

AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO

FACULTAD DE CIENCIAS DE SALUD

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**“ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN
ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN
ANTONIO DE SONOMORO 2022”**

PRESENTADO POR EL BACHILLER:

QUISPE ENRIQUEZ PASCUAL

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN

ENFERMERIA

ASESORES

GINA LEON UNTIVEROS

CLARA GARCIA LINO

HUANCAYO – PERÚ

2023



UNIVERSIDAD PERUANA DEL CENTRO
(EX UMBRA IN SOLEM)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

RESOLUCIÓN N° 0016-2023/FCS-UPeCEN

Huancayo, 29 de mayo de 2023

EL DECANO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

VISTO:

El Expediente N° 0001-T/ENF-2020-UPeCEN, presentado por el alumno **QUISPE ENRIQUEZ, Pascual**, identificado con DNI N° 20594439 y Código de Alumno N° 2016189949, egresado de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Peruana del Centro - UPeCEN, quien solicita optar el Título de Licenciado en Enfermería en la modalidad de Sustentación de Tesis.

CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana del Centro – UPeCEN como institución de formación profesional, goza de autonomía universitaria, la cual se ejerce de conformidad con lo establecido en la Constitución Política del Perú, la Ley N° 30220 – Ley Universitaria y demás normativa aplicable; en este contexto y según lo dispuesto por el artículo 8° de la Ley N° 30220 – Ley Universitaria, la autonomía universitaria implica la potestad auto determinativa, en los regímenes normativo, de gobierno, académico, administrativo y económico;

Que la comisión revisora designada ha emitido un dictamen favorable respecto de la Tesis titulada **“ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022”**, presentado por el egresado alumno **QUISPE ENRIQUEZ, Pascual**;

Que de conformidad con el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Peruana del Centro – UPeCEN, aprobado mediante Resolución Rectoral N° 008-2020/R-UPeCEN, se aprecia que el expediente del visto se encuentra Expedido para la sustentación, siendo que ello deberá observarse estrictamente lo previsto por la Resolución Rectoral N° 071-2020/R-UPeCEN, la cual aprueba de forma temporal y excepcional las sustentaciones de tesis de manera no presencial o virtual; así como por lo previsto por la Resolución Rectoral N° 095-2020/R-UPeCEN, mediante la cual se aprueba el Protocolo para la Sustentación Virtual Temporal y Excepcional para la obtención de Grados y Títulos;

SE RESUELVE:

PRIMERO. - AUTORIZAR la sustentación de manera no presencial o virtual de la Tesis de la Bachiller del alumno **QUISPE ENRIQUEZ, Pascual**, identificado con DNI N° 20594439 y Código de Alumno N° 2016189949, para optar el Título de Licenciado en Enfermería, acto que se realizará en el día y hora siguientes:

HORA : 04:15 p.m.
FECHA : 29 de mayo del 2023
MODALIDAD : Virtual – Plataforma Classroom (Código de aula i5mw2rf)

SEGUNDO. - DESIGNAR a los miembros integrantes del Jurado Evaluador de la Sustentación

Presidente : Dra. Emilia Untiveros Peñaloza
Secretario : Mg. Clara García Lino
Vocal : Mg. Gina León Untiveros

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

Cc.: Miembro del Jurado Evaluador
Sustentante
Oficina de Grados y Títulos





UNIVERSIDAD PERUANA DEL CENTRO
(EX UMBRA IN SOLEM)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

ACTA DE SUSTENTACIÓN VIRTUAL DE TESIS

En la ciudad de Huancayo, siendo las 05:00 pm del día 29 de mayo, en el Aula Virtual **i5mw2rf** de la plataforma Classroom (Google Meet), dominio de la Universidad Peruana del Centro – UPeCEN, estando presentes y conectados los Miembros del Jurado Evaluador conformado por:

Presidente	: Dra. Emilia Untiveros Peñaloza
Secretario	: Mg. Clara García Lino
Vocal	: Mg. Gina León Untiveros

Con la lectura de la RESOLUCIÓN 0016-2023/FCS-UPeCEN de fecha 29 de febrero del 2023, leída por la secretaría Docente, se procedió a la sustentación de la Tesis titulada “**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022**” presentado por el egresado **QUISPE ENRIQUEZ, Pascual**, identificado con DNI N° 20594439 y Código de Alumno N° 2016189949. Concluida la Sustentación y luego de la correspondiente deliberación del Jurado Evaluador, se llegó al siguiente resultado

APROBADO POR MAYORIA

Siendo las 17 horas se dio por concluido el Acto de Sustentación Virtual, haciendo conocer el resultado obtenido al interesado, procediéndose conforme lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos, así como lo previsto por el Protocolo para la Sustentación Virtual Temporal y Excepcional para la obtención de Grados y Títulos, remitiéndose la documentación en la forma prevista a las áreas correspondientes según protocolo.

DOCUMENTO FIRMADO DIGITALMENTE

PRESIDENTE
DRA. EMILIA UNTIVEROS PEÑALOZA

SECRETARIO
MG. CLARA GARCÍA LINO

VOCAL
MG. GINA LEÓN UNTIVEROS

UNIVERSIDAD PERUANA DEL CENTRO

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

**UNIVERSIDAD PERUANA
DEL CENTRO**



TESIS

**“ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN
ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN
ANTONIO DE SONOMORO 2022”**

LINEA DE INVESTIGACIÓN

CIENCIAS DEL CUIDADO DE LA SALUD Y SERVICIO

PRESENTADO POR LA BACHILLER:

QUISPE ENRIQUEZ PASCUAL

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

HUANCAYO – PERÚ

2023

DEDICATORIA

El presente estudio está dedicado a mi familia por su esmero y dedicación en apoyarme para concluir mis estudios y alcanzar mi objetivo de ser profesional.

ÍNDICE

	Pag
DEDICATORIA.....	v
ÍNDICE	vi
ÍNDICE DE TABLAS	ix
RESUMEN	x
SUMMARY	xi
CAPÍTULO I	12
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
1.1.-Planteamiento del Problema.....	12
1.2.- Formulación del problema	13
1.3.-Justificación de la investigación.....	13
1.4.- limitaciones de estudio	15
1.5.- Objetivos de la investigación	15
CAPÍTULO II	16
MARCO TEÓRICO.....	16
2.1. Antecedentes.....	16
2.2. Bases teóricas	20
2.3. Definiciones conceptuales:.....	31
2.4. Hipótesis.	33
2.5. Variables.....	33
Factor biológico	34
Factores culturales	34
Factores sociales.....	35

Ocupación.....	35
CAPÍTULO III	36
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	36
3.1. Diseño metodológico	36
3.2. Población y Muestra	36
3.2.1. Población.....	36
3.3. Técnicas de Recolección de Datos/Descripción de Instrumentos	37
3.4. Técnicas para el procesamiento de la información	37
3.5. Aspectos éticos.....	38
CAPÍTULO IV.....	39
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	39
4.1. Resultados.....	39
4.2. Discusión	43
CAPÍTULO V	46
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIÓN	46
5.1. Conclusiones	46
5.2. Recomendaciones	47

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022	39
TABLA 2 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES GRADO DE INSTRUCCIÓN DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.	39
TABLA 3 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES RELIGIÓN DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.....	40
TABLA 4 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES ESTADO CIVIL DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.....	41
TABLA 5 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES OCUPACION DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.....	41
TABLA 6 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES INGRESO ECONOMICO DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.....	42

RESUMEN

Los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos mayores son fundamentales para su estado de salud es así que en este trabajo de investigación tuvo como objetivo evaluar el estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022. Este estudio es descriptivo, cuantitativo, no experimental, de corte transversal. La técnica usada en este estudio es la encuesta y su instrumento es el cuestionario, adultos mayores constituyeron la muestra. Se hallaron los siguientes resultados en los estilos de vida de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 100% es no saludable, en el sexo masculino el 69.64% es no saludable y el 30.36% es saludable. En los factores biosocioculturales grado de instrucción, se observa que el sexo femenino el 68.75% tienen primaria, en el sexo masculino el 51.79% tienen primaria. En la religión, se observa que en el sexo femenino el 93.75% es católico, en el sexo masculino el 100% es católico. En el estado civil, se observa que en el sexo femenino el 66.67% es casado, en el sexo masculino el 53.57% es casado. En ocupación, se observa que en el sexo femenino el 68.75% es otras actividades, en el sexo masculino el 69.64% es otros. En ingresos económicos se observa que en el sexo femenino el 77.08% su ingreso es 60-850, en el sexo masculino el 64.29% su ingreso es 650- 850.

Palabras claves: Estilos de vida, factores biosocioculturales, adulto mayor.

SUMMARY

The lifestyles and bio sociocultural factors in older adults are essential for their state of health, so the objective of this research work was to evaluate the lifestyle and bio sociocultural factors in older adults who attend the San Antonio de Sonomoro Health Center. 2022. This study is descriptive, quantitative, non-experimental, cross-sectional. The technique used in this study is the survey and its instrument is the questionnaire, 104 older adults constituted the sample. The following results were found in the lifestyles of older adults who attend the San Antonio de Sonomoro 2022 Health Center, it is observed that in the female sex 100% is unhealthy, in the male sex 69.64% is unhealthy and 30.36% is healthy. In the bio sociocultural factors level of instruction, it is observed that 68.75% of the female sex have primary school, in the male sex 51.79% have primary school. In religion, it is observed that in the female sex 93.75% is Catholic, in the male sex 100% is Catholic. In marital status, it is observed that in the female sex 66.67% is married, in the male sex 53.57% is married. In occupation, it is observed that in the female sex 68.75% is other activities, in the male sex 69.64% is other. In economic income it is observed that in the female sex 77.08% their income is 60-850, in the male sex 64.29% their income is 650-850.

Keywords: Lifestyles, bio sociocultural factors, older adults.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.-Planteamiento del Problema

El bienestar físico y psicológico de adulto mayor se basan en el estilo de vida que tienen la persona y su interacción con los factores biosocioculturales, en esta década han cobrado gran importancia los estilos de vida cuando se habla de la salud en los adultos mayores y en la población en general , a esto va sumado los factores biosocioculturales de modo holístico, los estilos de vida es el inicio para abarcar esta problemática de salud de los adultos mayores que se originan por diversos factores como el limitado acceso a servicios de salud , costos elevados de los tratamientos de sus enfermedades y discapacidades de origen patológico prevenible. Estos sucesos mencionados de acorde con las perspectivas de intervención del ministerio de salud que se enfoca en lo preventivo promocional se pueden abarcar y así prevenir las complicaciones de la salud del adulto mayor. (1)

La esperanza de vida al nacer actualmente a nivel mundial se ha incrementado y por este contexto se tiene mayor número de adultos mayores, en el cual los estilos de vida y su relación con los factores biosocioculturales juegan un rol primordial en la salud. La morbimortalidad del adulto mayor viene de una serie de prácticas de estilos de vida durante sus diversas etapas de vida que antecedieron la misma las cuales se evidencian en las altas tasas de incidencia de enfermedades crónicas degenerativas, las cuales se abordarían con la identificación de factores de riesgos que se pueden modificar y controlar, posteriormente haciendo

intervenciones de estos considerando los estilos de vida que practica el adulto mayor (2).

Dentro de la clasificación de los grupos etarios según la organización de naciones unidas donde define que los adultos mayores son individuos de 60 años o más. En un estudio realizado en el Perú en el año 2019 se halló que el 41,5% de familias cuentan con un adulto mayor. En lima metropolitana el 44,9%de familias cuentan con un adulto mayor , en el área urbana un 37,7% y rural en un 44,0%. (3)

Detectando oportunamente los factores biosocioculturales de riesgos en individuos que no muestran síntomas de patologías se modificarían los mismos previniendo las enfermedades llegamos a esta conclusión porque en diversos estudios se halló dichos resultados. Por lo que se implementan programas para prevenir y reducir la morbimortalidad y fortalecer los estilos de vida del adulto mayor. (4)

Viendo la importancia de los estilos de vida y su relación con los factores biosocioculturales se decide hacer una profunda revisión de este punto realizando este estudio en el Centro de Salud San Antonio de Sonomoro.

1.2.- Formulación del problema

¿Cuál es el estilo de vida y factores biosocioculturales en Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022?

1.3.-Justificación de la investigación

En la actualidad la etapa de vida del adulto mayor aumenta su importancia por el incremento de la morbimortalidad por patologías prevenibles en este grupo atareo lo que conlleva a identificar los estilos de vida y los factores

biosocioculturales para la prevención de estas morbimortalidades es por este contexto imprescindible realizar este estudio con el fin de contar con información necesaria para poder intervenir en esta problemática y de este modo poder contribuir al programa del adulto mayor dentro del nuestro establecimiento de salud y a los profesionales de salud que hacen cargo del mismo.

Justificación metodológica. Es fundamental este estudio para que se cuente con una base de datos reales el cual servirá como instrumento, asimismo faciliten información en cuanto a indicadores epidemiológicos, los mismos que se encontraran disponibles para futuras investigaciones. Esta investigación pertenece a la línea de investigación de Ciencias del Cuidado de la Salud y Servicio.

Justificación teórica. Este estudio nos brinda una base teórica estructurada acerca de estilos de vida y factores biosocioculturales y su asociación los cuales se elaboraron con revisiones bibliográficas de la actualidad, con la finalidad de desarrollar y profundizar los conocimientos generando nuevas fuentes de información contrastando la atención que se brinda al adulto mayor en la Noma técnica 626-2006/MINSA con los modelos de Enfermería.

Justificación práctica y social. Este estudio se origina por el cuidado que se brinda al a los adultos mayores de acuerdo con la Noma técnica 626-2006/MINSA y su fin es proporcionar un aporte social, con el objetivo de mejorar la atención en estrategia sanitaria del adulto mayor, y brindar un cuidado de calidad, eficiente y oportuno. El mismo que ayudara como apoyo para el personal sanitario al momento de brindar atenciones al adulto Mayor.

Asimismo, será de mucha ayuda para la institución que presta el servicio de salud, la misma a la que se le reconocerá por la atención de calidad que brinda. El impacto social es grande ya que no solo afectara a los adultos mayores sino también a todos los grupos etareos (4).

1.4.- limitaciones de estudio

✓ Acceso limitado al centro de salud por la pandemia COVID 19.

1.5.- Objetivos de la investigación

1.5.1.-Objetivo General

Evaluar el estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022.

1.5.2.- Objetivo especifico

- Identificar el estilo de vida de Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022.
- Identificar los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Hinostroza D.,2022 en su investigación cuyo fin es determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor del pueblo de Cajacay Bolognesi, Ancash. El estudio fue de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Constituida por 153 adultos mayores, a quienes se les aplicó dos instrumentos: Escala de estilos de vida y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, utilizando la técnica de la entrevista y observación. Obteniendo como resultados, más de la mitad (58,82%) tienen un estilo de vida no saludable, en los factores biosocioculturales más de la mitad (53,59%) son de sexo masculino; la mayoría (71,90%) profesa la religión católica, más de la mitad (52%) tiene grado de instrucción primaria, menos de la mitad (33,99%) son convivientes, menos la mitad (44,44%) tiene un ingreso económico menor de 400 nuevos soles, menos de la mitad (39,22%) realizan otros tipos de ocupación. Nos muestra que no existe relación estadísticamente entre el estilo de vida y la edad, sexo, religión, grado de instrucción, ocupación y si existe relación estado civil e ingreso económico. Se sugiere al Centro de Salud y autoridades tomen acciones mediante estos resultados para promover adecuadamente la salud de los adultos mayores (5)

Olivas A., en el 2021 en su estudio cuya finalidad es determinar la asociación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021.El estudio es no experimental, descriptivo y transversal. 200 adultos mayores conformaron la

muestra. Obteniendo los Resultados: En el estilo de vida en los adultos mayores se muestra que el 89% tienen estilos de vida saludables y 11% tienen estilos de vida no saludables. Observando el mayor porcentaje practica un estilo de vida saludable. En cuanto a los factores biosocioculturales se observa en cuanto al género el 49% femenino y el 51% es masculino Observando que el género predominante es el masculino, en cuanto al grado de instrucción se evidencia que el 59% curso el nivel primario, el 30% curso el grado de instrucción secundario y el 11% curso el nivel superior donde la mayoría tienen grados de instrucción primaria, de acorde a la religión el 99% es católico y el 1% es evangélico donde la religión predominante es el católico, en cuanto al estado civil el 66% es casada, el 22% es separado y el 12% es viudo se observa que el estado civil predominante es el casado, en cuanto a la ocupación de los adultos mayores el 83% se dedica a otras actividades, el 9% es empleado y el 8% es ama de casa, de acorde a los ingresos económicos el 70% tiene un ingreso de 650 a 850 nuevos soles, el 23% tiene un ingreso de 850 a 1100 nuevos soles, el 6% tiene un ingreso menor de 400 nuevos soles y el 1% tiene un ingreso de 400 a 650 nuevos soles observando que el ingreso económico que predomina es de 650 a 850 nuevos soles.(6)

Yaulema L., Parreño A., Ríos P.,2021 en sus artículos que tiene con propósito describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador. Para esto se realizó una investigación descriptiva. El universo estuvo constituido por 730 adultos mayores. La muestra quedó conformada por 225 personas. Los principales resultados incluyeron un

promedio de edad de 67,44 años con predominio de féminas 60,44%. El 76,00% de los ancianos viven solos y el 79,11% presentó diagnóstico de enfermedad crónica. El 94,22% realizan actividades físicas menos de 2 veces por semana y el 92,44% consumía una alimentación inadecuada en el momento de realizar la investigación; el 79,11% acude a controles de salud menos de 2 veces al año. Se concluye que existe un elevado por ciento de adultos mayores con estilos de vida poco saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividades físicas. (7)

Vílchez M., en el 2020 en su estudio cuyo fin es determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores. El estudio es de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. La población estuvo constituida por 120 adultos mayores, a quienes se aplicó un instrumento, utilizando la técnica de la entrevista y la observación. La investigación llega a los siguientes resultados, que más de la mitad de los adultos mayores, tiene un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene estilo de vida saludable. En relación con los factores biosocioculturales: Más de la mitad son de sexo masculino, con grado de instrucción primaria, menos de la mitad son de religión católica, estado civil casado, de ocupación otros con ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. (8)

Toapaxi J., Guarate C., Cusme T., en el 2020 en su artículo cuyo propósito es Analizar el estilo de vida y su influencia en el estado de salud de los adultos mayores del Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador. La investigación es cuantitativo, correlacional, transversal, con una muestra

censal de 35 adultos mayores, se aplicó el instrumento fantástico y el cuestionario Salud SF-12, ambos instrumentos válidos y confiables., hallando En los datos demográficos predominan el sexo en 63%, 71% son indígenas, el 44% con edad entre 60-70 años, en los adultos mayores predominó el estilo de vida bueno con una diferencia significativa $p < 0.05$ en relación al estilo de vida fantástico y regular, en la alimentación la mayoría consume dietas hiposódicas y bajas en grasas, mantienen un peso adecuado, automedicación ocasional y 43% presenta dolor corporal que dificulta un poco sus labores. Conclusiones: La población mantiene un estilo de vida adecuado, sin embargo, se evidenció debilidades que se deben fortalecer con actividades educativas de promoción de salud como el poco consumo frutas y verduras, hábitos cafeicos frecuentes. (9)

Alonzo M., Valle M., Cardoso J., en el año 2019, en su artículo que tiene como propósito determinar los estilos de vida de los adultos mayores hipertensos del Centro del Adulto Mayor Renta Luque. La investigación es descriptiva de tipo cuantitativo. 100 adultos conformaron la muestra hallando que mantener un estilo de vida saludables es vital para garantizar la calidad de vida de este grupo etario. Es importante que cuenten con apoyo psicológico permanente, además de un estricto control nutricional, realización de ejercicios pasivos como yoga para evitar el alto nivel de stress que suelen presentar los adultos mayores en especial con comorbilidades como la hipertensión arterial. (10)

Peralta A., Pacurucu N., Criollo S., Suqui E., Tinoco M., en el año 2019, en su artículo que tiene como propósito del estudio fue evaluar el estilo de vida la investigación es descriptiva transversal. 100 adultos mayores

integraron la muestra hallando el sexo masculino y un ingreso >a un sueldo Básico son factores protectores; mientras que como factores de riesgo tenemos la edad y finalmente el tener alguna patología crónica por más de 10 años. Las dimensiones que alteran los estilos de vida en los adultos mayores son la actividad física, crecimiento espiritual y responsabilidad de salud; es evidente que el Modelo de Nola J. Pender es la base fundamental para educar al individuo, la familia y la comunidad, también la importancia de la aplicación en el contexto de la enfermería priorizando los aspectos relevantes que afecten o impidan a que el individuo lleve un estilo de vida saludable. (11)

Ortiz M., Ruiz M., en el año 2018, en su artículo cuyo objetivo es determinar la relación entre los predictores biosocioculturales y los estilos de vida. El estudio es cuantitativo, de tipo transversal, analítico, prospectivo y; con diseño correlacional. 3261 personas integraron el estudio se usó el cuestionario de predictores y una escala de estilos de vida, previamente validados. Resultando: Concluyendo los predictores biológicos están relacionados con los estilos de vida saludable y poco saludables. (12)

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Estilos de vida

Es un conjunto de conductas o actitudes que han desarrollado los seres humanos, que algunas veces son saludables y otras tóxicas para el bienestar; ya que pueden causar patologías entre las cuales encontramos: ingestión de sustancias tóxicas estrés, dieta, manipulación de los alimentos y relaciones interpersonales son determinantes para la aparición de factores de riesgo para el bienestar, este hecho se mira como un suceso dinámico

que no solo se integra de conductas individuales, sino también de conductas sociales.(10)

Asimismo se podrá hacer un listado de los estilos de vida saludables, para que ayuden a prevenir el desorden biopsicosocial, espiritual y mantener el bienestar para desencadenar calidad de vida, satisfacer necesidades y desarrollo humano.

Las conductas determinan la salud física y mental de la situación de salud pública, que está vinculado fuertemente al bienestar. Se hace una aproximación que la tercera parte de las enfermedades a nivel mundial son prevenibles a través de los cambios de conducta. El modo de las conductas de las personas determinara su patología o que continúe sana, en la situación que se enferme, su papel va se decisiva en su recuperación y su rápida evolución. (10).

Los comportamientos influyen en los riesgos de enfermarse o tener buena salud.

DIMENSIONES DE ESTILOS DE VIDA

Dentro de este aspecto se consideran las siguientes:

Dimensión de alimentación: se refiere a la ingestión de alimentos variados que aporta la energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana permitiéndole una mejor calidad de vida en todas las edades los nutrientes esenciales son: Proteínas, carbohidratos, lípidos, vitaminas, minerales; también se considera al agua. La alimentación saludable previene de enfermedades como la desnutrición, la obesidad, la

hipertensión, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y la anemia, la osteoporosis y algunos tipos de cáncer (11).

Dimensión de Actividad y ejercicio: La actividad física es el cualquier movimiento corporal producido por los músculos y que requiere de un “gasto de energía”. Cuando esta actividad es planeada, estructurada y repartida para mantener una buena salud se llama “ejercicio”. El ejercicio y una alimentación saludable son necesarios para la conservación y el mantenimiento de la salud. La práctica regular del ejercicio, mejora la digestión, el sistema óseo, el sistema circulatorio y por ende, el funcionamiento del corazón y el aporte de energía y nutrientes a todo el organismo .En la etapa del adulto mayor ya no existen las elevadas demandas energías y nutritivas de las anteriores, siendo estas necesidades sensiblemente menores en relación con cada peso corporal del adulto mayor y dependen entre otros factores, de la edad, del sexo y actividad que realiza el adulto, complexión (fuerte, mediana, delgada), metabolismo y el grado de actividad física (12).

Los estilos de vida sedentarios son una importante causa de mortalidad, morbilidad y discapacidad, una de las 10 causas fundamentales de mortalidad y discapacidad en el mundo entero. La inactividad física aumenta las causas de mortalidad, duplica el riesgo de enfermedades cardiovascular, de diabetes tipo II y de obesidad. Además, aumenta el riesgo de padecer cáncer de colon y de pecho, hipertensión arterial, problemas de peso, osteoporosis, depresión y ansiedad (13).

Múltiples estudios recomiendan el ejercicio aeróbico regular y programado, dado que se han documentado beneficios en la salud física y mental. El

ejercicio regular mejora la forma física, la función cardiovascular, la masa ósea, la fuerza muscular, la sensación de bienestar, las relaciones interpersonales, así como se ha asociado a reducciones de ansiedad, depresión, soledad, obesidad y a la mortalidad general (13).

Dimensión Manejo del estrés: El manejo del estrés se refiere al esfuerzo que hace el adulto mayor por controlar y reducir la tensión que surge cuando la situación es considerada difícil o inmanejable, mediante acciones coordinadas sencillas o complejas para sobrellevar la presión, las emergencias o el estrés (20). El estrés tiene dos caras principales, la física y la emocional, y ambas pueden ser especialmente difíciles para los mayores de edad. Los impactos del estrés físico son muy claros. Cuando las personas alcanzan una edad mayor, las heridas tardan más tiempo en sanarse, y los resfriados duran más tiempo. Un corazón de 75 años puede ser lento en responder a los requerimientos del ejercicio. Y cuando una persona de 80 años entra en un cuarto frío, su cuerpo se demorará más tiempo en calentarse. (14)

Las hormonas del estrés proporcionan la energía y el enfoque a corto plazo, sin embargo, demasiado estrés durante demasiados años puede tergiversar el sistema de una persona. La sobredosis de hormonas de estrés se ha vinculado con muchos problemas de salud, incluyendo las enfermedades cardíacas, la presión alta y una función inmunológica debilitada. Para los mayores de edad que ya corren alto riesgo de contraer estas enfermedades, es muy importante saber cómo controlar el estrés (14).

Dimensión responsabilidad en salud: La responsabilidad en salud de los adultos mayores implica decidir y/o escoger sobre alternativas saludables /

correctas en vez de aquellas que vuelven un riesgo para su salud. Donde significa reconocer que tenemos la habilidad para modificar los riesgos inherentes en nuestra herencia y ambiente social, donde podemos modificar nuestro riesgo mediante cambios en nuestro comportamiento. Para poder estar consciente de los efectos potenciales de hábitos y dependencias de riesgo, se requiere un esfuerzo reflexivo para examinar nuestras vidas desde la perspectiva de la salud luego un esfuerzo dirigido a cambiar nuestros hábitos negativos arraigados (15).

Dimensión apoyo interpersonal: Las relaciones interpersonales se establecen sobre la base de una consiente autoestima, pariendo de la óptica de tener algo que ofrecer a alguien, además estas se logran como producto de la motivación para poder compartir con otra persona. Las relaciones preestablecidas, se mantienen por placer de estar queriendo y sentirse queridos, tener reconocimiento y dar reconocimiento y recibir y dar afecto. Hombres y mujeres se benefician por igual de participar en actividades sociales a todas las edades. Aquellos que continúan interactuando con otros tienen a ser más saludables, tanto física como mentalmente, que aquellos que se mantienen aislados socialmente. La interacción con amigos y familia provee apoyo práctico y emocional al adulto mayor el cual les permite permanecer en el ambiente comunitario y reducir la necesidad de usar los servicios de salud (16).

Dimensión Autorrealización: Se refiere a la adopción del adulto mayor a su inicio como persona en su tercera edad. También es un ideal al que todo el hombre desea llegar, se satisface mediante oportunidades para desarrollar el talento y su potencial al máximo, expresar ideas y

conocimientos, crecer y desarrollarse como una gran persona, obtener logros personales, para que cada ser humano, para que cada ser humano se difiere de los otros (2).

El ser humano es por naturaleza un ser social, el medio le permite crecer y desarrollarse, su inicio se manifiesta en el seno familiar (sociedad primaria) en la medida que se deducen los distintos ciclos de vida, según Erikson, el grado de socialización aumenta. La escuela, las actividades extraprogramáticas (deporte, idiomas, artes, otras), van desarrollando socialmente al sujeto, determinando distintos roles en los ámbitos en que se mueve más tarde el trabajo y/o estudio amplio sus niveles o grados de socialización, como así también a constitución de una familia. En este contexto se establecen lazos con la con las generaciones que lo antecede (padres) y lo que lo continúan(hijos). Desde esta perspectiva el ser humano crece y se desarrolla en sociedad (11).

Por otra parte, quienes no conforman una familia, o no conviven con una pareja, también se relacionan socialmente con sus familias, amigos, compañeros de estudio y/o trabajo, es decir el ser humano vive y crece en sociedad.

Así, si el hombre o mujer logra su desarrollo armónico en las distintas etapas del ciclo vital alcanzando la confianza, autonomía, iniciativa, laboriosidad, identidad, intimidad, generatividad, propia de cada uno en el transcurso del tiempo podrá tener una vida interior plena que le permita lograr su propia interioridad (18).

2.2.2.-FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR

Los factores biosocioculturales son formas o características detectables en el ser humano, donde pueden ser o no modificables. Los factores más considerados son: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. Ciertos factores tienen influencia indirecta sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivos y/o conceptuales. Estos factores pueden ser: factores demográficos: se proponen que tanto el sexo; raza étnica; educación procedencia e ingreso económicos tienen influencia indirecta a través de su impacto en el establecimiento de conductas de salud (12).

Características Biológicas: Las características biológicas como especie , nuestro genoma se ha adaptado al ambiente y a las circunstancias en los que hemos evolucionado, si bien no hay marcadores genéticos muy buenos para incorporar el estudio de predisposición genética a la obesidad u otras patologías en trabajos epidemiológicos, parecen existir alguna evidencias de cierta relación entre nuestra adaptación como especie y el riesgo de padecer enfermedades ligadas a un estilo de vida incoherente con nuestro cuerpo (9).

El sexo y otras características biológicas pueden ser también determinantes de la salud: cierto tipo de tumores son más frecuentes en un sexo que en otro y la enfermedad cardiovascular es más frecuente en los hombres, que, en mujeres de su misma edad, así también como de la incidencia de otras patologías es distinta en función del sexo. Las mujeres, además, viven más años, pero con menor calidad de vida y presentan mayor grado de

dependencia en edades avanzadas, además de utilizar en mayor medida los servicios sanitarios en nuestro país debido a que padecen con más frecuencia enfermedades crónicas (9).

Los factores circunstanciales o ambientales: Han aparecido muchísimos estudios en los que relacionan la salud con aspectos socioeconómicos. En epidemiología, se ha estudiado la influencia de variables socioeconómicas, encontrando que, en función de nivel de ingresos, se establece el riesgo de desarrollar ciertas patologías, ya que parece que los conceptos pobreza y enfermedad están estrechamente vinculados, no guardando relación este fenómeno con la posibilidad de contar con atención sanitaria básica, ya que muchos de estos trabajos se realizan en países en los que la cobertura sanitaria es universal y gratuita (9).

En relación con el factor económico la pobreza es la causa fundamental de la inseguridad alimentaria ya que ella puede ser una causa del desempleo o ingresos insuficientes que no permiten adquirir los alimentos necesarios de forma suficiente, la pobreza existe donde quiera que haya personas extremadamente pobres o gravemente desfavorecida; tanto en los países pobres como en los ricos. El problema de muchos hogares pobres es que la mayor parte o totalidad de su trabajo y de sus ingresos apenas alcanza para cubrir sus necesidades en circunstancias normales (2).

Según el fondo de las naciones unidas para la Infancia (UNICEF) en el 2009 menciona: El factor socio cultural influye en factores sociales relacionados con la inversión en educación formación laboral y con la eficiente y cuantía del gasto social, cabe considerar así mismo determinantes demográficos y culturales en que la situación de pobreza está condicionada por el número

de dependientes en un hogar, las tasas de fecundidad, de embarazo en adolescentes y mayores de 35 años y entre muchos otros. Se estima que los ingresos del hogar están determinados en un 20% en promedio por los ingresos de trabajo, ingreso propio del autoconsumo de sus siembras 80% (1).

El estado civil es la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes.

El estado civil es la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil. Aunque las distinciones del estado civil de una persona pueden ser variables de un estado a otro, la enumeración de estados civiles más habitual es la siguiente: Soltero (a), casado (a); viudo (a), conviviente, separado (a). Del mismo modo en determinados países se contemplan distintas formas de matrimonio, tales como el matrimonio homosexual o la poligamia, lo que lleva a distintos matices del estado civil (2).

La religión es un elemento de la actividad humana que suele componerse de creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural, de habla de religiones para hacer referencia a formas específicas de manifestación del fenómeno religioso, compartidos por los diferentes grupos humanos (3).

El nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos (4).

El adulto mayor es aquel individuo que se encuentra en la última etapa de la vida, la que sigue la adultez y que antecede al fallecimiento de la persona. Por qué es precisamente durante esta fase que el cuerpo y las facultades cognitivas de las personas se van deteriorando. Ya que cada persona envejece de manera diferente, dependiendo de sus características innatas, de las que adquiere a través de la experiencia y circunstancias a las que se hayan enfrentado durante su vida. El envejecimiento también genera un impacto a nivel económico dado que origina un aumento del gasto socio sanitario por el incremento del índice de dependencia (5).

Los adultos mayores presentan varios factores de riesgo que afecta la salud del adulto mayor son: Sociales, psíquicos y biológicos que determinan la salud mental de las personas. Muchos adultos mayores se ven privados de la capacidad de vivir independientemente por dificultades de movilidad, dolor crónico, fragilidad u otros problemas mentales o físicos, de modo que necesitan asistencia a largo plazo. Además, entre los ancianos son más frecuentes experiencias como el dolor por la muerte de un ser querido, un descenso del nivel socioeconómico como consecuencia de la jubilación, o la discapacidad. Todos estos factores pueden ocasionarles aislamiento, pérdida de la independencia, soledad y angustia. Los adultos mayores también son vulnerables al maltrato, sea físico, sexual, psicológico, emocional, económico o material; al abandono; a la falta de atención y a graves pérdidas de dignidad y respeto (6).

La Intervención de Enfermería en la salud del adulto mayor requiere realizar acciones de promoción y prevención en salud, promoviendo conductas y estilos de vida saludables a nivel de la persona, la familia y la comunidad, promover estilos de vida saludable como actividad física, alimentación saludable y promover la participación activa en la sociedad para fortalecer las capacidades motoras y cognitivas por medio de terapias recreativas y ocupacionales a fin de disminuir los factores de riesgo y controlar los problemas de salud en el adulto mayor (7).

PRINCIPALES FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

FACTOR BIOLÓGICO

Sexo: Son las características físicas, biológicas y fisiológicas de los seres humanos, se reconoce a partir de datos corporales genitales; el sexo es una construcción natural, con la que se nace (8).

FACTORES CULTURALES

Religión: Es un sistema de actividad humana compuesto por creencias y prácticas acerca de lo considerado como divino o sagrado, tanto personales como colectivas existenciales, moral y espiritual (8)

Grado de Instrucción: Es el indicador del grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos, correspondiente a las diversas fases del desarrollo personal de los educandos (9).

FACTORES SOCIALES

Estado civil: El estado civil de una persona es su situación jurídica en la familia y sociedad, determina su capacidad para ejercer ciertos derechos y

contraer ciertas obligaciones, es indivisible, indisponible e imprescriptible y su asignación corresponde a la ley (9).

Ocupación: Es la acción o efecto de ocupar u ocuparse, se utiliza como sinónimo de trabajo, empleo, oficio y actividad que desempeña la persona en estudio (9).

Ingreso Económico: Es el pago que recibe de forma periódica un trabajador de mano de su empleador a cambio de que este trabaje durante un tiempo determinado para el que fue contratado (3).

2.3. Definiciones conceptuales:

Estilos de vida: Es un conjunto de conductas o actitudes que han desarrollado los seres humanos, que algunas veces son saludables y otras tóxicas para el bienestar; ya que pueden causar patologías entre las cuales encontramos: ingestión de sustancias tóxicas estrés, dieta, manipulación de los alimentos y relaciones interpersonales son determinantes para la aparición de factores de riesgo para el bienestar, este hecho se mira como un suceso dinámico que no solo se integra de conductas individuales, sino también de conductas sociales.(10)

Factores biosocioculturales del adulto mayor: son formas o características detectables en el ser humano, donde pueden ser o no modificables. Los factores más considerados son: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. Ciertos factores tienen influencia indirecta sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivos – conceptuales. Estos factores pueden ser: factores demográficos: se proponen que tanto el sexo; raza étnica; educación

procedencia e ingreso económicos tienen influencia indirecta a través de su impacto en el establecimiento de conductas de salud.(2)

Sexo: Son las características físicas, biológicas y fisiológicas de los seres humanos, se reconoce a partir de datos corporales genitales; el sexo es una construcción natural, con la que se nace (3).

Religión: Es un sistema de actividad humana compuesto por creencias y prácticas acerca de lo considerado como divino o sagrado, tanto personales como colectivas existenciales, moral y espiritual (3).

Grado de Instrucción: Es el indicador del grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos, correspondiente a las diversas fases del desarrollo personal de los educandos (2).

Estado civil :El estado civil de una persona es su situación jurídica en la familia y sociedad, determina su capacidad para ejercer ciertos derechos y contraer ciertas obligaciones, es indivisible, indisponible e imprescriptible y su asignación corresponde a la ley (2).

Ocupación: Es la acción o efecto de ocupar u ocuparse, se utiliza como sinónimo de trabajo, empleo, oficio y actividad que desempeña la persona en estudio (3).

Ingreso Económico: Es el pago que recibe de forma periódica un trabajador de mano de su empleador a cambio de que este trabaje durante un tiempo determinado para el que fue contratado (3).

2.4. Hipótesis.

2.4.1 hipótesis

El estilo de vida y factores biosocioculturales de Adultos Mayores en adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022. es saludable.

2.5. Variables

- Estilos de vida
- Factores biosocioculturales.

2.5.1. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	Valor	Escala de medición
Estilos de vida.	Son la forma de vivir de las personas, que al igual que el medio ambiente, están determinados, por un conjunto de factores (físicos, sociales y laborales), que dependerán tanto del individuo como del complejo entorno que le rodea, dando lugar a estilos de vida menos saludables	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Alimentación ➤ Actividad y ejercicio Manejo del estrés ➤ Responsabilidad en salud ➤ Apoyo interpersonal Autorrealización 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludable ➤ No saludable 	<p>75-100 puntos</p> <p>25-74 puntos</p>	nominal
Factores biosocioculturales	Los factores biosocioculturales son formas o características detectables en el ser humano, donde pueden ser o no modificables. Los factores más considerados son: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso	<p>Factor biológico</p> <p>Factores culturales</p>	<p>Sexo</p> <p>Religión</p> <p>Grado de Instrucción</p>	<p>Masculino</p> <p>Femenino</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Católico ▪ Evangélico ▪ Otras <ul style="list-style-type: none"> ▪ Alfabeto(a) ▪ Primaria ▪ Secundaria 	<p>Nominal</p> <p>Nominal</p> <p>Ordinal</p>

	económico			<ul style="list-style-type: none"> ▪ Superior 	
		Factores sociales	Estado civil	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Soltero (a) ▪ Casado (a) ▪ Viudo ▪ Conviviente ▪ Separado (a) 	Nominal
			Ocupación	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Agricultor <input type="checkbox"/> Empleado(a) <input type="checkbox"/> Ama de casa <input type="checkbox"/> Estudiante <input type="checkbox"/> Otros 	nominal
			Ingreso Económico	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Menos de 400 nuevos soles <input type="checkbox"/> De 400 a 650 nuevos soles <input type="checkbox"/> De 650 a 850 nuevos soles <input type="checkbox"/> De 850 a 1100 nuevos soles <input type="checkbox"/> Mayor de 1100 nuevos soles 	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño metodológico

El estudio es descriptivo porque se describirá las variables como estilos de vida y factores biosocioculturales.

El presente trabajo es de diseño no experimental porque no se manipuló las variables deliberadamente

Es transversal, pues la recopilación de información se realizará en tiempo y espacio establecido por las investigadoras, acopiando los datos sin opción a modificación.

3.2. Población y Muestra

3.2.1. Población

La población estuvo conformada por 150 adultos mayores atendidos en el Centro de Salud San Antonio de Sonomoro.

3.2.2. Muestra

La siguiente formula es una que se utilizó para un análisis descriptivo en donde se requiere asociar dos proporciones de una población. Se ha tomado como valores estadísticos el Alpha: 0.05, y un poder de 0.80. Que son valores estándar para una población. Se obtiene que el mínimo de tamaño muestral es de 104 adultos mayores el estimado para este tipo de población. Se debe tener en cuenta que a mayor cantidad de muestra mayor representatividad

de la población se tendrá. Dicho análisis se ha realizado con el programa Stata V. 16.

Criterios de inclusión:

- Quieran participar en el estudio.
- Acudan a la Estrategia de Adulto mayor.
- Adultos Mayores orientados en tiempo espacio y persona

Criterios de exclusión

- Adultos Mayores desorientados en tiempo espacio y persona.

3.3. Técnicas de Recolección de Datos/Descripción de Instrumentos

3.3.1.- Técnica

En el siguiente estudio la técnica utilizada será la entrevista y su instrumento el cuestionario para la recolección de información necesaria y así identificar los estilos de vida y factores biosocioculturales.

3.3.2. Instrumento

Para ejecutar el estudio se requerirá la aplicación de un cuestionario, que responda a la medición de las dimensiones y a las variables estilos de vida y factores biosocioculturales. El cuestionario utilizado fue validado en la investigación de Gensollen A. ANEXO 1.

3.4. Técnicas para el procesamiento de la información

Se aplicara la estadística descriptiva para visualizar relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Centro de Salud

San Antonio de Sonomoro. Para ello se emplearán estadísticos como frecuencias y porcentajes expresados en tablas; así como figuras tales como barras y sectores. Todo será obtenido en el programa ESTATA V.16.

Análisis Univariado:

Para el ordenamiento, interpretación y análisis de los datos obtenidos se utilizará la presentación en números y porcentaje.

3.5. Aspectos éticos

Para la ejecución del trabajo de investigación se tuvo en cuenta la autorización del director del Centro de Salud San Antonio de Sonomoro con la finalidad de realizar el estudio.

Se contara con los principios bioéticos como beneficencia: ya que no se generará ningún tipo de daño ya sea físico, psicológico a los adultos mayores que participen en el estudio, garantizando que la información recolectada servirá para mejorar la atención que se brinda al acudir al establecimiento; asimismo se respetara los derechos de las partes involucradas y tratarlas con respeto y consideración, para este fin se les hará firmar un consentimiento informado **.ANEXO 03**

CAPÍTULO IV
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados

TABLA 1 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022

Femenino			Masculino		
ESTILO DE VIDA	n	%	ESTILO DE VIDA	n	%
Saludable	0	0	Saludable	17	30.36
No Saludable	48	100	No Saludable	39	69.64
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla estilos de vida de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 100% es no saludable, en el sexo masculino el 69.64% es no saludable y el 30.36% es saludable. Las mujeres no tienen un estilo de vida saludable a diferencia de los hombres quienes si tienen un estilo de vida saludable.

TABLA 2 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES GRADO DE INSTRUCCIÓN DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.

Femenino			Masculino		
GRADO DE INSTRUCCIÓN	n	%	GRADO DE INSTRUCCIÓN	n	%
Primaria	33	68.75	Primaria	29	51.79
Secundaria	15	31.25	Secundaria	10	17.86

			Superior	17	30.36
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla factores biosocioculturales grado de instrucción de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que el sexo femenino el 68.75% tienen primaria y el 31.25% tienen secundaria en el sexo masculino el 51.79% tienen primaria, el 30.36% tiene secundaria y el 17.86% tiene superior, se muestra que el género femenino solo ha llegado a la secundaria mientras que en el género masculino han llegado hasta estudios superior.

TABLA 3 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES RELIGIÓN DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022

Femenino			Masculino		
RELIGION	n	%	RELIGION	n	%
Católico	45	93.75	Católico	56	100
Evangélico	3	6.25	Evangélico	0	0
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla factores biosocioculturales religión de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 93.75% es católico y el 6.25% es evangélico, en el sexo masculino el 100% es católico. En ambos sexos predomina la religión católica.

TABLA 4 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES ESTADO CIVIL DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.

Femenino			Masculino		
ESTADO CIVIL	n	%	ESTADO CIVIL	n	%
Casado	32	66.67	Casado	30	53.57
Viudo	3	6.25	Viudo	15	26.79
Separado	13	27.08	Separado	11	19.64
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla factores biosocioculturales estado civil de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 66.67% es casado, el 27.08% es separado y el 6.25% es viudo, en el sexo masculino el 53.57% es casado, el 26.79% es viudo y el 19.64% es separado. En ambos sexos predomina el estado civil casado.

TABLA 5 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES OCUPACION DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022.

Femenino			Masculino		
OCUPACION	n	%	OCUPACION	n	%
Ama de Casa	15	31.25	Empleado	17	30.36
Otros	33	68.75	Otros	39	69.64
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla factores biosocioculturales ocupación de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 68.75% es otros y el 31.25% es ama de casa, en el sexo masculino el 69.64% es otros y el 30.36% es empleado. La ocupación que predomina en ambos géneros es de otras actividades.

TABLA 6 FACTORES BIOSOCIOCULTURALES INGRESO ECONOMICO DE ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022

Femenino			Masculino		
INGRESO ECONOMICO (Nuevos Soles)	n	%	INGRESO ECONOMICOS (Nuevos Soles)	n	%
<400	3	6.25	<400	0	0
400 a 650	3	6.25	400 a 650	0	0
650 a 850	37	77.08	650 a 850	36	64.29
850 a 1100	5	10.42	850 a 1100	20	35.71
Total	48	100	Total	56	100

Interpretación: En la tabla factores biosocioculturales ingresos económicos de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 77.08% su ingreso es 60-850, el 10.42% su ingreso es 850-1100, el 6.25% su ingreso es 400-650 y el 6.25% su ingreso es <400, en el sexo masculino el 64.29% su ingreso es 650- 850 y el 35.71% su ingreso es 850- 1100, deducimos que el Ingreso económico de las mujeres son menores a los hombres.

4.2. Discusión

El bienestar los estilos de vida cuando se físico y psicológico de adulto mayor se basan en el estilo de vida que tienen la persona y su interacción con los factores biosocioculturales, en esta década han cobrado gran importancia habla de la salud en los adultos mayores y en la población en general , a esto va sumado los factores biosocioculturales de modo holístico, razón por la cual este estudio halló lo siguiente:

Los estilos de vida de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 100% es no saludable, en el sexo masculino el 69.64% es no saludable y el 30.36% es saludable. Contrastando con el estudio de Hinostroza D., donde existe un elevado por ciento de adultos mayores con estilos de vida poco saludables. Asimismo, semejante al estudio Vílchez M. donde que más de la mitad de los adultos mayores tiene un estilo de vida no saludable. También Contrastando con el estudio de Toapaxi J., Guarate C., Cusme T., donde el estilo de vida que muestra es bueno. Asimismo se contrasta con la teoría del autocuidado de Dorothea Orem donde nos menciona que el conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior.

En los factores biosocioculturales grado de instrucción de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que el sexo femenino el 68.75% tienen primaria, en el sexo masculino el

51.79% tienen primaria. En la religión, se observa que en el sexo femenino el 93.75% es católico, en el sexo masculino el 100% es católico. En el estado civil, se observa que en el sexo femenino el 66.67% es casado, en el sexo masculino el 53.57% es casado. En ocupación, se observa que en el sexo femenino el 68.75% es otros, en el sexo masculino el 69.64% es otros. En ingresos económicos se observa que en el sexo femenino el 77.08% su ingreso es 60-850, en el sexo masculino el 64.29% su ingreso es 650- 850. Se contrasta con el estudio de Vílchez M., donde en los factores biosocioculturales: Más de la mitad son de sexo masculino, con grado de instrucción primaria, menos de la mitad son de religión católica, estado civil casado, de ocupación otros con ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Asimismo con el estudio de Olivas A., donde los factores biosocioculturales se observa en cuanto al género el 49% femenino y el 51% es masculino Observando que el género predominante es el masculino, en cuanto al grado de instrucción se evidencia que el 59% curso el nivel primario, el 30% curso el grado de instrucción secundario y el 11% curso el nivel superior donde la mayoría tienen grados de instrucción primaria, de acorde a la religión el 99% es católico y el 1% es evangélico donde la religión predominante es el católico, en cuanto al estado civil el 66% es casada, el 22% es separado y el 12% es viudo se observa que el estado civil predominante es el casado, en cuanto a la ocupación de los adultos mayores el 83% se dedica a otras actividades, el 9% es empleado y el 8% es ama de casa, de acorde a los ingresos económicos el 70% tiene un ingreso de 650

a 850 nuevos soles, el 23% tiene un ingreso de 850 a 1100 nuevos soles, el 6% tiene un ingreso menor de 400 nuevos soles y el 1% tiene un ingreso de 400 a 650 nuevos soles observando que el ingreso económico que predomina es de 650 a 850 nuevos soles.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIÓN

5.1. Conclusiones

- En los estilos de vida de adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Antonio de Sonomoro 2022, se observa que en el sexo femenino el 100% es no saludable, en el sexo masculino el 69.64% es no saludable. Las mujeres no tienen un estilo de vida saludable a diferencia de los hombres quienes si tienen un estilo de vida saludable.
- En los factores biosocioculturales grado de instrucción, se observa que el sexo femenino el 68.75% tienen primaria, en el sexo masculino el 51.79% tienen primaria, se muestra que el género femenino solo ha llegado a la secundaria mientras que en el género masculino han llegado hasta estudios superior.
- En los factores biosocioculturales religión, se observa que en el sexo femenino el 93.75% es católico, en el sexo masculino el 100% es católico. En ambos sexos predomina la religión católica.
- En los factores biosocioculturales estado civil, se observa que en el sexo femenino el 66.67% es casado, en el sexo masculino el 53.57% es casado. En ambos sexos predomina el estado civil casado.
- En los factores biosocioculturales ocupación, se observa que en el sexo femenino el 68.75%, en el sexo masculino el 69.64% es otros. La ocupación que predomina en ambos géneros es de otras actividades.

- En los factores biosocioculturales ingresos económicos, se observa que en el sexo femenino el 77.08% su ingreso es 60-850, en el sexo masculino el 64.29% su ingreso es 650- 850. Asimismo, el Ingreso económico de las mujeres son menores a los hombres.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda al director del establecimiento de sonomoro a programar capacitaciones de sensibilización al personal de salud sobre estilos de vida de los adultos mayores en las atenciones que se brindan.
- Se recomienda al director del establecimiento de sonomoro a programar capacitaciones de sensibilización al personal de salud sobre Factores biosocioculturales en los adultos mayores en las atenciones que se brindan
- Se recomienda al encargado de la estrategia adulto mayor realizar evaluaciones periódicas sobre estilos de vida y factores biosocioculturales a los adultos mayores que acuden al establecimiento.
- Se recomienda realizar trabajos de investigación similares en esta población para realizar comparaciones de los resultados.

BIBLIOGRAFÍA

1. Ministerio de Salud “Lineamientos para la dirección general de las personas adultas mayores” .2005
2. Ministerio de Salud. Orientaciones técnicas para la promoción de alimentación y nutrición saludable. 2011
3. Ministerio de Salud Documento técnico: Organización de los círculos de adultos mayores en los establecimientos de salud del primer nivel de atención / Ministerio de Salud. Dirección General de Salud de las Personas. – Lima.2015.
4. Ministerio de Salud. Norma técnica para la atención integral de la salud de las personas adultas mayores.N.T.S.043 MINS/DGSP.V01. 2010.
5. Hinostroza D., Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del pueblo de Cajacay Bolognesi Ancash, 2022.
6. Olivas A. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud chilca 2021
7. Yaulema L., Parreño A., Ríos P., estilos de vidas de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del Cantón Riobamba, Ecuador,2021
8. Vílchez M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020
9. Toapaxi J., Guarate C., Cusme T., Influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos mayores.2020
10. Alonzo M., Valle M., Cardoso J., Importancia de estilos de vida en adultos mayores hipertensos. centro del adulto mayor “renta Luque”. 2019.
11. Peralta A., Pacurucu N., Criollo S., Suqui E., Tinoco M., Estilo de vida

relacionado con la salud del adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles.2019

12. Ortiz M., Ruiz M., Predictores biosocioculturales y estilos de vida de los estudiantes universitarios de una universidad de Huánuco 2018

13. Vilela R., Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos .2018

14. Rafael M., asociación entre los estilos de vida y el factor biosociocultural del adulto de la Comunidad “Unidos Venceremos” de Huashao – Yungay.2018

15. Romero M. Querevalu M., correlación entre el factor biosociocultural y los estilos de vida de los adultos mayores atendidos en la estrategia del adulto mayor del Centro de Salud San Pedro –Piura.2018

16. Parravicini J., Relación entre factores biosocioculturales y estilos de vida en trabajadores del Centro de Salud Santiago. Ica, junio 2018.

17. Duncan P. Los Estilo de Vida Saludables. Componente de la Calidad de Vida [Documento de Internet] Colombia. Centro de Documentación Virtual en Recreación, Tiempo Libre y Ocio. 2001

18. Vera G., Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020

ANEXOS

ANEXO 01

ESCALA DE ESTILO DE VIDA Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008)

No	Ítems	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N		F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N		F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N		F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N		F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N		F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N		F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N		F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N		F	S
MANEJO DEL ESTRÉS					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N		F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N		F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N		F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N		F	S
APOYO INTERPERSONAL					
13	Se relaciona con los demás.	N		F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N		F	S

15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N		F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N		F	S
AUTORREALIZACION					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N		F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N		F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N		F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N		F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N		F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N		F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N		F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N		F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N		F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

- NUNCA: N = 1
- A VECES: V = 2
- FRECUENTEMENTE: F = 3
- SIEMPRE: S = 4

- El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario N= 4 V=3
F=2 S=1

- PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL
ADULTO MAYOR.**

Reyna E (2013)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1.- ¿Marque su sexo?

Masculino () b) Femenino ()

A) FACTORES CULTURALES:

2.- ¿Cuál es su grado de instrucción?

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

3.- ¿Cuál es su religión?

a) católico b) Evangélico c) Otras

B) FACTORES SOCIALES:

4.- ¿Cuál es su estado civil?

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

5.- ¿Cuál es su ocupación?

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

6.- ¿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

ANEXO N°02

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Mediante el presente documento expreso mi voluntad de participar en la investigación titulado: “ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SAN ANTONIO DE SONOMORO 2022”:Habiendo sido informado(a) del objetivo de la misma y teniendo la confianza plena de que la información que se vierte en el instrumento será solo y exclusivamente para fines de la investigación en mención, además confío en que la investigación utilizará adecuadamente dicha información asegurándome la máxima confidencialidad.

COMPROMISO DE CONFIDENCIALIDAD

Estimado Usuario: El presente estudio para lo cual Ud. ha manifestado su deseo de participar, habiendo dado su consentimiento informado, se compromete con usted a guardar la máxima confidencialidad de información, así como también le asegura que los hallazgos serán utilizados solo con fines de investigación y no le perjudicarán en lo absoluto.

Atentamente.

- **Nombres y firmas del participante o responsable legal**

Firma y Huella digital_____