

# Quinta Revisión

*por* Victor Rodulfo Perez Ortega

---

**Fecha de entrega:** 10-oct-2023 11:28a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2191517841

**Nombre del archivo:** Tesis\_Victor\_P\_rez-\_22-09.pdf (1.14M)

**Total de palabras:** 16305

**Total de caracteres:** 87034

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
BENEDICTO XVI**

**<sup>2</sup> FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA**



**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA  
CARACTERIZACIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE LOS  
TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL EN  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

Br. Victor Rodulfo Perez Ortega

**ASESOR**

Mg. Juan Manuel Morillo Horna

<https://orcid.org/0000-0002-9058-0971>

**<sup>1</sup> LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Promoción y Prevención de la Salud

**TRUJILLO - PERÚ**

**2023**

## **INFORME DE ORIGINALIDAD**

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**Exemo Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.**

**Arzobispo Metropolitano de Trujillo**

**Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto**

**XVI**

**Dr. Luis Orlando Miranda Díaz**

**Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI**

**Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo**

**Vicerrectora Académica**

**Dra. Anita Jeanette Campos Márquez**

**Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud**

**Dra. Ena Cecilia Obando Peralta**

**Vicerrectora de Investigación**

**Dra. Teresa Sofía Reátegui Marín**

**Secretaría General**



## CONFORMIDAD DE ASESOR

Yo, Mg. Juan Manuel Morillo Horna con DNI 41583931 en mi calidad de asesor de la Tesis de titulación: “PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022”; presentado por el Br. Victor Rodolfo Perez Ortega, con DNI 42095512 informo lo siguiente:

En cumplimiento de <sup>1</sup> las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, en mi calidad de asesor, me permito conceptuar que la tesis reúne los requisitos técnicos, metodológicos y científicos de investigación exigidos por el programa de estudios de Enfermería.

Por lo tanto, el presente trabajo de investigación se encuentra en condiciones para su presentación y defensa ante un jurado.

Trujillo, 10 de agosto de 2023

Mg. Juan Manuel Morillo Horna  
Asesor

## DEDICATORIA

A mi Dios, que me dio la oportunidad de vivir y por ser mi mejor amigo, mi fortaleza, y por darme todo lo que tengo y no dejarme caer nunca.

A mi novia Lelis, por su apoyo incondicional gracias por compartir conmigo cada día de tu vida, por alegrarse de mis triunfos, llorar mis penas, criticar mis errores y por sus acertados consejos. Dios permita estar siempre unidos.

A mis padres Víctor y Fidia por darme la vida, gracias a ellos soy un hombre de bien porque sin ellos y sus enseñanzas no estaría aquí ni sería quien soy ahora.

**Victor**

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por permitirme concretar mi sueño de ser profesional y así poder brindar cuidado a las personas que lo

<sup>1</sup> Universidad católica de Trujillo Benedicto XVI y a mis docentes, que con sus sabios conocimientos y experiencias se esmeraron por enseñarme y ayudándome a formar mi perfil profesional.

A los trabajadores del Mercado ACOMAR por brindarme las facilidades para poder realizar mi trabajo de investigación.

**Víctor**

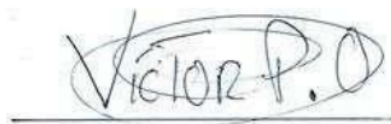
## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo Victor Rodulfo, Pérez Ortega con DNI 42095512, egresado del programa de estudios de Enfermería de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación de la tesis titulada: “Promoción y prevención de la salud asociado a la caracterización y estilos de vida de los trabajadores del mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022”, el cual consta de un total de 100 páginas, en las que se incluye 5 tablas y 5 figuras más un total de 24 páginas en anexos.

Dejo constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de % el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

*El autor.*



Br. Victor Rodulfo, Pérez Ortega

DNI 42095512



## ÍNDICE

INFORME DE ORIGINALIDAD .....	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS .....	iii
CONFORMIDAD DE ASESOR .....	iv
DEDICATORIA .....	v
AGRADECIMIENTO .....	vi
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD .....	vii
ÍNDICE DE TABLAS .....	x
RESUMEN .....	xi
ABSTRACT .....	xii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. METODOLOGIA .....	11
2.2. Diseño de Investigación .....	11
2.3. Población / muestra / muestreo: .....	11
2.4. Definición y Operacionalización de Variables.....	12
2.5. Técnicas e instrumentos de Recojo de DatosTécnicas .....	13
2.6. Técnicas de procesamiento y análisis de la información.....	14
2.7. Aspectos éticos en investigación.....	15
III. RESULTADOS .....	17
IV. DISCUSIÓN .....	32
V. CONCLUSIONES .....	36
VI. RECOMENDACIONES .....	37
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS: .....	38
VIII. ANEXOS .....	45
ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	45
ANEXO 2: FICHA TÉCNICA DE LOS INSTRUMENTOS .....	50
ANEXO 3: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	52

ANEXO 4: CARTA DE PRESENTACIÓN.....	58
ANEXO 5: CARTA DE AUTORIZACIÓN EMITIDA POR LA ENTIDAD QUE FACULTA EL RECOJO DE DATOS .....	59
ANEXO 6: CONSENTIMIENTO INFORMADO .....	60
ANEXO 7: ASENTIMIENTO INFORMADO .....	61
ANEXO 8: MATRIZ DE CONSISTENCIA .....	62
ANEXO 9: EVALUACIÓN MEDIANTE JUICIO DE EXPERTOS CONSTANCIA DE VALIDACIÓN .....	67

## ÍNDICE DE TABLAS

**TABLA 1:** NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022.....16

**TABLA 2:** FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022.....17

**TABLA 3:** ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022 ..... 22

**TABLA 4:** RELACIÓN ENTRE LA PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022..... 23

**TABLA 5:** RELACIÓN ENTRE LA PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD Y LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022.....24

## RESUMEN

La presente investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre la promoción y prevención de la salud, la caracterización sociodemográfica y los estilos de vida de los trabajadores del mercado Acomar La Esperanza 2022. Siendo un estudio con <sup>4</sup> diseño no experimental, descriptivo, básica y cuantitativo. La muestra estuvo constituida por 50 trabajadores, utilizando como instrumentos de recolección de datos el cuestionario para determinar el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos, estilo de vida de los Trabajadores del Mercado Acomar, y las técnicas utilizadas fueron la encuesta y la observación. Los datos fueron procesados en Microsoft Excel, y se utilizó la prueba estadística Chi-cuadrado para determinar si existía relación entre las variables de estudio. Resultados y conclusiones: <sup>1</sup> el 56% tienen un nivel medio de promoción y prevención de la salud, en los factores sociodemográficos menos de la mitad presentan un nivel medio de promoción y prevención; menos de la mitad son de sexo femenino con nivel medio; más de la mitad tiene grado de instrucción primaria con un nivel alto; ingreso económico de 1000a 1400; cuentan con seguro de SIS-MINSA; el 62% llevan un estilo de vida no saludable. Al realizar la prueba de chi cuadrado, determinando que existe relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos. Sin embargo, se identificó que no existe <sup>1</sup> relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud con el estilo de vida.

**PALABRAS CLAVE:** Adultos, Mercado, Estilo de vida, promoción y prevención de la salud.

## **ABSTRACT**

The present investigation entitled Promotion and prevention of health associated with the characterization and lifestyles of the workers of the Acomar market - la Esperanza, 2022, had the objective of determining the relationship between the promotion and prevention of health and the sociodemographic characterization, styles of life of the workers of the Acomar La Esperanza 2022 market. Being a study with a non-experimental design, of a descriptive, basic and quantitative type. The sample consisted of 50 workers, using the questionnaire as data collection instruments to determine the level of health promotion and prevention and sociodemographic factors, lifestyle of the Acomar Market Workers, and the techniques used were the interview and observation. The data were processed in Microsoft Excel, and the Chi-square statistical test was used to determine if there was a relationship between the study variables. Results and conclusions: 56% have a medium level of health promotion and prevention, in sociodemographic factors less than half have a medium level of promotion and prevention; less than half are female with a medium level; more than half have a high level of primary education; economic income from 1000 to 1400; they have SIS-MINSA insurance; 62% lead an unhealthy lifestyle. When performing the chi square test, determining that there is a relationship between the level of health promotion and prevention and sociodemographic factors. However, it was identified that there is no relationship between the level of health promotion and prevention with lifestyle.

**KEY WORDS:** Adults, Market, Lifestyle, health promotion and prevention.

## <sup>1</sup> I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala a la salud como el estado psicológico, físico y social óptimo de un individuo; también tiene en cuenta qué encaja una persona en su entorno sociocultural, su estado fisiológico (es decir, la ausencia de enfermedades), su dieta y su perspectiva social sobre el entorno en el que está creciendo (1).

Para ello, es necesario tomar medidas para mantener una buena salud. La promoción de la salud empodera a las personas para hacerse cargo de los estilos de vida que eligen a medida que se desarrollan a través de participaciones en el aspecto individual, social y ambiental que permiten beneficiar la salud y no enfocarla únicamente en curar y tratar enfermedades sino también en prevenir la presentación de elementos de salud (2).

Se cree que la base de la salud general de las personas es la promoción de la salud, que se entiende incluye el bienestar mental, físico, social y emocional de una persona, así como la ausencia de enfermedades. También hay factores determinantes, que siguen las características de cada sociedad. Dado que el desarrollo social es un componente crucial de cómo una persona puede avanzar en la sociedad, el factor social se ha incorporado recientemente a la salud (3).

Cada persona se esfuerza por la felicidad y la buena salud, considerando que, al pensar en el bienestar, debemos contar con los recursos para asegurar la salud y otros sectores que permitan el desarrollo de la persona. Por otra parte, al pensar en la salud, debemos considerar curar la enfermedad con referencia a hospitales, centros de salud y ser atendido por profesionales de la salud (4).

Para atender las necesidades de la población, el interés de la salud se divide en tres niveles: el primer nivel atiende las necesidades básicas de los sujetos; el segundo nivel atiende sus necesidades más urgentes; y el tercer nivel se dedica al tratamiento, recuperación y rehabilitación de problemas de salud (5).

Por ser el más cercano a la población, se considera que el primer nivel de atención es el

más crucial porque aquí se satisfacen las necesidades básicas y se atienden los problemas de salud, por medio de la previsión de enfermedades y la generación de la buena salud. Alrededor del 85% de los problemas se resuelven a través de esfuerzos para identificarlos factores que determinan la salud y ejecutar actividades para cambiar el estilo de vida. Las estrategias de promoción y prevención también ayudan a mantener la salud al minimizar los factores de riesgo, reduciéndolos significativamente (6).

El primer nivel de atención en nuestra región, el que atiende las necesidades básicas de las personas y se utiliza como estrategia para promover la atención primaria, es donde se da con mayor intensidad la promoción de la salud. Aquí, los profesionales médicos brindan atención de manera activa realizando visitas domiciliarias, hallando inconvenientes que pueden solucionarse y enviándolos a aquellos que disponen mayor dificultad, abarcando los aquellos problemas de salud de acuerdo a las fases de la vida (7).

Cada individuo desarrolla una serie de hábitos que le facilitan a mantener un estilo de vida saludable, incluyendo una dieta rica en cereales integrales, frutas y verduras, hidratarnos, realizar actividad física para prevenir enfermedades, así como ayudar a controlar el sobrepeso y la obesidad, por lo que llevando una calidad de vida adecuada tendremos una vida saludable (8).

Dentro del ciclo de vida, la edad adulta es el período de tiempo entre las edades de 18 y aproximadamente 59 años, cuando las personas pueden estabilizar sus estilos de vida psicológicos, físicos y sociales. En este punto, la presencia de la promoción de la salud es crucial porque incentiva a las personas actuar de acuerdo con lo que han logrado y hecho en su vida, como ejercer una profesión, trabajo estable y ser exitoso. En relación a la nutrición por las horas de trabajo al día, los trabajadores no comen a sus horas no dando relevancia a la nutrición, durante esta etapa de vida se producen cambios fisiológicos y físicos, disminuyen las capacidades físicas y mentales de la persona y comienzan a manifestarse enfermedades como la diabetes, la hipertensión, el reumatismo y la osteoporosis, entre otras (9).

Además, según la encuesta del <sup>1</sup> Instituto Nacional de Estadística e Informática realizada en el 2019, se valora que los empleados trabajen de forma independiente sin tener en cuenta

el acceso a un seguro médico cuando sea necesario, trabajen largas jornadas sin el amparo de la ley, o estén empleados de manera informal. La estructura etaria de la población peruana ha cambiado significativamente en los últimos años, pasando del 5,7 por ciento en 1950 al 12,4 por ciento en 2019, lo que predispone a la mayor parte de la población adulta a buscar trabajo en los mercados de alimentos como medio de supervivencia. Verduras, frutas, abarrotes en general y otros bienes de consumo esenciales se venden en los centros de abastos, que sirven como lugar de trabajo para una variedad de personas por más de 12 horas. Hay 97 mercados de abastos en Trujillo, según el censo de 2019 del Ministerio de la Producción (10).

El Mercado ACOMAR está ubicado en el distrito La Esperanza cuenta con 80 puestos de carnes, abarrotes, verduras, frutas y alimentos. Son 50 trabajadores registrados que asisten desde la madrugada a preparar los puestos para atender al público de 7 am a 2pm, conociendo adultos y adultos mayores. A pesar de haber completado su educación primaria o secundaria, están sujetos a condiciones laborales difíciles que afectan a su salud y con frecuencia tienen que esperar a que finalice la jornada laboral (11).

Además, se ha observado condiciones inestables en la salud, como la ausencia de conexiones de agua a los puestos de venta de pescado y carne, generando la aparición de moscas, propagando enfermedades, el comercio informal, dando como resultado el congestionamiento de productos, el arrojado de basura al piso, provocando la aparición de ratones, entre otros (11).

Teniendo en cuenta lo anterior, es importante completar este análisis haciéndonos la siguiente pregunta:

2  
¿Cuál es la relación entre la Promoción y Prevención de la salud, con la caracterización sociodemográfica y los estilos de vida de los trabajadores del mercado ACOMAR – La Esperanza, 2022?

Ante lo mencionado se planteó el objetivo general:

Determinar la relación entre la promoción y prevención de la salud, con la caracterización sociodemográfica y los estilos de vida de los trabajadores del mercado Acomar La Esperanza 2022.



Como objetivos específicos se plantearon los siguientes:

- <sup>2</sup> Determinar el nivel de promoción y prevención de la Salud de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.
- <sup>2</sup> Determinar los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022
- Determinar el estilo de Vida <sup>2</sup> de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.
- Determinar la relación entre la Promoción y prevención de la salud y los estilos de vida de los Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022
- Determinar <sup>2</sup> la Relación entre la promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022.

Teóricamente, este estudio se apoya en el modelo de promoción de la salud de Nola Pender, que prioriza el vínculo entre los aspectos personales y las costumbres, refiriéndose a las distintas facetas del individuo en su contacto con el ambiente. En este modelo se utilizan conocimientos, creencias y factores situacionales asociados con la conducta que el individuo quiere alcanzar para evitar enfermedades, lo que permite comprender los estilos de vida. Los trabajadores del mercado deben tomar acciones preventivas en el futuro para obstruir los factores de riesgo que afectan su bienestar biopsicosocial (12).

Por otro lado, Marc Lalonde, manifiesta que el estilo de vida se basa en una serie de acciones que toma la persona para su bienestar. Sin embargo, las inadecuadas decisiones y hábitos personales nocivos provocan riesgos que se presentan en el mismo individuo, definiendo este concepto como el comportamiento que el individuo adopta en su vida personal o grupal, en relación con su alimentación, actividad física, actividad sexual (13).

Finalmente, se sustenta en su teoría de Dorothea Orem, “Teoría del Déficit de Autocuidado” otorga atención a los individuos que requieren mejorar su estado de salud, de

acuerdo a su condición actual, utilizando recursos específicos para su bienestar, realizando cambios en sus conductas de riesgo para un adecuado estilo de vida. Explicando que el autocuidado es una conducta que se pueden aprender, aplicándose en diversos momentos de la vida, siendo empleados a los demás o al medio, variando los elementos que impactan en su funcionamiento y desarrollo (14).

La justificación también es práctica porque permitió identificar los problemas de salud planteados por los empleados del Mercado ACOMAR y avanzar en soluciones y alternativas que incrementen la promoción de la salud y la propagación de enfermedades. Sensibilizar a la población objeto de estudio para que adopte hábitos saludables, como comer bien y hacer ejercicio regularmente, con el propósito de evitar enfermedades, mejorar su estilo de vida, llevar una calidad de vida suficiente.

En cuanto a la justificación metodológica se utilizó la entrevista y la observación teniendo en cuenta como instrumentos de estudio validado y confiables el cuestionario de promoción y prevención de la salud, estilos de vida y factores sociodemográficos, mediante el cual permite conocer el grado de promoción y prevención de la salud en la población en estudio. Este trabajo de investigación permitirá a los futuros estudiantes de la carrera de enfermería de la “Universidad Católica de Trujillo” tomar conciencia de investigar estos temas cruciales, y saber la verdadera realidad de la salud de la población brindándoles una información clara. El estudio se utilizará como recurso para otras investigaciones en el futuro.

Realizada la revisión bibliográfica, se encontró, a nivel internacional, la investigación de Guachi lema, Zambrano. (2022) con el objetivo de analizar los estilos de vida y hábitos alimentarios. Siendo una investigación descriptiva con diseño no experimental, utilizando 2 encuestas, la frecuencia de consumo y cuestionario fantástico, como instrumentos. Cuya muestra fue de 199 residentes. Determinando en sus resultados una correlación positiva entre el estilo de vida y el consumo de lácteos, pescados y legumbres ( $p$  menor a 0,05). Concluyendo que no existe una alimentación eficiente, siendo necesario mejorar los hábitos alimenticios, agregando como medida saludable la actividad física diaria (15).

Onofre et al. (2021) en su estudio tuvo como objetivo evaluar y analizar los estilos de vida y sus factores sociodemográficos, empleando un tipo de investigación descriptivo con diseño no experimental. Con una muestra de 2728 adultos Comunitat Valenciana. Usando como

instrumento el cuestionario Mediterranean Diet Adherence Screener. Resultado: los adultos de 45 a 65 años presentaron un mayor vínculo con ADM tanto para la población de hombres como la de mujeres. Concluyendo que el grupo joven y los solteros son las tienen un mayor índice de riesgo de no asociarse a la dieta mediterránea (16).

Vera y Telenchana (2019) en su estudio <sup>1</sup> tuvo como principal objetivo conocer el estilo de vida de una población comerciante. Aplicando un tipo de investigación descriptivo, de corte transversal, con una muestra conformada por 60 comerciantes del mercado El Arenal. Como instrumentos de recolección, utilizó la ficha de registro y la encuesta de estratificación de nivel socioeconómico INEC Hallando en sus resultados que el 100% de los comerciantes comen tres veces al día, el 87% realiza actividad física. Concluyendo que el 97% de la población tienen un buen estilo de vida. (17).

A nivel nacional, se encontró la investigación de Pariona y Rutti (2022) en Lima, con el objetivo de hallar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional de los comerciantes. Siendo una investigación descriptiva con diseño no experimental – correlacional. Cuya muestra fueron 100 comerciantes. Los instrumentos estuvieron conformados por el cuestionario y la ficha de observación. En sus resultados se determinó una relación positiva entre el estilo de vida y el estado nutricional con un valor p menor a 0.05, de igual forma con sus dimensiones actividad física (p=0.025), alimentación (p= 0.05), calidad de sueño (p=0.025) y tiempo libre (p=0.025). Concluyendo que se debe aplicar un programa de rutina física, con la meta de alcanzar una óptima condición física (18).

<sup>1</sup> Peralta y Quispe (2022) en su estudio desarrollado en Apurímac, con la finalidad de <sup>1</sup> determinar el nivel de relación entre la actividad física y el estado nutricional. Siendo una investigación descriptiva con <sup>1</sup> diseño no experimental. Teniendo una muestra de 87 mujeres comerciantes del Chumbao. Utilizando como instrumentos el cuestionario y la ficha de valoración nutricional. De acuerdo a los resultados de las entrevistadas del Chumbao, se halló un valor de significancia bilateral de 0.299, siendo mayor a 0.05, indicando que no hay relación significativa entre la actividad física y el estado nutricional, de igual forma no existe relación con sus dimensiones actividad física para el trabajo, para desplazarse y durante el tiempo libre, encontrando un p mayor a 0.05 en las tres dimensiones. Concluyendo que se

debe implementar programas de sensibilización al C.P Chumbao con respecto a la motivación de actividades físicas, mejorando sus condiciones de salud (19).

Suero (2021) en su estudio realizado en Puno, basándose en conocer <sup>1</sup> la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional. Siendo una investigación descriptiva con diseño no experimental. Para lo cual estudió una muestra de 114 trabajadores de la parte inferior del mercado Unión y dignidad. Utilizando como instrumento el cuestionario estructurado. En sus resultados se determinó que existe una significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional de los trabajadores con un  $p < 0, 05$ . A su vez, es indispensable que los profesionales de salud brinden sesiones educativas a los trabajadores acerca de las consecuencias del tabaco y el alcohol con respecto al estado de salud, incentivando a la actividad física y la optimización del estilo de vida (20).

Vásquez (2021) en su estudio elaborado en Chimbote, con el objetivo de identificar la relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción en la salud. Presentando una investigación descriptiva - correlacional, no experimental. El universo muestral fue de 110 adultos, Utilizando la ficha de observación y el cuestionario. En sus resultados determinó que el 46.4% de la población son mujeres, con un ingreso económico de 650 a 850 s/, el 37,3% disponen de un seguro SIS, y el 60.9% presentan un inadecuado estilo de vida saludable. Concluyendo a través de la prueba del chi cuadrado que no existe relación entre las medidas de prevención y promoción de la salud y los tipos de estilos de vida (21).

A nivel local, se encontró la investigación de Cueva (2019) en su estudio realizado en Trujillo, con el propósito de conocer los factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción de la salud. Siendo un estudio descriptivo con diseño experimental. La muestra estuvo constituida por 217 adultos. Los instrumentos utilizados fueron la guía de cuestionario y la ficha de observación. En los resultados. En los resultados se registró que la materia de los adultos tiene una condición de vida no saludable. Concluyendo que no existe relación entre prevención y promoción con estilos de vida no existe relación, y de igual forma con la dimensión apoyo social (22).

Pinedo (2019) en su estudio realizado en Chimbote, con el fin de hallar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. Siendo un estudio descriptivo con diseño

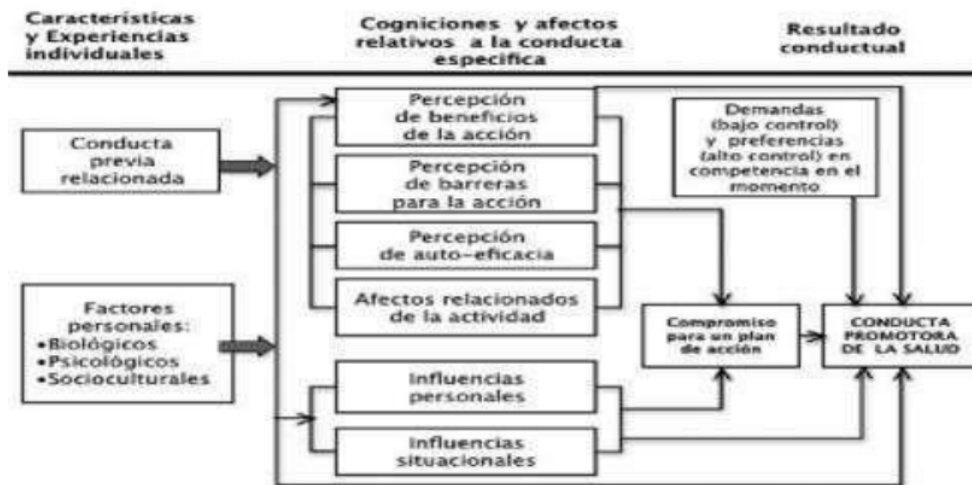
correlacional, no experimental. Cuya muestra estuvo conformada por 70 comerciantes del Mercado Túpac Amaru. Como instrumentos empleados fueron escala de estilos de vida y el cuestionario. En sus resultados determinó que la mayoría de los comerciantes poseen un estilo de vida no saludable y un índice bajo presentan una condición de salud sana. Concluyendo que existe una relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales, de igual modo con la dimensión sexo (23).

Este estudio tiene fundamento en la teoría de Nola Pender, donde sostiene que el comportamiento se basa en el deseo de alcanzar el potencial de la persona, siendo el personal de enfermería como un motivador, con el objetivo de que sus pacientes adopten un estilo de vida saludable, requiriendo la promoción de la salud, brindando a la comunidad la capacidad de intervenir en su bienestar, evitando posibles enfermedades y la reducción de gastos en su salud (24).

Esta teoría se divide en cinco componentes: el primero se asocia a las experiencias y características individuales, partiendo como conceptos iniciales la conducta anterior de la persona con relación a los aspectos personales como también los psicológicos y socioculturales. El segundo componente está basado en los afectos y sentimientos, considerando las ventajas percibidas vinculados a la salud; El tercer componente es la autoeficacia, partiendo desde la percepción propia de la competencia personal para la práctica de actividades sanas. El cuarto componente, analiza la relación entre el afecto y el comportamiento. El quinto y último componente muestra los aspectos interpersonales, reflejándose en los grupos a las personas que producen efectos positivos al mostrar un apoyo constante y compromiso honesto con su salud (25).

3

Figura 1. Modelo de Promoción de la Salud (Pender 1996)



Por otro lado, a través de procesos inductivos, los postulados de la teorista se muestran que las personas producen un estilo de vida sobre su salud, un potencial de conciencia reflexiva, capacidades para analizar su crecimiento, control de pensamientos, desarrollo ante un complejo entorno y adaptación durante el tiempo. Las teorías de conducta se dividen en tres: la primera, es la de la acción razonada basándose en que el elemento principal de la conducta, es la intención del sujeto. La segunda es la acción planteada indicando que la conducta se desarrolla con mayor posibilidad al tener control y seguridad de la misma. Finalmente, la última teoría denominada social-cognitiva, definiendo que la autoeficacia influye significativamente en la funcionalidad del hombre, mostrando que la confianza es una habilidad para alcanzar el éxito (25).

La promoción de la salud brinda a las personas los recursos específicos para lograr una mejor calidad de vida, incentivando la práctica de actividades saludables. La prevención constituye **la promoción de la salud, como** a su vez **el** diagnosticar y tratar **a una persona** enferma de forma oportuna, evitando complicaciones o posibles secuelas de su enfermedad, por medio de distintos niveles de intervención (26).

## HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

H1. <sup>2</sup> Si existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización Sociodemográfica y estilos de vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR, La Esperanza, 2022.

Ho. <sup>2</sup> No existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización Sociodemográfica y estilos de vida de los trabajadores del mercado ACOMAR, La Esperanza ,2022.

## II. METODOLOGIA

### 2.1. Enfoque y Tipo de investigación Según su finalidad

Básica porque aplica el ámbito científico para la comprensión y ampliación del conocimiento ante un acontecimiento específico, buscando incrementar la información del objeto de estudio (27).

Por su profundidad

Es descriptiva porque pretende describir y explicar un determinado estudio, con la finalidad de caracterizar a la población de estudio, conformando la descripción del comportamiento humano, sin explicar el porqué del mismo (28).

Según el enfoque

Es de enfoque cuantitativo porque se basa en un esquema deductivo y lógico que busca formular preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas (29).

### 2.2. Diseño de Investigación

- **No experimental:** es aquella realizada sin la manipulación deliberada de las variables, con ausencia de una variable independiente, observando el contexto en el que el fenómeno se desarrolla, analizándose para adquirir información (30).
- **Correlacional:** es correlacional porque pretende buscar la relación entre dos a más variables de estudio (30).

### 2.3. Población / muestra / muestreo:

- Población: conformada por los 50 trabajadores que laboran en el Mercado ACOMAR
- Muestra 50 trabajadores del mercado ACOMAR.
- Muestreo fue no probabilístico de tipo accidental.



## Unidad de análisis

Trabajadores del mercado ACOMAR que cumplen <sup>2</sup> los criterios de inclusión.

### Criterios de Inclusión

- Trabajadores del Mercado ACOMAR empadronados y mayores de edad.
- Trabajadores del Mercado ACOMAR que deseen participar en el estudio.
- Trabajadores del Mercado ACOMAR que no tienen inconvenientes para comunicarse.

### <sup>2</sup> Criterios de Exclusión

- Trabajadores del Mercado ACOMAR menores de edad.
- Trabajadores del Mercado ACOMAR que no estén en el padrón.
- Trabajadores del Mercado ACOMAR que no deseen participar en el estudio.

## 2.4. Definición y Operacionalización de Variables

### Variable independiente: <sup>2</sup> Promoción y Prevención de la Salud

**Definición conceptual:** Es la conducta preventiva respecto a la enfermedad, abarca comportamientos que benefician a la salud para el desarrollo pleno de las potencialidades humanas, modos de vida y formas de elección saludable (31).

**Definición operacional:** La promoción y prevención de la salud es una variable cualitativa ordinal y presenta los siguientes rangos de clasificación:

**Nivel de Promoción y prevención de la salud bajo:** de 30 a 50 puntos.

**Nivel de Promoción y prevención de la salud medio:** de 51 a 70 puntos.

**Nivel de Promoción y prevención de la salud alto:** de 71 a 90 puntos.

### Factores Sociodemográficos

<sup>3</sup> Es la edad, sexo, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, ocupación, seguro de salud.

### **Variable dependiente: Estilo de vida**

**Definición conceptual:** El estilo de vida es el conjunto de comportamientos y actitudes que las personas desarrollan y adoptan de forma individual o colectiva para satisfacer sus requerimientos como seres humanos y así alcanzar su desarrollo personal (32).

#### **Definición operacional:**

**Estilo de vida no saludable:** si se obtiene un puntaje de 25 a 74 puntos.

**Estilo de vida saludable:** si se obtiene un puntaje de 75 a 100 puntos.

## **2.5. Técnicas e instrumentos de Recajo de Datos**

### **Técnicas**

Se usó la técnica de la entrevista y la observación

### **Instrumento**

Se emplearon 3 instrumentos, los cuales se describen a continuación:

**Instrumento 1:** Cuestionario para identificar los factores Sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR.

Este instrumento fue desarrollado por la Dra. Enf. María Vélchez, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, y adaptado al presente estudio con fines de investigación. Este instrumento consta de 02 partes:

Instrucciones: donde se describe la forma en que se debe llenar este cuestionario.

Factores sociodemográficos: representan las características del entrevistado y son: edad, sexo, nivel de instrucción, estado civil, ingreso familiar, ocupación y tipo de seguro de salud que posee.

**Instrumento 2:** Cuestionario para identificar el nivel de promoción y prevención; basado en la encuesta demográfica de Salud Familiar (ENDES 2018).

### **Control de Calidad de Datos**

### **Validez y Confiabilidad del Instrumento**

La validez del instrumento se realizó a través de la prueba binomial de juicio de expertos constituido por 5 profesionales conocedores del tema a evaluar. Utilizando el coeficiente de

Kappa para medir el grado de aprobación de los expertos, con la condición de si  $K > 0$  (Landis y Koch). Dando como resultado un valor  $k$  de 0.715, dando validez al instrumento.

La confiabilidad se realizó por medio de la prueba estadística Alfa de Cronbach, dando un valor  $\alpha > 0.50$ , confirmando la confiabilidad del instrumento.

**Instrumento 3:** Cuestionario para evaluar de la caracterización del estilo de vida; de acuerdo al diseño de Walker, Sechrist y Pender, denominado Estilo de Vida Promotor de la Salud.

### Control de Calidad de Datos

#### Validez y Confiabilidad del Instrumento

La validez del instrumento se realizó mediante el juicio de expertos en el área, brindando sus recomendaciones y aportes al instrumento, presentando también una validez estadística mediante la prueba  $r$  de Pearson obteniendo un  $r > 0.20$ .

La confiabilidad se realizó utilizando la prueba estadística alfa de Cronbach, determinando un valor  $r$  de 0.794, lo cual verifica su confiabilidad.

## 2.6 Técnicas de procesamiento y análisis de la información

### 2.6.1. Procedimiento de recolección de datos

Para recolectar los datos se tuvo que considerar los siguientes aspectos:

- Se solicitó la autorización a la presidenta del mercado ACOMAR, informando que los datos obtenidos serán confidenciales.
- Se coordinó con los trabajadores del mercado ACOMAR respecto a su disponibilidad y su tiempo para participar en el estudio.
- Se comunicaron las respectivas instrucciones de los instrumentos a los trabajadores del mercado ACOMAR.
- Se solicitó su consentimiento informado, para la aplicación de los instrumentos a los trabajadores del mercado ACOMAR.
- Los instrumentos se aplicaron en 20 minutos, donde las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa a cada trabajador del mercado, en sus respectivos puestos; respetando las medidas de bioseguridad ante el Covid 19.

### 2.6.2. Análisis y procesamiento de los datos:

Recolectados los datos mediante los instrumentos mencionados, se ingresaron por medio de una base de datos, utilizando el software Microsoft Excel, presentando los resultados obtenidos en tablas y gráficos estadísticos. Para determinar la asociación entre las variables de estudio; se empleó la prueba estadística de Chi cuadrado con un 95% de confiabilidad y significancia si  $p < 0.05$ .

### 2.7. Aspectos éticos en investigación

Se consideraron los aspectos éticos señalados en el marco de los derechos humanos (Ley N°011-2011-JUS) los cuales se detallan a continuación:

**Principio de defensa de la persona humana y el respeto a su dignidad:** considera a las personas a ser tratadas como sujetos y no como objetos, protegiendo su dignidad.

**Principio de primacía del ser humano y de defensa de la vida física:** considera a las personas el derecho a que siempre sea para ellos lo más favorable, buscando su bienestar.

**El principio de autonomía y responsabilidad personal:**

Considera el respeto a la decisión libre de las personas.

**Principio de beneficencia y ausencia de daño:**

Considera la aplicación científica y tecnológica en la vida humana, se consideró la igualdad ontológica, en forma justa y equitativa (33).

También se consideraron los aspectos de rigor científico según Gozzer (1998) los cuales fueron:

**Confidencialidad:** los datos adquiridos fueron utilizados para fines académicos.

**Credibilidad:** todos los resultados fueron basados en la verdad, sin manipulación alguna de la información.

**Confirmabilidad:** Los resultados pueden ser confirmados, presentando la misma metodología.

**Auditabilidad:** Los hallazgos pueden ser utilizados para futuras investigaciones.

**Beneficencia:** Las personas involucradas en el estudio no sufrieron daños físicos, ni psicológicos.

**1**  
**Respeto a la dignidad humana:** a través del consentimiento informado, los trabajadores del mercado se comprometieron con participar en la investigación, en el contexto del respeto al ser humano.

**Conocimiento irrestricto de la información:** se describieron de forma clara y precisa a las personas, la naturaleza del estudio y sus derechos. **1**

**Justicia:** a los participantes del estudio se les brindó un trato justo durante la investigación, respetando su privacidad mediante el anonimato, utilizando seudónimos (34).

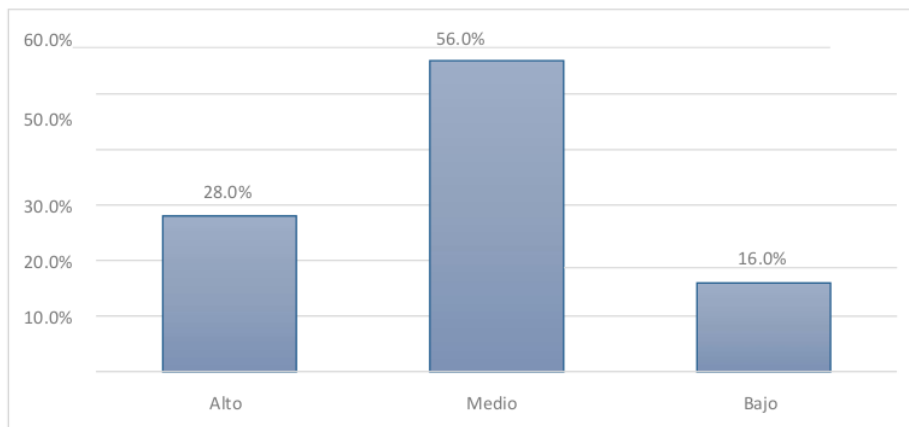
### 3. RESULTADOS:

**TABLA 01.** Nivel de promoción y prevención de la Salud de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022

Nivel de Promoción y Prevención de la Salud	n°	%
Alto	14	28
Medio	28	56
Bajo	8	16
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

**Interpretación:** De acuerdo con el nivel de promoción y prevención de la salud se observa que el 56% (28) de los trabajadores del mercado tiene nivel de promoción medio, el 28% (14) nivel de promoción alto y el 16% (8) bajo.

**Figura 01.** Nivel de promoción y prevención de la Salud en trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.

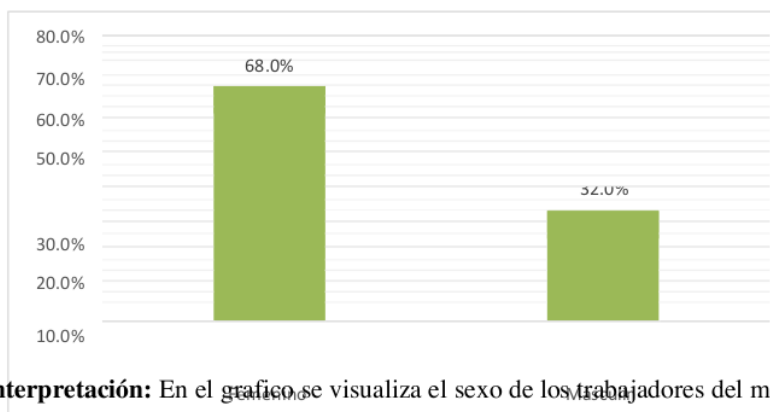


**TABLA 02.** Factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022

<b>Sexo</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
Femenino	34	68.0%
Masculino	16	32.0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>
<b>Edad</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
Adulto joven	9	18
Adulto maduro	24	48
Adulto mayor	17	34
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>
<b>Grado de instrucción</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
Sin instrucción	00	00.0%
Primaria	35	70.0%
Secundaria completa	9	18.0%
Secundaria incompleta	5	10.0%
Superior Completo	1	2.0%
Superior Incompleto	0	0.0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>
<b>Estado civil</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
Soltera/o	8	16.0%
Casada/o	27	54.0%
Conviviente	12	24.0%
Divorciada/o	0	0.0%
Viuda/o	3	6.0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>
<b>Ingreso Económico de la familia</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
De 1000 a 1400 soles	31	62.0%
De 1800 a más soles	19	38.0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>
<b>Ocupación</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
Trabajador estable	39	78.0%
Trabajador Eventual	9	18.0%

Sin ocupación	0	0.0%
Jubilado	0	0.0%
Estudiante	0	0.0%
4 Ama de casa	2	4.0%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>
<hr/>		
<b>Seguro de salud</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>
<hr/>		
EsSalud	7	40.0
Sis-Minsa	40	80%
Fospoli/Sanidad	0	0.0
Particular	3	6.0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>

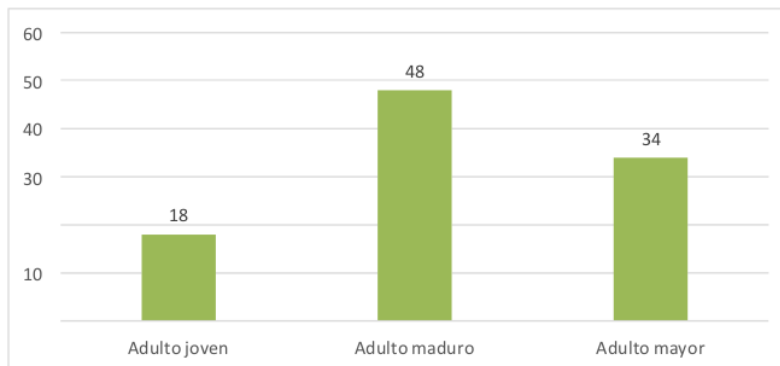
**Figura 02.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022



**Interpretación:** En el gráfico se visualiza el sexo de los trabajadores del mercado, el 68% son de sexo femenino y el 32% son de sexo masculino.

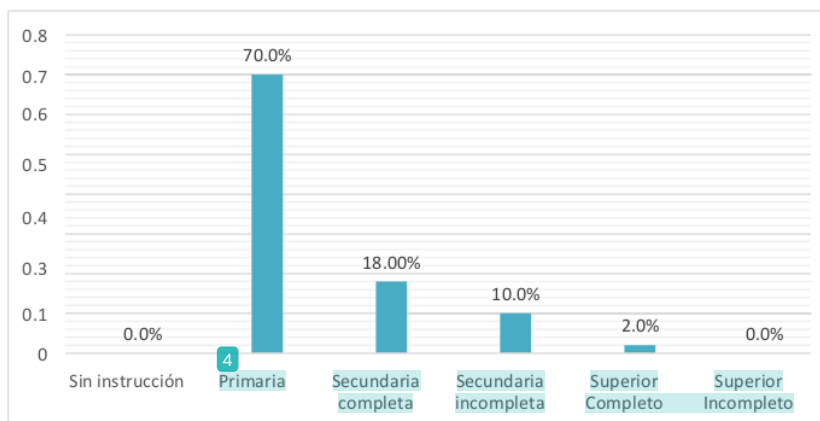


**Figura 03.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



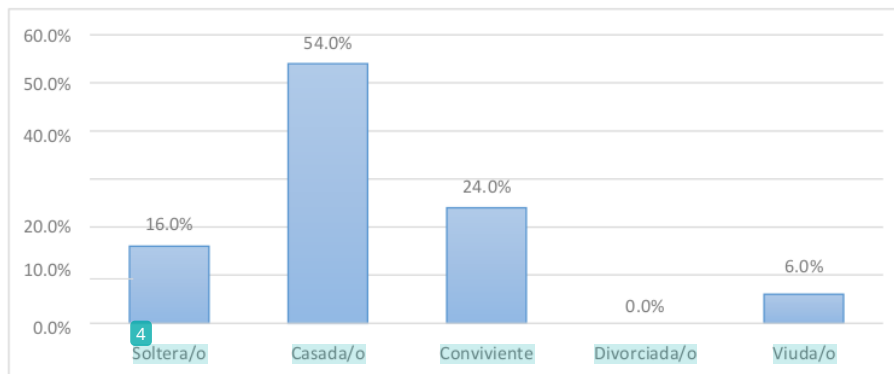
**Interpretación:** En el gráfico se observa que el 48% (24) son adultos maduros, el 34% son adultos mayores, el 18% son adultos jóvenes.

**Figura 04.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



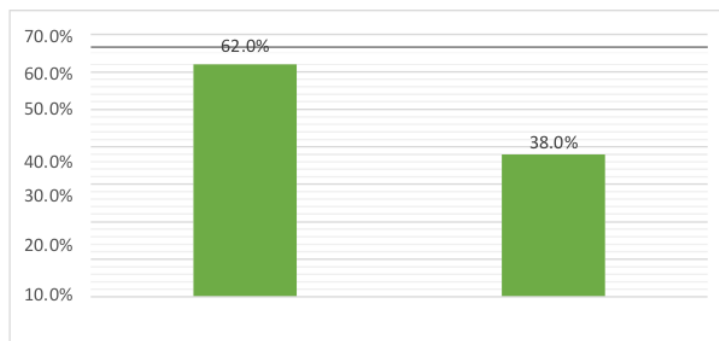
**Interpretación:** En el gráfico se observa que tienen grado de instrucción primaria el 70%, el 18% secundaria completa, el 10% secundaria incompleta, el 2% superior completo.

**Figura 05.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



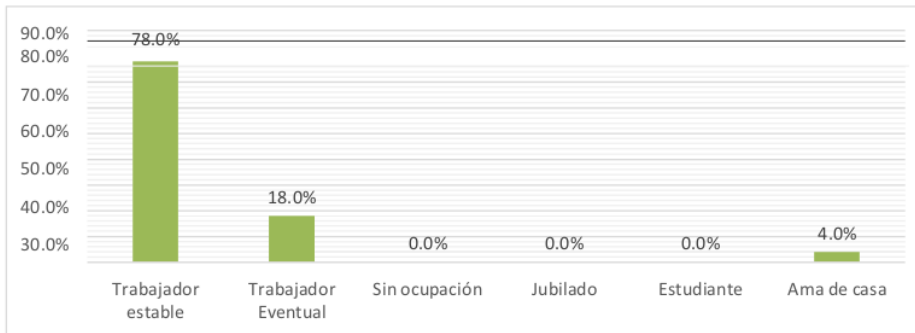
**Interpretación:** En el gráfico se observa que el 54% de los trabajadores son casados, el 24% son convivientes, el 16% son solteros, el 6% son viudos.

**Figura 06.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



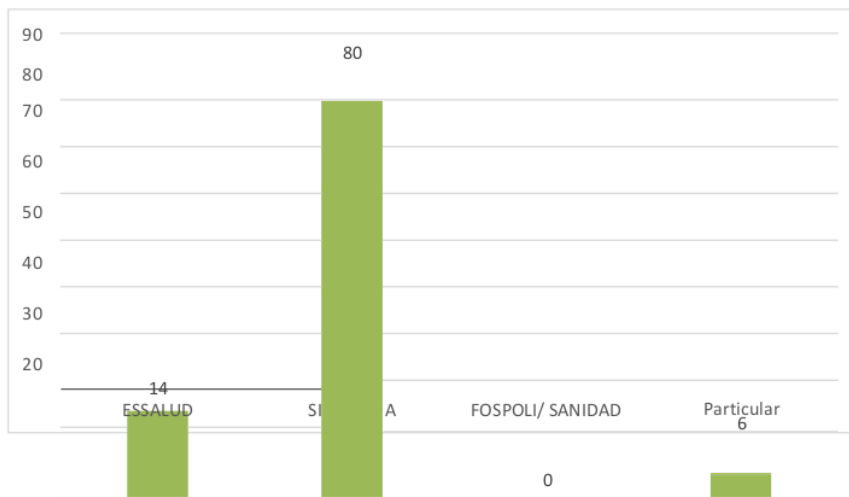
**Interpretación:** En el gráfico se observa que el 62% cuenta con un ingreso económico de 1000 a 1400 soles, el 38% con un ingreso de 1800 a más soles.

**Figura 07.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



**Interpretación:** En el gráfico se observa que el 78% son trabajadores estables, el 18% es trabajador eventual, el 4% son ama de casa.

**Figura 08.** Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



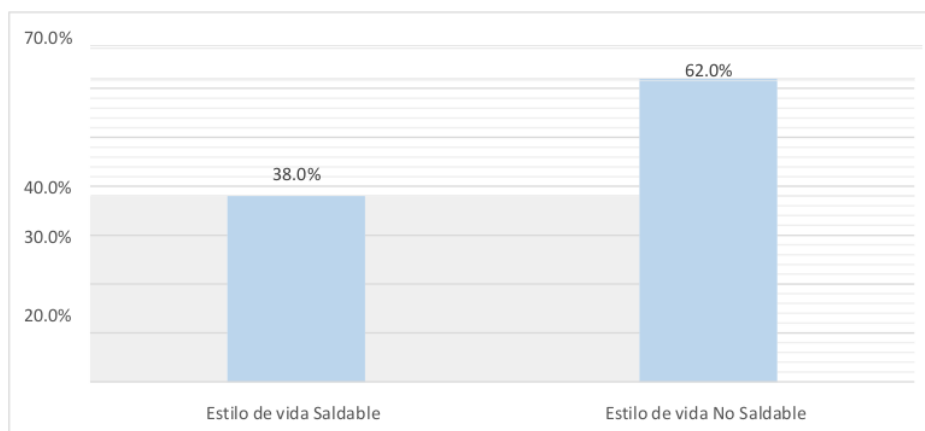
**Interpretación:** En el gráfico se observa que la mayoría de los trabajadores cuenta con seguro SIS el 80%, el 14% cuenta con seguro de EsSalud, el 6% se atiende en particular.

**TABLA 03.** Estilos de Vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022

<b>Estilo de Vida</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>	<b>Promedio</b>
Estilo de Vida Saludable	7	14	
Hombres			38%
Estilo de Vida Saludable	12	24	
Mujeres			
Estilo de Vida No Saludable	14	28	
Hombres			62%
Estilo de Vida No Saludable	17	34	
Mujeres			
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>

**Interpretación:** Se observa que un 62% (31) de los trabajadores del Mercado no tienen estilos de vida saludable, mientras que un 38% (19) tienen estilos de vida saludable.

**Figura 09.** Estilo de Vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.



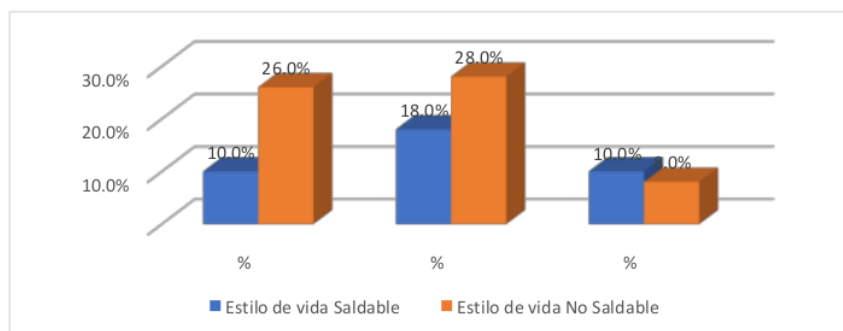
**TABLA 04.** Relación entre la Promoción y prevención de la salud y Estilo de vida de los Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022

Estilo de vida	NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD							
	Bajo		Medio		Alto		Total	
	n°	%	n°	%	n°	%	n°	%
Estilo de vida Saludable	5	10,0	9	18,0	5	10,0	19	38,0
Estilo de vida No Saldable	13	26,0	14	28,0	4	8,0	31	62,0
Total	18	36,0	23	46,0	9	18,0	50	100,00

No existe relación entre el nivel de promoción y estilo de vida  
 $X^2=1.98814 < 5.99$   
 y valor-p= 0.370067  
 $>0.05$

**Interpretación:** De acuerdo a los resultados obtenidos del total de 50 trabajadores del Mercado el 28% (14) con un estilo de vida no saludable tiene un nivel de promoción y prevención de la salud medio, mientras que el 26% (13) bajo; el 18% (9) tiene un estilo de vida saludable así mismo un nivel de promoción y prevención de la salud medio.

**Figura 10.** Nivel de Promoción y prevención de la salud Asociado a los Estilos de vida de los Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022.



**TABLA 05.** Relación entre la promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022

Edad	Nivel de Promoción y Prevención de la Salud								Chi cuadrado
	Bajo		Medio		Alto		Total		
	n°	%	n°	%	n°	%	n°	%	
Adulto joven	0	0.0%	5	10.0%	4	8.0%	9	18%	No existe relación estadística X <sup>2</sup> =2.1718 < 5.99 y valor-p= 0.33759 > 0.05
Adulto maduro	4	8.0%	6	12.0%	14	28.0%	24	48%	
Adulto mayor	0	0.0%	11	22.0%	6	12.0%	17	34%	
Total	4	8.0%	22	44.0%	24	48.0%	50	100%	
<b>Sexo</b>									
Femenino	8	16.0%	22	44.0%	4	8.0%	34	68.0%	Existe relación estadística X <sup>2</sup> =13.8918 > 3.84 y valor-p= 0.000193 <0.05
Masculino	0	0.0%	6	12.0%	10	20.0%	16	32.0%	
Total	8	16.0%	28	56.0%	14	28.0%	50	100.0%	
<b>Grado de instrucción</b>									
Sin instrucción	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	No existe relación estadística
Primaria	0	0.0%	7	14.0%	28	56.0	35	70.0%	
Secundaria completa	0	0.0%	3	6.0%	6	12.0	9	18.0%	
Secundaria incompleta	0	0.0%	2	4.0%	3	6.0%	5	10.0%	
Superior	0	0.0%	0	0.0%	1	2.0%	1	2.0%	
Completo	0	0.0%	0	0.0%	1	2.0%	1	2.0%	

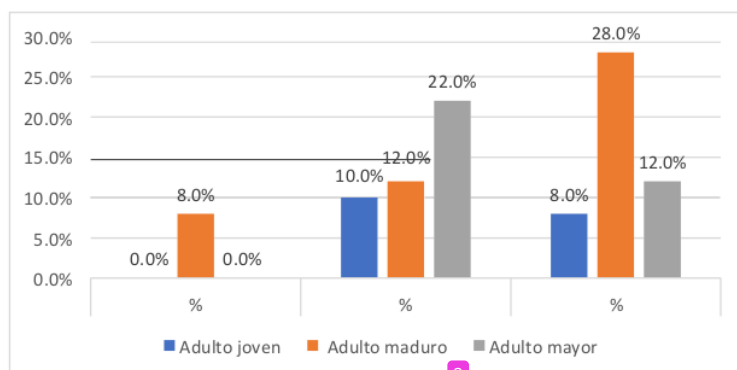
Superior	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	X <sup>2</sup> =1.023 < 5.99 y valor-p= 0.3117 >0.05
Incompleto									
<b>Total</b>	0	0.0%	12	24.0%	38	76.0%	50	100.0%	

<b>Estado Civil</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	
Soltera/o	0	0.0%	0	0.0%	8	16.0%	8	16.0%	No existe relación estadística
Casada/o	0	0.0%	8	16.0%	19	38.0%	27	54.0%	
Conviviente	0	0.0%	5	10.0%	7	14.0%	12	24.0%	

Divorciada/o	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	X <sup>2</sup> =0.0773 < 3.84 y valor-p= 0.78096 >0.05
Viuda/o	0	0.0%	1	2.0%	2	4.0%	3	6.0%	
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>0.0%</b>	<b>14</b>	<b>28.0%</b>	<b>36</b>	<b>72%</b>	<b>50</b>	<b>100.0%</b>	
<b>Ingreso Económico</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	
De 1000 a 1400	0	0.0%	10	20.0%	21	42.0%	31	62%	No existe relación estadística X <sup>2</sup> =0.00249675  Valor-p=0.960148  >0.05
De 1800 a más s/	0	0.0%	6	12.0%	13	26.0%	19	38%	
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>0.0%</b>	<b>16</b>	<b>32.0%</b>	<b>34</b>	<b>68.0%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	
<b>Ocupación</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	
Trabajador Estable	0	0.0%	10	20.0%	29	58.0%	39	78%	No existe relación estadística X <sup>2</sup> =1.6039 < 3.84 y valor-p= 0.2053  >0.05
Trabajador Eventual	0	0.0%	3	6.0%	6	12.0%	9	18%	
Sin ocupación	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
Jubilado	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
Estudiante	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
Ama de casa	0	0.0%	2	4.0%	0	0.0%	2	4%	
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>0.0%</b>	<b>15</b>	<b>30.0%</b>	<b>35</b>	<b>70.0%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	
<b>Seguro de Salud</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	<b>n°</b>	<b>%</b>	
EsSalud	0	0.0%	3	6.0%	4	8.0%	7	14%	No existe relación estadística X <sup>2</sup> =0.020525 < 3.84 y valor-p= 0.2053  >0.05
Sis-Minsa	5	10.0%	12	24.0%	23	46.0%	40	80%	
Fospoli/Sanidad	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0%	
Particular	0	0.0%	1	2.0%	2	4.0%	3	6%	
<b>Total</b>	<b>5</b>	<b>10.0%</b>	<b>16</b>	<b>32.0%</b>	<b>29</b>	<b>58.0%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>	

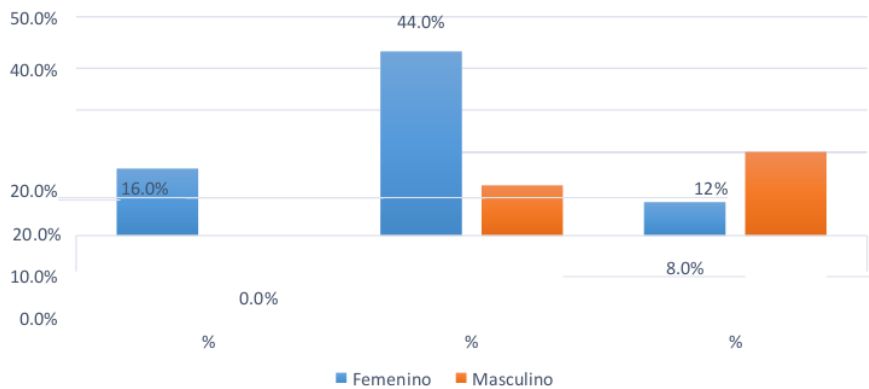


**Figura 11.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



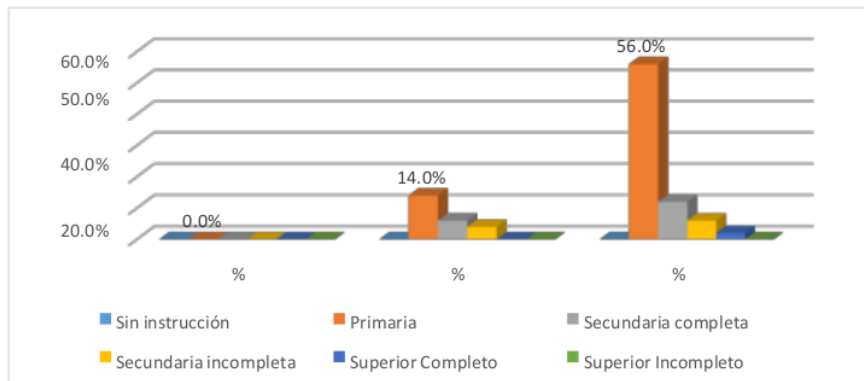
**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según la edad, los adultos jóvenes, el 10% (5) tiene un nivel mediod frente a 8% (9) con un nivel alto. Los adultos maduros el 28% (24) tiene un nivel alto, el 12% (6) un nivel medio y el 8% (4) un nivel bajo, para los adultos mayores el 22%(11) un nivel medio y solo el 12%(6) un nivel alto.

**Figura 12.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



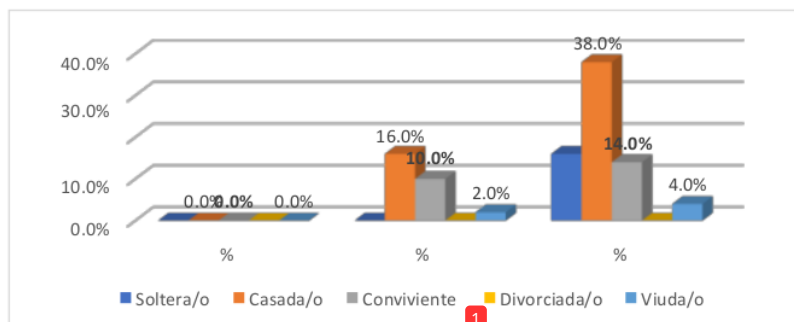
**Interpretación:** De acuerdo a los resultados obtenidos del total de 50 trabajadores del Mercado el 44% (22) es de sexo femenino tiene un nivel de promoción y prevención de la salud medio, el 16% (8) nivel de promoción y prevención bajo y el 8% (4) tiene un nivel de promoción y prevención alto; y en el sexo masculino el 20% (10) nivel de promoción y prevención de la salud alto, el 12% (6) tiene un nivel de promoción y prevención de la salud medio.

**Figura 13.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022



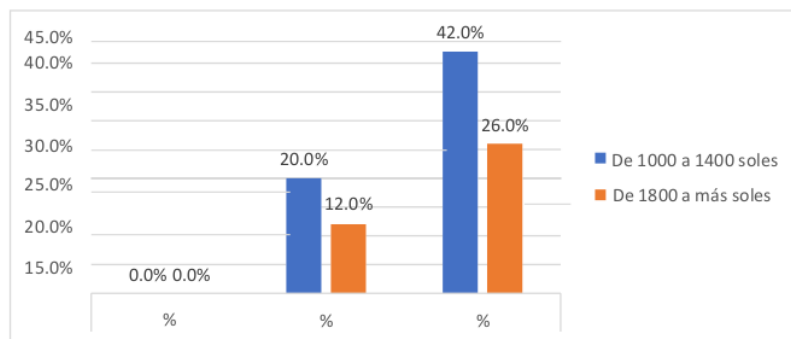
**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según grado de instrucción, con primaria el 56%(28) tiene un nivel alto frente a un 14%(7) un nivel medio. Con secundaria incompleta 6%(3) tiene un nivel alto frente a 4% (2) con un nivel medio, con secundaria completa el 12%(6) tiene un nivel alto frente al 6%(3) un nivel medio, en superior completo el 2% (1) tiene nivel alto.

**Figura 14.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022



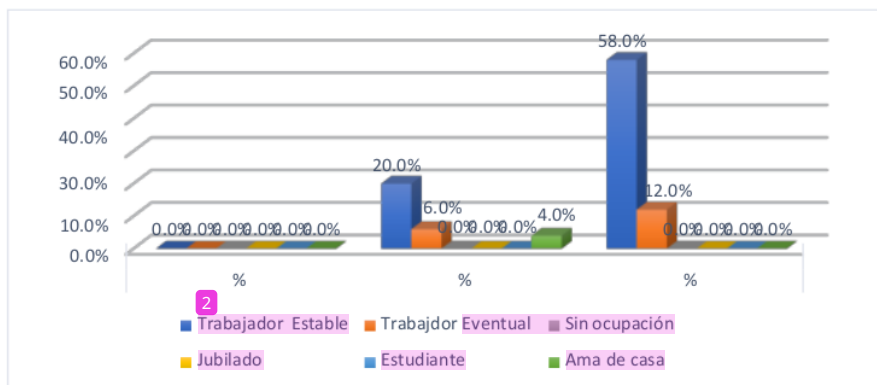
**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según estado civil, Soltero el 16%(8) tiene un nivel alto. Casado el 38%(19) tiene un nivel alto frente a 16% (8) con un nivel medio, conviviente el 14%(7) tiene un nivel alto frente al 10%(5) un nivel medio y el estado viudo el 4%(2) nivel alto frente al 2%(1) un nivel medio.

**Figura 15.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



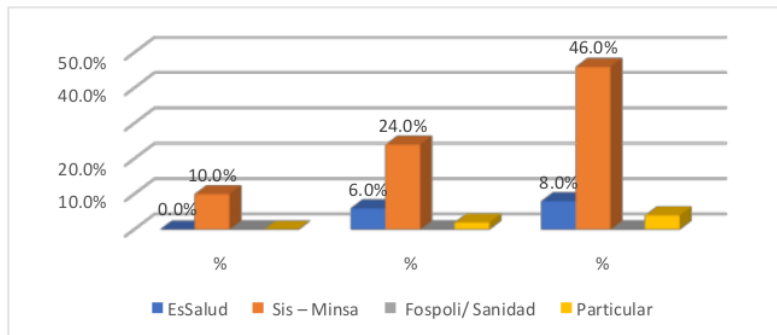
**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según ingreso económico, de 1000 a 1400 soles mensual el 42%(21) tiene un nivel alto frente a 20% (10) con un nivel medio. Con ingresos mayores a 1800 a más soles mensual el 26%(13) tiene un nivel alto frente al 12%(6) un nivel medio.

**Figura 16.** Relación entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022



**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según ocupación. Trabajador estable el 58%(29) tiene un nivel alto frente a 20% (10) con un nivel medio. Trabajador eventual 12%(6) tiene un nivel alto frente al 6%(3) un nivel medio. Ama de casa el 4%(2) un nivel medio.

**Figura 17.** Relación <sup>1</sup> entre el nivel de promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022



**Interpretación:** Los resultados muestran que el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores según seguro de salud. Con ESSALUD el 8% (4) tiene un nivel alto frente a 6% (3) con un nivel medio. Con SIS -MINSAL el 46% (23) tiene un nivel alto frente al 24% (12) un nivel medio. Con seguro particular el 4% (2) un nivel alto y solo el 2% (1) un nivel medio.

#### 4. DISCUSIÓN

**Con respecto al objetivo específico 1:** determinar el nivel de promoción y prevención de la Salud de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022, en los resultados obtenidos en la tabla 1 muestran que 28 (56%) de los trabajadores del Mercado ACOMAR tienen un nivel medio, 14 (28%) un nivel alto y sólo 8 (16%) un nivel bajo de conocimientos sobre promoción y prevención de la salud, los resultados se asemejan con la investigación de **Tomas y Rubina** (2019) quien determinó que de 97 trabajadores, el 62.2%, tienen un nivel de promoción medio, 26.3% bajo, y 11% tienen un nivel de promoción alto, consumen frutas y verduras de manera diaria, de vez en cuando consumen comidas chatarras, no acuden a realizarse chequeos médicos, mantienen conductas sexuales con responsabilidad (35).

Los resultados son similares con el estudio de **Vera y Telenchana** (2019) quien determinó que el 17% de los trabajadores tienen un nivel bajo de conocimientos sobre promoción y prevención de la salud lo cual nos indicaría que la salud de los trabajadores se encuentra en riesgo de contraer enfermedades como la obesidad, hipertensión arterial, diabetes, por el poco conocimiento sobre su cuidado de su salud, esto se ve reflejado en su alimentación consumen alimentos a base de carbohidratos, gaseosas, de vez en cuando consumen frutas y verduras; realizan poca actividad física, lo cual es preocupante en los trabajadores del mercado (36).

**Con respecto al objetivo específico 2:** determinar los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022, en los resultados obtenidos en la tabla 2 se muestra la distribución porcentual de los Factores sociodemográficos para conocer la población en estudio, encontrándose según la edad el 48% son adultos maduros, son de sexo femenino el 68.0% , grado de instrucción primaria el 70.0%, el 54.0% son casados, cuenta con un ingreso económico de 1000 a 1400 soles el 62.0%, el 78.0% son trabajadores estables, el 80% cuenta con seguro SIS-Minsa, siendo resultados que se asemejan a la investigación de **Méndez** (2023) quien determinó en sus resultados que el 65.0% son adultos maduros, el 68,8% son de sexo femenino, son casados el 46,5%, el 100% tiene seguro SIS, en esta etapa de vida es donde emprenden su propio negocio, lo cual generan sus propios ingresos económicos, esto le va ayudar a cumplir con proyecciones futuras como ofrecer una mejor calidad de vida para su familia, alimentación, vestido, y darle educación profesional

para sus hijos (37).

Del mismo al contar con este trabajo le genera ingresos diarios, a diferencia de otros trabajos que tienen que esperar un mes o una quincena para recibir un sueldo; más de la mitad son de sexo femenino, esto quiere decir que las mujeres hoy en día están más empoderadas, ya no existe la mentalidad que las mujeres eran las encargadas de las tareas del hogar y el cuidado de los niños y el hombre solo podía trabajar, ellas aportan a sus hogares, generan sus propios ingresos y no dependen de sus esposos; cuentan con grado de instrucción primaria, lo que refleja que en su momento no tuvieron la oportunidad de culminar sus estudios por recursos económicos, no contaban con el apoyo de sus padres, o no tenían la oportunidad de ir a la escuela, en esta etapa es donde buscan un trabajo con un salario adecuado para poder mantener a su familia; son casadas, manifestaron que comparten los mismos derechos con sus esposos, los dos trabajan y aportan dinero para el hogar.

Por otra parte, los resultados del presente estudio son diferentes a lo encontrado por **De la cruz Ponce** (2021), quien determinó en sus resultados que el 50,6% son de sexo masculino, tienen edades de 36 a 59 años el 42,4%, su grado de instrucción superior el 37,6%, su ingreso económico es de 850 a 1100 nuevos soles el 37,6% (38).

**Con respecto al objetivo específico 3:** determinar el estilo de vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022., en los resultados obtenidos en la tabla 3 se muestra que el 62% presentan estilos de vida no saludables frente a un 38% que tienen estilos de vida saludable, siendo resultados semejantes con lo encontrado por **Capa**, quien halló en sus resultados que el 64,67% más de la mitad tiene estilo de vida no saludable y menos de la mitad 35,33% un estilo de vida saludable (39). También son resultados similares a lo encontrado por **Pinedo** (2019) quien determinó en sus resultados que el 74,3% tienen un estilo de vida no saludable, el 25,7% tiene un estilo de vida saludable; (40).

Al tener malos hábitos saludables puede perjudicar en su salud y con llevarlo a desencadenar enfermedades a corto y mediano plazo; porque la mayoría de los trabajadores del mercado ya tienen sus propios hábitos forjados desde su niñez, lo cual no practican conductas saludables porque se dedican mayormente al trabajo y descuidan su salud, en cuanto a la dimensión de alimentación, no pueden consumir alimentos en los horarios adecuados y consumen comidas preparadas en la calle, manejo de estrés, refieren estar preocupados debido a la pandemia que estamos atravesando, las ventas en el mercado han bajado ya no tienen muchos ingresos económicos, se sienten estresados porque tienen miedo

de contraer el covid y no poder llevar dinero a sus hogares, no se recrean porque la mayor parte del día se dedican a trabajar porque tienen mucha carga familiar.

Así mismo, son resultados diferentes a lo encontrado por **Ramos** (2019) quien halló en sus resultados que el 78,1% tienen un estilo de vida saludable, y el 21,9% no tienen un estilo de vida saludable (41). Del mismo modo difiere a lo encontrado por **Pujay** (2020) determinó que el 51.5% tienen estilo de vida saludable, mientras que el 48.5% no tienen estilo de vida saludable (42).

**Con respecto al objetivo específico 4:** <sup>1</sup> determinar la relación entre la Promoción y prevención de la salud estilo de vida de los Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022, en los resultados obtenidos en la tabla 4 se muestra que el 62% presentan estilos de vida no saludables frente a un <sup>4</sup> 38% que si tienen estilos de vida saludable. Tiene un nivel medio de promoción y prevención de la salud, al utilizar el estadístico Chi cuadrado, encontramos que no existe relación significativa entre la variable- $p=0.370067 > 0.05$ . Siendo resultados semejantes a lo encontrado por **Cueva** (2019), determinando en sus resultados que el 58,0% presenta <sup>1</sup> estilo de vida no saludable, tiene un nivel alto de promoción y prevención de la salud, <sup>1</sup> no existe relación entre las variables (43).

Al tener malos hábitos saludables puede perjudicar en su salud y con llevarlo a desencadenar enfermedades a corto y mediano plazo; porque la mayoría de los trabajadores del mercado ya tienen sus propios hábitos forjados desde su niñez, lo cual no practican conductas saludables porque se dedican mayormente al trabajo y descuidan su salud. Por ende, <sup>3</sup> los estilos de vida saludable y no saludable no tienen que influir en la salud de los trabajadores del mercado ACOMAR, porque si están informados, o conocen van a cuidar su salud y lo van a poner en práctica en su vida diaria.

Sin embargo, los resultados difieren con la investigación De **la Cruz Ponce Paola** (2021) quien determinó que el 96,5% cuenta con <sup>3</sup> acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud, y el 92,9% con estilo de vida saludable, mientras que el 3,5% tiene un estilo de vida no saludable (44).

**Con respecto al objetivo específico 5:** <sup>2</sup> determinar la Relación entre la promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado <sup>4</sup> ACOMAR - La Esperanza, 2022, en los resultados obtenidos en la tabla 5 se muestra que al relacionar la variable de sexo con el nivel de promoción y prevención de la salud utilizando

el Chi cuadrado, encontramos que si existe relación significativa entre las variables; la edad, nivel académico, ingreso económico, estado civil, ocupación, seguro de salud no existe relación entre las variables. Siendo resultados similares a **Pariona y Rutti** (2022), quien halló en sus resultados un coeficiente de Pearson de 0.650 con una significancia bilateral de 0.00, determinando una relación positiva significativa entre la variable promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos (45). También son resultados similares a lo encontrado por **Cruz** (2019), No existe relación entre los factores sociodemográficos y la variable promoción y prevención de la salud (46).

Se evidencia que tienen hábitos poco saludables en cuanto a su alimentación consumen dulces, gaseosas para saciar la sed, comen comidas grasosas, realizan poca actividad física. Por otro lado, esto nos indica que no importa que sea mujer o hombre para cuidar su salud y adopte comportamientos saludables. Cuenta con nivel primaria, la educación permite que los trabajadores adquieran conocimientos, hábitos que puede favorecer o no su salud, así mismo les permite leer, escribir para tomar medidas, acciones sobre la prevención de enfermedades. Las personas que tienen una educación básica tienen menos problemas de salud, porque van a llevar una vida más productiva y saludable. El realizar medidas o acciones de promoción y prevención de la salud no están tan ligadas a la educación si no al interés que pueda tener la persona por cuidarse a el mismo y su familia para evitar contraer enfermedades y tener una salud adecuada, por eso basta con tener los conocimientos básicos, eso ya hace que el ser humano se motive y amplíe sus capacidades buscando información extra para una tener una mejor calidad de vida.



## 5. CONCLUSIONES

- Con respecto al nivel de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del Mercado ACOMAR, más del 50% presentan un nivel medio.
- En relación a los factores sociodemográficos, menos del 50% son adultos maduros, más del 50% son de sexo femenino con grado de instrucción primaria, son casados, el 62% tienen un ingreso económico entre 1000 a 1400 soles y el 78% son trabajadores estables, que disponen de un seguro SIS-Minsa.
- En cuanto a los estilos de vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR, menos del 50% tienen estilos de vida no saludable.
- Por medio de la prueba de chi cuadrado con el Nivel de Promoción y Prevención de la salud y los Factores sociodemográficos se halló una relación significativa con la variable sexo, pero no se encontró una relación significativa con las variables edad, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, ocupación, seguro de salud-
- A su vez, con la prueba de chi cuadrado se determinó que no existe relación entre las variables promoción y prevención de la salud y estilo de vida.

## 6. RECOMENDACIONES

Dar a conocer los resultados obtenidos a los Trabajadores del Mercado para que de esta manera tomen conciencia en cuanto a su salud.

Es recomendable ejecutar <sup>1</sup> un programa estratégico para incentivar estilos de vida saludables en los trabajadores del mercado.

Realizar coordinaciones con el centro de salud y las autoridades sanitaria, a través de capacitaciones y campañas de salud dirigidas a los trabajadores del Mercado, donde se realicen tamizajes para detectar, diagnosticar y prevenir enfermedades no transmisibles en la población en estudio, para alcanzar un estilo de vida saludable.

A la Universidad Católica de Trujillo, seguir impulsando y motivando el estudio en el campo de enfermería, aportando al conocimiento científico.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Gustavo A. Organización Mundial de la Salud (OMS). Revista. Venezuela: Universidad de los Andes, Investigación; 2019. [Internet]. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/410/41011135004.pdf>
2. Firmino S. Promoción de la salud: la calidad de vida en las prácticas de enfermería. [Online]. 2019 [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1695-61412013000400016](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1695-61412013000400016)
3. O.P.S. Promoción de la Salud. [Internet]. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
4. Coronel Carbo NMP. La promoción de salud para la creación de entornos saludables en América Latina y el Caribe. [Online].; 2017 [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017001200016](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017001200016)
5. Vignolo Julio MVCÁ. Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. [Online].; 2019 [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-423X2011000100003&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-423X2011000100003&script=sci_abstract)
6. Ministerio de Salud. Componentes del Modelo de atención Integral de salud basado en familia y comunidad. Lima: Minsa; 2019. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/1617.pdf>
7. Minsa. Modelo De Abordaje De Promoción De La Salud En El Perú Lima; 2019. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://crolimacallao.org.pe/documentos/normas/MODELO%20DE%20ABORDAJE%20PROMOCION%20DE%20LA%20SALUD%20PERU.pdf>
8. Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Estilos de vida. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida#:~:text=El%20estilo%20de%20vida%20es,y%20alcanzar%20su%20desarrollo%20personal.>

9. Adulto Mineduc. 28 ago 2019. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://epja.mineduc.cl/destacados/page/3/>
10. INEI. Situación del Mercado Laboral en Lima Metropolitana. 2019 [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/09-informe-tecnico-n09\\_mercado-laboral-junio-julio-agosto-2019.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/09-informe-tecnico-n09_mercado-laboral-junio-julio-agosto-2019.pdf)
11. Mercado Acomar. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: [https://www.deperu.com/mercados/mercado-acomar\\_la-esperanza\\_899.html](https://www.deperu.com/mercados/mercado-acomar_la-esperanza_899.html)
12. El Cuidado Nola Pender. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
13. Lalonde. Determinantes de salud. modelos y teorías del cambio en conductas de salud. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: <https://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
14. Scielo. Modelo de Dorothea Orem. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-6141201000200004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-6141201000200004)
15. Guachi Lema E. y Zambrano N. Estilos de vida y hábitos alimentarios durante la pandemia por Covid-19 en residentes de la ciudadela “Alcides Pesantes” del cantón Machala, provincia del Oro. [Trabajo de Titulación Previo a la Obtención Del Título de Licenciatura en Nutrición, Dietética y Estética]. Universidad Católica De Santiago De Guayaquil 2022 disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/17776/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-478.pdf>
16. Onofre N, Et Al. 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. [citado el 27 junio del 2023]. [Acceso a internet]. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112021000200337](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200337)
17. Vera C. y Telenchana J. Estilo de vida de los Comerciantes de verduras del Mercado Feria libre

- “El Arenal”, Cuenca, 2019. [Proyecto de Investigación Previo a la Obtención del Título de Licenciado en Enfermería]. Universidad de Cuenca 2019. disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31337>
18. Pariona, R. y Rutti, R. Estilos de Vida y estado nutricional en comerciantes del mercado Santa Rosa de Jicamarca anexo 8 durante el periodo de pandemia, Lima 2022. [Tesis para Obtener el Título Profesional de: Químico Farmacéutico] Universidad Norbert Wiener Lima - 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/7704>
19. Peralta, D. y Quispe, A. Actividad física y estado nutricional de las madres comerciantes del Centro Poblado Chumbao, Unidad Vecinal Choccepuquio, Andahuaylas 2022. [ tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Tecnológica de los Andes Apurímac – Perú. Disponible en: <https://repositorio.utea.edu.pe/handle/utea/397>
20. Suero, L. Influencia de los estilos de vida en el estado nutricional de los trabajadores del mercado unión y dignidad – Puno, 2021 [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez Puno - Perú. Disponible en: [http://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/7239/T036\\_44117906\\_T\\_.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/7239/T036_44117906_T_.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
21. Vásquez L, Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto en el asentamiento humano Miraflores alto\_ Chimbote, 2021 [ tesis Para optar el Título Profesional de Licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles Chimbote 2023. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33979>
22. Cueva A. Factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adultos del sector El Presidio - Trujillo, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Universidad Católica los Ángeles Chimbote – Perú. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30375>
23. Pinedo C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los Comerciantes del Mercado Túpac

- Amaru. Pueblo Joven la Victoria\_ Chimbote, 2019 [ tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Universidad Católica los Ángeles Chimbote 2019. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15523>
24. Aristizábal G. Blanco D. Scielo. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
25. Enfermería Universitaria. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
26. Alvarenga E. Promoción De La Salud Prevención De La Enfermedad. [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: [https://w5.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud\\_2018\\_presentaciones/presentacion28062018/PROMOCION-DE-LA-SALUD-Y-PREVENCION-DE-LA-ENFERMEDAD.pdf](https://w5.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2018_presentaciones/presentacion28062018/PROMOCION-DE-LA-SALUD-Y-PREVENCION-DE-LA-ENFERMEDAD.pdf)
27. QuestionPro. Investigación básica. citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-basica/>
28. Tesis y Masters. Investigación descriptiva: Ejemplo [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: <https://tesisymasters.com.ar/investigacion-descriptiva-ejemplos/>
29. Qualtrics Investigación cuantitativa. [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: <https://www.qualtrics.com/es/gestion-de-la-experiencia/investigacion/investigacion-cuantitativa/>
30. Uladech católica ¿Qué es la investigación no experimental? [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: <http://files.uladech.edu.pe/docente/43342417/Psicologia%20experimental/sesi%C3%B3n%209/sesi%C3%B3n%209.pdf>
31. Gestar salud ¿Qué es eso de la promoción y la prevención en la salud? [citado el 18 de abril del 2022]. disponible en: <https://gestarsalud.com/2022/03/24/que-es-eso-de-la-promocion-y-la->

prevencion-en-la-  
salud/#:~:text=%E2%80%9CLa%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,sanos%E2%80%9D%2C%20indica%20la%20experta.

32. Ecured. Estilo de vida. [internet] [Citado 16 de setiembre del 2021]. Disponible en: [https://www.ecured.cu/Estilo\\_de\\_vida](https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida)

33. El-Peruano Normas Legales. [citado el 18 de abril del 2022] disponible en: <http://blog.pucp.edu.pe/blog/wp-content/uploads/sites/39/2011/09/DS-N-011-2011-JUS-EL-PERUANO.pdf>

34. Scielo. Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación. citado el 18 de abril del 2022] disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972012000300006#:~:text=Credibilidad%20o%20valor%20de%20la%20verdad&text=Se%20refiere%20a%20la%20aproximaci%C3%B3n,priori%20sobre%20la%20realidad%20estudiada.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972012000300006#:~:text=Credibilidad%20o%20valor%20de%20la%20verdad&text=Se%20refiere%20a%20la%20aproximaci%C3%B3n,priori%20sobre%20la%20realidad%20estudiada.)

35. Tomas H, Rubina T. Promoción social y calidad de vida de los beneficiarios del centro integral de atención al adulto mayor en el distrito de Huacho, 2019. Lima –Perú [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Sociología] 2019. Universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión. Disponible en: <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/2778/Tomas%20Ramos%20y%20Rubina%20Alva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

36. Vera C. y Telenchana J. Estilo de vida de los Comerciantes de verduras del Mercado FERIA libre “El Arenal”, Cuenca, 2019. [Proyecto de Investigación Previo a la Obtención del Título de Licenciado en Enfermería]. Universidad de Cuenca 2019. disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/31337/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>

37. Méndez B. Factores asociados a la adherencia al tratamiento en el adulto con Hipertensión Arterial en el Hospital de apoyo nuestra señora de las Mercedes de Carhuaz \_ Huaraz, 2023 [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] Universidad Católica Los

Ángeles de Chimbote 2023 Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3396522>

38. De la cruz Ponce P, Factores Sociodemográficos y Acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Bellamar I etapa\_ nuevo Chimbote, 2021 [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2023 Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33571>
39. Capa B. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto joven del asentamiento humano tres estrellas distrito Chimbote-santa, 2020. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2020. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33419>
40. Pinedo C. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Comerciantes del Mercado Túpac Amaru. Pueblo Joven La Victoria\_ Chimbote, 2019 [tesis para optar el título de licenciada en enfermería.]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Facultad ciencias de la salud. Escuela Profesional de Enfermería. 2019. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15523>
41. Ramos J. 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. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2020. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19292>
42. Pujay E, acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2020. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19919>
43. Cueva L. Factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adultos del Sector el Presidio - Trujillo, 2019. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería.] 2020.



Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Disponible en:  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30375>

44. De la Cruz Ponce, Paola. Factores Sociodemográficos y acciones de Prevención y Promoción Asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Bellamar I Etapa\_ Nuevo Chimbote, 2021. [tesis para optar el título de licenciado en enfermería.]. 2023 Universidad Católica los Ángeles Chimbote Disponible en:  
<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6411622>
45. Pariona, R. y Rutti, R. Estilos de vida y estado nutricional en comerciantes del mercado Santa Rosa de Jicamarca Anexo 8 de durante el periodo pandemia, Lima 2022 [tesis para optar el título de Químico farmacéutico].2023 Universidad Privada Norbert Wiener Disponible en:  
<https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3349478>
46. Cruz Reyes, Greysi. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Primavera Alta Chimbote, 2019[tesis para optar el título de licenciado en enfermería.]. 2021 Universidad Católica los Ángeles Chimbote Disponible en:  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34204>

## 8. ANEXOS

### ANEXO 1: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN



#### FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA

### CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022

#### Instrucciones:

Estimado participante, esta encuesta es confidencial y anónima; y tiene como finalidad conocer las actividades que realiza en relación con la promoción y prevención de su salud. Responda honestamente a cada uno de los ítems marcando con una cruz (X) en la casilla correspondiente.

	Actividades que realiza:	Si (3pt)	A veces (2pt)	No (1pt)
<b>Alimentación</b>				
01	Consume frutas y verduras en su dieta diaria			
02	Evita ir a lugares de comida rápida			
03	Conoce el valor nutricional de los alimentos que consume			
04	Tiene un horario regular para consumir sus alimentos			
05	Evita agregarle mayor cantidad de sal y azúcar a sus alimentos			
<b>Actividad Física</b>				
06	Cree que la actividad física favorece a la salud			
07	Prefiere caminar o usar bicicleta que ir en autobús/micro a lugares cercanos			
08	Práctica deporte o alguna otra actividad física intensa			
09	Prefiere realizar alguna actividad física a estar sentado y descansar			
<b>Responsabilidad en Salud</b>				
10	Se informa a través de los medios de comunicación sobre las prácticas saludables y prevención de enfermedades			
11	Asiste a sesiones educativas y de capacitación sobre cómo mejorar el medio ambiente y el entorno en el que vive.			

12	Acude al médico para chequeos preventivos			
13	Evita las exposiciones prolongadas al sol			
14	Se realiza exámenes de laboratorio (colesterol, triglicéridos, hemoglobina, etc.) al menos una vez al año			
<b>Salud sexual y reproductiva</b>				
15	Evita mantener conductas sexuales de riesgo			

16	Utiliza/ cree que es importante el uso de anticonceptivos como método de planificación familiar			
17	Se realizó/ Considera importante los controles pre natales durante el embarazo			
18	Se realiza/ considera importante realizarse el examen de PAP al menos una vez al año			
<b>Higiene</b>				
19	Solo consumo agua hervida o purificada			
20	Realiza su higiene personal diariamente			
21	Acostumbra lavar las frutas y verduras antes de consumirlas			
22	Mantiene limpio y ordenado el lugar en donde vive			
23	Se lava las manos antes de consumir alimentos			
<b>Salud bucal</b>				
24	Se cepilla los dientes después de cada comida			
25	Acude al odontólogo periódicamente			
26	Se informa en prácticas de salud bucal			
<b>Salud emocional</b>				
27	Comparte con su familia/ amigos durante sus tiempos libres			
28	Mantiene una actitud positiva hacia las situaciones difíciles			
29	Realiza actividades de recreación en sus tiempos libres (leer, pasear, cine, etc)			
30	Duerme bien y se levanta descansado			



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA DE  
ESTUDIOS DE ENFERMERÍA  
CUESTIONARIO PARA DETERMINAR LOS FACTORES  
SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO  
ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022**

**Instrucciones:**

Estimado/a participante, la presente encuesta es de carácter confidencial y anónima; y tiene como propósito conocer algunas de sus características biosocioeconomicas. Responda con sinceridad a cada uno de los ítems marcando con un aspa (X) en el recuadro que corresponda.

**1. Edad:**

- Adulto joven: 18 años a 29 años 11 meses 29 días. ( )
- Adulto maduro: de 30 años a 59 años 11 meses 29 días. ( )
- Adulto mayor: de 60 años a más. ( )

**2. Sexo:**

Masculino ( ) Femenino ( )

**3. Grado de instrucción:**

- Sin instrucción ( )
- Primaria ( )
- Secundaria completa ( )
- Secundaria incompleta ( )
- Superior Completo ( )
- Superior Incompleta ( )

- **Estado civil** Soltera/o ( ) Casada/o ( ) Conviviente ( )  
Divorciada/o ( ) Viuda/o ( )

**5. Ingreso Económico de la familia**

- De 1000 a 1400 soles ( )
- De 1800 a más soles ( )

**6. Ocupación**

- Trabajador estable ( )
- Trabajador Eventual ( )
- Sin ocupación ( )
- Jubilado ( )
- Estudiante ( )
- Ama de casa ( )

**7. Tipo de seguro**

- EsSalud ( )
- Sis-Minsa ( )
- Fospoli/Sanidad ( )
- Particular ( )
- Otros ( )

**Gracias**



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA**

**CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE LOS  
TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA 2022.**

**Instrucciones:**

Estimado participante, esta encuesta es confidencial y anónima; y su finalidad es conocer su estilo de vida. Responda honestamente a cada uno de los ítems marcando con una cruz (X) en la casilla correspondiente. Considerando que las opciones de respuesta son:

N: nunca      V: a veces      F: frecuentemente      S: siempre

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

<b>AUTORREALIZACION</b>					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmenterealiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Acude a un establecimiento de salud al menos una vez al año para un control médico.	N	V	F	S
21	Cuando presenta algún malestar acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones brindadas por el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consumo sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

## ANEXO 2: FICHA TÉCNICA DE LOS INSTRUMENTOS

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario para determinar el nivel de promoción y prevención de la salud.
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> Encuesta demográfica de Salud Familiar – ENDES 2018 <b>Adaptación:</b> al presente estudio de investigación
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Objetivo específico relacionado a la variable que mide el cuestionario
<b>Usuarios:</b>	Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022.
<b>Forma de Administración o Modo de aplicación:</b>	Se aplicó la encuesta de manera personal y directa a cada trabajador del mercado, en sus respectivos puestos; respetando las medidas de bioseguridad ante el covid 19.
<b>Validez: (Presentar la constancia de validación de expertos)</b>	Prueba binomial de juicio de expertos constituido por 05 expertos.

<b>Validez: (Constructo)</b>	Se sometió al coeficiente de Kappa, teniendo como premisa que, los investigadores han acordado que si: $K > 0$ (Landis y Koch), realizado el análisis correspondiente, el valor defue $k = 0.715$ ,
<b>Confiabilidad:</b> <b>(Presentar los resultados estadísticos)</b>	prueba estadística Alfa de Cronbach, donde $\alpha > 0.50$ para confirmar su confiabilidad.
<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario para determinar el estilo de vida
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> Delgado, R. y Reyna, E. Díaz R. <b>Adaptación:</b> al presente estudio de investigación.
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Objetivo específico relacionado a la variable que mide el cuestionario
<b>Usuarios:</b>	Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022.
<b>Forma de Administración</b> <b>oModode aplicación:</b>	Se aplicó la encuesta de manera personal y directa a cada trabajador del mercado, en sus respectivos puestos; respetando las medidas debioseguridad ante el covid 19.

<b>Validez:</b> <b>(Presentar la constancia de validación de expertos)</b>	Juicios expertos; luego a validez estadística a través de la prueba r de Pearson, obteniendo un $r > 0.20$
<b>Confiabilidad:</b> <b>(Presentar los resultados estadísticos)</b>	prueba estadística de alfa de Crombach,obteniendo un $r = 0.794$ .



**ANEXO 3: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de Medición			
<b>Variable Independiente:</b>  PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD	Es la conducta preventiva sobre la enfermedad, comprende comportamientos que favorecen la salud para el pleno desarrollo de las potencialidades humanas, formas de elección y modos de vida más saludable.	La promoción y prevención de la salud como variable cualitativa ordinal presenta los siguientes rangos de clasificación: <b>Nivel de Promoción y prevención de la salud bajo:</b> si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 30 a 50 puntos. <b>Nivel de Promoción y prevención de la salud medio:</b> si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 51 a 70 puntos. <b>Nivel de Promoción y prevención de la salud alto:</b> si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 71 a 90 puntos.	<b>Alimentación</b>	Inadecuados hábitos de alimentación.	01 02 03 04 05	CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022.	<b>Nivel de promoción y prevención de la salud bajo:</b> 30 a 50 puntos.			
				Adquiriendo hábitos adecuados de alimentación						
				Alimentación adecuada.						
				Realiza actividad física de manera diaria				06		
				Realiza actividad física poco frecuente.				07 08		
			<b>Actividad Física</b>	No realiza actividad física.	09	<b>Nivel de promoción y prevención de la salud medio:</b> 51 a 70 puntos.				
			<b>Responsabilidad en salud</b>	Conocer el nivel de promoción y prevención.	10 11 12 13	<b>Responsabilidad en salud</b>	Educación al usuario sobre la importancia de acudir al			<b>Nivel de promoción y prevención de</b>

					la salud alto:71 a 90 puntos
			médico.	14	
			Mejorar la atención sanitaria.		
			Evita mantener relaciones sexuales riesgosas.	15	
			<b>Salud sexual y reproductiva</b>		

			Promover al acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva.	16 17 18	
			Mantiene relaciones sexuales riesgosas.		
			Realiza su higiene personal de manera diaria.	19	
			Conoce lo importante que es mantener hábitos de higiene adecuados.	20	
			<b>Higiene</b>		

			<p>No realiza su higiene personal de manera diaria</p> <p>Se cepilla los dientes de manera diaria.</p> <p>Adquiriendo hábitos adecuados de salud bucal.</p> <p>No se cepilla los dientes de forma diaria.</p> <p>Mantiene actitudes positivas frente a situaciones difíciles.</p> <p>Realiza actividades de</p>	<p>22</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>25</p> <p>26</p>	
			<p><b>Salud bucal</b></p>		
				<p>27</p> <p>28</p>	

			<p>recreación para enfrentar situaciones difíciles.</p> <p>No mantiene actitudes positivas frente a situaciones difíciles</p>	<p>29</p> <p>30</p>	
			<p><b>Salud emocional</b></p>		

Variable Dependiente:	Estilo de Vida	Estilo de Vida	Inadecuados hábitos de alimentación balanceados.	01	"CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022".	Estilo de vida saludable: si obtuvo un puntaje de 75 a 100 puntos	
<p>caracterización de los factores sociodemográficos y los estilos de vida.</p> <p>"Conjunto de actitudes y comportamientos que las personas adoptan y desarrollan individual o colectivamente para satisfacer sus necesidades como seres humanos y lograr su desarrollo personal".</p>	<p>El estilo de vida como variable cualitativa ordinal presenta los siguientes rangos de clasificación:</p> <p><b>Estilo de vida no saludable:</b> si tras la aplicación del cuestionario se obtiene una puntuación de 25 a 74 puntos.</p> <p><b>Estilo de vida saludable:</b> si tras la aplicación del cuestionario se obtiene una puntuación de 75 a 100 puntos.</p>	<p><b>Alimentación</b></p>	<p>Adquiriendo hábitos adecuados de alimentación balanceados</p>	<p>02</p>	<p>LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA</p>	<p>100 puntos</p>	
			<p>Alimentación balanceada.</p>	<p>03</p>		<p>74 puntos.</p>	
			<p>Realiza actividad física de manera diaria.</p>	<p>04</p>			
				<p>Realiza actividad física poco frecuente.</p>	<p>05</p>		
				<p>No realiza Actividad física.</p>	<p>06</p>		
			<p><b>Actividad y Ejercicio</b></p>		<p>07</p>		
				<p>Adquiriendo técnicas adecuadas para manejar el estrés.</p>	<p>08</p>		
				<p>Sabe manejar sus emociones que le ocasionan estrés.</p>	<p>09</p>		
			<p><b>Manejo de estrés</b></p>		<p>10</p>		
					<p>11</p>		

	<p><b>Factores sociodemográficos:</b></p> <p>Son todas las características propias del entrevistado y son: la edad, el sexo, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, tipo de seguro.</p>	<p><b>Factores sociodemográficos:</b></p> <p>Este instrumento consta de 02 partes:</p> <p>Instrucciones: en donde se describe la forma como deberá ser llenado este cuestionario.</p> <p>Factores sociodemográficos: representan características propias del entrevistado y son: edad, sexo, nivel de educación, estado civil, ingreso familiar, ocupación y tipo de seguro de salud que posee.</p>	<p><b>Apoyo Interpersonal</b></p>	<p>No sabe controlar sus emociones. Se relaciona adecuadamente con diferentes personas. Mantiene buenas relaciones interpersonales con las personas. No interactúa con las personas. Se encuentra satisfecho con lo que realiza en su vida diaria. Sabe manejar sus emociones. No realiza actividades que fomenta su desarrollo personal.</p>	<p>12</p> <p>13 14 15 16</p> <p>17 18 19</p> <p>20 21 22 23</p>	<p>“CUESTIONARIO PARA DETERMINAR LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022”.</p>
			<p><b>Autorealización</b></p>	<p>Mejorar la atención Sanitaria. Adquiere buenos hábitos en cuanto a su salud.</p>		
			<p><b>Responsabilidad en salud</b></p>			

No adquiere buenos hábitos en cuanto a su salud.
--

24

25

## ANEXO 4: CARTA DE PRESENTACIÓN

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

solicito: permiso para realización de estudio de investigación

A: María Trinidad Palacios Alburquerque  
Presidente del Mercado ACOMAR

Yo, VICTOR RODULFO PEREZ ORTEGA estudiante del VIII ciclo de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica de Trujillo, con número de matrícula 42095512 Y DNI N° 43098783 Domiciliado MZ C17 LT 03 Manuel Arévalo III Etapa La ESPERANZA.

Ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

Que siendo parte de mi formación profesional realizar un estudio de investigación para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería, solicito a Ud. me conceda el permiso necesario para la realización del presente estudio de investigación el cual lleva por título “Promoción y prevención de la salud asociado a Estilo de vida y apoyo social en trabajadores del Mercado ACOMAR- LA ESPERANZA , 2022” y para lo cual me comprometo a mantener la información recolectada en reserva y anonimato, respetando los principios éticos respectivos.

Por lo expuesto

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Atte: Víctor R. Pérez Ortega

La Esperanza, 9 de Agosto del 2022

  
Nombre: María Trinidad Palacios Alburquerque  
DNI: 18093119

**ANEXO 5: CARTA DE AUTORIZACIÓN EMITIDA POR LA ENTIDAD  
QUE FACULTA EL RECOJO DE DATOS**

**CARTA DE AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE DATOS**

La Esperanza, 10 de mayo del 2023

**Asunto: Autorización para realización estudios de investigación.**

Yo Palacios Alburoque María Trinidad, identificada con DNI N° 18093119 autorizo a Víctor Rodulfo Pérez ortega estudiante del VIII ciclo de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica de Trujillo, con número de matrícula 42095512 Y DNI N° 43098783 Domiciliado MZ C17 LT 03 Manuel Arévalo III Etapa La ESPERANZA. Para que realice un estudio de investigación en el mercado "ACOMAR", el cual lleva por título "Promoción y prevención de la salud asociado a Estilo de vida y apoyo social en trabajadores del Mercado ACOMAR- LA ESPERANZA, 2022" y para lo cual me comprometo a mantener la información recolectada en reserva y anonimato, respetando los principios éticos respectivos.



Presidente  
DNI: 18093119



## ANEXO 6: CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Título de la investigación: Promoción y Prevención de la salud Asociado a la Caracterización de los Trabajadores Del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022.**

Yo Doña Guadalupe Salazar Loshu, identificado con DNI 421591102

acepto participar voluntariamente en el presente estudio, conociendo el propósito de la investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

  
\_\_\_\_\_  
FIRMA



## ANEXO 7: ASENTIMIENTO INFORMADO

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO BENEDICTO**  
**XVIFACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE**  
**ENFERMERÍA**



Mi nombre es **Victor Rodulfo Pérez Ortega** y estoy haciendo mi investigación, laparticipación de ustedes es voluntaria.

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

- ❖ Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguirparticipando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- ❖ La conversación que tendremos será de 20 minutos máximos.
- ❖ En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- ❖ La presidenta del mercado me brindo la autorización para aplicar los instrumentos de recolección de datos, espero contar con su valiosa participación en este estudio de investigación.

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

¿Quiero participar en la investigación de Promoción y Prevención de la Salud Asociado a Estilo de Vida y Apoyo Social en Trabajadores del Mercado ACOMAR-LA ESPERANZA,2022	Si	no
--	----	----

**ANEXO 8: MATRIZ DE CONSISTENCIA**

<b>TITULO</b>	<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>VARIABLES INDEPENDIENTE:</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<b>PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA, 2022.</b>	<b>Problema General:</b> ¿Cuál es la relación entre la Promoción y Prevención de la salud, con la caracterización sociodemográfica y los estilos de vida de los trabajadores del mercado ACOMAR - La Esperanza, 2022?	<b>Hipótesis general:</b> Existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización Sociodemográfica a y estilos de vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR, La Esperanza, 2022.	<b>Objetivo General:</b> Determinar la relación entre la promoción y prevención de la salud, con la caracterización sociodemográfica y los estilos de vida de los trabajadores del mercado Acomar La Esperanza 2022.	Promoción y prevención de la salud.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Alimentación</li> <li>▪ Actividad Física</li> <li>▪ Responsabilidad en salud</li> <li>▪ Salud sexual y reproductiva</li> <li>▪ Higiene</li> <li>▪ Salud bucal</li> <li>▪ Salud emocional.</li> </ul>	<b>Enfoque / Tipo de investigación:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Según su finalidad:</b> básica</li> <li>• <b>Por su profundidad:</b> descriptiva</li> <li>• <b>Según el enfoque:</b> Cuantitativo</li> </ul> <b>Diseño:</b> No experimental
						<b>Población y muestra:</b> La muestra es no probabilística de tipo accidental 50 Trabajadores del Mercado.

		<b>Hipótesis Específicas:</b>	<b>Objetivos Específicos:</b>	▪ Alimentación	<b>Técnicas e instrumentos de recolección de datos:</b> <b>INSTRUMENTO 01: CUESTIONARIO</b>
--	--	-------------------------------	-------------------------------	----------------	--

		<p>La dimensión de alimentación no influye en el nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado ACOMAR-la Esperanza,2022</p> <p>Tener buenas prácticas de responsabilidad en salud dependerá de la promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado ACOMAR-la Esperanza,2022.</p> <p>- las prácticas de higiene no saludables depende de la promoción y</p>	<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Determinar el nivel de promoción y prevención de la Salud de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.</li> <li>•Determinar los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022</li> </ul>	<p><b>VARIABLE DEPENDIENT</b></p> <p><b>E:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>caracterización de los factores sociodemográficos y los estilos de vida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Actividad física</li> <li>▪ Manejo de estrés</li> <li>▪ Apoyo interpersonal</li> <li>▪ Autorrealización</li> <li>▪ Responsabilidad en salud</li> <li>▪ Edad.</li> <li>▪ Sexo.</li> <li>▪ grado de instrucción.</li> <li>▪ estado civil.</li> <li>▪ ingreso económico.</li> </ul>	<p>PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022.</p> <p><b>INSTRUMENTO 02:</b></p> <p>CUESTIONARIO PARA DETERMINAR LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA 2022.</p> <p><b>INSTRUMENTO 03:</b></p> <p>CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022.</p>
--	--	--	--	---	---	--

			<ul style="list-style-type: none"><li>•Determinar el estilo de Vida de los trabajadores del Mercado ACOMAR –La Esperanza, 2022.</li></ul>				<ul style="list-style-type: none"><li>▪ tipo de seguro.</li></ul>	
--	--	--	---	--	--	--	---	--

	prevención de la salud en los trabajadores del Mercado ACOMAR- la Esperanza,2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Determinar la relación entre la Promoción y prevención de la salud y los estilos de vida de los Trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza ,2022</li> <li>•Determinar la Relación entre la promoción y prevención de la salud y los factores sociodemográficos de los trabajadores del Mercado ACOMAR - La Esperanza,2022</li> </ul>			<p><b>Métodos de análisis de Investigación:</b></p> <p>Recolectados los datos mediante los instrumentos mencionados, se ingresaron por medio de una base de datos, utilizando el software Microsoft Excel, presentando los resultados obtenidos en tablas y gráficos estadísticos. Para determinar la asociación entre las variables de estudio; se empleó la prueba estadística de Chi cuadrado con un 95% de confiabilidad y significancia si <math>p &lt; 0.05</math>.</p>
--	--	--	--	--	---

## ANEXO 9: EVALUACIÓN MEDIANTE JUICIO DE EXPERTOS

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Morillo Horna Juan Manuel, con Documento Nacional de Identidad N°41583931, de profesión: Farmacia y Bioquímica, grado académico Químico Farmacéutico, con código de colegiatura 23549, labor que ejerzo actualmente como: COORDINADOR DEL PROGRAMA DE ESTUDIOS DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA en la UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: "CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022", a efectos de su aplicación a adultos del Mercado Acomar – La Esperanza, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA(2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A=Adecuado ( )  
)PA=Poco adecuado ( ) No adecuado ( )  
) No aporta: ( )

Trujillo, a los 09 días del mes de agosto del

2022 Apellidos y nombres: Morillo Horna Juan Manuel DNI: 41583931



Juan Manuel Morillo Horna  
Químico Farmacéutico  
COFP: 23549



### **CONSTANCIA DE VALIDACIÓN**

Yo, CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA, con Documento Nacional de Identidad N.º 18827654, de profesión ENFERMERA, grado académico LICENCIADA EN ENFERMERÍA, con código de colegiatura 25960, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE DAÑOS NO TRANSMISIBLES - CANCER, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: "CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022", a efectos de su aplicación a adultos del Mercado Acomar – La Esperanza, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	PA	NA
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### **Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A=

Adecuado ( ) PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( )

No aporta: ( )

Trujillo, a los 09 días del mes de agosto del 2022

Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA

DNI: 18827654

  
GERENCIA REGIONAL DE SALUD  
UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU  
LIC. ENF. ROSA MARINA CASTILLO ZEVALLOS

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, GILES CASTRO KATHERINE TATIANA, con Documento Nacional de Identidad N.º 46712707, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN SALUD PÚBLICA, con código de colegiatura 78430, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE GESTION DE TERRITORIO, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU. Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022”, a efectos de su aplicación a adultos del Mercado Acomar – La Esperanza, 2022. Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	P A	N A
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

#### Apreciación total:

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado

( ) PA= Poco adecuado ( ) No

adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 09 días del mes de agosto del 2022

Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA DNI:46712707



### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA, con Documento Nacional de Identidad N.º 18827654, de profesión ENFERMERA, grado académico LICENCIADA EN ENFERMERÍA, con código de colegiatura 25960, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE DAÑOS NO TRANSMISIBLES - CANCER, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: “CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022”, a

efectos de su aplicación a adultos del Mercado Acomar – La Esperanza, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	P A	N A
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

**Apreciación total:**

Muy adecuado ( ) Bastante adecuado (X) A= Adecuado ( )

PA= Poco adecuado ( ) No adecuado ( ) No aporta: ( )

Trujillo, a los 09 días del mes de agosto del 2022

Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA

DNI: 18827654



Firma y sello

### CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, GILES CASTRO KATHERINE TATIANA, con Documento Nacional de Identidad N.º 46712707, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN SALUD PÚBLICA, con código de colegiatura 78430, labor que ejerzo actualmente como COORDINADORA DE GESTIÓN DE TERRITORIO, en la Institución UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU.

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento denominado: "CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO ACOMAR - LA ESPERANZA ,2022", a efectos de su aplicación a adultos del Mercado Acomar – La Esperanza, 2022.

Luego de hacer las observaciones pertinentes a los ítems, concluyo en las siguientes apreciaciones.

Criterios evaluados	Valoración positiva			Valoración negativa	
	MA (3)	BA (2)	A (1)	P A	N A
Calidad de redacción de los ítems.		X			
Amplitud del contenido a evaluar.		X			
Congruencia con los indicadores.		X			
Coherencia con las dimensiones.		X			

**Apreciación total:**

Muy adecuado ( )                      Bastante adecuado  
(X)                      A= Adecuado ( )

PA= Poco adecuado ( )   No adecuado ( )   No aporta: ( )

Trujillo, a los 09 días del mes de agosto del 2022

Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA   DNI:46712707



Firma y sello



# Quinta Revisión

## INFORME DE ORIGINALIDAD

20%

INDICE DE SIMILITUD

19%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1

[repositorio.uct.edu.pe](http://repositorio.uct.edu.pe)

Fuente de Internet

11%

2

Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

5%

3

[repositorio.uladech.edu.pe](http://repositorio.uladech.edu.pe)

Fuente de Internet

2%

4

[46.210.197.104.bc.googleusercontent.com](http://46.210.197.104.bc.googleusercontent.com)

Fuente de Internet

2%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo