obtuvo por muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando el estado de emergencia sanitaria en que se vive, debido a la pandemia del Covid-19. Por ello se ha considerado una muestra conformada por 100 adultos.

Unidad de análisis: Cada adulto del centro poblado de Lancones _ Sullana que forman parte de la muestra y respondan a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Adultos que vivan más de 3 años en el centro poblado de Lancones _ Sullana
- Adultos del centro poblado de Lancones _ Sullana que acepten participar en el estudio.
- Adultos del centro poblado de Lancones _ Sullana que estuvieran aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización,

sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión:

- Adultos del centro poblado de Lancones, que presenten algún trastorno mental.
- Adultos del centro poblado de Lancones, que presenten problemas de comunicación.
- Adultos del centro poblado de Lancones, que presenten problemas psicológicos

<p>Acciones de prevención y promoción de la salud</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Acciones de prevención y promoción adecuadas •Acciones de prevención y promoción inadecuadas 	<p>Alimentación y nutrición</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una adecuada alimentación saludable en su comunidad -Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad -Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad -Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol) -Se promueve la elección de alimentos y bebidas saludables (precios bajos, muestras gratis, etc.) -Se ofrece fruta fresca en su comunidad -Se provee agua potable en su comunidad -En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer -En los últimos 30 días comió habitualmente frutas -En los últimos 30 días comió habitualmente verduras. 	<p>Operacional</p>	<p>Acciones de prevención y promoción inadecuadas: de 1 a 106 puntos</p> <p>Acciones de prevención y promoción adecuadas: de 107 a 212 puntos</p>
--------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>Higiene</p> <ul style="list-style-type: none"> -Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada -Realiza el baño corporal diariamente -Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día -Mantiene Higiénica y en orden su ropa -Lava los alimentos antes de consumirlos -Mantiene bien lavado los utensilios de cocina y su cocina -Mantiene en orden y limpia la vivienda -Mantiene ventilada su vivienda -Mantiene Limpio su baño o letrina -Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina <p>Habilidades para la vida</p> <ul style="list-style-type: none"> -Sabe escuchar y sabe cuándo hablar -Influencia y regula las emociones de otra persona -Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas -Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o) -Enfrenta los problemas dando solución -Alienta la participación y la cooperación -Orienta y enseña -Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo 		
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

		Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> -Se comunica abiertamente -Demuestra capacidad de autocrítica -Es expresiva, espontánea y segura -Tiene una personalidad activa -Defiende sus derechos -No presenta temores en su comportamiento -Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca -Posee usted seguridad en expresarse con los demás -Su comportamiento es respetable por los demás -Se comunica fácilmente con toda clase de personas <ul style="list-style-type: none"> -Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes -Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana -Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento -Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua) 		
--	--	------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

		Salud sexual y reproductiva	<ul style="list-style-type: none"> -Tiene relaciones sexuales actualmente con protección -Se informa de los métodos anticonceptivos -Usa un método anticonceptivo -Se hace exámenes médicos ginecológicos -Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva. 		
		Salud bucal	<ul style="list-style-type: none"> -Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor? -Usa hilo dental -Usa a diario un enjuague bucal con flúor -Tiene exámenes regulares odontológicos -Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas -Evita el consumo de tabaco y el alcohol 		
		Salud mental y cultura de paz	<ul style="list-style-type: none"> -En general está satisfecho con usted mismo/a -A veces piensa que no sirve absolutamente para nada -Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas -Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a -A veces se siente realmente inútil 		

		Seguridad vial y cultura de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> -Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás -Siente mucho aprecio por mí mismo/a -Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso -Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a -Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada -Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad -No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle -Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución -Si maneja bicicleta usa casco -Usted camina por las veredas -Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde -Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez -Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, si van en grupo caminen en fila 		
Apoyo social	•Tiene apoyo social	Apoyo emocional	-Con quien pueda contar cuando necesite Hablar	Operacional	No tiene apoyo social: 0-57

Estilos de vida	<ul style="list-style-type: none"> •Estilo de vida saludable •Estilo de vida no saludable 	<p>Responsabilidad hacia la salud</p> <p>Actividad física</p> <p>Nutrición</p> <p>Manejo de stress</p> <p>Relaciones interpersonales:</p> <p>Crecimiento Espiritual</p> <p>Relaciones Interpersonales</p>		Operacional	<p>Estilo de vida no Saludable: 0-91</p> <p>Estilo de vida Saludable: 92-130</p>
------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-------------	-------------------------------------------------------------------------------------

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información

En la presente investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumento

En la presente investigación se utilizó 4 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

Instrumento N° 01

Elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E. Modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación.

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro. (8 ítems).

Instrumento N° 02

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Está constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (10 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (10 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (17 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (5 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (6 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (9 ítems).

- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (9 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Prevención Y Promoción de la Salud** en nuestra localidad se obtendrá el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio. Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos.

Control de calidad de los datos:

Evaluación Cualitativa:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

Evaluación Cuantitativa:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

k

Dónde

\bar{x} : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, Se realiza a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno.

Instrumento N° 03

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

En la dimensión apoyo emocional: 8 ítems

En la dimensión ayuda material: 4 ítems

En la dimensión relaciones de ocio y distracción: 4 ítems En la dimensión apoyo afectivo: 3 ítems

Apoyo social: Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (Red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías.

Nuestro estudio utilizó la versión validada en español Londoño, N. et al (2012) Realizado en Colombia, el cual está comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informacional, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha= 0.74$).

Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

Instrumento N° 04

CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**

En la subescala Actividad física: **8 ítems**

En la subescala nutrición: **9 ítems**

En la subescala manejo de stress: **8 ítems**

En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9 ítems**

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual está compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin, estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones: Responsabilidad hacia la salud, Actividad física, Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$), Nutrición ($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$). (ANEXO 3)

3.5 Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se coordinó con el Teniente Gobernador del Centro poblado de Lancones Sullana para presentar la autorización para la recolección de información y redacción del acta de aceptación.
- Se coordinará la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del centro poblado de Lancones _ Sullana.
- Se informará y se pedirá el consentimiento a los adultos del centro poblado de Lancones _ Sullana, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se procedió a hacer firmar el consentimiento informado para la aplicación del instrumento.
- Se realizará la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del centro poblado de Lancones _ Sullana.
- El instrumento será aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizará el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable perteneciente a los factores sociodemográficos. Se utilizarán el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Para el procesamiento y análisis de datos serán ingresados a una base de datos software estadístico para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

3.6 Aspectos éticos

Los siguientes principios éticos fueron considerados en toda investigación que se llevó a cabo, en las que cumplió un rol muy importante en el que permitió al investigador científico seguir las normas y reglas establecidas, de acuerdo al reglamento de Integridad científica aprobado por acuerdo del Consejo Universitario con Resolución N°0037-2021-CU-ULADECH Católica es así que al momento de ejecutar un proyecto de estudio no presente algún cargo legal por trasgredir los principios bioéticos, fue basado en el código de integridad científica de la universidad católica los ángeles de Chimbote Uladech (48).

Protección a las personas

Al realizarse esta investigación, se obtuvo el riesgo y la probabilidad de obtener un beneficio, se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad, este principio no solo implicó que las personas participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, respeta sus derechos fundamentales y vulnerabilidad.

Libre participación y derecho a estar informado

Ciertas investigaciones tienen el derecho de informar a las personas sobre los propósitos y finalidades de la investigación en la que desarrollan o participan, así como tienen la libertad de participar en ella o no, según su decisión, se cuenta con la manifestación de voluntad informada, libre y específica, los datos recolectados son para fines específicos establecidos en el proyecto.

Justicia

La investigación solo debe ejercerse en un juicio razonable, tomar precauciones y limitaciones de sus capacidades y conocimientos se reconoce que la equidad y la justicia le brinda a todas las personas a participar en la investigación y todas las personas que participan en ello, tienen derecho de observar sus resultados, de esta manera se brinda un trato adecuado con todas las personas que participan en procedimientos y servicios asociadas a la investigación

Beneficencia y no maleficencia

En la investigación a realizar los resultados deben ser confidenciales de esta manera se asegurará la identidad de la persona que participará, en la que el investigador debe evitar causar algún daño, reducir las probabilidades negativas y desfavorables y aumentar los beneficios que se tiene en cuenta para lograr llevar a cabo la investigación.

Integridad científica

La persona íntegra rige la actividad científica de un investigador de manera en que extiende sus actividades de enseñanza y ejercicio profesional, evalúa los riesgos y beneficios que puede afectar a los participantes, de manera en la que se debe mantener la integridad científica al declarar algunos conflictos de intereses y afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

IV.RESULTADOS

TABLA 01
FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021

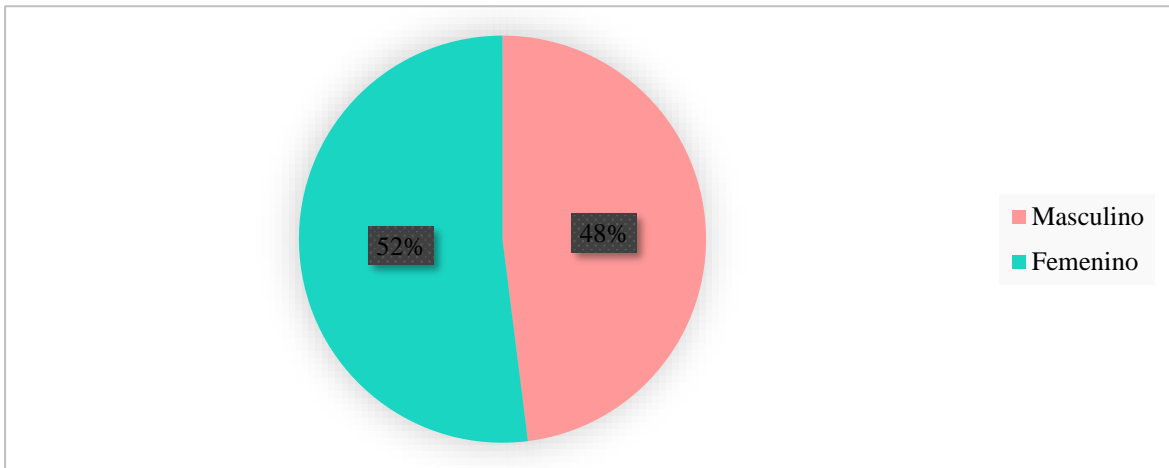
Sexo	N°	%
Masculino	48	48,0
Femenino	52	52,0
Total	100	100,0
Edad	N°	%
18-35 años	38	38,0
36-59 años	53	53,0
60 a más	9	9,0
Total	100	100,0
Grado de instrucción	N°	%
Analfabeto	15	15,0
Primaria	25	25,0
Secundaria	24	24,0
Superior	36	36,0
Total	100	100,0
Religión	N°	%
Católico	55	55,0
Evangélico	45	45,0
Otras	0	0,0
Total	100	100,0
Estado civil	N°	%
Soltero	26	26,0
Casado	38	38,0
Viudo	15	15,0
Conviviente	21	21,0
Separado	0	0,0
Total	100	100,0
Ocupación	N°	%
Obrero	16	16,0
Empleado	58	58,0
Ama de casa	13	13,0
Estudiante	12	12,0
Otros	1	1,0
Total	100	100,0
Ingreso económico	N°	%
Menor de 400 nuevos soles	20	20,0
De 400 a 650 nuevos soles	39	39,0
De 650 a 850 nuevos soles	20	20,0
De 850 a 1100 nuevos soles	18	18,0
Mayor de 1100 nuevos soles	3	3,0
Total	100	100,0
Seguro	N°	%
Es salud	35	35,0
SIS	65	65,0
Otro seguro	0	0,0
No tiene seguro	0	0,0
Total	100	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURAS DE LA TABLA 1

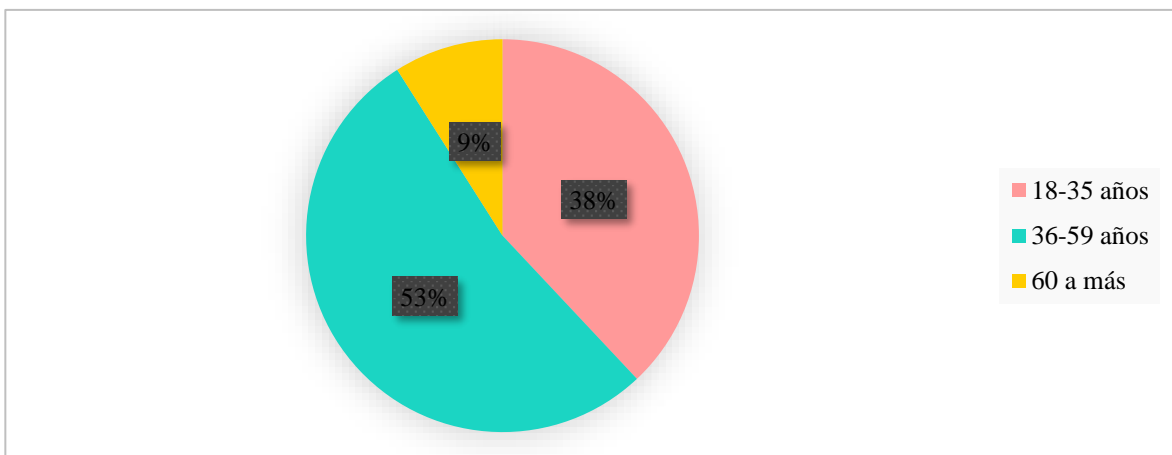
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021

FIGURA 1: SEXO SEGÙN LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



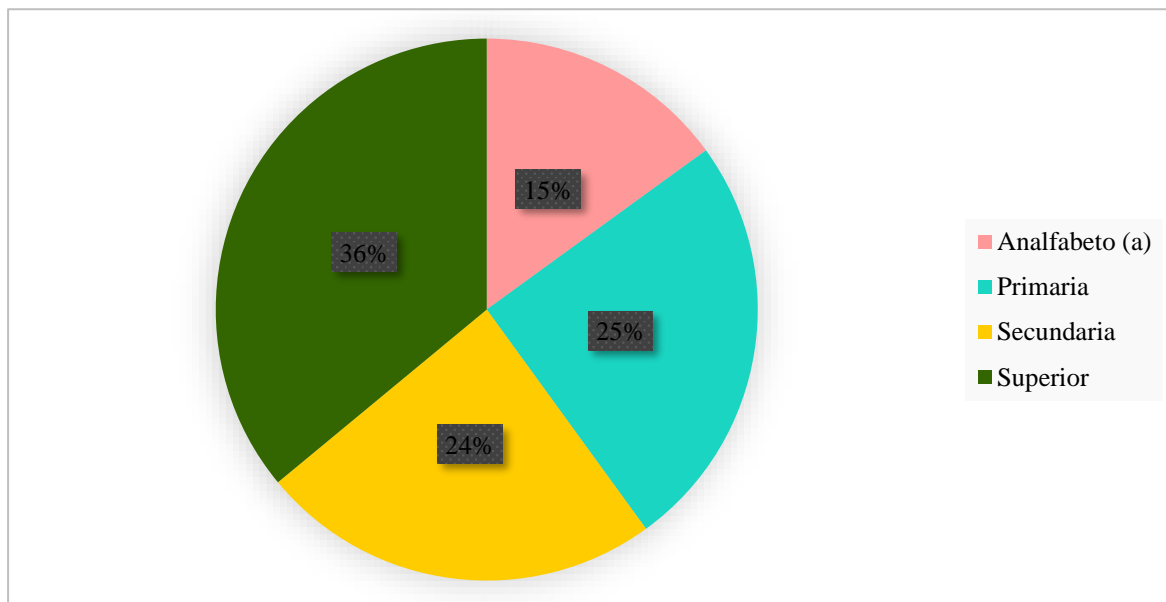
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 2: EDAD SEGÙN LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



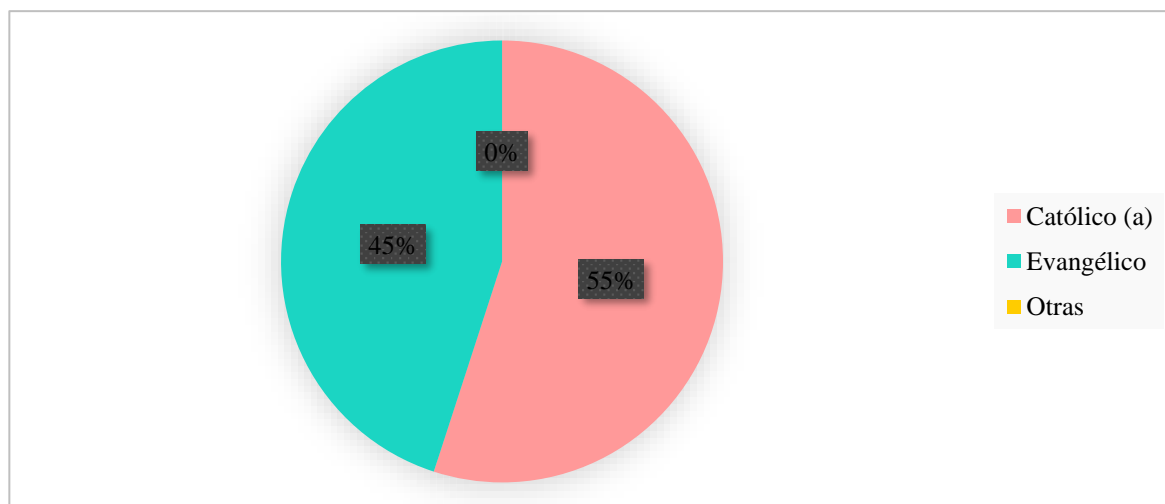
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



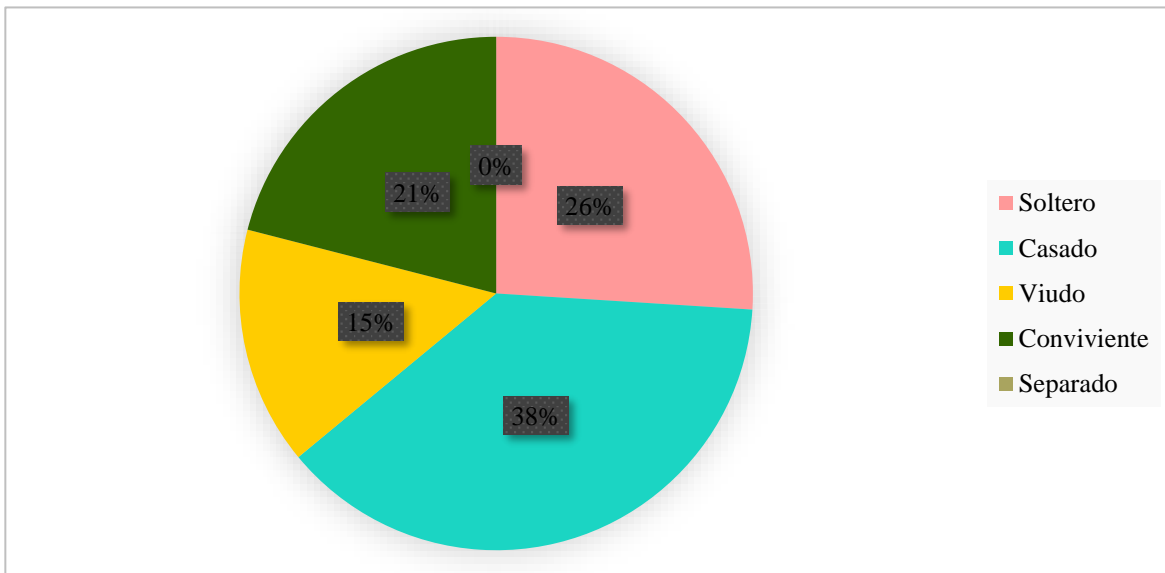
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 4: RELIGIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



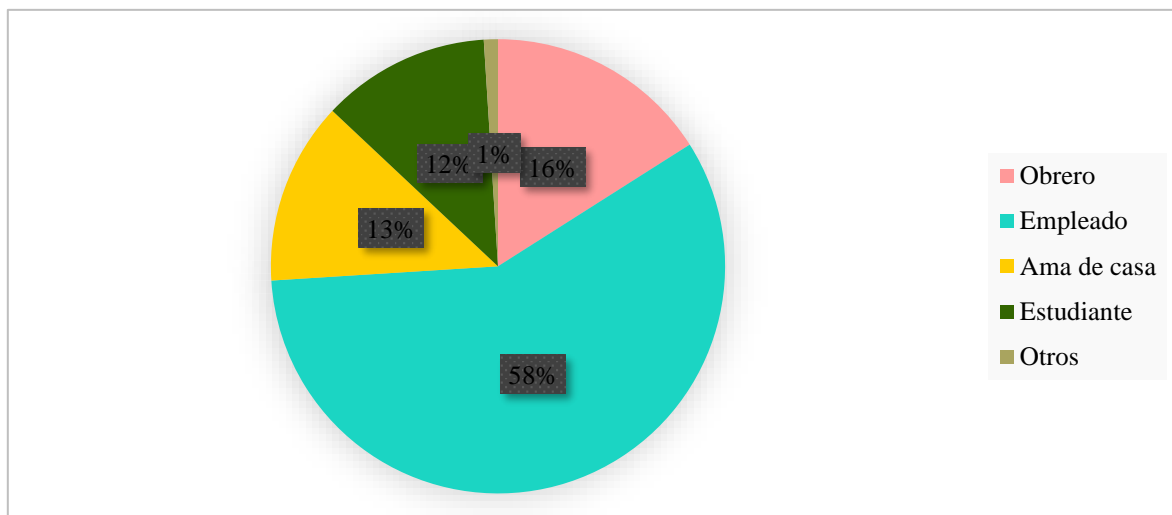
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



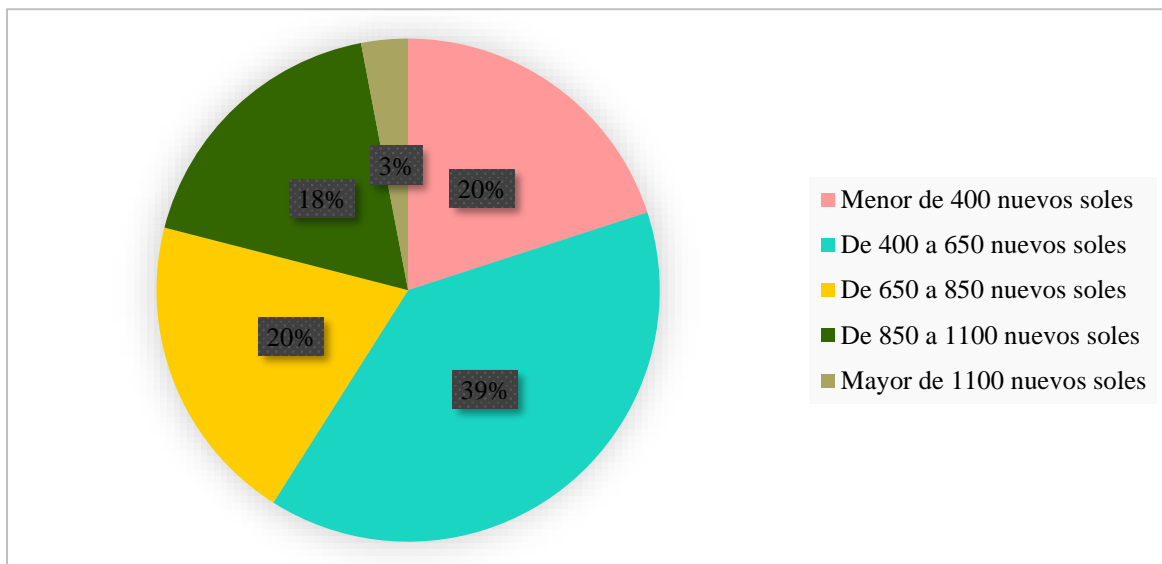
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021



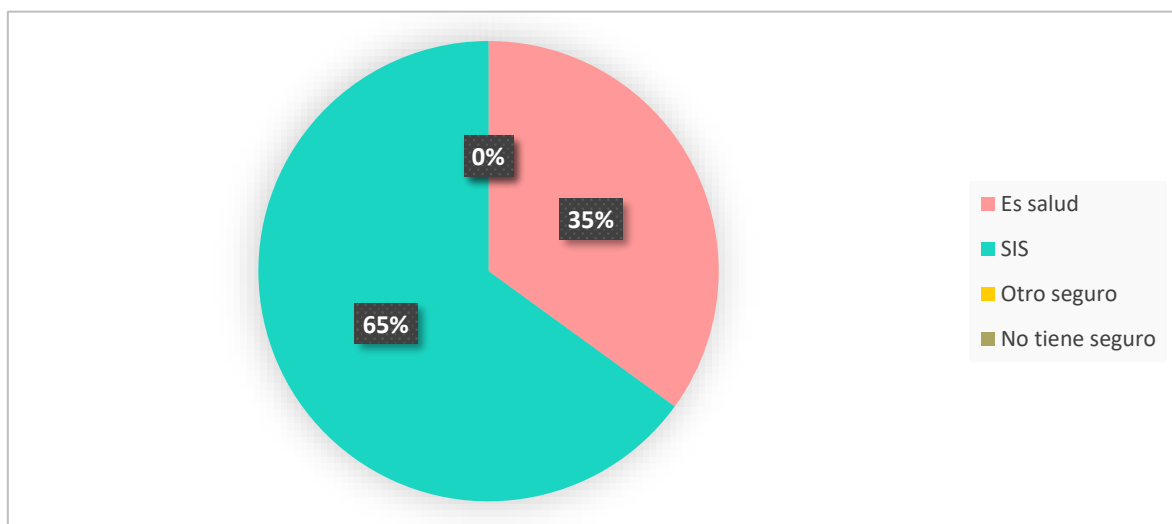
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 7: INGRESO ECONÒMICO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021.



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES – SULLANA, 2021.



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

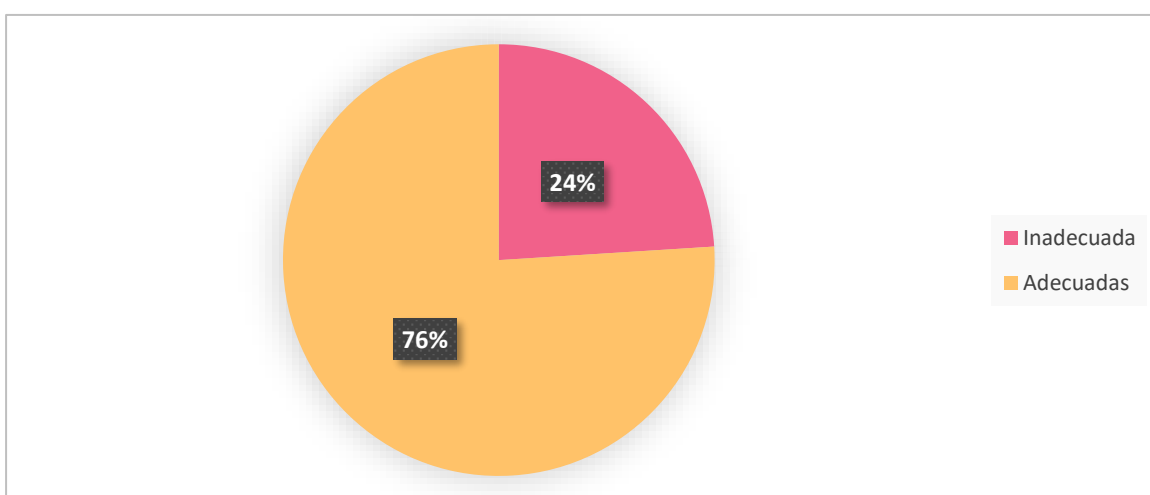
TABLA 02
ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO
POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN	N°	%
Inadecuada	24	24,0
Adecuadas	76	76,0
Total	100	100,0

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez M, Directora de la presente línea de Investigación. Aplicado al adulto. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA DE LA TABLA 2
ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO
POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021

FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_ SULLANA. 2021



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez M, Directora de la presente línea de Investigación. Aplicado al adulto. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 03

***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _
SULLANA, 2021***

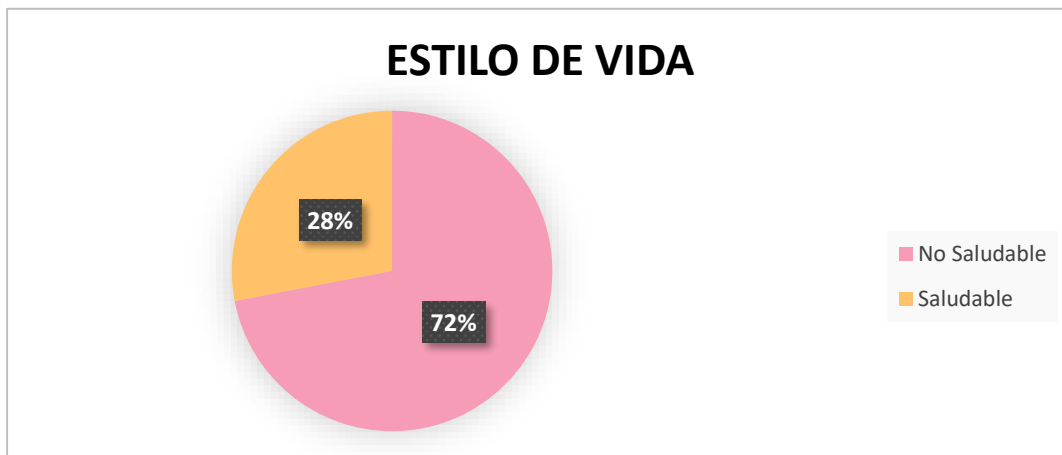
ESTILO DE VIDA	RANGO	N	%
No Saludable	0-91	72	72,0
Saludable	92-130	28	28,0
Total		100	100,0

Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA DE LA TABLA 3

***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _
SULLANA, 2021***

FIGURA 10: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_ SULLANA. 2021



Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 04

**APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _
SULLANA, 2021**

	APOYO SOCIAL	N	%
	Apoyo emocional		
0-24	No tiene	24	24,00
25-40	Si tiene	76	76,00
Total		100	100,00
	Ayuda material		
0-12	No tiene	2	2,00
13-20	Si tiene	98	98,00
Total		100	100,00
	Relación de ocio y distracción		
0-12	No tiene	56	56,00
13-20	Si tiene	44	44,00
Total		100	100,00
	Apoyo afectivo		
0-9	No tiene	55	55,00
10-20	Si tiene	45	45,00
Total		100	100,00

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 04

***APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _
SULLANA, 2021***

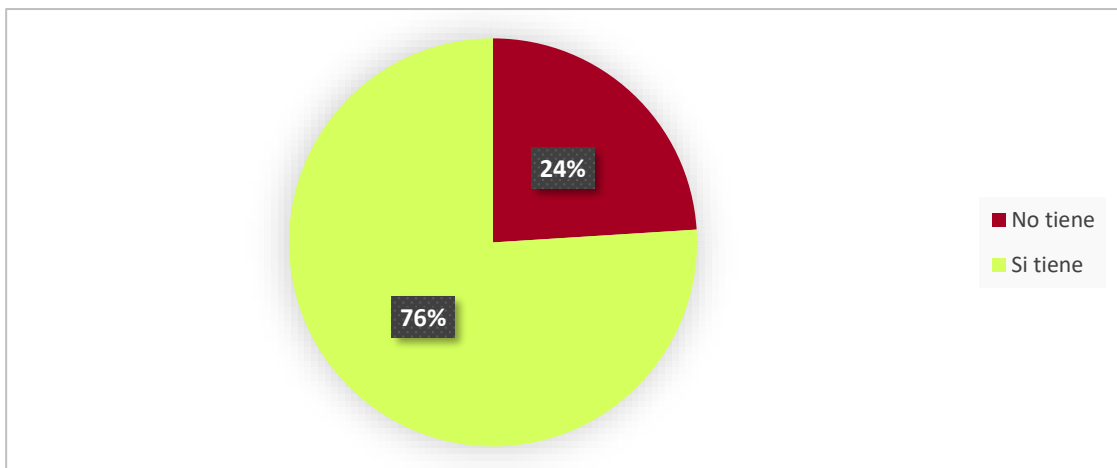
APOYO SOCIAL		N	%
0-57	No tiene	9	9,00
58-94	Si tiene	91	91,00
Total		100	100,0

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURAS DE LA TABLA 4

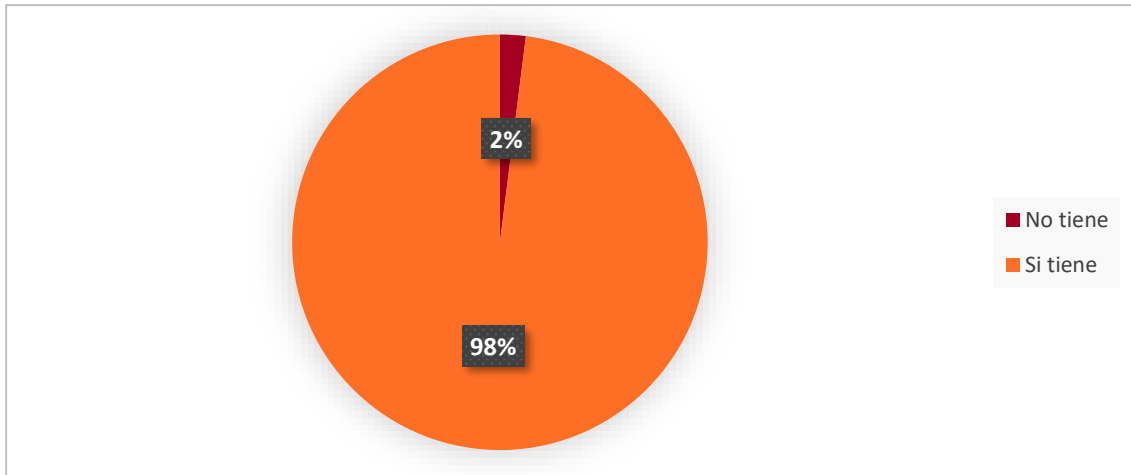
***APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _
SULLANA, 2021***

***FIGURA 11: APOYO EMOCIONAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO
DE LANCONES _ SULLANA, 2021***



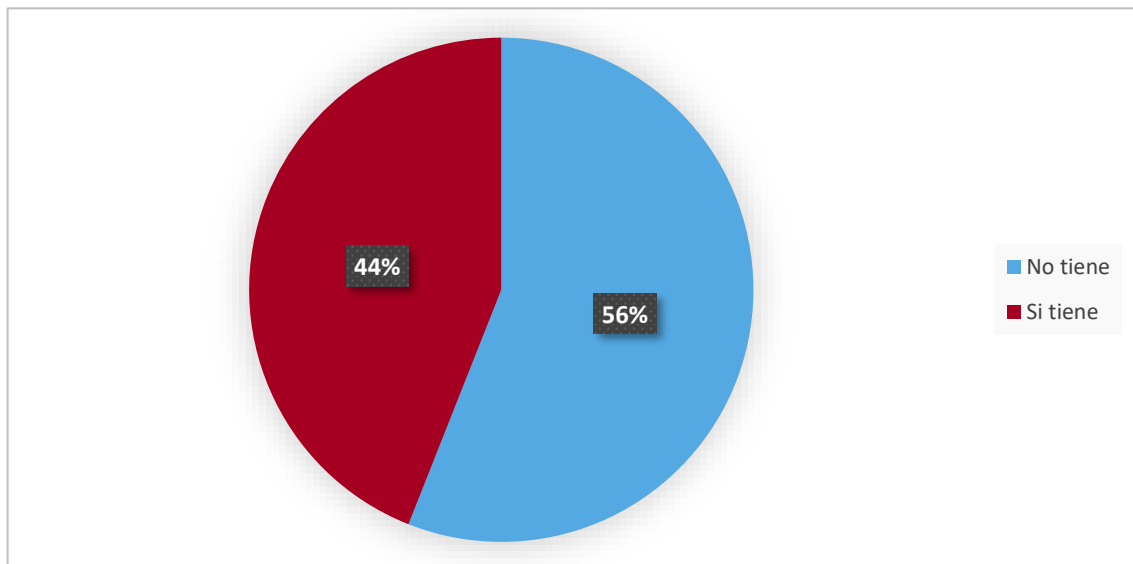
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 12: AYUDA MATERIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021



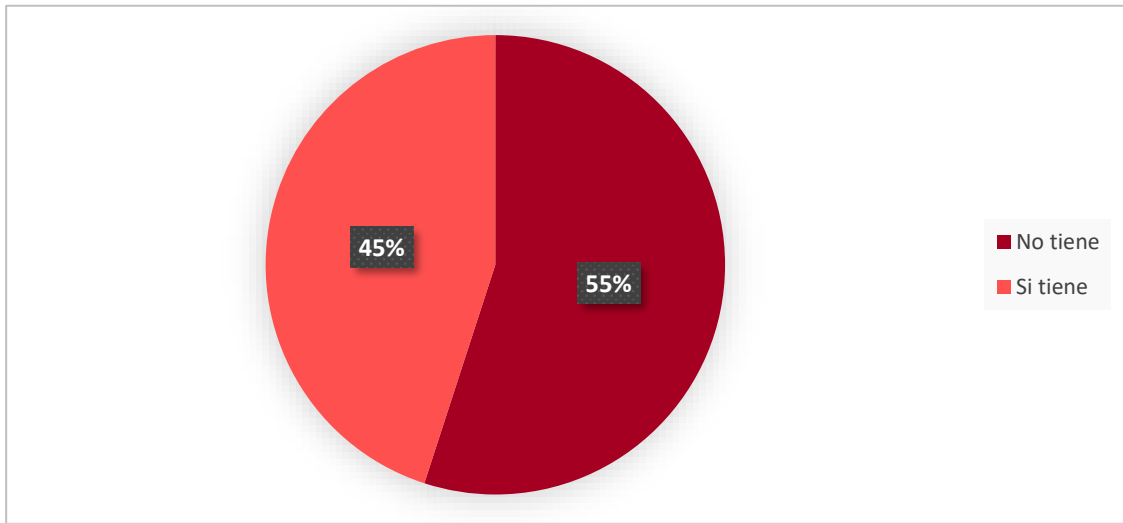
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 13: RELACIÓN DE OCIO Y DISTRACCIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021



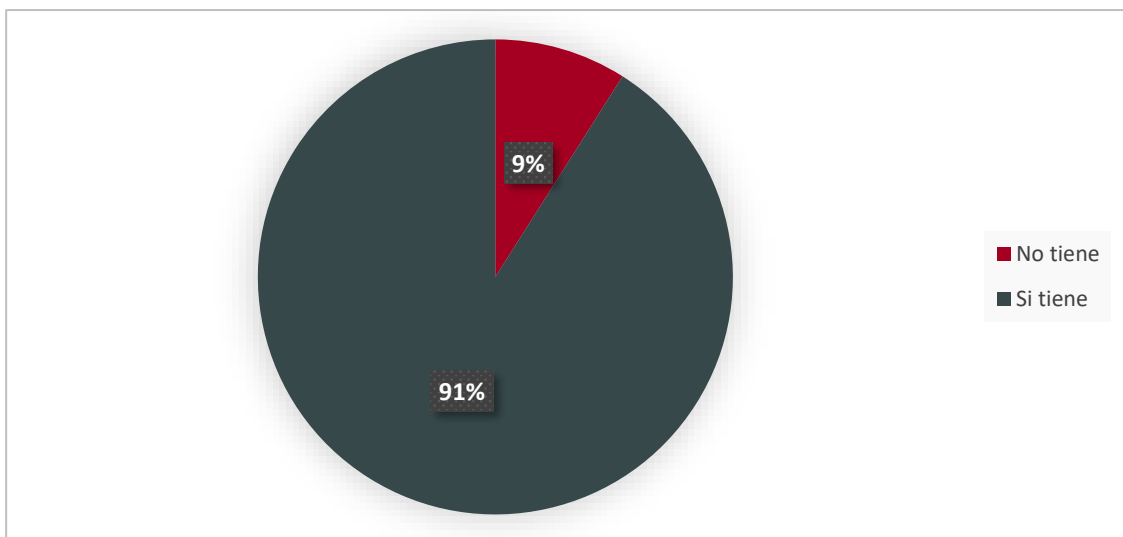
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 14: APOYO AFECTIVO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

FIGURA 15: PUNTAJE TOTAL DE APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado al adulto. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 05

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILOS DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021

VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA	ESTILO VIDA		RELACIÓN	APOYO SOCIAL		RELACIÓN
	X ²	P-VALOR		X ²	P-VALOR	
Sexo	5.88	0.3159	No existe relación	3.51	0.1764	No existe relación
Edad	0.94	0.6179	No existe relación	2.75	0.5983	No existe relación
Grado de Instrucción	0.11	0.9384	No existe relación	10.64	0.0166	Si existe relación
Religión	2.60	0.5117	No existe relación	0.54	0.5355	No existe relación
Estado Civil	6.00	0.1008	No existe relación	4.14	0.2547	No existe relación
Ocupación	11.71	0.0069	Si existe relación	2.60	0.5117	No existe relación
Ingreso Económico	7.80	0.1062	No existe relación	2.82	0.2319	No existe relación
Tipo de Seguro	5.02	0.5737	No existe relación	0.39	0.2843	No existe relación
Total	40.06	3.17		27.39	2.61	

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 06**RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021**

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD				
ESTILO DE VIDA	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL	PRUEBA DE CHI CUADRADO
No Saludable	20,000	52,00	72	X ² =2.012
Saludable	4,000	24,00	28	p-valor=0.1702 No existe relación entre las variables
TOTAL	24,00	76,00	100	
	0,47	0,76	1	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M y cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicada a los adultos. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

TABLA 07**RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA, 2021**

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD				
APOYO SOCIAL	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL	PRUEBA DE CHI CUADRADO
No Tiene	7,000	7,00	14	X ² =2.266
Si Tiene	20,000	66,00	86	p-valor=0,6185 No existe relación entre las variables
TOTAL	27,00	101,00	100	
	0,27	0,73	1	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M, y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicada a los adultos. Centro Poblado de Lancones _ Sullana, 2021.

4.2. DISCUSIÓN

Tabla N° 01: Del 100%, el 52% (52) son de sexo femenino; el 53% (53) comprende entre 36-59 años; el 36% (57) su grado es superior; el 55% (55) son de religión católico; el 38% (38) su estado civil son casados; el 58% (58) su ocupación es empleados; el 39% (39) su ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles; el 65% (65) su tipo de seguro es SIS.

Se encontró que la mayoría son de sexo femenino, estos resultados son similares con los de **Ramos J**, (49). En el año 2020 estudió los Factores sociodemográficos, donde se encontró que la mayoría son de sexo femenino ya que ellas cumplen un rol muy importante de amas de casa además son más colaboradoras y así han cooperado brindándome un poco de su tiempo, después de realizar sus labores domésticos en su hogar en la investigación y el resultado sobrante son de sexo masculino, ya que ellos salen a trabajar fuera de casa y es por ello que a ellos regresan tarde a su vivienda asimismo vemos que en el centro poblado de Lancones hay más adultos que comprenden entre entre 36- 59 años de edad y las edades comprendidas son entre 36- 59 años de edad, quiere decir que hay más adultos que pueden estar más propensos a contraer enfermedades de riesgo debido a los inadecuados estilos y hábitos de vida, ya sea por fumar, beber alcohol las cuales pueden provocarles enfermedades crónicas en su salud afectándoles de manera muy grave.

También se encontró un estudio donde difiere a la investigación realizada por **Medina R**, (50). En el año 2020 que se encontró que más de la mitad su grado es secundaria, donde la mayoría es de religión católica, ya que se puede observar que más de la mitad su nivel es secundaria y la mayoría son católicos, se deduce que en el centro poblado Lancones las mujeres suelen ayudar en diferentes actividades y las personas que más apoyaron fueron en los rangos observados, ya que es muy satisfactorio ver que varias personas han culminado la secundaria pero sería favorable que elijan una carrera profesional para poder adquirir un poco más de ingresos en su hogar, ya que hoy en día la situación económica es difícil, asimismo donde son muy creyentes a una sola iglesia y religión.

Asimismo, estudios similares a **Haro M**, (51). En el año 2020 se encontró que la mayoría son solteros y menos de la mitad son estudiantes. Asimismo observamos que la mayoría son católicos, en el centro poblado de Lancones donde ellos acuden a misa semanalmente los días domingos a muy temprana hora, algunos de ellos suelen llevar un balde agua, para luego ser bendecido por el sacerdote con agua bendita, además también muestra que las edades son entre 18 y 35 años, siendo estas ya personas adultas y más de la mitad tiene secundaria completa siendo muy beneficiario para sus familias pero a la vez un poco preocupante ya que no tienen un nivel superior, pero logran tener una entrada económica que solventa sus gastos, encontramos que la mayoría son solteros, y algunos de ellos aún son estudiantes y desean superarse.

Pero también se encontró un estudio donde difiere que la investigación realizada por **Huaman J**, (52). En el año 2019, donde se encontró que menos de la mitad tienen entre 850- 1100 nuevos soles y la mayoría tiene seguro integral de salud (SIS). Asimismo menos de la mitad tienen un ingreso entre 850 – 1100 nuevos soles; lo cual es una cantidad que les alcanza para poder solventar sus gastos esenciales para su sobrevivencia ya que además cuentan la mayoría con seguro integral de salud (SIS) siendo este seguro de gran apoyo, porque hoy en día todo está a elevados precios y el seguro es de gran ayuda para todas las personas que lo usan, se observa que existe relación ya que los adultos primero quieren conseguir un trabajo estable para poder solventar sus gastos, asimismo los que aún están en la secundaria desean y quieren estudiar para tener una mejor calidad de vida, ya que el SIS muchas personas suelen usarlo debido a los escasos recursos económicos que tienen.

Al observar los resultados encontramos que menos de la mitad son analfabetos, donde esto afecta su economía ya que menos de la mitad tienen un ingreso económico entre 400 – 650 nuevos soles, donde se motiva a los adultos a salir adelante para que estudien o lleven algún curso, talleres para poder generar ingresos y así poder solventar los gastos para su hogar, ya que no tuvieron la oportunidad de estudiar debido a los escasos recursos económicos donde este fue un factor que afectó a una parte de la población, por esta razón muchos de ellos suelen trabajar en la pesca, agricultura y entre otros trabajos en el campo, suelen ser beneficiosos dependiendo de la temporada de cosecha donde a algunos les va bien, pero no siempre es así los cuales esto puede variar según los tiempos.

Como propuesta de conclusión se plantea concientizar a los adultos a que estudien para que generen dinero lo cual ayudara en solventar los gastos del día a día en su hogar, los cuales serán mejor pagadas y así podrá solventar los gastos que se le puedan presentar. Asimismo comentarle al personal de salud que hay una cantidad de personas las cuales no cuentan con el seguro SIS y que les informe de lo beneficioso que este es para las personas y más aún que es gratuito ya que te ayuda en cualquier ocasión y también en cualquier caso de emergencia que se pueda presentar.

Tabla N° 02: Del 100% (100) de adultos; el 24% (24) tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas y el 76% (76) tienen acciones de prevención y promoción adecuadas.

De acuerdo a los resultados de la presente investigación en los adultos del centro poblado de Lancones, encontramos que menos de la mitad tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas, siendo esto una cantidad desfavorable de personas que no saben cuidar su salud, pero cabe resaltar que la mayoría si tiene acciones favorables los cuales tienen mucho más interés y les preocupa su calidad de vida, ya sea su alimentación, higiene de manos y de cuerpo, la actividad física, entre otras actividades que tienen un rol muy importante en la salud del ser humano y la cual se debe ejecutar para estar saludables.

Estos resultados se asimilan a la investigación realizada por **Paz E**, (53). En su tesis donde estudio las acciones de prevención y promoción en el Asentamiento Humano – Villa magisterial II etapa, Nuevo Chimbote_2019 donde la mayoría presentan una adecuada promoción y prevención. Por otro lado existe un estudio que difiere a la investigación realizada por **Febre T**, (54) . En el adulto del Pueblo Joven “La unión” sector 26 _Chimbote, 2019, donde encontró que más de la mitad llevan acciones de promoción y prevención inadecuadas.

Cabe resaltar que una buena alimentación es muy importante y esencial en el ser humano, ya que de esta manera se evitara de contraer enfermedades, existe un estudio que es similar realizado por **Lopez F**, (55). En el adulto de Upis Belén Nuevo Chimbote, 2019 se encontró que la mayoría no tienen una adecuada alimentación en su comunidad, si es que continua llevando una mala alimentación, aumentara el riesgo de contraer enfermedades como la hipertensión, diabetes, obesidad entre otras las cuales de preferencia seria comer verduras, frutas, vegetales entre otras las cuales van a prevenir la anemia y de esta manera se estaría llevando una adecuada alimentación,

es muy importante que los adultos tengan conocimiento de los alimentos que son importantes de consumir según en la edad que se encuentren.

Asimismo la mayoría de adultos si tienen acciones adecuadas de higiene si comparamos estos resultados con los de **Farro R**, (56). El cual fue realizado en el Asentamiento Humano Bellavista_Nuevo Chimbote, 2019 difieren en donde más de la mitad no tienen buenos hábitos de higiene. En este caso el adulto si practica el lavado de manos adecuado ya que sabe los riesgos que esto produce si no lo hace de forma correcta, ya sea su aseo diario, los utensilios de cocina, baño del adulto, ya que la limpieza es muy fundamental para evitar todo tipo de bacterias, gérmenes, infecciones, entre otras, donde también existe un porcentaje que no realiza las medidas correspondientes y que están en riesgo de contraer enfermedades las cuales van a aquejar y poner en riesgo su salud ya que pueden padecer de enfermedades estomacales, parásitos, entre otros.

Por otro lado, las habilidades para la vida son aquellas que permiten al adulto manifestarse con respeto, confianza entre otras virtudes, además también presenta habilidades para poder desenvolverse en la vida cotidiana y a un futuro, para ello es muy importante que los adultos tengan acciones de prevención y promoción adecuadas para adquirir hábitos saludables en la sociedad (57). Ya que así van a lograr tener y tomar sus propias decisiones y van a ser líderes las cuales tomaran sus propias decisiones, por otro lado también existe un porcentaje la cual no llevan adecuadamente estas habilidades las cuales se les hace muy complicado desenvolverse en el día a día, les falta tener más confianza en ellos mismos y tienen más temor a lo que las demás personas pueden decir o comentar de ellos.

Además se observa que la mayoría si realiza actividad donde diariamente practican diferentes deportes, las cuales son muy beneficiosos para la salud, para ello así como practican ejercicio también consumen agua ya que tienen conocimiento de que el agua los mantendrá hidratados, donde realizarlos es de suma importancia ya que se quema la grasa innecesaria que hay en nuestro organismo y así también se evitan enfermedades cardiovasculares o también la obesidad. Donde también existe un porcentaje que no realizan actividad física porque les aburre o simplemente no desean practicarlo, incrementando la posibilidad de enfermarse o contraer alguna enfermedad.

Es de suma importancia recalcar y hablar de la salud sexual y reproductiva ya que los adultos deben conocer más sobre salud sexual y reproductiva, ya que es muy

necesario utilizar estos métodos en caso de evitar ya sea embarazos o enfermedades que se transmiten a través de ello ya sea el VIH, sífilis, gonorrea entre otros, los cuales estas enfermedades perjudican totalmente la salud, puede que algunas tengan tratamiento, pero no cura. El adulto en algunas ocasiones se deja llevar por las amistades, donde algunas de ellas te llevan a hacer cosas que no son favorables y las cuales perjudica la salud y el estilo de vida de la persona.

El aseo bucal, es de suma importancia ya que nuestros dientes nos acompañaran por el resto de nuestra vida, pero dependiendo del adecuado cuidado y limpieza que le brindes, por ello es recomendable cepillarse después de cada comida, donde algunas personas no suelen hacerlo por el hecho de tener flojera por hacerlo, pero no saben el daño que ellas mismas se están haciendo, en este caso la mayoría del centro poblado de Lancones si tiene acciones de prevención y promoción adecuadas para el adulto.

La salud mental y la cultura de paz da acceso a las personas a aumentar el control sobre su salud y su mentalidad, bienestar para todas las personas, esta es muy importante ya que ayuda a reducir la mortalidad y sobre todo a prevenir los diferentes factores de riesgo, en este caso los adultos si llevan acciones adecuadas para su salud con respecto a su mentalidad y paz, realizando diferentes actividades de relajación, pero también existe un porcentaje donde no saben manejar estas situaciones y no llevan un adecuado control.

En cuanto a la seguridad vial y cultura de tránsito, los adultos si toman las medidas necesarias para evitar un accidente, ya sean para conducir, utilizan el cinturón de seguridad o al caminar y cruzar la calle, ya que hoy en día muchas personas mueren en accidentes o se accidentan, para ello es importante tener conocimiento de las consecuencias que pueden pasar si no realizan un adecuado cuidado.

Se plantea como propuesta de conclusión que los profesionales de salud realicen charlas educativas y sesiones demostrativas, donde brinde informacion a las personas sobre la importante y el adecuado lavado de manos, los beneficios y consecuencias que puede traer al no hacerlo de forma correcta, además también explicar la importancia de realizar actividad física, además mostrar algunos ejercicios que pueden aumentar en su rutina diaria y así se les haga más fácil realizarlos diariamente.

Tabla N° 03: Del 100% de adultos; el 72% (72) tienen un estilo de vida no saludables y el 28% (28) tiene un estilo de vida saludable.

De acuerdo a los estilos de vida del adulto según los resultados no se preocupan

por su salud ya que tienen un alto porcentaje desfavorable, porque escogen comidas chatarras, altas en azúcar y con grasa, donde tampoco realizan actividad física, las cuales son más propensas a contraer enfermedades tales como la hipertensión, diabetes, entre otras.

De acuerdo a ello se observa que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable la cual perjudica el bienestar de cada uno, ya que no saben elegir los alimentos que deben consumir y que son beneficiosos para su salud, eligiendo los alimentos dañinos y sobretodo que no alimentan, sino que te engordan, asimismo también un porcentaje que es menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable, siendo una cantidad muy poca las cuales si practican y realizan buenos hábitos ya sea de alimentación las cuales beneficia su salud, eligiendo alimentos que les atribuye en su adecuado consumo.

Se observa que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable, ya que los adultos del centro poblado Lancones Sullana prefieren consumir alimentos que no los nutren más bien alimentos que los engordan y producto de ello les produce la obesidad, además prefieren consumir alimentos que no les va a ayudar en el adulto.

Asimismo, estos resultados son similares a la investigación realizada por **Depaz M**, (57). En el año 2020, donde la mayoría tiene un estilo de vida no saludable; mientras **Espinoza M**, (58). Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús maría _ Nuevo Chimbote, 2019, mientras este estudio nos presenta que menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable.

Cada adulto debe asumir la responsabilidad de su salud, ya sea mental o física sien do estas fundamentales para realizar las actividades diarias, de esta manera evitar el riesgo que se puede presentar en la salud, ya sea el agotamiento o estrés, donde la salud física y mental son importantes para poder realizar nuestras actividades al 100%.

La actividad física tiene excelentes beneficios en la salud y en todo nuestro organismo, asimismo reduce los niveles de estrés, depresión entre otros que puede padecer el adulto, asimismo se debe recalcar que la actividad física es importante para que el ser humano viva una vida saludable y plena, donde reduzca los niveles de cansancio y aumente los niveles de energía.

La desnutrición es un factor que aqueja al ser humano donde trae como consecuencias, debilidad en el organismo, ganas de dormir, cansancio, bajo peso según para su edad, la cual la desnutrición también te produce la anemia donde te afecta

generalmente en las acciones que se realizan debido a que siempre te vas a sentir cansada, es por eso que la alimentación balanceada es muy favorable para la salud.

El estrés es muy importante combatir ya que es una respuesta natural que nuestro cuerpo presenta, cuando te sientes una presión o sobrecarga ya sea en cualquier hábito, donde esto también te produce enfermedades que dificultan con facilidad el desarrollo y funcionamiento del organismo, es por ello que el estrés se debe saber manejar realizando terapias de relajación.

Nos referimos a relaciones a la unión de dos o más personas teniendo lazos o sentimientos en común ya sea emociones, intereses, actividades entre otras, cuando los adultos tienen buenas relaciones en la vida son menos probables que padezcan de depresión o ansiedad ya que siempre tendrán ese lazo de unión con las demás personas.

El crecimiento espiritual consta en conocerse más a fondo saber quién eres, que quieres y que es lo que quieres lograr o alcanzar, haciéndolo a través del conocimiento, o también puede incluir el yoga, la meditación, la lectura, ejercicios físicos, diálogo y las buenas amistades, si los adultos no realizan ninguna de estas actividades no podrán realizar conexión con ellos mismos y con los demás.

Como propuesta de conclusión podemos decir que los adultos del centro poblado de Lancones, pueden mejorar sus hábitos, asimismo que el centro de salud concientice y planifique campañas donde ayuden a mejorar los estilos de vida y a tener una mejor alimentación, también a tener unos adecuados hábitos para mejorar la salud y la calidad de vida, asimismo también brindarles información sobre la importancia de realizar estas actividades y que tengan conocimiento sobre la importancia del adecuado cuidado de la salud.

Tabla N° 04: Del 100%, de adultos del Centro poblado de Lancones, el 76% (76) si tiene apoyo emocional, el 98% (98) si tiene ayuda material, el 56% (56) no tiene relación de ocio y distracción, el 55% (55) no tiene apoyo afectivo.

. Existe un estudio con resultados similares presentado por **Medina R,** (59). En su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” sector 25 _Chimbote, 2019”, donde la mayoría si tiene apoyo emocional, casi todos si tiene ayuda material, además tenemos otro estudio donde los resultados son diferentes manifestado por **Palacios R,** (60) en su tesis

titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven El Porvenir “A” sector 7_Chimbote, 2019”. Donde más de la mitad no tiene relación de ocio y distracción y no tiene apoyo efectivo.

El apoyo emocional, es muy importante ya que hace sentir a las personas que realmente tienen el apoyo de alguien, es decir que la apoyan de una forma desinteresada, comparando la mayoría de adultos si tiene apoyo emocional, pero también hay un porcentaje de menos de la mitad no tienen apoyo emocional la cual causa preocupación, es muy importante decirle a las personas que queremos o expresar lo que sientes y que esto sea mutuo, además y así de esta manera la persona sentirá que tiene a alguien que lo ayuda y motiva en cada momento de su vida.

El apoyo material es aquello que ayuda a las personas, cuando más lo necesitan es decir el situaciones extremas para su sobrevivencia, donde el adulto no tiene para solventar los gastos, en este caso casi todos si tienen ayuda material, ya que en situaciones difíciles es importante darse la mano apoyando en cosas necesarias e importantes para la familia, dado a que esto ocurre en situaciones no esperadas, asimismo menos de la mitad no tienen ayuda material, la cual es muy inesperado, porque no tienen ningún familiar al cual recurrir y pedir ayuda.

Las relaciones de ocio y distracción son de suma importancia ya que ayuda al adulto del centro poblado Lancones Sullana del c a distraerse en momentos de estrés y así sentirse mejor consigo mismo, en este caso más de la mitad no tienen relaciones de ocio y distracción, ya que se supone que el adulto está demasiado ocupado que no se dedica un momento para distraerse y sentirse relajado, además hay un porcentaje que es menos de la mitad que si tienen una relación de ocio y distracción, la cual es muy beneficioso para cada uno de ellos, ya que les ayuda a relajar su mente y dejan de pensar en cosas negativas y que les afecta su calidad de vida, pero también hay una cantidad

Apoyo afectivo es toda clase de afecto que recibe de otra persona, ya sea un abrazo, un consuelo, cariño o amor, ya sea por parte de la familia, amigos o seres más cercanos, en este caso el adulto más de la mitad no recibe apoyo afectivo, siendo esto muy preocupante porque la persona se siente sola y no tiene la protección o el apoyo de otro, además un porcentaje que es menos de la mitad si tiene apoyo afectivo donde

esto es muy beneficioso ya que el adulto se encuentra rodeado de personas que los apoyan y le brindan amor.

Como propuesta de conclusión, las autoridades deben organizarse y apoyar al adulto ya que debe recibir más apoyo social en las diferentes fases presentadas, asimismo realizar charlas a las familias donde se debe ayudar a las demás personas cuando no tengan, en caso de emergencia o cuando lo requiera, ya que en todo momento tiene que estar la familia o algún conocido para brindarle la mano a la otra persona en situaciones difíciles que les toque afrontar o superar obstáculos que se pueden presentar en el futuro, de esta manera podrán reconocer las diferentes habilidades que tienen y que las reconozcan y pueden enfrentar o afrontar en la vida diaria.

Tabla N.ª 05: Al relacionar las variables factores sociodemográficos y estilo de vida haciendo uso del Chi cuadrado de independencia, se encontró que, si tiene relación estadísticamente significativa con ocupación, pero no tiene relación con sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y tipo de seguro. Al relacionar las variables factores sociodemográficos y apoyo social haciendo uso del Chi cuadrado de independencia, se encontró que no hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Donde los factores sociodemográficos (sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y tipo de seguro) no tienen relación con apoyo social. Existen estudios similares por **Haro M**, (61). En el 2020, donde se encontró que si tienen relación las variables factores sociodemográficos y estilo de vida en ocupación, según los resultados obtenidos observamos que los adultos, sin importar el sexo pueden trabajar en cualquier trabajo que deseen o elijan, sin importar el sexo.

Encontramos otro estudio donde difiere la investigación por **Barrera W**, (62). Donde los factores sociodemográficos y el apoyo social no tienen relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Se observa que el estilo de vida no tiene relación con sexo, evidenciando que no importaría el sexo ya sea hombre o mujer para que de eso dependa del estilo de vida que tiene cada persona y la cual desea llevar, Desde pequeños se deben inculcar ciertos estilos.

Se encontró que el estilo de vida no tiene relación con edad, para tener un

adecuado estilo de vida no siempre va a depender de la edad ya en diferentes etapas de la vida el ser humano va a querer tener y llevar mejores estilos de vida.

Además que el estilo de vida no tiene relación con grado de instrucción, en muchas ocasiones las personas saben acomodar su tiempo para realizar actividades que le gusta a cada persona ya sea el deporte, yoga, entre otras.

Se observa que el estilo de vida no tiene relación religión, los adultos pueden realizar diferentes actividades, lo cual ayuda a que salgan de la rutina, además existen personas que por ser religión diferente se limitan a realizar algunas actividades ya que en su religión no se los permiten.

Se observa que el estilo de vida no tiene relación con estado civil, ya que en algunas ocasiones por ejemplo una mujer casada, debe realizar varias actividades en el hogar, las cuales no les alcanza el tiempo para realizar las actividades que a ellas les gustaría realizar.

Se observa que el estilo de vida no tiene relación con ingreso económico, puede influir o afectar cuando los ingresos son muy bajos, los cuales no les alcanza para comprar todas las comidas que ellos necesitarían y es por ello que aparecen las enfermedades ya sea la hemoglobina, desnutrición-

Se observa que el estilo de vida no tiene relación tipo de seguro, existe un porcentaje donde las personas no tienen seguro, lo cual les perjudica ya sea en cualquier emergencia que se pueda presentar y no se pueda cubrir los gastos.

Como propuesta de conclusión se debe seguir alentando a los adultos, para que se den cuenta que pequeñas cosas, hacen y marcan la diferencia y que el cambio está en sus manos, donde realizar estilos de vida saludables es beneficioso para la salud, de esta manera se evita contraer enfermedades las cuales afectan la forma de vivir de cada persona, asimismo que se logren y lleven a cabo las dimensiones presentadas y de esta manera llevar una mejor calidad de vida.

Tabla N° 06: Los resultados de los estilos de vida y la prevención y promoción de la salud, haciendo uso del estadísticamente del Chi cuadrado de independencia, se encontró que $X^2=2.012$ y $p\text{-valor}=0.1702$ siendo los que resultados que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados obtenidos en la investigación las personas adultas del centro poblado Lancones, muestran que no tienen relación los estilos de vida, promoción y prevención, donde la promoción de la salud no se fomenta en los establecimientos de

salud lo cual es preocupante porque existe la posibilidad de tener el alto porcentaje de personas enfermas, como una de las enfermedades más comunes en la obesidad, HTA, diabetes entre otras, se debe hacer todo lo posible para mejorar y así lograr que la población padezca de estas enfermedades.

Pero eso no quiere decir que los diferentes establecimientos de salud, no brinden campañas de prevención de enfermedades, alimentos balanceados, consumo de agua, rutina de ejercicios diarios y los adecuados estilos de vida que cada adulto debe seguir, ya que cada persona al observar su peso y talla debe tomar medidas necesarias para evitar que su salud se deteriore.

Existen estudios similares donde **Gomez R**, (63). En su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de setiembre sector II_Chimbote, 2019, en el 2020, donde muestra que no existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y promoción y prevención de la salud (p -valor=0,65). Existen estudios que difieren por **Paz E**, (64). En su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019, donde muestra que existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y promoción y prevención de la salud.

Se debe tener en cuenta que la promoción de la salud ayuda a las personas para que decidan conductas saludables, que tienen como finalidad mejorar las conductas de su salud, sin embargo hoy en día el adulto elige el estilo de vida que desea llevar, sin tener en cuenta las consecuencias que puede contraer estas acciones en contra de su salud, por ejemplo tener hábitos los cuales no son los correctos, por ejemplo no tener ni llevar una buena calidad de vida, sumado a ello la usencia de realizar sus chequeos médicos para controlar su salud y de pase verificar si tiene alguna enfermedad.

.En la actualidad muchos adultos consideran que ir a un establecimiento de salud es una pérdida de tiempo, por la espera, el orden en el que deben ser atendidos, si embargo no desena esperar, ya que ese momento de espera le ayudara a verificar y a saber si padece de alguna enfermedad, luego de un tiempo cuando su salud empeora se dan cuenta que su salud no está bien y es allí cuando deciden ir a un establecimiento de salud a recibir un tratamiento para mejorar,

Como propuesta de conclusión el centro de salud de Lancones debe fomentar programas donde los adultos empiecen a tener reglas y se den cuenta de lo preciado que es estar saludable y sobretodo que alargue el proceso de vida del ser humano, ya sean juegos deportivos, ciclismos o entre otras actividades que se pueden realizar, los adultos deben buscar e diferentes medios de comunicación informacion sobre el cuidado adecuado que se debe llevar para tener una buena y adecuada calidad de vida.

Tabla N° 07: Los resultados de prevención y promoción de la salud haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de independencia $X^2=2.266$ y $p\text{-valor}=0,6185$, dado que no existe relación estadística entre ambas variables.

En los resultados de esta investigación no se encontró relación en la prevención y promoción con el apoyo social, donde todos los adultos tienen diferente manera de expresar sus sentimientos y de mostrar afecto a otra persona, pero lo importante es siempre ayudar a los demás, ya que si se brindase apoyo no solo en las situaciones difíciles al adulto, si no en cada momento, se podría evitar cualquier sentimiento ya sea de tristeza o depresión.

Existen estudios similares por **Barrera W**, (65). En el año 2020, donde se encontró que, si existe relación significativa entre las variables apoyo social y promoción de la salud ($p<0.05$), otro estudio que se asemejan por **Gomez R**, (66). En el año 2020, donde se encontró que no existe relación significativa entre las variables apoyo social y promoción de la salud ($p\text{-valor}=0,65$).

Las acciones de prevención y promoción de la salud son muy importantes en la vida del adulto, donde mejorar y poner en práctica el cuidado de uno mismo, pueda mejorar, ya que sin estas acciones empeorarían ciertas acciones, comportamientos, y se fomentaría de un problema porque no se realizarían acciones de prevención y promoción de la salud y existirían personas más enfermas y menos sanas.

El apoyo social es un factor de suma importancia ya que ayuda en situaciones difíciles al adulto en estudio, es decir cuando más necesita a alguien para que le ayude o motive diciéndole palabras de aliento para reconfortarlo, ya sea en las diferentes situaciones en la que se encuentre, ya que la ayuda especialmente de los familiares es muy importante o de algún conocido, ya que estarían susceptibles a padecer de depresión, ansiedad

Como propuesta de conclusión se debe fomentar y brindar informacion a los adultos, para que estos tomen consciencia y mejoren sus actitudes o su afecto hacia los

demás y ayudar a las personas que necesitan de nuestro apoyo de esta manera se obtendrá una mejor población llenas de positivismo y sobretodo con una buena calidad de vida, además que el personal de salud tome medidas con respecto a lo que se está viviendo y ayude a mejorar el estado de animo de cada adulto del centro poblado y así reduzca el porcentaje de personas con problemas emocionales y sentimentales.

VI. CONCLUSIONES

- Se caracterizó los factores sociodemográficos del adulto del Centro poblado de Lancones- Sullana en donde la mayoría son de religión católica y comprenden entre los 36 – 59 años, tienen seguro SIS, su estado civil es casado, más de la mitad, su grado de instrucción es superior, son de sexo femenino, menos de la mitad son empleados y su ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles. Por lo que se debe concientizar a los adultos a que estudien para que generen dinero lo cual ayudara en solventar los gastos del día a día en su hogar, los cuales serán mejor pagadas y así podrá solventar los gastos que se le puedan presentar
- Se caracterizó las acciones de prevención y promoción del adulto del Centro poblado de Lancones – Sullana, en donde la mayoría tienen acciones de promoción y prevención adecuadas; mientras que menos de la mitad tienen acciones de prevención y promoción de la salud inadecuada. Por lo que los profesionales de salud realicen charlas educativas y sesiones demostrativas, donde brinde informacion a las personas sobre la importante y el adecuado lavado de manos, los beneficios y consecuencias que puede traer al no hacerlo de forma correcta.
- Se caracterizó el estilo de vida del adulto del Centro poblado de Lancones - Sullana, en donde la mayoría tiene un estilo de vida no saludable, mientras que menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable. En el apoyo social la casi todos si tienen ayuda material, en donde la mayoría si tienen apoyo emocional, más de la mitad relaciones de ocio y distracción, no reciben apoyo afectivo. Por lo que que el centro de salud concienticen y planifiquen campañas donde ayuden a mejorar los estilos de vida y a tener una mejor alimentación, también a tener unos adecuados hábitos para mejorar la salud y la calidad de vida,
- Se explicó la relación al realizar la prueba del chi cuadrado que los factores sociodemográficos y el estilo de vida se encontró que si existe relación con las variables, así también entre los factores sociodemográficos y el apoyo social se encontró que no hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Por lo que el centro de salud de Lancones debe fomentar programas donde los adultos

empiecen a tener reglas y se den cuenta de lo preciado que es estar saludable y sobretodo que alargue el proceso de vida del ser humano

- Se explicó la relación al realizar la prueba del Chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción con los estilos de vida, donde se obtuvo que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Así también entre prevención y promoción con apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. fomentar y brindar informacion a los adultos, para que estos tomen consciencia y mejoren sus actitudes o su afecto hacia los demás y ayudar a las personas que necesitan de nuestro apoyo de esta manera se obtendrá una mejor población llenas de positivismos y sobretodo con una buena calidad de vida,

VII. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados obtenidos de la investigación al teniente gobernador del centro poblado de Lancones con el objetivo de lograr unas mejores y adecuadas estrategias y así lograr para la población en estudio para que tengan un adecuado cuidado de su salud y así evitar contraer enfermedades las cuales afectan su salud dejando débiles y propensos de volver a tener la enfermedad y de esa manera se adecuan de tener un adecuan a tener un mejor estilo de vida.
- Informar los resultados al establecimiento de salud de Lancones para que ellos puedan realizar campañas de promoción y prevención de la salud, las cuales son muy beneficiosas para toda la comunidad ya que de esa manera generan adecuados hábitos y estilos de vida y de esa manera se amplían su tiempo de vida.
- Realizar otras investigaciones y de estos temas de salud ya que es muy importante desde pequeños generar conductas saludables en sus hijos para que ellos al crecer se den cuenta de los diferentes riesgos que contrae las enfermedades y las causas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1) Deyler O. Estilos de vida saludable en los adultos mayores de la comuna 3 y 4 de. [Online]; 2016. Acceso 12 de septiembre de 2021. Disponible en: <https://repositorio.unillanos.edu.co/bitstream/handle/001/954/Articulo%20ENF%200787.pdf?sequence=3&isAllowed=y>.
- 2) OMS. Organización de la promoción de la salud. [Online]; 2020. Acceso 24 de septiembre de 2021. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%BFC%C3%B3mo%20define%20la%20OMS%20la,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermedades%C2%BB>.
- 3) OPS. Promoción de la Salud. [Online]; 2020. Acceso 20 de septiembre de 2021. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>.
- 4) Minsalud. Promoción de la salud. [Online]; 2015. Acceso 5 de noviembre de 2021. Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1_PROMOCION-DE-SALUD.pdf.
- 5) Granada Ud. Promoción de la Salud: algunas saludables consideraciones. [Online]; 2021. Acceso 5 de noviembre de 2021. Disponible en: <https://www.easp.es/web/blogps/2018/11/28/promocion-de-la-salud-algunas-saludables-consideraciones/>.
- 6) Aliaga E. Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. [Online]; 2020. Acceso 13 de septiembre de 2021. Disponible en: <https://rpmesp.ins.gob.pe/rpmesp/article/view/2143/2243>.
- 7) San Onofre N. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana (España). Nutr. Hosp. [Internet]. 2021 Abr [citado 28 de septiembre 2021]; 38(2): 337-348. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200337&lng=es
- 8) Calpa A. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. [Online]; 2020. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139.

- 9) Salinas J. El cubo de la promoción de salud. Un enfoque integrado para el diseño de intervenciones efectivas. [Online]; 2018. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/150581>.
- 10) Tantaleàn A. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020. [Online]; 2021. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2434465>.
- 11) Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del. [Online]; 2020. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: [file:///D:/Mis%20Documentos/Downloads/ADULTOS_PESCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO%20\(1\).pdf](file:///D:/Mis%20Documentos/Downloads/ADULTOS_PESCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO%20(1).pdf).
- 12) Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al. [Online]; 2019. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 13) Manrique C. Estilos de vida y su relación con el desarrollo de Diabetes Mellitus en adultos - Centro de Salud Bellavista, 2020. [Online]; 2020. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2588368>.
- 14) Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 _ Chimbote, 2019. [Online]; 2020. Acceso 30 de junio de 2023. Disponible: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 15) Huaman J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo Palma _ Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- 16) Universitaria E. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Online]; 2011. Acceso 10 de octubre de 2021. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003..
- 17) Aristizábal G. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Online]; 2011. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003.
- 18) Blanco M. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Online]; 2011. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: <http://www.revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/248>.
- 19) Osorio G. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. [Online]; 2010. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>.
- 20) Pender N. El cuidado. [Online]; 2012. Acceso 10 de octubre de 2021. Disponible en: eoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html#:~:text=En%201975%2C%20la%20Dra.,del%20contexto%20de%20la%20enfermería.
- 21) Briceño R. La salud en cuestión. [Online]; 2000. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: <http://books.scielo.org/id/rmmbk/pdf/briceno-9788575415122-02.pdf>.
- 22) Pérez J. Definicion.de: Concepto de persona. [Online]; 2008. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: [https://definicion.de/persona/..](https://definicion.de/persona/)
- 23) Merino M. Definicion.de: Definición de entorno. [Online]; 2009. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: [https://definicion.de/entorno/.](https://definicion.de/entorno/)
- 24) OPS. Enfermería. [Online]; 2018. Acceso 11 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>.
- 25) OMS. Promoción de la salud. [Online]; 2021. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>.

- 26) Ocupacional. S. La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos. [Online]; 2018. Acceso 4 de octubre de 2021. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342018000100021
- 27) Minsalud. Entornos y ambientes saludables. [Online]; 2021. Acceso 10 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/EntornosSaludables.aspx>.
- 28) Río R. Estilos y calidad de vida. [Online]; 2019. Acceso 18 de noviembre de 2021. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200170.
- 29) OPS. Promoción de la salud. [Online]; 2020. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: <https://paho.ctb.ku.edu/es/que-es-la-promocion-de-la-salud-por-que-es-importante-para-nosotros/>.
- 30) Porto P. Significado de adulto. [Online]; 2015. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: <https://definicion.de/adulto/>.
- 31) Coruña R. Prevención. [Online]; 2019. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: <https://www.coruna.gal/corunasindrogas/es/factores-de-riesgo/que-entendemos-por-prevencion?argIdioma=es>.
- 32) Cerón C. Estilos de vida. [Online]; 2012. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072012000200001#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la, factores%20socioculturales%20y%20caracter%C3%ADsticas%20personales%22.
- 33) OPS. Autocuidado. [Online]; 2022. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: <https://www.campusvirtualesp.org/es/curso/autocuidado-para-personal-en-primera-linea-de-respuesta-en-situaciones-de-emergencia-en#:~:text=El%20autocuidado%20es%20definido%20por,un%20proveedor%20de%20atenci%C3%B3n%20m%C3%A9dica%22>.
- 34) Ibarra G. Educación para la Salud. [Online]; 2022. Acceso 31 de diciembre de 2022. Disponible en: <https://www.inr.gob.mx/e75.html>.

- 35) Questionpro. Investigación cuantitativa. [Online]; 2021. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>.
- 36) Questionpro. ¿Qué es la investigación correlacional? [Online]; 2021. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/#:~:text=La%20investigaci%C3%B3n%20correlacional%20es%20un,influencia%20de%20ninguna%20variable%20extra%C3%B1a.>
- 37) Monje A. Metodología de la investigación cuantitativa. [Online]; 2011. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>.
- 38) Castro P. sexo. [Online]; 2019. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://scielosp.org/article/gs/2019.v33n2/203-210/>
- 39) Gizarte S. contenidos de información. [Online]; 2018. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/5873/es_2266/adjuntos/CMTO oferta2002D.
- 40) Chevar J. ingreso económico. [Online]; 2018. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://www.monografias.com/docs/Ingreso-Econ%C3%B3mico-PKBVQA3RLLCP.>
- 41) . Definiciones. Ocupación. [Online]; 2014. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion.>
- 42) Vignolo J. Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud [Online]; 2021. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2011000100003#:~:text=La%20prevenci%C3%B3n%20se%20refiere%20al,hac e%20referencia%20a%20prevenci%C3%B3n%20se
- 43) Angarita V. Apoyo social. [Online]; 2009. Acceso 18 de octubre de 2021. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412009000200021#:~:text=El%20apoyo%20social%20se%20expresa,tipo%20material%20\(Apoyo%20Instrumental\).](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412009000200021#:~:text=El%20apoyo%20social%20se%20expresa,tipo%20material%20(Apoyo%20Instrumental).)

- 44) Buace G. Operacionalización de variables. [Online]; 2018. Acceso 28 de octubre de 2021. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/05/1096354/operacionalizacion-de-variables.pdf>
- 45) Espinoza E. Las variables y su Operacionalización [Online]; 2019. Acceso 20 de octubre de 2021. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000400171#:~:text=Definici%C3%B3n%20conceptual%20%2D%20De%20preferencia%20definiciones,caracter%C3%ADsticas%20subdivididas%20de%20la%20variable.
- 46) Católica, consejo universitario de la ULADECH. Código de ética para la investigación - Versión 004. [Online].; 2021 [Citado 12 de noviembre 2021] . Available from: <https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf>
- 47) Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. pueblo joven porvenir “B” sector 12 _ Chimbote, 2019. [Online]; 2020. Acceso 18 de abril de 2022. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 48) Haro M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa el sol sector 1_Chimbote, 2019. [Online]; 2020. Acceso 18 de abril de 2022. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y.](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 49) Huaman J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 18 de abril de 2022. Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- 50) Paz E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano – Villa magisterial II etapa, Nuevo Chimbote_2019. [Online]; 2019. Acceso 26 de abril de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 51) Febre T. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La unión” sector 26 _Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 26 de abril de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PROMOCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 55). López F. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Upis Belén Nuevo_ Chimbote, 2019. [Tesis] 2019 [citado 25 de abril del 2022] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27055/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_LOPEZ_APOLINAR_FANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 56). Farro J. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Promoción Y Prevención Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Asentamiento Humano Bellavista_ Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis] 2019 [citado 25 de abril del 2022] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/28729/ESTILO_VIDA_FARRO_CORDERO_JENIFER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- .
- 57) Depaz M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto.

- Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019. [Online]; 2020. Acceso 26 de abril de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 58) Espinoza M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús maría _ Nuevo Chimbote, 2019. [Online]; 2022. Acceso 26 de abril de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 59) Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” sector 25 _Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 9 de mayo de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_PREVENCIÓN_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 60) Palacios R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven El Porvenir “A” sector 7_Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 10 de mayo de 2022. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25798>.
- 61).Haro M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa el sol sector 1_Chimbote, 2019. [Online]; 2020. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 62). Barrera W. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto.

Asentamiento humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25908>.

- 63) Gómez R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de setiembre sector II_Chimbote,2019. [Online]; 2019. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO_APOYO_SOCIAL_GOMEZ_ROJAS_ROSMERY_MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- 64) Paz E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano – Villa magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. [Online]; 2019. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 65) Barrera W. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019. [Online]; 2019. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25908>.
- 66) Gomez R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de setiembre Sector II_Chimbote,2019. [Online]; 2019. Acceso 14 de mayo de 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO_APOYO_SOCIAL_GOMEZ_ROJAS_ROSMERY_MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

ANEXOS 01: Matriz de consistencia

Título: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones_Sullana, 2021.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores	Metodología
<p>Problema general:</p> <p>¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones – Sullana, 2021?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021. • Caracterizar las acciones de prevención y promoción del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021. • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021. • Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el 	<p>•H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _Sullana.</p>	<p>Variable 1 : Factores sociodemográficos</p> <p>Dimensiones (Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro)</p> <p>Variable 2: Promoción y prevención de la salud</p> <p>Dimensiones (Acciones adecuadas, acciones inadecuadas)</p> <p>Variable 3: Estilos de vida</p>	<p>Tipo de la investigación: Cuantitativo</p> <p>Nivel de investigación: Correlacional. trasversal</p> <p>Diseño de la investigación: No experimental</p> <p>Población: Constituida por 2150 adultos del centro poblado de Lancones_Sullana.</p> <p>Muestra: Se obtuvo por muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando el estado de emergencia sanitaria en que se vive, debido a la pandemia del Covid-19. Por ello se ha considerado una</p>

	<p>comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de Lancones _ Sullana, 2021. 	<ul style="list-style-type: none"> •H0: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de Lancones _Sullana. 	<p>Dimensiones (Estilo de vida saludable, estilo de vida no saludable)</p> <p>Variable 4: Apoyo Social</p> <p>Dimensiones (tiene apoyo social, no tiene apoyo social)</p>	<p>muestra conformada por 100 adultos.</p> <p>Técnica: Entrevista</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Cuestionario sobre factores sociodemográficos •Cuestionario sobre acciones de promoción prevención. •Cuestionario de apoyo social •Cuestionario de estilos de vida
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Anexo 2: Instrumento de recolección de información



INSTRUMENTO N°1



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. **¿Marque su sexo?**

a) Masculino () b) Femenino ()

2. **¿Cuál es su edad?**

a) 18-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

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

a). Analfabeto (a) b). Primaria c). Secundaria d). Superior

4. **¿Cuál es su religión?**

a). Católico (a) b). Evangélico c) Otras

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 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles
e) Mayor de 1100 nuevos soles

8. **¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?**

a) Es salud b) SIS c) Otro seguro d) No tiene seguro

INSTRUMENTO N°2



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Autor: María Adriana Vilchez Reyes

CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNC A	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPR E
	EJES TEMÁTICOS				
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
1	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
2	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
3	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
4	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
5	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
6	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
7	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
8	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
9	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
HIGIENE					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				
12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				

18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
20	¿Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o)				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				
37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FISICA					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva?				
SALUD BUCAL					

47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con fluor?				
48	¿Usa hilo dental?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a ?				
57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a ?				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	¿Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminen en fila?				



INSTRUMENTO N°3

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social

en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tienen Ud.? (Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda ¿Con qué frecuencia Ud. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite Hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la Situación.	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abrace	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede Hacerlo.	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee.	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas.	1	2	3	4	5

15. Que le ayuda en sus tareas domésticas si está enfermo.	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos.	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales.	1	2	3	4	5
18. Con quién divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

Resultado: (suma de los valores correspondientes)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11, 14 y 18.

Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación:

	Maximo	Medio	Mínimo
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro). Presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de Cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez, utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los ítems originales por dimensiones o se excluye alguno)

y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado), reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de $GFI=.805$, $AGFI=.752$, $RMSEA= .097$, $AIC=481,89$, $BIC=612,57$. , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones.



INSTRUMENTO N°4



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil-Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados.

Universitas Psychologica, 15 (4).

<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					
8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana					

(tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10.-Creo que mi vida tiene un propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					

22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; [Walker & Hill-Polerecky, 1996](#)), en la versión en español con una muestra de estudiantes ([Hulme et al., 2003](#)), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12. Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros”) y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”).

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin ([Lorenzo-Seva, 1999](#)). Se usó el programa FACTOR 7.2 ([Ferrando, 2005](#) y [Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006](#)), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert ([Muthen & Kaplan, 1992](#)). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo ([Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011](#)). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyó los otros 8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español

Anexo 03 Validez del instrumento



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO



CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Validez del instrumento:

Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

Dónde:

\bar{x} : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Validez del instrumento:

La validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin, estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones: Responsabilidad hacia la salud, Actividad física, Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Validez del instrumento:

La validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

Anexo 04 Confiabilidad del instrumento



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO



CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Confiabilidad del cuestionario

Se evaluará aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, Se realiza a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno.

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Confiabilidad del cuestionario

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$), Nutrición ($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$).

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Confiabilidad del instrumento:

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha= 0.74$).

Anexo 05: Formato de Consentimiento informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

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: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE LANCONES_SULLANA, 2021.** y es dirigido por Mena Calderón Lesly Jahaira investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar los factores sociodemográficos los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Centro poblado de Lancones_Sullana, 2021

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 a través de su correo. Si desea, también podrá escribir al correo leslyjahairamenacalderon@gmail.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 06: Documento de aprobación para la recolección de la información



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Carta s/n° 1- 2022-ULADECH CATÓLICA

Sr.

Sr(a).

José Agurto

Teniente gobernador del distrito de Lancones

Presente. -

De mi consideración:

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, Mena Calderón Lesly Jahaira con código de matrícula N°0412182018, de la Carrera Profesional de enfermería, ciclo VI, quien solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado : **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO DE LANCONES _ SULLANA 2021**

Durante los meses de marzo y abril 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

Lesly Jahaira Mena Calderón

DNI. N° 76537513



José Humberto Castillo Agurto
D.N.I. 03637356
Teniente gobernador

Teniente gobernador

Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Mena Calderón Lesly Jahaira identificado (a) con DNI, N° 76537513 con domicilio real en Calle Cercado Lancones, Distrito de Lancones, Provincia Sullana, Departamento Piura.

DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de estudiante / bachiller con código de estudiante 0412182018 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-2:

Que los datos consignados en la tesis titulada Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto Del Centro Poblado De Lancones_Sullana, 2021

Corresponden a la ejecución de la recolección de datos, realizado por mí persona.

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Sábado 24 de junio de 2023



Mena Calderón Lesly Jahaira

DNI: 76537513

EVIDENCIAS DE BASE DE DATOS

TESIS II-BASE DE DATOS EXCEL - Excel

Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 A⁺ A⁻ Ajustar texto General

Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Edición

128 X ✓ fx 4

CUESTIONARIO: FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS								
PREGUNTAS								
n°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	2	1	4	1	1	2	4	1
2	2	1	4	1	1	4	1	4
3	1	2	2	1	2	1	2	2
4	2	2	3	1	2	3	1	2
5	2	2	2	1	2	3	1	2
6	2	2	2	1	2	3	1	2
7	1	2	2	1	2	1	1	2
8	2	1	4	1	1	3	1	2
9	2	1	4	1	1	4	1	2
10	1	1	4	1	1	4	1	2
11	1	1	4	1	1	4	2	4
12	1	1	4	1	1	4	1	4
13	1	1	4	1	4	4	2	4
14	2	1	2	1	2	3	1	3
15	1	1	3	1	2	1	4	2
16	2	2	4	1	4	2	5	2

Caratula Instrumento 1 Instrumento 2 Instrumento 3 Instrumento 4

Accesibilidad: es necesario investigar

BASE DE DATOS (TESIS II) JAHAIIRA MENA - Excel

Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Programador Ayuda ¿Qué desea hacer?

Ancho: Automát. Alto: Automát. Escala: 100%

Líneas división Encabezados

Traer adelante Enviar atrás Panel de selección Alinear Agrupar Girar

Configurar página Ajustar área de impresión Opciones de la hoja Organizar

P19.2

CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN													
P9	P9.1	P9.2	P9.3	P9.4	P9.5	P9.6	P9.7	P9.8	P9.9	P9.10	P10	P10.1	P10.2
1	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3
3	2	2	2	1	3	3	3	1	3	3	1	3	1
2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3
1	1	1	1	1	1	1	3	4	3	4	4	4	4
1	1	1	1	1	2	1	3	4	3	4	4	4	4
1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	4	1
1	2	1	2	1	2	1	3	2	2	1	3	4	3
1	2	2	2	1	2	2	3	4	4	3	3	3	4
2	2	2	2	1	3	1	3	4	4	2	3	3	4
3	1	1	2	2	3	3	3	4	2	1	3	3	4
2	2	2	2	1	3	3	3	4	1	2	3	3	2
1	1	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4
3	2	2	1	2	2	3	3	4	1	4	3	2	3
2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3
1	2	1	1	1	1	1	3	3	2	4	3	3	3
2	1	1	1	1	1	2	3	3	3	4	3	3	3
3	2	1	2	2	3	2	4	2	2	3	4	3	4
2	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2	4	4	4
3	2	2	2	1	2	1	3	3	4	4	4	4	4
2	1	1	1	1	2	3	3	1	4	3	3	4	4

RATEG. DE APRENDIZ LEYENDA ESTRAT. APREND

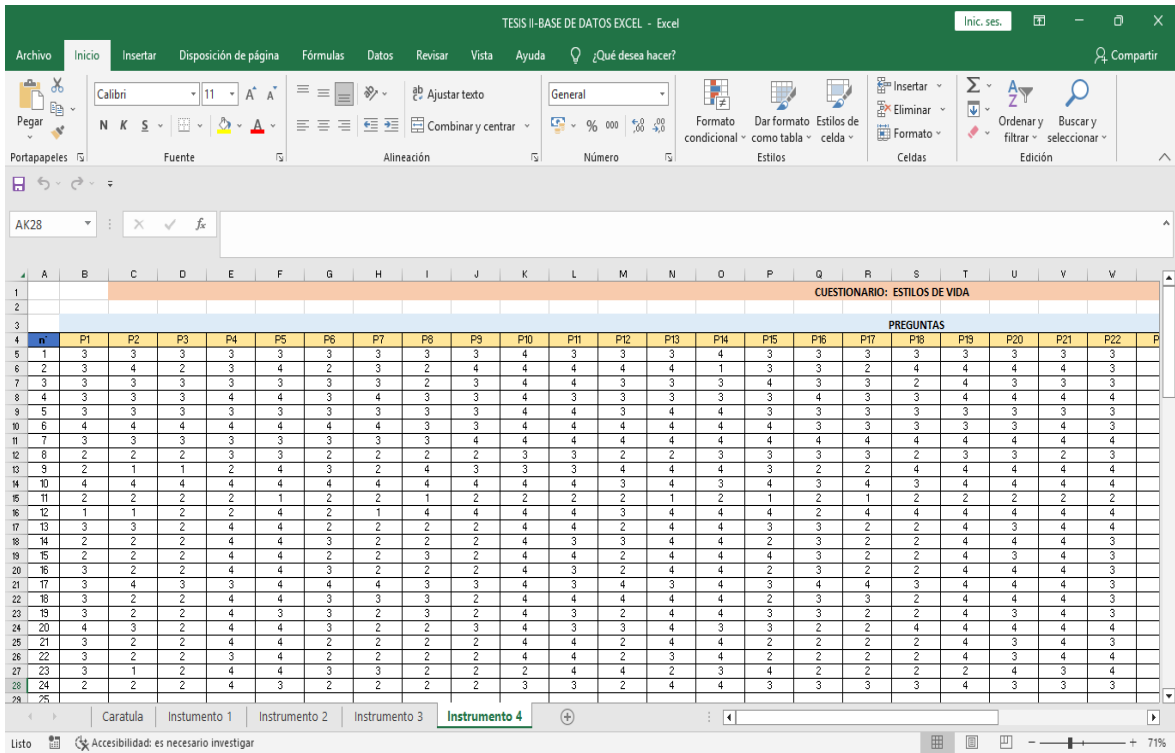
Accesibilidad: es necesario investigar



19.2

CJ	CK	CL	CM	CN	CO	CP	CQ	CR
Cuestionario sobre apoyo social								
P17	P17.1	P17.2	P17.3	P17.4	P17.5	P17.6	P17.8	P17.9
1	4	4	3	5	4	4	4	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	3	4	3	3	3	4	3
5	5	3	5	5	4	5	5	5
5	4	3	4	5	4	3	4	3
5	4	5	4	5	4	3	4	3
5	4	5	2	5	4	4	4	3
5	4	4	3	5	4	4	4	3
5	4	4	3	5	4	4	4	3
5	4	4	5	5	4	4	4	3
5	4	4	5	5	3	4	5	3
5	5	3	5	3	3	3	5	5
5	4	3	5	3	3	4	4	5
5	5	3	5	3	3	5	5	4
5	4	5	5	3	5	3	4	3
4	4	3	5	3	5	4	5	3
4	4	3	4	4	5	4	4	3
4	5	3	4	4	5	4	5	3
4	4	3	4	4	5	3	4	3
4	4	3	5	4	5	3	4	3
4	4	3	5	4	5	3	4	3

Investigar



Instrumento 4

TESIS - PREBANCA

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

7%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo