

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
“BENEDICTO XVI”

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERÍA



PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA
CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO
SANTA ROSA – TRUJILLO, 2023

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA

Br. Lizano Jara, Nora Estela
<https://orcid.org/0000-0001-8280-283X>

ASESORA

Dra. Pimentel Guadamos, María Dolores
<https://orcid.org/0000-0003-3784-3856>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

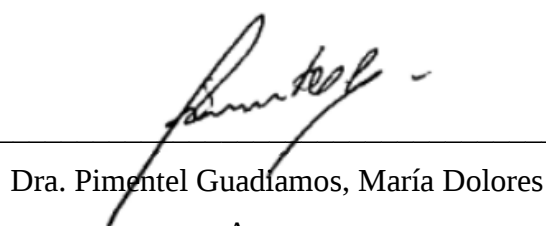
Promoción y prevención de la salud

TRUJILLO - PERÚ
2024

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, Pimentel Guadamos, María Dolores con DNI N° 41536255, como asesora del trabajo de investigación titulado “PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA – TRUJILLO, 2023”, desarrollado por la egresada Lizano Jara, Nora Estela con DNI N° 42210445 del Programa de Enfermería; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Dra. Pimentel Guadamos, María Dolores

Asesora

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

EXCMO.MONS. HECTOR MIGUEL CABREJOS VIDARTE, OFM

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller

Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

DRA. MARIANA GERALDINE SILVA BALAREZO

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

DRA. ROMY ANGÉLICA DÍAZ FERNÁNDEZ

Vicerrectora académica

DRA. ENA CECILIA OBANDO PERALTA

Vicerrectora de Investigación

DRA. ANITA JEANETTE CAMPOS MÁRQUEZ

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

DRA. TERESA SOFÍA REATEGUI MARIN

Secretaria General

DEDICATORIA

Dedico a Dios mi tesis, quien es mi guía y me brinda la fortaleza para vencer cada obstáculo que se me presenta en mi vida.

A mi madre Augusta, quien con su carácter me mantuvo siempre por el sendero de lo correcto, formándome con los valores que todo ser humano debe poseer.

A mis hijas Bianca, Steffan y Tatiana, quienes son el sentido común de mi esfuerzo, voluntad y amor para continuar y nunca rendirme en el sendero de la vida.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la plana docente de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, por su contribución en mi formación profesional, por sus aportes, apreciaciones y por enriquecer mis conocimientos en el ámbito de la carrera profesional de enfermería.

Agradezco a los docentes que estuvieron inmersos en el asesoramiento de la presente investigación, por la guía constante y por sus observaciones precisas para obtener una tesis académica a la altura de la carrera profesional de enfermería.

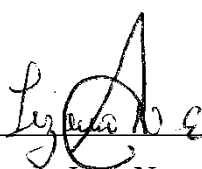
Finalmente agradezco a todas las personas, que me apoyaron con sus consejos y ánimos, en mi formación profesional.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Lizano Jara, Nora Estela con DNI 42210445 egresada del programa de estudios de pregrado 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 del informe de tesis titulado: “PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023”, el cual consta de un total de 97 páginas, en las que se incluye 15 tablas y 25 figuras, más un total de 26 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.

La autora



Br. Lizano Jara, Nora Estela

DNI 42210445

ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	viii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	ix
RESUMEN	xii
ABSTRACT	xiii
I. INTRODUCCIÓN.....	12
II. METODOLOGÍA	27
2.1. Enfoque, tipo	27
2.2. Diseño de investigación.....	27
2.3. Población, muestra y muestreo.....	27
2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos	28
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	30
2.6. Aspectos éticos de la investigación	30
III. RESULTADOS	32
IV. DISCUSIÓN.....	52
V. CONCLUSIONES.....	63
VI. RECOMENDACIONES	64
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	65
VIII. ANEXOS	72
Anexo 1: Instrumentos de recolección de la información.....	72
Anexo 2: Ficha técnica.....	77
Anexo 3: Operacionalización de variables.....	89
Anexo 4: Carta de autorización.....	92
Anexo 5: Consentimiento informado	93
Anexo 6: Asentimiento informado.....	94
Anexo 7: Matriz de consistencia	95
Anexo 8: Informe de originalidad	97

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. <i>Nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023</i>	32
Tabla 2. <i>Caracterización del estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023</i>	33
Tabla 3. <i>Caracterización del apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023</i>	37
Tabla 4. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	40
Tabla 5. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	41
Tabla 6. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	42
Tabla 7. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	43
Tabla 8. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	44
Tabla 9. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023</i>	45
Tabla 10. <i>Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa</i>	

– Trujillo, 2023	46
Tabla 11. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023	47
Tabla 12. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023	48
Tabla 13. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023	49
Tabla 14. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023	50
Tabla 15. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023	51

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.....	32
Gráfico 2. Caracterización del estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.....	33
Gráfico 3. Dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	34
Gráfico 4. Dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	34
Gráfico 5. Dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	35
Gráfico 6. Dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.	35
Gráfico 7. Dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	36
Gráfico 8. Dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	36
Gráfico 9. Caracterización del apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.....	37
Gráfico 10. Dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	37
Gráfico 11. Dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	38
Gráfico 12. Dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	39
Gráfico 13. Dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	39
Gráfico 14. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	40

Gráfico 15. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	41
Gráfico 16. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	42
Gráfico 17. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	43
Gráfico 18. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	44
Gráfico 19. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	45
Gráfico 20. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	46
Gráfico 21. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	47
Gráfico 22. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	48
Gráfico 23. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	49
Gráfico 24. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	50
Gráfico 25. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.....	51

RESUMEN

El objetivo principal de la investigación fue determinar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. El estudio fue de enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 150 trabajadores del mercado Santa Rosa. Los instrumentos utilizados fueron tres cuestionarios de niveles de promoción y prevención de la salud, estilo de vida y apoyo social percibido. Finalmente, los resultados encontrados refieren que el 38.67% (58) de trabajadores presentan un nivel de promoción y prevención de la salud bajo, seguido de un 35.33% (53) con nivel medio y 26% (39) nivel alto. Respecto a la caracterización estilo de vida el 69.33% (104) de los trabajadores tienen un estilo de vida no saludable. En relación al apoyo social el 57.33% (86) de los trabajadores presenta un apoyo social inadecuado. En cuanto a las dimensiones de la caracterización estilo de vida con porcentajes de clasificación no saludable se obtuvo en alimentación 72.67%, actividad y ejercicio 83.33%, manejo de estrés 88.67%, apoyo interpersonal 72.67%, autorrealización 34% y responsabilidad en salud 69.33%. Mientras en las dimensiones de la caracterización apoyo social con clasificación inadecuado se obtuvo en apoyo emocional 45.33%, instrumental 47.33%, social positivo 46% y en afectivo 36.67%. Concluyendo mediante una prueba chi-cuadrado que no existe relación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización de los trabajadores del mercado Santa Rosa.

Palabras clave: Promoción de la salud, estilo de vida, apoyo social.

ABSTRACT

The main objective of the research was to determine the association between health promotion and prevention and the characterization: lifestyle and social support of workers in the Santa Rosa - Trujillo, 2023 market. The study had a quantitative approach. The sample was made up of 150 workers from the Santa Rosa market. The instruments used were three questionnaires on levels of health promotion and prevention, lifestyle and perceived social support. Finally, the results found indicate that 38.67% (58) of workers have a low level of health promotion and prevention, followed by 35.33% (53) with a medium level and 26% (39) with a high level. Regarding the lifestyle characterization, 69.33% (104) of the workers have an unhealthy lifestyle. In relation to social support, 57.33% (86) of workers have inadequate social support. Regarding the dimensions of the lifestyle characterization with percentages of unhealthy classification, it was obtained in diet 72.67%, activity and exercise 83.33%, stress management 88.67%, interpersonal support 72.67%, self-actualization 34% and health responsibility 69.33%. While in the dimensions of social support characterization with inadequate classification, emotional support was obtained 45.33%, instrumental 47.33%, positive social 46% and affective 36.67%. Concluding through a chi-square test that there is no significant relationship between health promotion and prevention and the characterization of workers in the Santa Rosa market.

Keywords: Health promotion, lifestyle, social support.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel internacional la salud tiene como enfoque central promover y prevenir la salud de la población para que alcancen estados positivos de bienestar sobre la mitigación o mejora de los determinantes de la salud. La promoción de la salud funciona como una estrategia colectiva que crea las condiciones físicas y sociales para que un individuo mejore su salud, incrementando el control sobre los factores que perjudiquen su salud. De esta manera la promoción de la salud se orienta a desarrollar una política de salud activa, extender la eficiencia colectiva de la sociedad y promover la alfabetización sanitaria de la población. En ese mismo sentido, la prevención de la salud depende de la experiencia y el apoyo de las instituciones del estado, tales como los sistemas de salud pública, para identificar, reducir y prevenir amenazas que atenten a la salud de los ciudadanos, especialmente en evitar morbilidades específicas (1).

Las barreras financieras son un limitante para que, la promoción y prevención de la salud sea accesible para toda la población, donde la financiación para la atención sanitaria de los que menos recursos económicos tienen, limita que se logre eficacia en la salud pública. Por tal razón, la promoción y prevención de la salud, permite mitigar la demanda de los servicios de salud, donde actualmente esta carga ha incrementado debido a las enfermedades transmisibles y no transmisibles, lo cual atenta la sostenibilidad de financiación de la salud. Requiriendo políticas que mejoren los planes de promoción y prevención de la salud, donde el paciente pueda obtener atención médica cuando lo necesite, en lugar de preocuparse por los costos que incurre la atención médica (2).

La promoción y la prevención de la salud se enfoca mayormente en la reducción de enfermedades crónicas, las cuales son de larga duración en el paciente, y esto debido a factores genéticos, fisiológicos y conductuales o de estilo de vida. Para de esta manera buscar la equidad en la salud, basado en el desarrollo potencial de la salud del individuo independientemente de su condición social, donde los recursos sean asignados según la necesidad del paciente, buscando un sistema de salud equitativo, accesible y de calidad (3).

En este mismo sentido la promoción y prevención de la salud, ha venido teniendo modificaciones en el actuar de los determinantes de la salud, debido a que el concepto de salud ha tenido reformas, conceptualizándose inicialmente como el bienestar físico, mental y social y no únicamente como la carencia de enfermedades, pero la Organización Mundial

de la Salud (OMS) en el año 2000 en su estrategia “Salud para todos”, la definió como el nivel pleno de salud suficiente para que un individuo pueda trabajar productivamente y participar activamente en la sociedad o en el entorno donde vive. De esta manera la promoción y la prevención de la salud tiene la finalidad, que el concepto de la salud se vea reflejado en la población, para proteger, prolongar y mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos (4).

La promoción de la salud tiene el propósito de promover la calidad de vida de un individuo y de una población en el ámbito médico, para lograr cuidarlo de futuras patologías, y de esta manera llegar a la prevención de la salud. Pero ambas herramientas de la salud (promoción y prevención), no tienen eficacia debido a que no solo depende del sistema de salud, sino que también depende del accionar y colaboración de los individuos en el cuidado propio de su salud. Asimismo, la Organización Mundial de la Salud define a la promoción de la salud como un mecanismo, en el cual la población incrementa el control sobre el ámbito de su salud, integrado por las instituciones de salud, comunidades e individuos que trabajan en conjunto para provocar circunstancias que protejan la salud global de todos (5).

En cambio, la prevención de la salud se conceptualiza como el conjunto de actividades orientadas a eliminar o mitigar los efectos de la enfermedad y discapacidad en los ciudadanos. Enfocándose en la prevención para detener la progresión de la enfermedad y, asimismo, reducir los impactos después de su aparición, frente a la presencia de factores de riesgo. La prevención requiere de una educación en salud mediante la divulgación de información científica y de normas de hábitos correctos de estilo de vida para evitar agravios específicos en la salud. En este sentido podemos diferenciar a la prevención de la promoción de la salud, haciendo énfasis en que esta, se centra en evitar las distintas enfermedades de transmisión infecciosas y degenerativas, mientras que la promoción se basa en el control, mantenimiento y mejorara de la salud (5).

Por lo tanto, la promoción y la prevención, deben actuar sobre los elementos de la salud y su bienestar, ya que la manera, en que los seres humanos piensan, sienten y funcionan afecta sus creencias sobre si sus vidas tienen un significado y finalidad. Donde las estructuras sociales, la familia, la cultura, el medio ambiente, la política y la economía, influyen directamente sobre la salud y el bienestar. Respecto a los elementos de la salud:

pensar, sentir y función. Pensar esta referido a la capacidad de resolver problemas de la vida diaria, reconocer su autoestima y su autonomía. Sentir involucra el sentimiento de satisfacción con la vida, equilibrar las emociones negativas y positivas y ser capaz de mantener vínculos sociales satisfactorios. Pero el elemento función manifiesta las situaciones fisiológicas dentro del cuerpo, la capacidad de satisfacer las necesidades individuales y de familia, así como brindar y recibir apoyo. Donde todos los elementos de la salud, se puede manifestar en la caracterización estilo de vida y apoyo social que posee un individuo (6).

La caracterización estilo de vida, son hábitos y comportamientos (conductas) que un individuo adopta, y que está vinculado a la salud y enfermedad. Asimismo, el estilo de vida es la principal caracterización que afecta la salud de un individuo y está relacionado con la mayor cantidad de enfermedades. Donde un estilo de vida precario recae sobre un bienestar a corto plazo, conduciendo a enfermedades infecciosas y crónicas. Sin embargo, en la actualidad los organismos de la salud indican que el estilo de vida no solo se centra en el bienestar físico, sino también el bienestar social y mental, incluyendo la estructura familiar para la promoción y mantenimiento de conductas adecuadas. No obstante, el estilo de vida poco saludable ha incrementado durante los últimos 20 años, donde la alimentación anterior del ser humano se basaba en 33% de proteínas (75% en origen animal), 32% de grasas (41% en origen animal) y 45% en carbohidratos (sin lactosa, ni sacarosa), respecto de la actual que se basa en 11% de proteínas (62% en origen animal), 32% de grasas (75% en origen animal) y 45% de carbohidratos (54% en lactosa y sacarosa) (7).

La Organización Mundial de la Salud define a la caracterización estilo de vida saludable como una manera de vida positiva que minimiza el riesgo de enfermar críticamente o fallecer prematuramente. Por lo cual el individuo y la población, incluyendo los sistemas de salud, deben enfatizar y promover la importancia de un estilo de vida saludable, debido a que estas conductas poco saludables se relacionan con enfermedades cardiovasculares, musculoesqueléticas y enfermedades respiratorias (8).

Respecto a la caracterización del apoyo social es un conjunto de recursos psicológicos y materiales con los que cuenta un individuo para hacerle frente a una crisis individual o familiar, que pueda estar obstaculizando su bienestar social. El apoyo social surge debido a la necesidad de entender las interacciones sociales y la tendencia a la búsqueda de una

compañía en otras personas, específicamente en situaciones relacionadas con el estrés durante el transcurso de la vida, conllevando a efectos negativos en la salud de la persona. Donde el apoyo social está relacionado mayormente con la adultez debido a los cambios de desánimo, ansiedad y depresión, conllevando a empeorar la salud en esta etapa crítica, donde se registran la mayor acumulación de enfermedades (9).

En el Perú, el sistema de salud hace los esfuerzos para que, la promoción y prevención de la salud alcance los cambios de comportamiento y un impacto positivo en las condiciones de vida de la población, buscando promover la salud de los peruanos como un derecho inalienable, proporcionando a la ciudadanía los medios necesarios para corregir su salud de manera positiva y ejercer un eficiente control sobre los determinantes de la salud, pero estos esfuerzos se ven frenados por la falta de cultura en salud del peruano. Por tal razón se vienen trabajando distintos programas para crear conciencia en la caracterización del estilo de vida y en el apoyo social, como una integración de la conducta individual y su interrelación social con su comunidad o entorno donde se desarrolla el individuo (10).

De acuerdo a un estudio realizado en el Perú, por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y el Ministerio de Salud, la promoción y prevención representan una carga importante en la economía del país, debido a que cuando una persona se enferma, trabaja a un ritmo reducido y lo conduce al absentismo laboral, generando elevados costos sociales, ya que la salud es fundamental para el bienestar individual, las relaciones y la aportación con la sociedad. Indicando que la adopción de un paquete de políticas preventivas correctamente estructuradas durante un periodo de 15 años, permitirá restaurar 2,5 millones de años de vida saludable en los peruanos (11).

Asimismo, la caracterización del estilo de vida y el apoyo social en los habitantes Perú, según diversos estudios señalan que los malos hábitos de los peruanos están relacionados con la aparición de enfermedades no transmisibles como el cáncer, pudiendo modificarse si se intervienen sobre los factores del estilo de vida no saludable, como el tabaquismo, obesidad, inactividad física y mala alimentación (bajo consumo en verduras, frutas y alto consumo de carnes). También se menciona que el apoyo social influye sobre estado emocional de las personas, perjudicando la buena actitud ante la vida, incrementando el estrés y la ansiedad, como factores perjudiciales para la salud de los peruanos (12).

Esta problemática, no es ajena en los trabajadores o comerciantes de los mercados del Perú, donde el último censo de mercados de abastos por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2016, registra que existen 2612, de los cuales 88% son minoristas, 10% tipo mixto (minorista y mayorista) y 2% mayoristas. En ese sentido el estado debe poner mayor énfasis en la caracterización del estilo de vida y apoyo social, a los cuales están expuestos los trabajadores de un mercado, porque según el tipo de trabajo que desempeñan están sometidos a hábitos no saludables y sometidos a condiciones estresantes que deterioran su salud. Donde se debe tener en cuenta que la prevención requiere de una inversión económica menor en comparación a los gastos de curación y recuperación cuando se adquiere la enfermedad (13).

Esta situación la viven los trabajadores del mercado Santa Rosa, ubicado en la Av. Manuel Seoane, Calle Manco Capac N° 702 en el distrito de Víctor Larco Herrera, perteneciente a la provincia de Trujillo. Fundado el 11 de junio del 2013, formado por 150 comerciantes para atender a 2500 personas por día, de los sectores de Vista Alegre, San Andrés, el Golf, Buenos Aires y California. El mercado Santa Rosa es de tipo minorista donde se comercializan bienes (abarrotes en general, alimentos, librerías y ropa) y servicios (costurería, reparación de equipos eléctricos y expendido de comidas). Los trabajadores están expuestos a factores que perjudican su estado de salud, debido a que desayunan y almuerzan en sus mismos puestos de trabajo en un horario variado, consumiendo elevadas cantidades de carne rojas y blancas, carbohidratos, grasas, azúcares (gaseosas) y golosinas. Asimismo, trabajan en una jornada laboral de 10 horas (5 am a 3 pm) de lunes a domingo, expuestos a eventos de tensión emocional, preocupación e intranquilidad, requiriendo del apoyo social para hacerle frente al estrés laboral, ya que el apoyo social se considera como un mecanismo de protección o de barrera frente a las enfermedades.

En respuesta a la problemática planteada, se planteó la siguiente formulación del problema: ¿Existe asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, ¿2023?

La investigación se justificó mediante los criterios: teórica, práctica y metodológica. Desde la justificación teórica la investigación se realizó con el propósito de aportar conocimiento sobre la caracterización del estilo de vida y apoyo social en trabajadores de

un mercado de abastos, y establecer su asociación con la promoción y prevención de la salud, respaldado por el “*Modelo de Promoción de la Salud*” (MPS) de la teorista Nola J. Pender y por el “*Modelo de los Determinantes de la Salud*” (MDS) de Mark Lalonde, incluyendo las teorías de Cassel, Caplan y Coob respecto al “*Apoyo Social*”. Encontrado los principales factores de riesgo de la caracterización estilo de vida, a los que están sujetos los comerciantes y los tipos de apoyo social que reciben, y su incidencia frente a la enfermedad. Desde la justificación práctica la investigación se realizó porque existe la necesidad de mejorar el estilo de vida y apoyo social en los comerciantes, como un aporte significativo a este sector laboral del Perú, recomendando acciones para una vida saludable a través de la promoción y prevención de la salud, generando conciencia en la aptitud de los comerciantes para que desempeñen sus labores de manera responsable en paralelo al cuidado de su bienestar, buscando modificar los hábitos alimenticios que aporten a mantenerse sano durante el ciclo de vida, frenando de manera precoz la enfermedad. Desde el criterio metodológico se justificó porque los instrumentos de recojo de datos empleados fue validado y posteriormente aplicado a la población de trabajadores del mercado, donde los resultados encontrados sirven como una base científica para futuras investigaciones académicas, siempre y cuando se tenga presente las mismas variables de estudio con una población similar.

En respuesta a la interrogante planteada, se propuso el siguiente objetivo general: Determinar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

Para dar solución al objetivo general propuesto, se propusieron los siguientes objetivos específicos: Identificar el nivel de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. Identificar el nivel de estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. Identificar el nivel de apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. Identificar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones de la caracterización estilo de vida: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. Identificar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones de la caracterización apoyo social: apoyo emocional, apoyo instrumental, apoyo social positivo y apoyo afectivo de los trabajadores del mercado Santa Rosa –

Trujillo, 2023.

En correspondencia a la formulación del problema de investigación, se propuso la siguiente hipótesis: H_i : Existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. H_o : No existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

La investigación presento los siguientes antecedentes o trabajos previos, como sustento científico, para compararlos con los resultados encontrados. Los cuales fueron extraídos de artículos científicos y tesis, que contienen las mismas variables de estudio y población semejante.

Espitia M. (2019), en su investigación planteo el siguiente objetivo general: “Identificar el estilo de vida saludable de los trabajadores de un mercado avícola Antonio del Tequendama – Cundinamarca”. La investigación tiene metodología cuantitativa – no experimental transversal. La muestra estuvo formada por 25 trabajadores de un mercado avícola. Se aplicó un cuestionario de estilo de vida, encontrando como resultados que el 36% tiene un estilo de vida saludable. Concluyendo que los trabajadores tienen un estilo de vida no saludable (14).

Macías M. (2020), en su estudio realizó el siguiente objetivo general: “Determinar la calidad de vida de los vendedores del Girón de Bucaramanga”. La metodología fue de enfoque cuantitativo – correlacional. La muestra la formaron 134 comerciantes a los cuales se les aplicó un cuestionario de calidad de vida. Resultando que el 43% tiene un estilo de vida saludable. Asimismo, el 43% recibe un apoyo social emocional, el 63% tiene apoyo instrumental y el 44% no tiene control sobre el estrés y el 52% presenta buena autorrealización. Concluyendo que los trabajadores no poseen una buena calidad de vida (15).

Viteri E. (2019), la investigación tuvo como objetivo: Determinar el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador. El estudio fue correlacional transversal de enfoque cuantitativo. La muestra se aplicó a 100 trabajadores. Resultados: El 56.20% tiene un apoyo social emocional adecuado, el 67.10% tiene un apoyo social

instrumental adecuado, el 46.60% recibe apoyo social afectivo adecuado y el 54.80% recibe apoyo social positivo. Concluyendo que se necesitan programas comunitarios para el fomento del apoyo social, debido a que la muestra estudiada tiene un apoyo social inadecuado (16).

Padilla L. y Parihuamán M. (2021), en su investigación que tuvo como objetivo general: “Determinar el estilo de vida de los comerciantes del mercado Centenario – Huacho, 2020”. La metodología empleada fue de enfoque cuantitativo con diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 200 trabajadores y como instrumento empleó un cuestionario de escala sobre el estilo de vida. Resultados: el 82.50% (165) poseen un estilo de vida saludable, pero en las dimensiones de actividad física y responsabilidad en salud el 70% (140) y 64% (128) respectivamente de comerciantes presento un estilo de vida no saludable. Encontrando también que el 72.50% (145) tienen un adecuado control del estrés y el 94.50% (189) tienen buenos hábitos alimenticios. Concluyendo que la caracterización del estilo de vida de los trabajadores del mercado Centenario es saludable (17).

León E. (2019), en su estudio con objetivo general: “Determinar la caracterización del estilo de vida de los vendedores del mercado popular Señor de la Soledad – Huaraz, 2019”. La investigación tuvo una metodología de tipo cuantitativo con diseño no experimental. La muestra estuvo formada por 170 trabajadores adultos, a quienes se les aplico el instrumento de escala de valor de estilo de vida. Resultados: El 76.50% de los trabajadores tienen un estilo de vida no saludable, en correspondencia a las dimensiones alimentación, ejercicio, control del estrés, apoyo social interpersonal y responsabilidad en salud, se encontró que el 78.20%, 71.20%, 68.80%, 51.20% y 65.90% respectivamente de los trabajadores del mercado presentan un estilo de vida no saludable. Pero en menor porcentaje se encontró la dimensión autorrealización con un 15.90% a favor de un estilo de vida no saludable. Se concluyó que los trabajadores del mercado Señor de la Soledad tienen una caracterización de estilo de vida no saludable (18).

Pariona R. (2022), en su investigación que tuvo como objetivo general: “Determinar la relación que existe entre estilo de vida y el estado nutricional de los comerciantes del Mercado Santa Rosa de Jicamarca”. El enfoque del estudio fue cuantitativo con diseño no experimental. La muestra la constituyeron 100 trabajadores del mercado a los cuales se les aplicó un cuestionario de estilo de vida en escala de Likert. Resultados: El 73% de

comerciantes tienen un estilo de vida no saludable. Asimismo, el 29% tiene un estilo de vida no saludable de acuerdo a la actividad física y el 21% solo realiza actividades recreativas. Concluyendo que los comerciantes del mercado Sant Rosa de Jicamarca no poseen un estilo de vida adecuado o saludable (19).

Coronel J. (2020), en su estudio planteo el objetivo general: “Determinar el estilo de vida en los trabajadores del mercado Laykakota – Puno, 2020”. Empleo una metodología con enfoque cuantitativo y de diseño no experimental de corte transversal. La muestra la formaron 270 trabajadores a los cuales se les aplicó un cuestionario sobre estilo de vida, evaluando las dimensiones: hábitos alimenticios, ejercicio, estrés, sueño o descanso y responsabilidad en salud. Obteniendo los siguientes resultados: El 67.40% de trabajadores poseen un estilo de vida no saludable. Los valores porcentuales de las dimensiones con clasificación no saludable, fueron: Alimentación 72.60%, actividad física o ejercicio 75.20%, control del estrés 69.30%, descanso 75.90% y responsabilidad en la salud 76.30%. Concluyendo que, los comerciantes del mercado Laykakota tienen condiciones críticas de estilo de vida, con condición no saludable (20).

Pinedo C. (2019), en su estudio realizó el siguiente objetivo general: “Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los comerciantes del mercado Túpac Amaru - Chimbote, 2019”. La investigación tuvo una metodología cuantitativa de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo integrada por 70 comerciantes. Para la recolección de datos utilizó un cuestionario de escala de niveles de estilo de vida. Resultados: El 74.30% de los comerciantes tiene un estilo de vida no saludable, debido al alto consumo de grasas, carbohidratos y bebidas azucaradas, adicionando a esto la falta de actividad física debido al horario extensivo de 11 horas laborales. También se encontró que los comerciantes están sometidos a estrés debido a la presión laboral que origina el propio lugar de trabajo. Concluyendo que los trabajadores del mercado Túpac Amaru, tienen una caracterización de estilo de vida no saludable (21).

Pérez V. (2022), realizó un estudio planteando el siguiente objetivo general: “Determinar la relación entre la promoción y prevención de la salud y el estilo de vida de los trabajadores del mercado Acomar La Esperanza 2022”. La investigación fue de diseño no experimental de método cuantitativo. Se empleo como instrumentos un cuestionario de niveles de promoción y prevención de la salud y escalas de estilo de vida. La muestra la

constituyeron 50 trabajadores del mercado Acomar. Resultados: El 56% de los trabajadores tienen un nivel de promoción y prevención medio, seguido del nivel alto con 28% y 16% en nivel bajo. Asimismo, el 62% llevan un estilo de vida no saludable. Concluyendo que las variables de promoción y prevención de la salud y el estilo de vida no tienen una relación significativa, mediante la utilización la prueba estadística chi-cuadrado (22).

Narváez K. (2022), en su informe de investigación propuso como objetivo general: “Determinar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los trabajadores del mercado los Portales”. El estudio empleo el método cuantitativo con diseño no experimental con una muestra de 197 trabajadores a los cuales se les encuestó mediante los instrumentos de niveles de promoción y prevención, y tipos de estilo de vida. Obtuvo como resultados que el 79.70% tiene un nivel de promoción y prevención medio, seguido de un 15.20% en alto y 5.10% en bajo. También determinó que existe un 78.70% de comerciantes con hábitos no saludables. Concluyendo que si existe relación entre la promoción y prevención de la salud y el estilo de vida de los trabajadores del mercado los Portales (23).

Mostacero M. (2022), en su informe de investigación planteó el siguiente objetivo general: “Determinar la asociación entre promoción y prevención de la salud y la caracterización del estilo de vida y apoyo social de los adultos del AA. HH. Los Rosales La Esperanza - Trujillo, 2022”. La investigación fue de tipo cuantitativo con diseño no experimental de corte transversal y la muestra estuvo constituida por 110 adultos. Resultados: El 81% cuenta con un nivel medio de promoción y prevención de la salud, seguido del 15% en nivel bajo y 4% en alto. Respecto al estilo de vida el 98% tiene una clasificación de no saludable. De la misma manera, el 53% tiene un apoyo social inadecuado. Asimismo, se encontró que no existe relación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social (24).

En la siguiente investigación, como sustento científico se presentó el siguiente marco teórico, detallando los conceptos, bases teóricas y dimensiones, respecto a la promoción y prevención de la salud, estilo de vida y apoyo social.

La publicación propuesta por la teórica Nola J. Pender “*Modelo de Promoción de la Salud*”, nos origina una ida organizada del comportamiento de un individuo en relación con su salud, fomentando el empleo de conductas saludables para aumentar el bienestar y

mejorar el potencial del ser humano. Asimismo, este modelo explica la naturaleza multidimensional de los individuos cuando interactúan o se relacionan con su entorno para obtener la salud. Este modelo propuesto por Pender, constituye una estrategia para ahondar en la manera en que los seres humanos toman las decisiones sobre el cuidado y protección de su salud (25).

El modelo de Pender, se basó en los siguientes 4 supuestos: Los seres humanos siempre buscan controlar su propio comportamiento; los individuos en toda su complejidad biopsicosocial (biológico, psicológico, conductas y factores sociales) se interrelacionan con el entorno que los rodea; los profesionales encargados de brindar salud como las enfermeras forman parte integral del entorno interpersonal influyendo sobre la salud de los individuos; la restauración autoiniciada de los patrones interactivos entre el individuo y su entorno son fundamentales para generar cambio en su comportamiento (26).

El Modelo de Promoción de la Salud de Pender, está formado por 3 componentes: características y experiencias personales; cogniciones y afectos, y resultados conductuales. Las características y experiencias personales están enfocadas al comportamiento o conducta previa relacionada del individuo y sus factores (psicológicos, biológicos y socioculturales); los factores psicológicos están ligados al autoestima, condición de salud percibida y automotivación; mientras que los factores biológicos están enlazados con el sexo, la edad, las etapas de la vida de transición, nivel de peso (índice de masa corporal) y la agilidad; por otro lado los factores socioculturales están dirigidos a la educación, raza, etnia y nivel económico. Respecto al componente de cogniciones y afectos particulares del comportamiento, está seccionado en 6 bloques: beneficios admitidos por la acción (resultados del buen comportamiento con los hábitos saludables), barreras admitidas por la acción (consecuencia traducida en costos para comprender el comportamiento), autoeficacia admitida (capacidad del individuo para ejecutar sus conductas), afecto influenciado con la actividad (capacidad de sentimientos positivos o negativos durante el periodo de la conducta), influencias interpersonales (actitudes relacionadas con el apoyo emocional e instrumental) e influencias situacionales (situaciones que pueden mejorar o empeorar el comportamiento del individuo). En relación al componente resultados conductuales, se define como el compromiso de un plan de acción para obtener una promoción de la salud óptima, logrando en el individuo la realización personal y una vida productiva satisfactoria (27).

En consecuencia, la prevención de la salud no solo está regulada a prevenir la enfermedad, sino también a frenar su avance, mitigando sus consecuencias una vez ocurridas. Es decir, contribuye a frenar el desarrollo progresivo de la enfermedad en el individuo. Debido a que la enfermedad es un proceso dinámico influenciado por múltiples factores sobre el ser humano, y puede ser intervenida y modificada en los distintos intervalos de su desarrollo. Por lo tanto, cuando antes se apliquen los correctivos de intervención en la enfermedad, mejor será el resultado en la prevención de la salud de un individuo (28).

La prevención de salud tiene 3 niveles (primario, secundario, terciario y cuaternario). El nivel primario está orientado a impedir los problemas de salud a través de la mitigación de los factores de riesgo, en este nivel se trabaja con individuos sanos. El nivel secundario está enfocado a detener los problemas de salud de una enfermedad específica en un periodo temprano, en este nivel se trabaja en la detección de la enfermedad mediante los análisis clínicos. El nivel terciario está destinado a trabajar en la etapa clínica de la enfermedad, enfocándose en minimizar la gravedad de la enfermedad y de las secuelas asociadas, asimismo, en este nivel se incluye la rehabilitación del paciente. El nivel cuaternario está dirigido a la acción de proteger al paciente de intervenciones médicas que puedan originar un daño más que un bien (29).

Por otro lado, Mark Lalonde en su publicación “*Modelo de los Determinantes de la Salud*” conocido también como el “*Informe Lalonde*”, indicó que se necesitan estrategias y planes más allá de los enfoques biomédicos para mejorar la salud de un individuo. Por lo cual Lalonde propuso 4 determinantes de la salud a los cuales está expuesto un individuo: Estilo de vida, biología humana, medio ambiente y sistemas de atención sanitaria, creando una base científica para la promoción de la salud. Lalonde indicó que el estilo de vida es la caracterización más relevante que afecta la salud de un individuo, donde el 43% de las enfermedades dependen de este determinante, seguido de la biología con 27%, medio ambiente o entorno 19% y sistema sanitario con 11% (30).

Lalonde especificó que el estilo de vida, considera conductas traducidas en comportamientos y hábitos que condicionan la vida en relación a la salud, donde estos hábitos se forman por decisiones individuales y por las relaciones o influencias de nuestro entorno social. Asimismo, la biología humana, esta referida a la carga genética en relación a los factores hereditarios del individuo, incluyendo la maduración y el envejecimiento. El medio ambiente contiene factores de riesgo que afectan el entorno del individuo y tienen

relación decisiva sobre la salud, incluyendo la pobreza, la educación y el estatus económico. El sistema sanitario es un conjunto de recursos humanos y materiales (infraestructura: hospitales, clínicas, postas médicas y consultorios, incluyendo el equipamiento y la tecnología) para generar eficacia, efectividad y accesibilidad a los servicios de salud (31).

Por otro lado, los autores Cassel, Caplan y Coob como los primeros pioneros en la investigación formal del “*Apoyo Social*”, indicaron que apoyo social funciona como una barrera protectora ante la aparición de problemas, creando inmunización frente a factores estresantes. El apoyo social es una percepción o la experiencia que enfrenta un individuo al ser amado, cuidado, valorado y estimado por otra persona, integrando parte de una red social de asistencia mutua. Asimismo, el apoyo social funciona como una transacción interpersonal, donde se comparten emociones, información y ayuda material bajo condiciones específicas (32).

Existe evidencia suficiente para indicar que el apoyo social impacta en los procesos de salud en los individuos, ayudando en la reducción de la enfermedad, debido a que, los cambios en el ambiente social alteran la resistencia de los individuos hacia la enfermedad, por lo cual el apoyo social mejora el bienestar de las personas. Asimismo, permite adquirir una personalidad para desarrollar un apropiado orden mental para el mantenimiento de la salud (33).

El apoyo social consta de 4 componentes: emocional, instrumental, positivo y afectivo. El apoyo emocional esta influenciado por el sentimiento individual de ser amado, cuidado y generar confianza. El apoyo instrumental está relacionado con la acción de recibir ayuda de manera directa. El apoyo social positivo se refiere a la disponibilidad de otras personas para compartir un espacio de recreación con otra persona. Mientras que el apoyo afectivo involucra acciones de amor y afecto hacia otro individuo (34).

En consecuencia, el apoyo social es un mecanismo que un individuo tiene para sentirse afirmado por otras personas, incluyendo el vínculo familiar, permitiendo el acceso al bienestar físico y emocional, para proveer ayuda ante situaciones de crisis o deterioro de la salud (35).

A continuación, se muestra una definición conceptual de las dimensiones de las variables estudias, información extraída de tesis y artículos científicos, que refuerzas el marco teórico.

La alimentación es un proceso sistemático voluntario que realiza un individuo mediante

la ingesta de alimentos aptos para el consumo, para transformarlos en energía permitiendo el desarrollo de las actividades diarias (36).

La actividad física según la OMS la conceptualiza como la acción de generar movimiento corporal, mediante los músculos esqueléticos, produciendo un gasto de energía (37)

La responsabilidad en salud son las acciones propias de un individuo que implican escoger y decidir sobre las acciones saludables, para que no repercutan en la aparición de la enfermedad (38).

La responsabilidad sexual y reproductiva es una fase completa de bienestar físico, social y mental de un individuo relacionado con el sistema reproductivo (39).

La higiene es la forma en el cual un individuo cuida su salud corporal en cualquier circunstancia de las actividades diarias con la finalidad de mitigar enfermedades (40).

La salud bucal es la ausencia de dolor frente a la capacidad general de hablar, morder, masticar y sonreír, incluyendo las expresiones faciales (41).

La salud emocional es una cualidad de expresar sentimientos, para tolerar los síntomas de frustración, y mitigar los estresores que se presentan en la vida (42).

El manejo del estrés es un conjunto de estrategias para identificar los estresores que afectan la actividad física, emocional y mental, perjudicando la vida equilibrada y salud de un individuo (43).

El apoyo interpersonal es una relación de conexión de afecto entre individuos en distintos niveles, donde en todo espacio sociocultural los individuos se relacionan (44).

La autorrealización es el logro de las metas planteadas por un individuo bajo el empleo de sus adecuadas fortalezas, generando bienestar propio (45).

El apoyo emocional está relacionado con el amor, cuidado y confianza percibido, donde interviene la forma en que sostenemos a una persona que se encuentra en una situación crítica, beneficiando tanto a quien lo recibe como a quien lo ofrece, por tanto, es una relación bidireccional (46).

El apoyo instrumental son conductas de información para el individuo que lo necesita, es decir implica proporcionar ayuda de manera tangible, lo que incluye medios económicos o bienes concretos. También este tipo de ayuda social se puede interpretar como la ayuda a un individuo a realizar una determinada acción, para lograr un bienestar personal (46).

El apoyo social positivo son conductas de un individuo para compartir tiempo con otro. En este tipo de apoyo se comparten tiempos de ocio y distracción, para aumentar el bienestar físico y disminuir la probabilidad de efectos negativos en una persona (46).

El apoyo afectivo está relacionado con la conexión profunda de amor y afecto entre dos individuos. En este tipo de apoyo dos personas comparten expresiones de amor y cariño, existiendo dependencia entre ambos, mejorando el bienestar social para afrontar factores estresores (46).

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque, tipo

El estudio de la presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, porque el estudio utilizó 3 cuestionarios que recolecto información traducida a datos numéricos para luego probar las hipótesis.

El enfoque cuantitativo emplea un proceso de recolección de datos numéricos, mediante el soporte de la estadística para poder establecer los patrones de comportamiento de las variables, probando de esta manera hipótesis (47).

La investigación según su finalidad fue de tipo básica, porque empleó teorías científicas probadas como el “Modelo de Promoción de la Salud” (MPS) de la teorista Nola J. Pender, “Modelo de los Determinantes de la Salud” (MDS) de Mark Lalonde y las teorías de Cassel, Caplan y Coob respecto al “Apoyo Social”. Para estudiar el comportamiento de los trabajadores de un mercado según la caracterización: estilo de vida y apoyo social.

Las investigaciones con finalidad básica, son estudios que se desarrollan de acuerdo a un marco teórico, con la finalidad de incrementar la base científica académica (47).

2.2. Diseño de investigación

En base al diseño la investigación fue correlacional, porque se midieron las variables de estudio (Promoción y prevención de la salud, estilo de vida y apoyo social) y se definió su relación.

Los diseños correlacionales son estudios donde se pueden medir o cuantificar dos a más variables, mediante el empleo de pruebas estadísticas (47).

2.3. Población, muestra y muestreo

La población fue compuesta por 150 comerciantes del mercado Santa Rosa, ubicado en el distrito de Víctor Larco perteneciente a la provincia de Trujillo.

La población en una investigación engloba un conjunto de individuos que poseen características similares, para lo cual tiene que ser limitada y accesible porque será el referente para la selección de una muestra específica (48).

Entre los criterios de inclusión considerados se tomó en cuenta la edad de los trabajadores

del mercado Santa Rosa considerando un rango de 18 a 70 años. También se consideró que los trabajadores tengan un puesto propio con una actividad laboral superior a 1 año y sean trabajadores formales.

Respecto a los criterios de exclusión se consideró no tomar en consideración trabajadores del mercado Santa Rosa menores de 18 años y trabajadores informales, incluyendo trabajadores que posean alguna discapacidad cognitiva.

La muestra se conformó por 150 comerciantes del mercado Santa Rosa (se incluyó toda la población), debido a que fue factible aplicar los 3 cuestionarios a todos los comerciantes, teniendo en consideración que todos aplicaron dentro de los criterios de inclusión.

La muestra en una investigación representa un subconjunto o una porción de la población que cumple con los criterios que se desea estudiar (48).

El tipo de muestreo fue crítico o por juicio, porque se estudió una muestra específica en relación a trabajadores, pero de un mercado.

El muestreo por juicio se emplea en base al tipo de población que se requiere estudiar, donde el investigador selecciona los individuos que serán parte de su muestra, obteniendo mayor precisión en los resultados (48).

2.4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

En la presente investigación se emplearon las técnicas de la entrevista y observación, aplicándolas a los trabajadores del mercado Santa Rosa.

La entrevista es una técnica de recojo de datos, siendo la mejor estrategia, debido al intercambio de información y la precisión de estos (49).

La observación es una técnica de recojo de datos enfocada principalmente en observar, seleccionando lo que se requiere o plantea estudiar (49).

Los instrumentos que se emplearon en la investigación fueron tres cuestionarios relacionados a la promoción y prevención de la salud, estilo de vida y apoyo social.

El cuestionario para identificar los niveles de promoción y prevención de la salud que poseen los trabajadores del mercado Santa Rosa, se fundamentó y adaptó en base a la encuesta demográfica y de salud familiar (ENDES), 2018. El cuestionario estuvo comprendido por 30 interrogantes de acuerdo a la población estudiada (trabajadores de mercado), dividiéndose en 7 componentes o dimensiones: alimentación (5 ítems), actividad

física (4 ítems), responsabilidad en salud (5 ítems), salud sexual y reproductiva (4 ítems), higiene (5 ítems), salud bucal (3 ítems) y salud emocional (4 ítems). Para poder cuantificar las respuestas obtenidas se consideró un valor numérico para cada respuesta (Si: 3 puntos, A veces: 2 puntos y No: 1 punto), de acuerdo a ello se pudo establecer un rango de puntuación mínimo y máximo que puede lograr cada encuestado (mínimo: 30 puntos y máximo: 90 puntos). Luego se pudo particionar el puntaje en rangos para establecer los niveles de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del mercado (bajo: 30 a 50 puntos, medio: 51 a 70 puntos y alto: 71 a 90 puntos). La validez del instrumento se realizó por juicio de expertos y la confiabilidad del instrumento se realizó mediante el coeficiente de Kappa (k), obteniendo un $k=0.715$, indicando que la utilización del instrumento es confiable. También, mediante una prueba piloto se realizó otro ensayo estadístico a través del alfa de Cronbach, obteniendo un valor superior a 0.50, lo que reafirmó la confiabilidad del instrumento.

Para identificar el estilo de vida que tienen los trabajadores del mercado Santa Rosa, se utilizó el cuestionario realizado por las autoras Delgado R, Diaz R y Reyna E, el cual tuvo como base científica el diseño de Pender N, Sechrist K y Walker E. El cuestionario estuvo constituido en 25 interrogantes, el cual fue dividido en 6 factores o dimensiones: Alimentación (6 ítems), actividad y ejercicio (2 ítems), manejo del estrés (4 ítems), apoyo interpersonal (4 ítems), autorrealización (3 ítems) y responsabilidad en salud (6 ítems). Para poder cuantificar las respuestas obtenidas se consideró un valor numérico para cada respuesta (Nunca: 1 punto, A veces: 2 puntos, frecuentemente: 3 puntos y siempre: 4 puntos). Cabe precisar que solo para la pregunta 25 “¿consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas?” la cuantificación de la respuesta es inversa (Nunca: 4 punto, A veces: 3 puntos, frecuentemente: 2 puntos y siempre: 1 puntos), de acuerdo a ello se pudo establecer un rango de puntuación mínimo y máximo que puede lograr cada encuestado (mínimo: 25 puntos y máximo: 100 puntos). Luego se pudo particionar el puntaje en rangos para establecer el tipo de estilo de vida de los trabajadores del mercado (saludable: 75 a 100 puntos y no saludable: 25 a 74 puntos). La validez del instrumento se realizó por juicio de expertos y la confiabilidad del instrumento se realizó mediante el coeficiente de correlación de Pearson (r), obteniendo un $r > 0.20$, indicando que la utilización del instrumento es confiable. También, mediante una prueba piloto se realizó otro ensayo estadístico a través del alfa de Cronbach, obteniendo un valor superior a 0.794, lo que reafirmó la confiabilidad del instrumento.

Para determinar el apoyo social que tienen los trabajadores del mercado Santa Rosa, se empleó el cuestionario de “*Estudio de resultados médicos: encuesta de apoyo social (MOS)*” elaborado por los autores Sherbourne y Steward. El cuestionario está formado por 19 interrogantes y dividido en 4 dimensiones: Apoyo emocional (8 ítems, preguntas: 2, 3, 7, 8, 12, 15, 16 y 18), apoyo instrumental (4 ítems, preguntas: 1, 4, 11 y 14), apoyo social positivo (4 ítems, preguntas: 6, 10, 13 y 17) y apoyo afectivo (3 ítems, preguntas: 5, 9 y 19). Para cuantificar las respuestas obtenidas se consideró un valor numérico para cada respuesta (Nunca: 1 punto, Pocas veces: 2 puntos, Algunas veces: 3 puntos, Mayoría de veces: 4 puntos y Siempre: 5 puntos), de acuerdo a ello se pudo establecer un rango de puntuación mínimo y máximo que puede lograr cada encuestado (mínimo: 19 puntos y máximo: 95 puntos). Luego se pudo particionar el puntaje en rangos para establecer el nivel de apoyo social de los trabajadores del mercado (inadecuado: 19 a 57 puntos y adecuado: 58 a 95 puntos). La validez del instrumento se realizó por juicio de expertos y la confiabilidad del instrumento tiene un alfa de Cronbach 0.94, indicando que la utilización del instrumento es confiable.

2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

En la presente investigación se empleó la estadística descriptiva, con el uso del software Excel, en el cual se almacenaron las respuestas de los 3 cuestionarios, de los 150 comerciantes del mercado Santa Rosa, para la elaboración de tablas y gráficos de barras, y de esta manera poder representar las dimensiones de las variables de una manera ordenada y coherente. También se utilizó la prueba estadística chi-cuadrado para determinar la correlación entre las variables y de esta manera se dio respuesta a la hipótesis de la investigación, donde se consideró un nivel de error de 5% (confiabilidad de 95%) para obtener un resultado confiable.

2.6. Aspectos éticos de la investigación

Los aspectos éticos en esta investigación tuvieron el objetivo de cuidar la moral y la conducta, sujeta a los siguientes principios:

Defensa y dignidad de la persona: En toda circunstancia del estudio se respetó la defensa y la dignidad de los trabajadores del mercado Santa Rosa, como un fin supremo de nuestro entorno social.

Primacía y defensa de la vida física de la persona: Durante el proceso de investigación se trató de cuidar el bienestar físico de los trabajadores del mercado Santa Rosa.

Autonomía y responsabilidad de la persona: Los trabajadores del mercado Santa Rosa fueron informados adecuadamente del procedimiento requerido para la investigación, accediendo de manera voluntaria y participativa.

Beneficencia y ausencia del daño: Durante la investigación se conversó de manera personal con cada trabajador y se procedió a la explicación del instrumento, cuidando de esta manera su integridad, bienestar físico y psicológico. Empleando la información recolectada de cada trabajador para fines del presente y protegiendo los datos personales de manera anónima.

III. RESULTADOS

Tabla 1. Nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

Variable	Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Promoción y prevención de la salud	Bajo	58	38.67
	Medio	53	35.33
	Alto	39	26.00
Total		150	100%

En la tabla 1, se presentan los distintos niveles de promoción y prevención de la salud, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 38.67% (58) presentan un nivel bajo, seguido de un 35.33% (53) de comerciantes con nivel medio y 26% (39) con nivel alto.

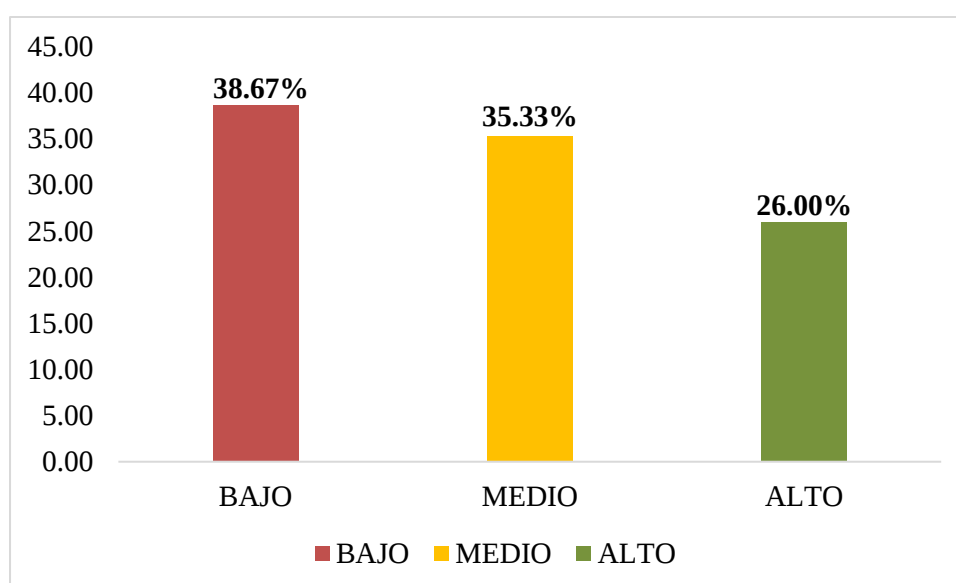


Gráfico 1. Nivel de promoción y prevención de la salud en los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

Tabla 2. Caracterización del estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

Variable	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Caracterización del estilo de vida	No saludable	104	69.33
	Saludable	46	30.67
Total		150	100%

En la tabla 2, se presentan los niveles de la caracterización estilo de vida, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 69.33% (104) de los comerciantes tienen un estilo de vida no saludable y el restante 30.67% (46) presentan un estilo de vida saludable.

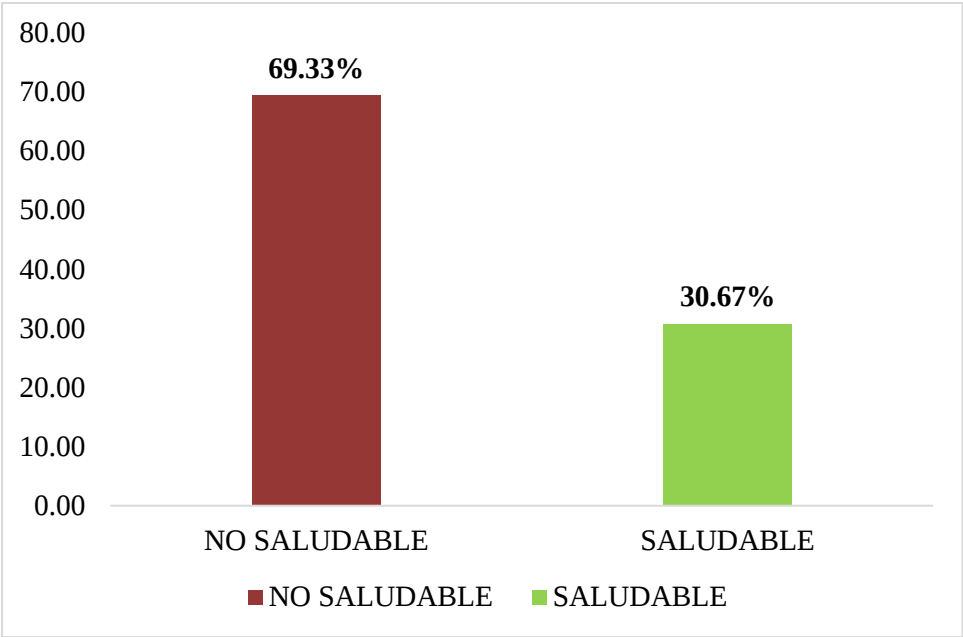


Gráfico 2. Caracterización del estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

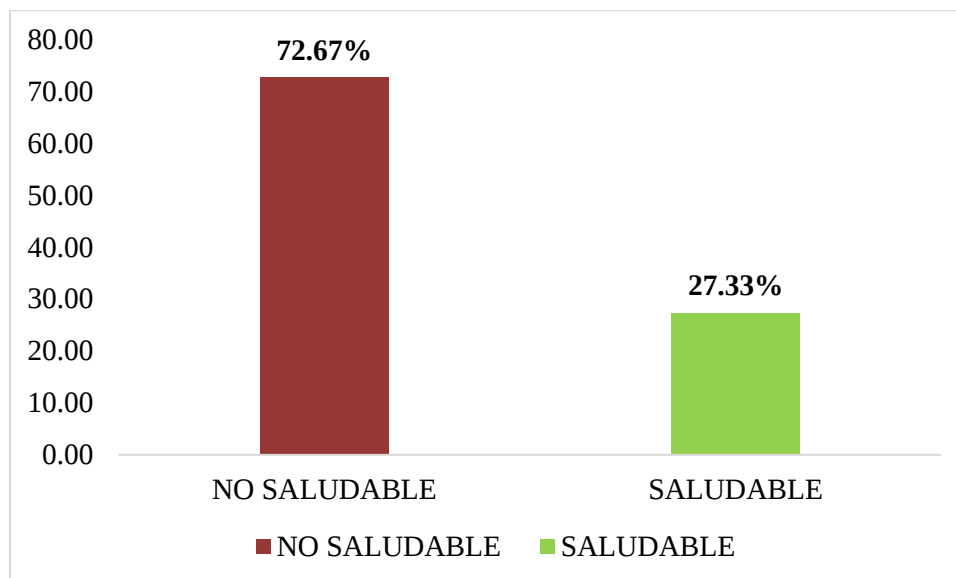


Gráfico 3. Dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

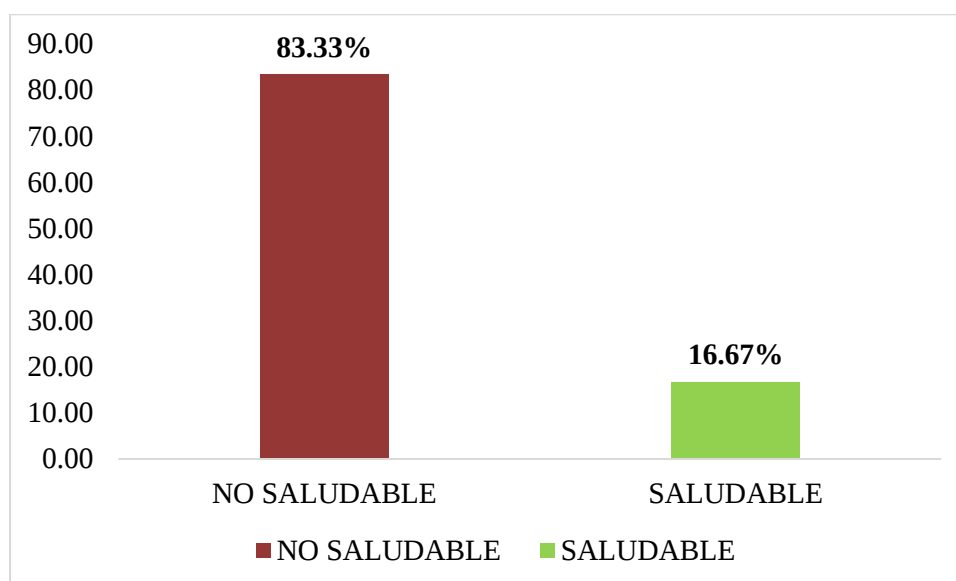


Gráfico 4. Dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

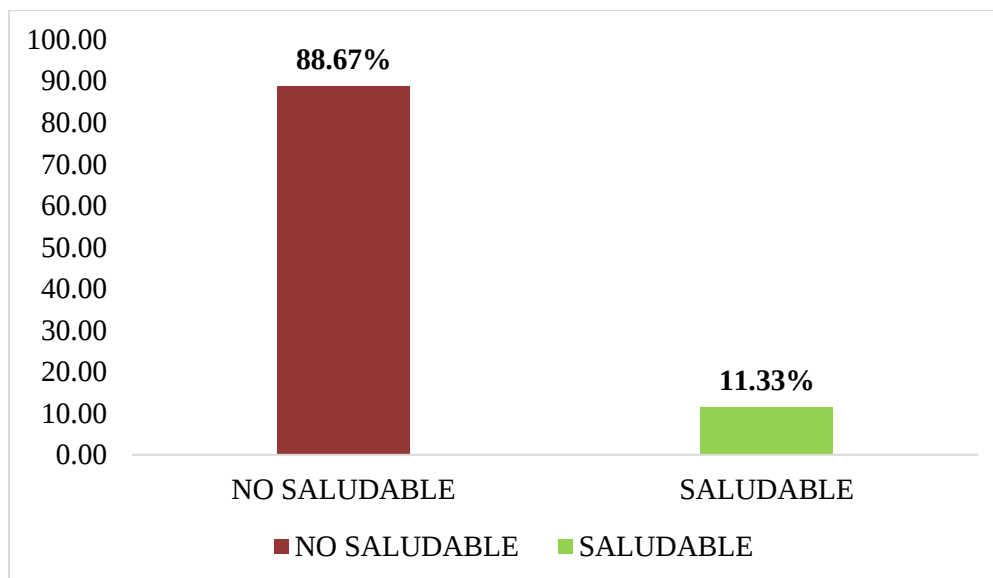


Gráfico 5. Dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

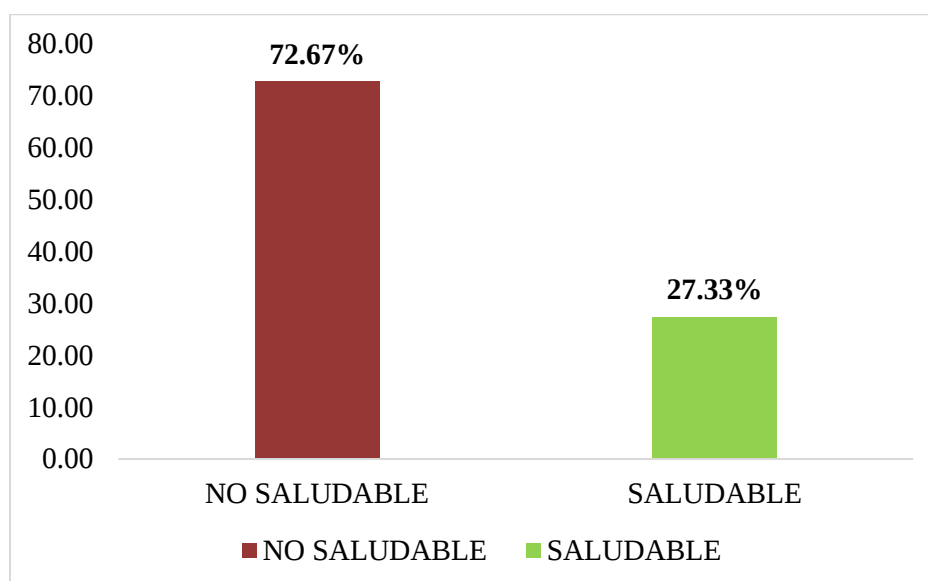


Gráfico 6. Dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

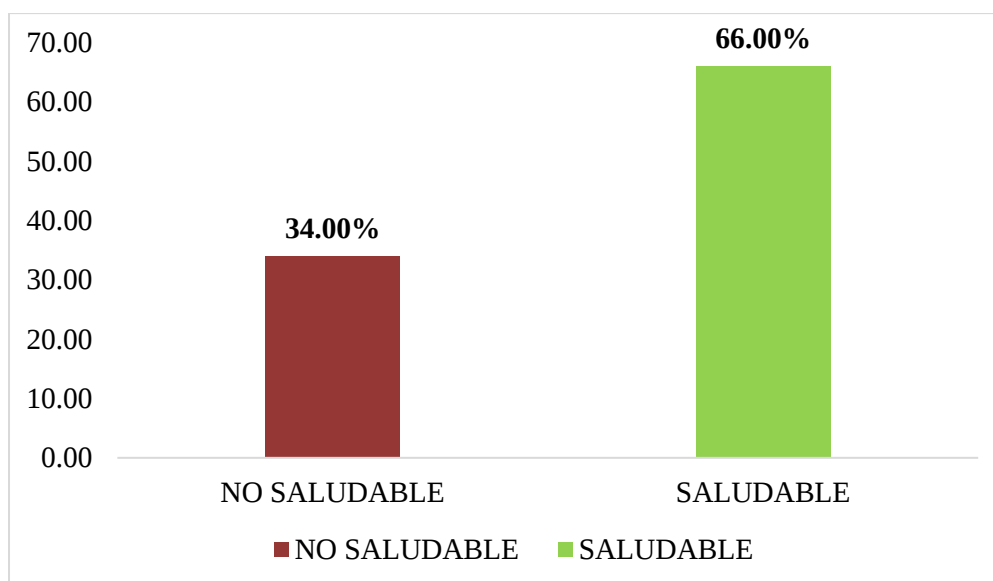


Gráfico 7. Dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

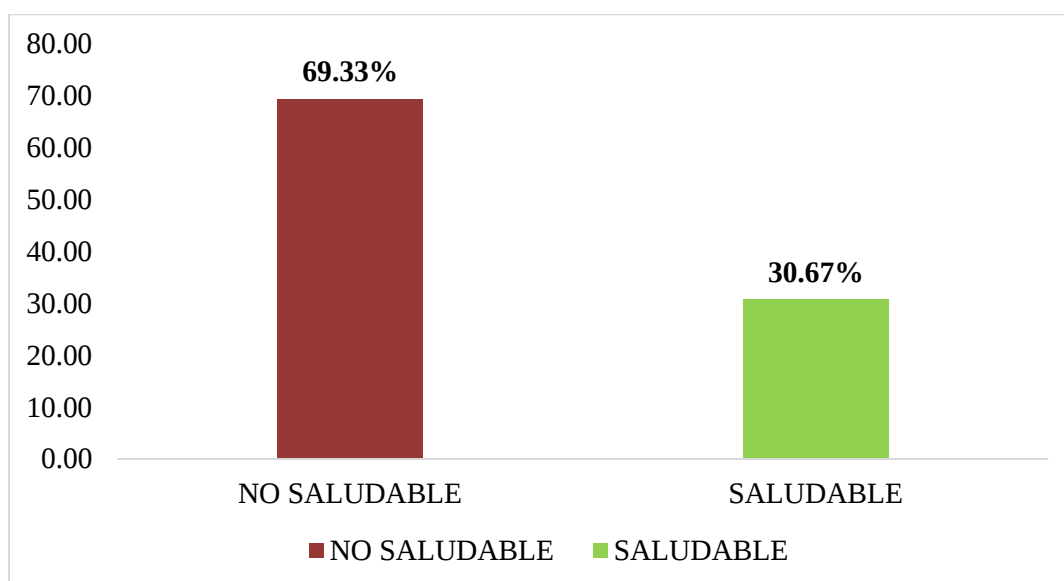


Gráfico 8. Dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 3. Caracterización del apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

Variable	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Caracterización del apoyo social	Inadecuado	86	57.33
	Adecuado	64	42.67
Total		150	100%

En la tabla 3, se presentan los niveles de la caracterización del apoyo social, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 57.33% (86) de los comerciantes presenta un apoyo social inadecuado y el restante 42.67% (64) tiene un apoyo social adecuado.

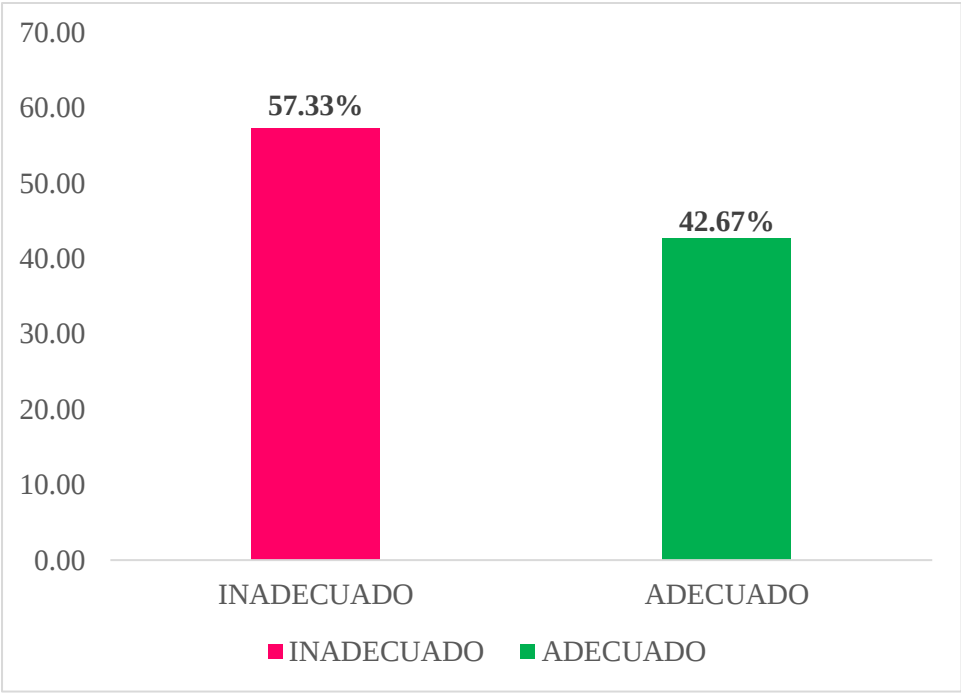


Gráfico 9. Caracterización del apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

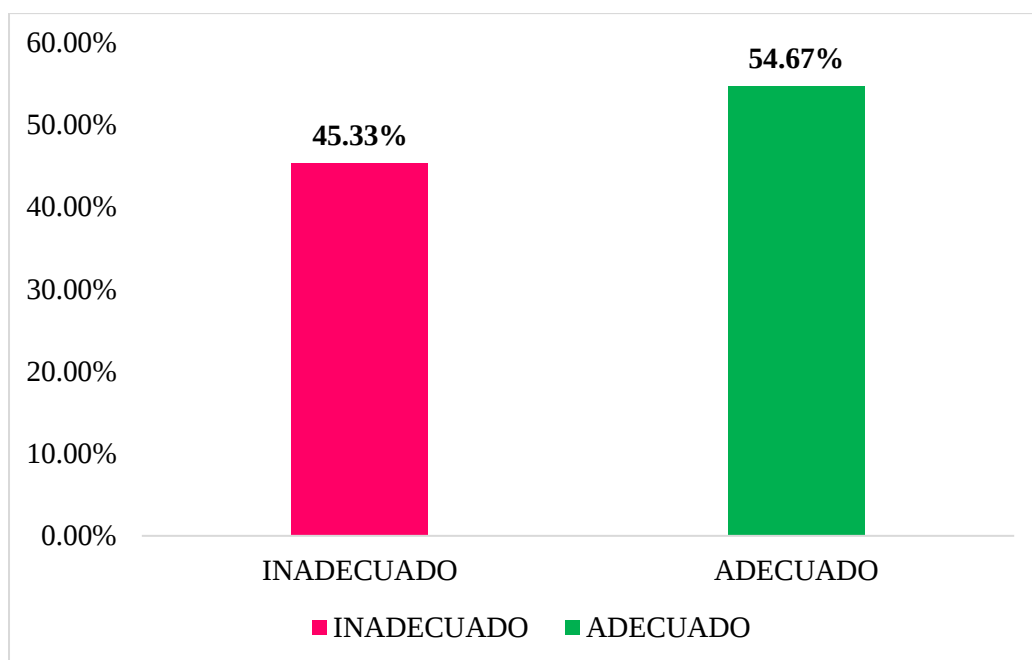


Gráfico 10. Dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

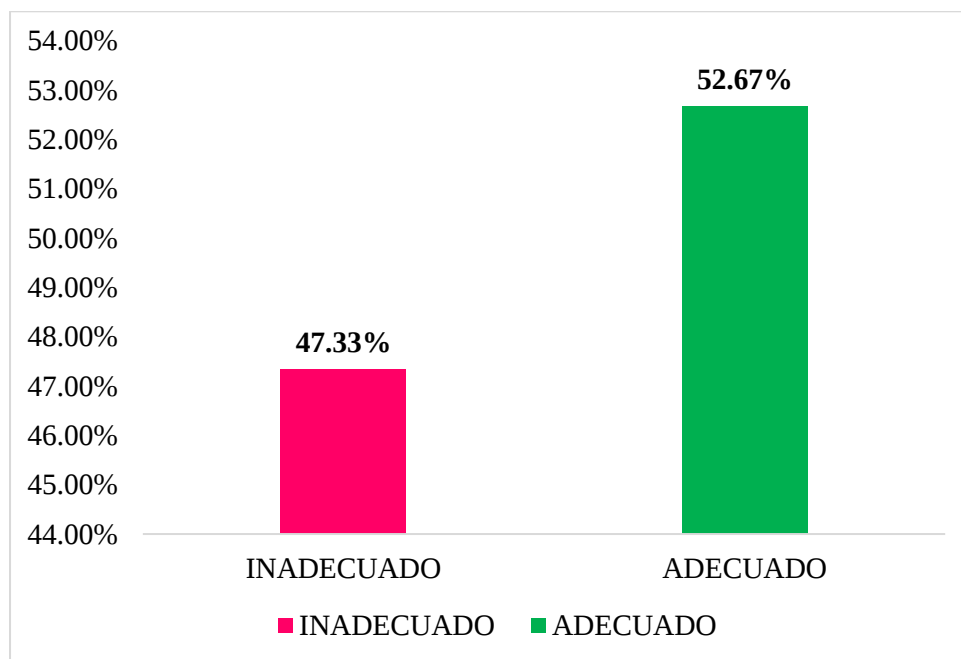


Gráfico 11. Dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

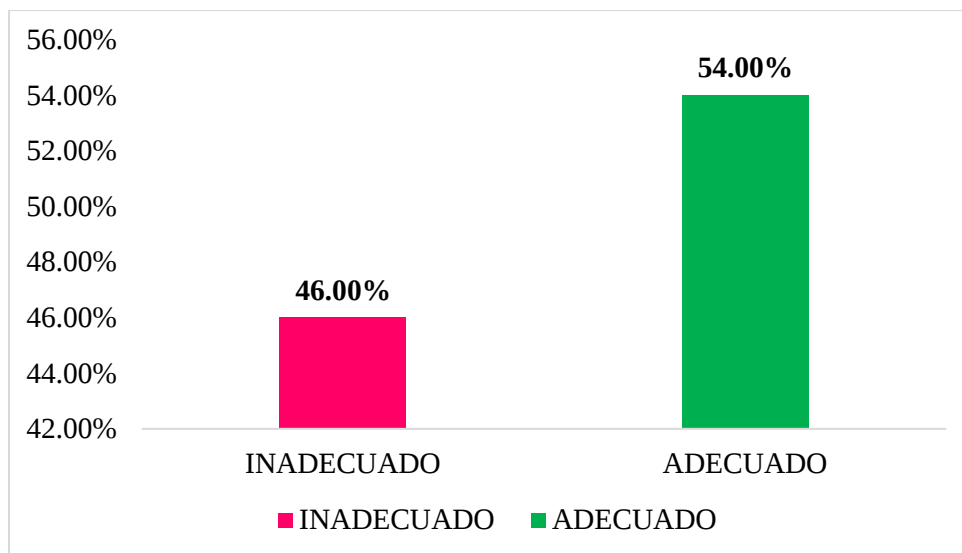


Gráfico 12. Dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

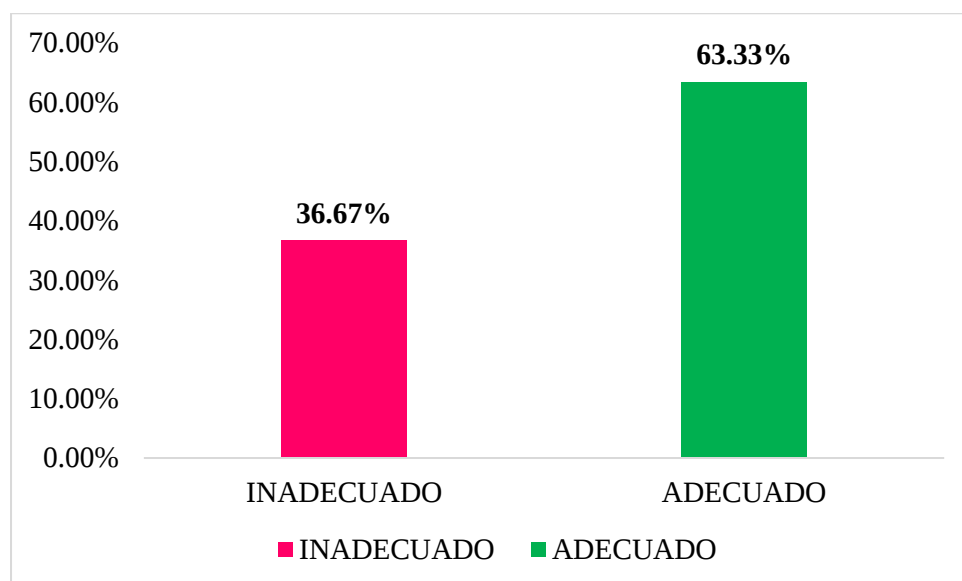


Gráfico 13. Dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 4. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	17	11.33	41	27.33	58	38.67
Medio	13	8.67	40	26.67	53	35.33
Alto	11	7.33	28	18.67	39	26.00
Total	41	27.33%	109	72.67%	150	100%

La tabla 4, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación, obteniendo que el 27.33% (41) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 26.67% (40) con nivel medio y 18.67% (28) de nivel alto. Asimismo, el 11.33% (17) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 8.67% (13) con nivel medio y 7.33% (11) de nivel alto.

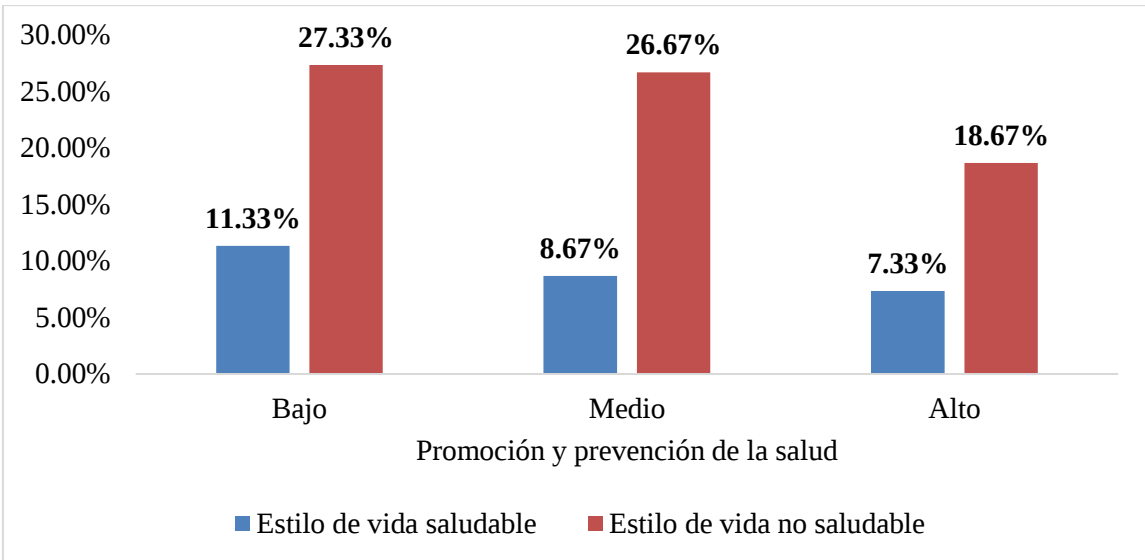


Gráfico 14. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 5. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	11	7.33%	47	31.33%	58	38.67%
Medio	8	5.33%	45	30.00%	53	35.33%
Alto	6	4.00%	33	22.00%	39	26.00%
Total	25	16.67%	125	83.33%	150	100%

La tabla 5, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio, obteniendo que el 31.33% (47) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 30% (45) con nivel medio y 22% (33) de nivel alto. Asimismo, el 7.33% (11) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 5.33% (8) con nivel medio y 4% (6) de nivel alto.

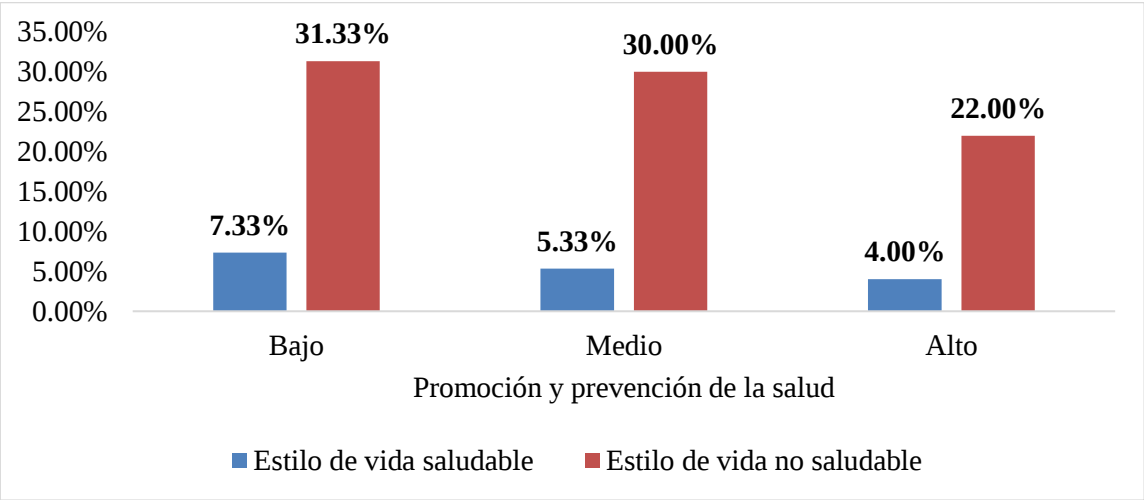


Gráfico 15. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 6. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión manejo de estrés de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	5	3.33%	53	35.33%	58	38.67%
Medio	6	4.00%	47	31.33%	53	35.33%
Alto	6	4.00%	33	22.00%	39	26.00%
Total	17	11.33%	133	88.67%	150	100%

La tabla 6, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés, obteniendo que el 35.33% (53) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 31.33% (47) con nivel medio y 22% (33) de nivel alto. Asimismo, el 3.33% (5) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 4% (6) con nivel medio y 4% (6) de nivel alto.

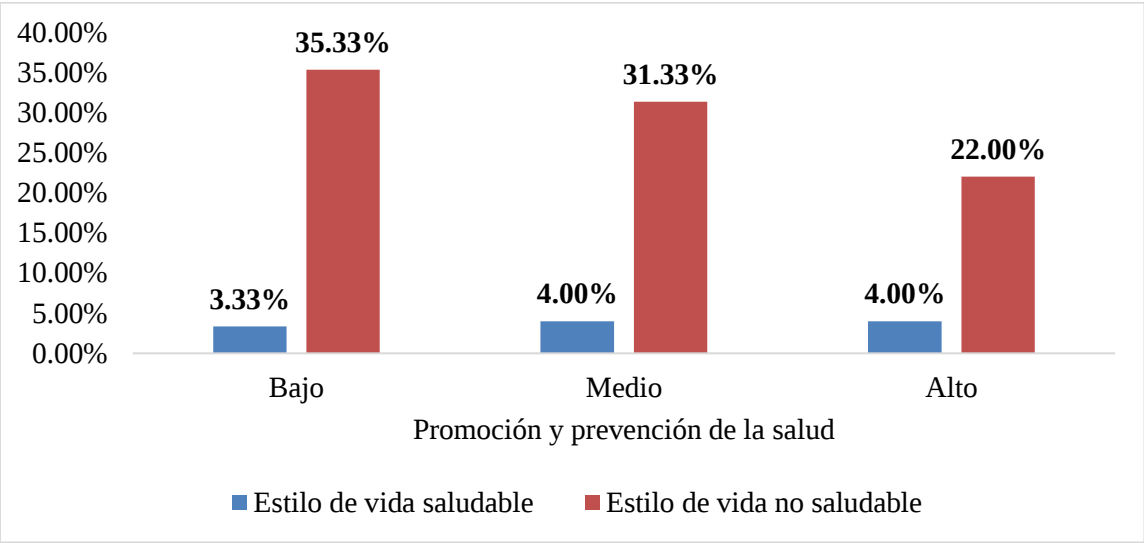


Gráfico 16. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 7. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	22	14.67%	36	24.00%	58	38.67%
Medio	12	8.00%	41	27.33%	53	35.33%
Alto	7	4.67%	32	21.33%	39	26.00%
Total	41	27.33%	109	72.67%	150	100%

La tabla 7, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal, obteniendo que el 24% (36) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 27.33% (41) con nivel medio y 21.33% (32) de nivel alto. Asimismo, el 14.67% (22) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 8% (12) con nivel medio y 4.67% (7) de nivel alto.

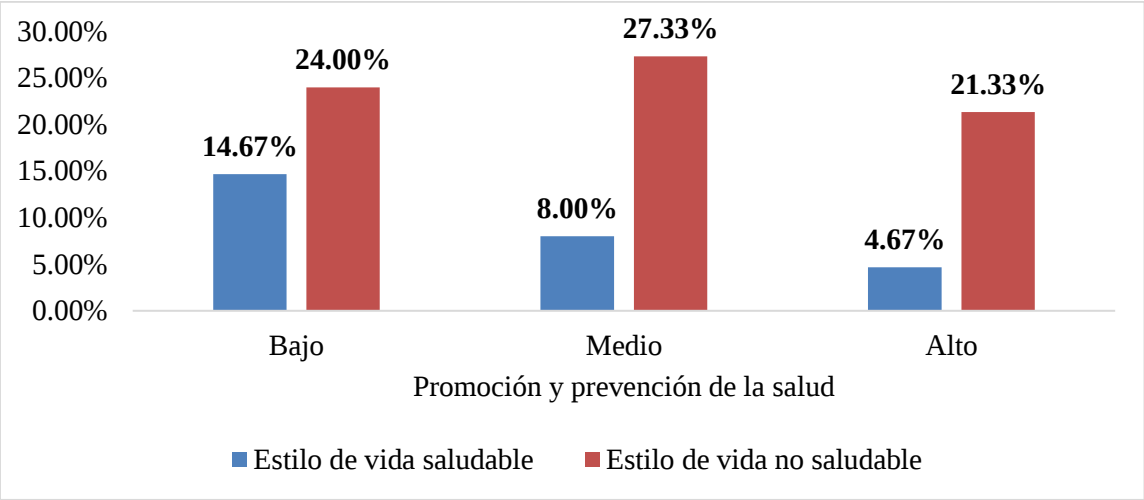


Gráfico 17. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 8. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	42	28.00%	16	10.67%	58	38.67%
Medio	33	22.00%	20	13.33%	53	35.33%
Alto	24	16.00%	15	10.00%	39	26.00%
Total	99	66.00%	51	34.00%	150	100%

La tabla 8, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización, obteniendo que el 10.67% (16) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 13.33% (20) con nivel medio y 10% (15) de nivel alto. Asimismo, el 28% (42) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 22% (33) con nivel medio y 16% (24) de nivel alto.

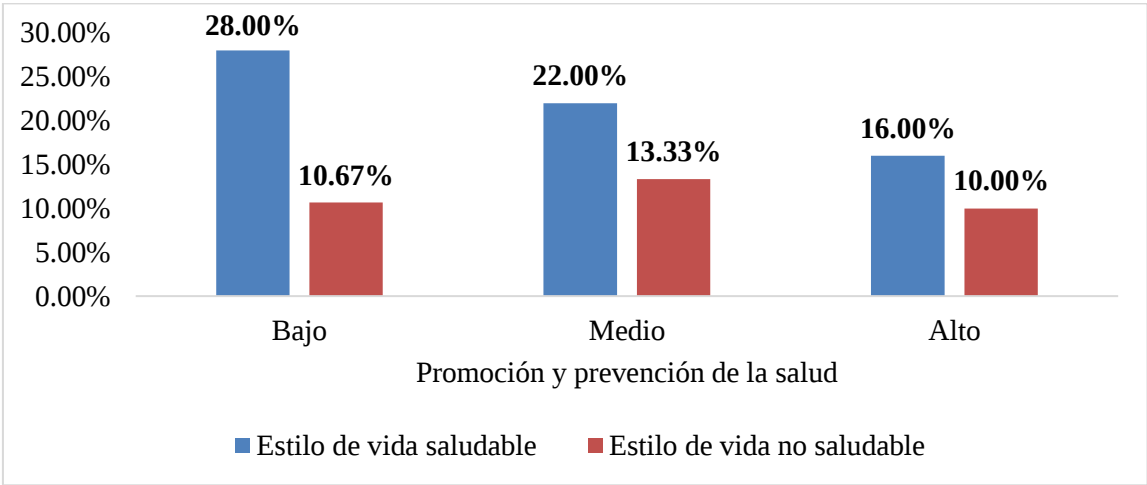


Gráfico 18. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 9. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Bajo	23	15.33%	35	23.33%	58	38.67%
Medio	16	10.67%	37	24.67%	53	35.33%
Alto	7	4.67%	32	21.33%	39	26.00%
Total	46	30.67%	104	69.33%	150	100%

La tabla 9, muestra la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud, obteniendo que el 23.33% (35) presentan un nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 24.67% (37) con nivel medio y 21.33% (32) de nivel alto. Asimismo, el 15.33% (23) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 10.67% (16) con nivel medio y 4.67% (7) de nivel alto.

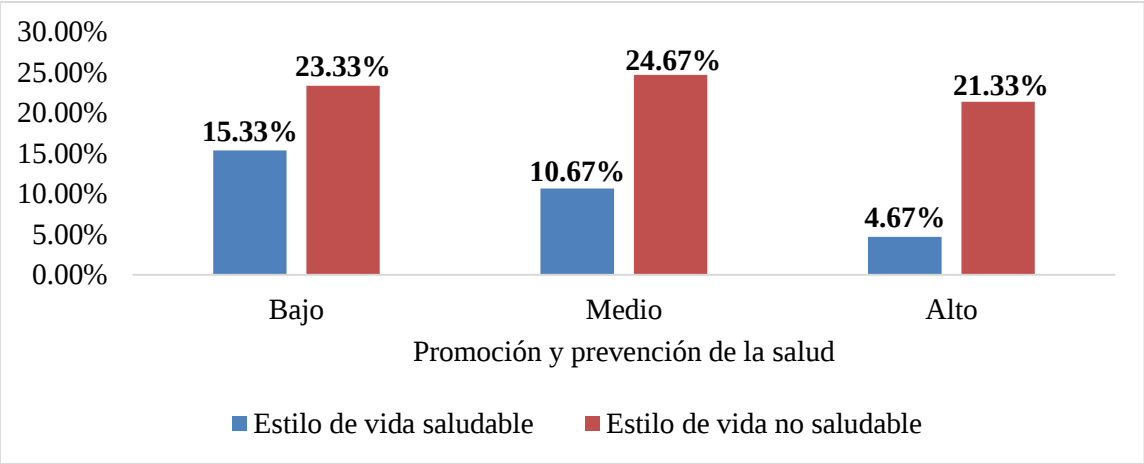


Gráfico 19. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud de la caracterización estilo de vida en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 10. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión apoyo emocional en salud de la caracterización apoyo social					
	Apoyo social adecuado		Apoyo social inadecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	31	20.67%	27	18.00%	58	38.67%
Medio	31	20.67%	22	14.67%	53	35.33%
Alto	20	13.33%	19	12.67%	39	26.00%
Total	82	54.67%	68	45.33%	150	100%

En la tabla 10, se observa la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional, resultando que el 18% (27) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión emocional asociado a un nivel bajo, el 14.67% (22) tienen nivel medio y el 12.67% (19) presentan nivel alto. De la misma manera el 20.67% (31) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión emocional asociado a un nivel bajo, el 20.67% (31) tienen nivel medio y el 13.33% (20) presentan nivel alto.

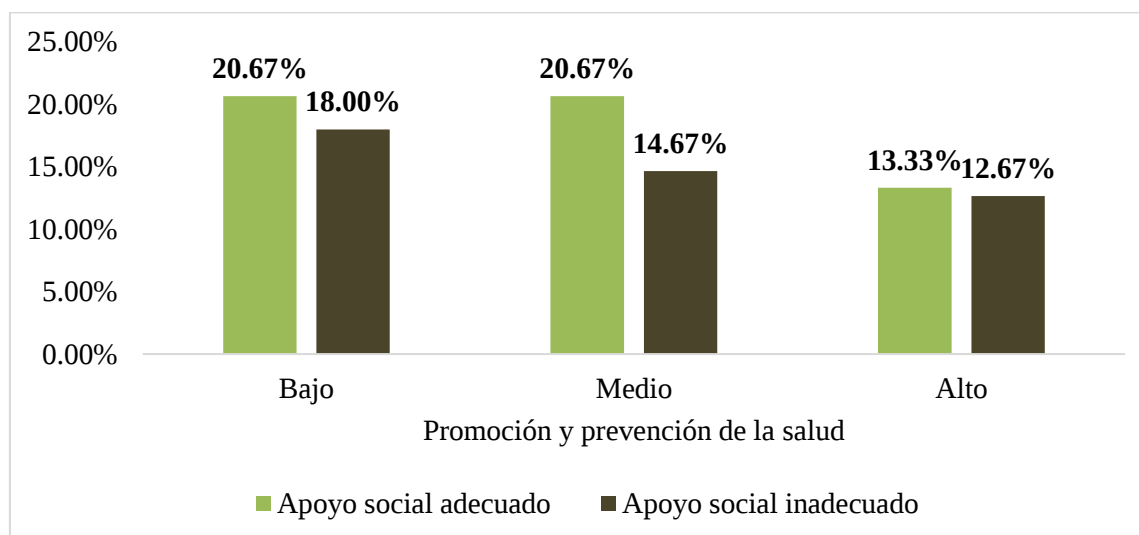


Gráfico 20. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 11. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión apoyo instrumental en salud de la caracterización apoyo social					
	Apoyo social adecuado		Apoyo social inadecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	33	22.00%	25	16.67%	58	38.67%
Medio	28	18.67%	25	16.67%	53	35.33%
Alto	18	12.00%	21	14.00%	39	26.00%
Total	79	52.67%	71	47.33%	150	100%

En la tabla 11, se observa la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental, resultando que el 16.67% (25) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión instrumental asociado a un nivel bajo, el 16.67% (25) tienen nivel medio y el 14% (21) presentan nivel alto. De la misma manera el 22% (33) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión instrumental asociado a un nivel bajo, el 18.67% (28) tienen nivel medio y el 12% (18) presentan nivel alto.

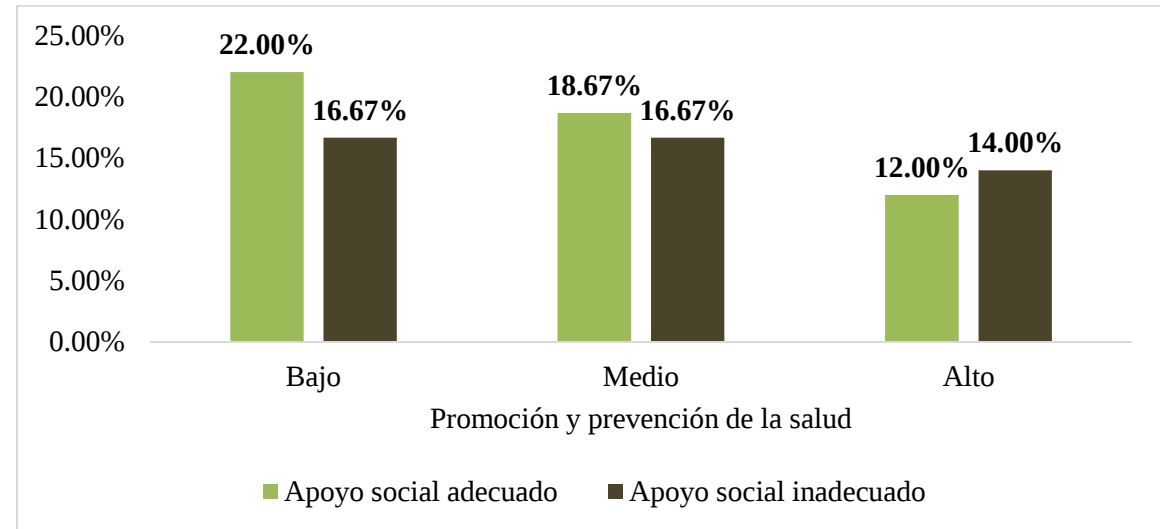


Gráfico 21. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 12. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión apoyo social positivo en salud de la caracterización apoyo social					
	Apoyo social adecuado		Apoyo social inadecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	34	22.67%	24	16.00%	58	38.67%
Medio	31	20.67%	22	14.67%	53	35.33%
Alto	16	10.67%	23	15.33%	39	26.00%
Total	81	54.00%	69	46.00%	150	100%

En la tabla 12, se observa la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo, resultando que el 16% (24) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión social positivo asociado a un nivel bajo, el 14.67% (22) tienen nivel medio y el 15.33% (23) presentan nivel alto. De la misma manera el 22.67% (34) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión social positivo asociado a un nivel bajo, el 20.67% (31) tienen nivel medio y el 10.67% (16) presentan nivel alto.

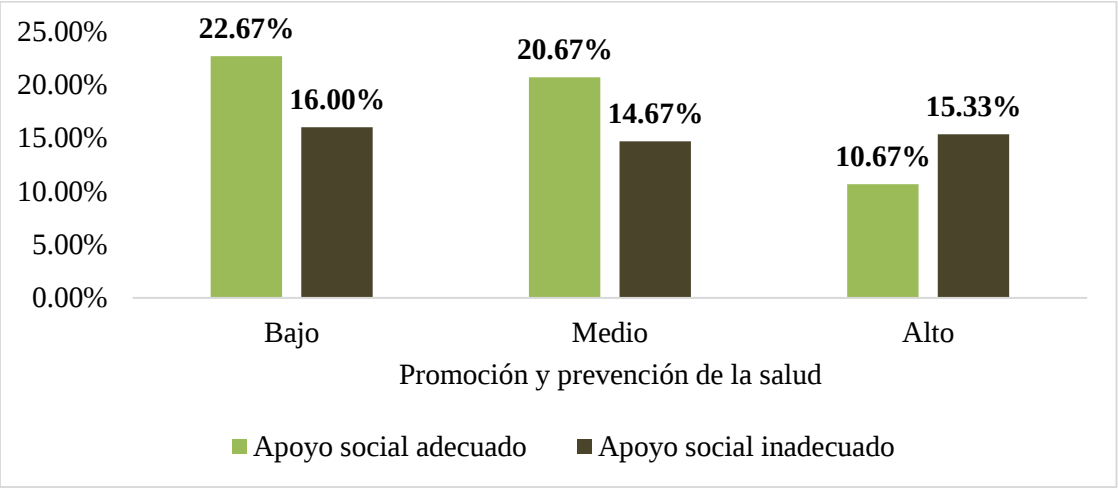


Gráfico 22. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 13. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Dimensión apoyo afectivo en salud de la caracterización apoyo social					
	Apoyo social adecuado		Apoyo social inadecuado		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%
Bajo	36	24.00%	22	14.67%	58	38.67%
Medio	35	23.33%	18	12.00%	53	35.33%
Alto	24	16.00%	15	10.00%	39	26.00%
Total	95	63.33%	55	36.67%	150	100.00%

En la tabla 13, se observa la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo, resultando que el 14.67% (22) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión afectivo asociado a un nivel bajo, el 12% (18) tienen nivel medio y el 10% (15) presentan nivel alto. De la misma manera el 24% (36) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión afectivo asociado a un nivel bajo, el 23.33% (35) tienen nivel medio y el 16% (24) presentan nivel alto.

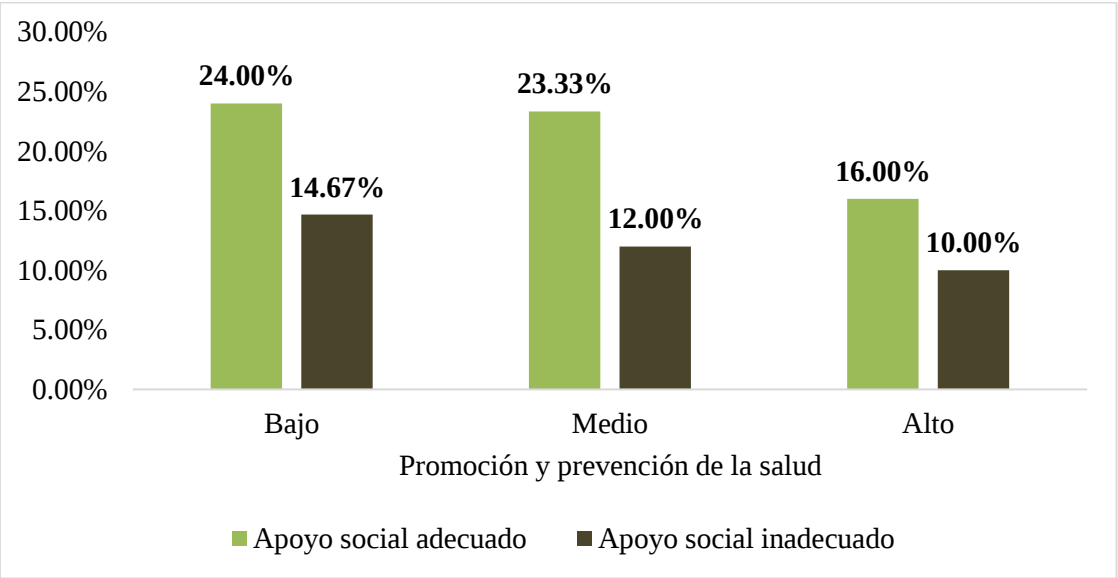


Gráfico 23. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo de la caracterización apoyo social en los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 14. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Caracterización del estilo de vida						Asociación χ^2
	No saludable		Saludable		Total		
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Bajo	20	13.33%	38	25.33%	58	38.67%	Chi-Calculado=1.5033 Chi-Tabla=5.9915 No existe relación entre las variables
Medio	17	11.33%	36	24.00%	53	35.33%	
Alto	9	6.00%	30	20.00%	39	26.00%	
Total	46	30.67%	104	69.33%	150	100.00%	

En la tabla 14, se encontró que el 25.33% (38) de los trabajadores tienen un estilo saludable relacionado a un nivel bajo de promoción y prevención, seguido de 24% (36) con nivel medio y 20% (30) de nivel alto. Mientras el 13.33% (20) tienen un estilo no saludable relacionado a un nivel bajo, seguido del 11.33% (17) con nivel medio y 6% (9) de nivel alto. Encontrando que no existe relación significativa entre las variables de estudio.

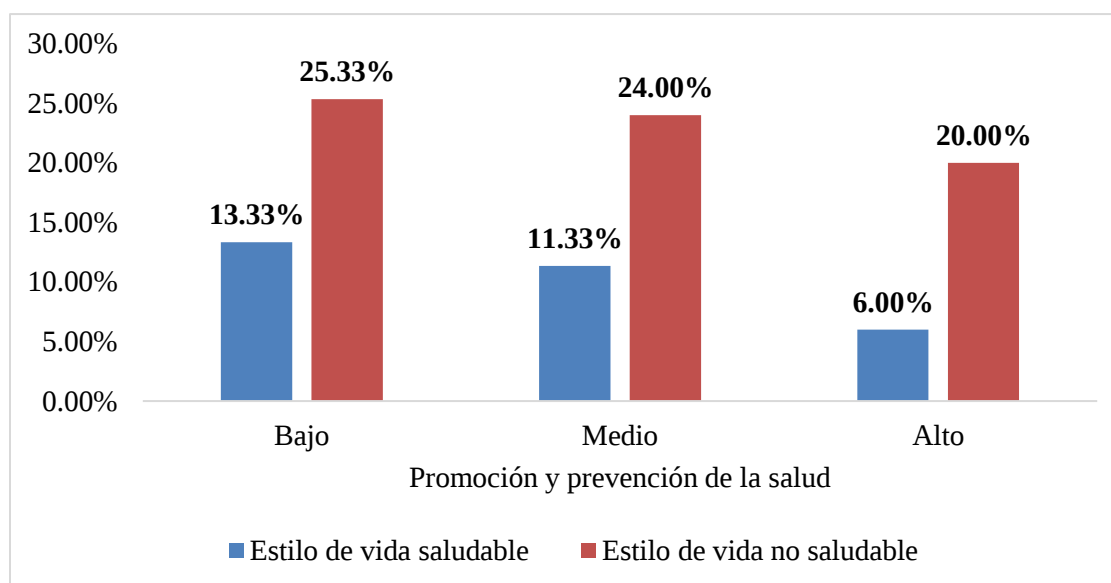


Gráfico 24. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Tabla 15. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

Promoción y prevención de la salud	Caracterización del apoyo social						Asociación χ^2
	Apoyo social adecuado		Apoyo social inadecuado		Total		
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Bajo	26	17.33%	32	21.33%	58	38.67%	Chi-Calculado=0.9896 Chi-Tabla=5.9915 No existe relación entre las variables
Medio	24	16.00%	29	19.33%	53	35.33%	
Alto	14	9.33%	25	16.67%	39	26.00%	
Total	64	42.67%	86	57.33%	150	100.00%	

En la tabla 15, se encontró que el 21.33% (32) de los trabajadores tienen un apoyo social inadecuado relacionado a un nivel bajo de promoción y prevención, seguido de 19.33% (29) con nivel medio y 16.67% (25) de nivel alto. Mientras el 17.33% (26) tienen un apoyo social adecuado relacionado a un nivel bajo, seguido del 16% (24) con nivel medio y 9.33% (14) de nivel alto. Encontrando que no existe relación significativa entre las variables de estudio.

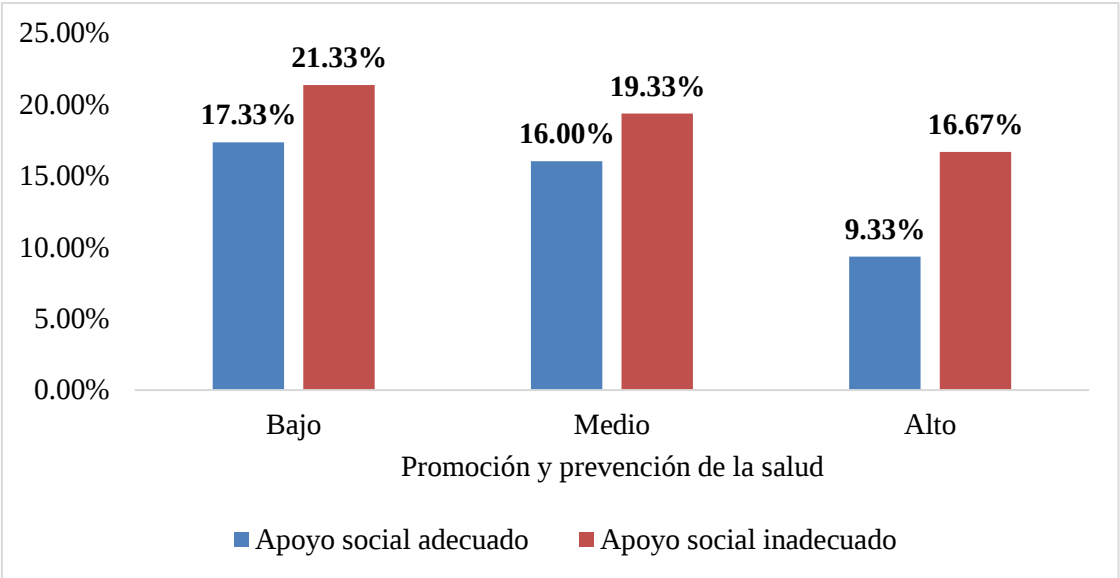


Gráfico 25. Asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.

IV. DISCUSIÓN

En la tabla 1, se presentaron los distintos niveles de promoción y prevención de la salud, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 38.67% (58) presentan un nivel de promoción y prevención de la salud bajo, seguido de un 35.33% (53) de comerciantes con nivel medio y 26% (39) con nivel alto.

Estos resultados difieren con lo encontrado por el investigador Pérez V. (22) quien determinó el nivel de promoción y prevención de la salud de 50 comerciantes del mercado Acomar La Esperanza en el año 2022, hallando que la mayoría de comerciantes tienen un nivel de promoción y prevención de la salud medio con 56%, seguido del 28% en nivel alto y 16% en bajo.

Por otro lado los resultados de la presente investigación, tienen similitud con lo encontrado por el investigador Mostacero M. (24), quien determinó el nivel de promoción y prevención de 110 personas, hallando que el 81% cuenta con un nivel medio, seguido del 15% en nivel bajo y 4% en alto.

Se comprende que la promoción y prevención de la salud, tiene el objetivo de mejorar la calidad de vida de una persona y de una población en el ámbito médico, para lograr cuidarlo de futuras patologías, y de esta manera llegar a la prevención de la salud. Pero ambas herramientas de la salud (promoción y prevención), no tienen eficacia debido a que no solo depende del sistema de salud, sino que también depende del accionar y colaboración de los individuos en el cuidado propio de su salud (5).

En consecuencia, la promoción y prevención de la salud, se enfocan en el comportamiento de un individuo en relación con su salud, fomentando el empleo de conductas saludables para aumentar el bienestar y mejorar el potencial del ser humano. Teniendo en cuenta que la naturaleza de los seres humanos es multidimensional cuando interactúan o se relacionan con su entorno para obtener la salud. Pero son los propios individuos quienes terminan tomando las decisiones equivocadas o acertadas sobre el cuidado y protección de su salud (25).

Para evitar que las personas tomen incorrectas decisiones sobre el cuidado y protección de la salud, se debe crear educación en salud, donde la prevención de la salud sea eficiente, dejando el simple concepto que la prevención solo está regulada para prevenir las enfermedades, sino también a frenar su avance, mitigando sus consecuencias una vez ocurridas. Es decir, contribuye a frenar el desarrollo progresivo de la enfermedad en el

individuo. Debido a que la enfermedad es un proceso dinámico influenciado por múltiples factores sobre el ser humano, y puede ser intervenida y modificada en los distintos intervalos de su desarrollo (28)

De acuerdo a los resultados hallados los trabajadores del mercado Santa Rosa poseen una promoción y prevención de nivel bajo, porque no tienen buenos hábitos en su alimentación, donde el consumo de frutas, verduras y menestras es regular, prefiriendo muchas veces almorzar comida chatarra, porque desconocen el valor nutricional de los alimentos, empeorando aún más su situación por la irregularidad en el horario de sus comidas debido al trabajo que realizan. Asimismo, por lo regular los comerciantes prefieren bebidas azucaradas en comparación a jugos nutricionales o agua. También un sector significativo de comerciantes carece de tiempo para realizar actividad física, debido a la jornada laboral de 10 horas por día. Algunos comerciantes afirmaron que debido al tipo de actividad que realizan supone un tipo de actividad física, lo que no sucede con la mayoría, que solo están sentados o parados en la atención al cliente.

También, se encontró que pocos tienen responsabilidad en salud, donde desconocen las buenas prácticas de prevención de la salud impartidas por el estado en los medios de comunicación, acudiendo a un centro salud solo cuando la enfermedad los aqueja, lo cual conduce a que, en ese instante se realicen exámenes de laboratorio, debido a que no tuvieron chequeos preventivos con regularidad. Pero en salud sexual y reproductiva su conducta es saludable, ya que la mayoría entiende que es relevante el empleo de anticonceptivos como un método adecuado de planificación familiar. Asimismo, las mujeres comerciantes afirmaron que durante su etapa de embarazo por lo regular se realizaron sus controles prenatales y el examen de PAP (Prueba de Papanicolaou). Además, se visualizó que por el tipo de trabajo los comerciantes no tienen el hábito higiénico de lavarse las manos cada vez que ingieren algún alimento entre comidas. Por otro lado, la gran parte de comerciantes no acude al odontólogo de manera preventiva y se cepillan los dientes solo en la mañana y antes de dormir, no pudiendo hacerlo después del almuerzo debido a que se encuentran en su puesto de trabajo.

En la parte emocional la mayoría de comerciantes afirma que en los momentos difíciles recurre al apoyo de la familia y de los amigos más cercanos o de confianza, donde los tiempos de recreación los emplean con sus hijos y la pareja. Por otro lado, debido a las labores en el mercado y al horario extendido, no logran tener un descanso correcto.

En la tabla 2, se presentaron los niveles de la caracterización estilo de vida, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 69.33% (104) de los comerciantes tienen un estilo de vida no saludable y el restante 30.67% (46) presentan un estilo de vida saludable.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por la autora Espitia M. (14), quien determinó el estilo de vida saludable de 25 comerciantes del mercado avícola Antonio del Tequendama – Cundinamarca, resultando que, el 64% de los trabajadores tienen un estilo no saludable y el 36% saludable. También, son similares con lo encontrado por Macías M. (15), quien determinó la calidad de vida de 134 vendedores del Girón de Bucaramanga, hallando que el 57% tienen un estilo no saludable y el 43% saludable. Pero los resultados difieren con lo hallado por Padilla L. y Parihuamán M. (17), quienes determinaron el estilo de vida de 200 trabajadores del mercado Centenario de Huacho. Encontrando que el 82.50% tienen un estilo de vida saludable y el 17.50% del resto posee un estilo de vida no saludable.

En cambio, los resultados van de acuerdo a lo determinado por León E. (18), cuyo objetivo fue determinar la caracterización del estilo de vida de los vendedores del mercado popular Señor de la Soledad – Huaraz. Resultando que el 76.50% de los trabajadores tienen un estilo de vida no saludable y el 23.50% poseen un estilo de vida saludable. Igualmente, los resultados de Pariona R. (19) quien analizó los estilos de vida de los comerciantes del Mercado Santa Rosa de Jicamarca encontró que el 73% de comerciantes tienen un estilo de vida no saludable y el 27% saludable.

En ese mismo sentido, los investigadores Coronel J. (20) y Pinedo C. (21), encontraron que los trabajadores del mercado Laykakota y Túpac Amaru, tienen un estilo no saludable con porcentajes de 67.40% y 74.30% respectivamente.

Por lo tanto, se debe tener en cuenta que la caracterización estilo de vida, es un conjunto de hábitos y comportamientos (conductas) que un individuo adopta, y que está vinculado a la salud y enfermedad. Asimismo, el estilo de vida es la principal caracterización que afecta la salud de un individuo y está relacionado con la mayor cantidad de enfermedades. Donde un estilo de vida precario recae sobre un bienestar a corto plazo, conduciendo a enfermedades infecciosas y crónicas (7).

Asimismo, el estilo de vida saludable minimiza el riesgo de enfermar críticamente o fallecer prematuramente. Por lo cual el individuo y la población, incluyendo los sistemas de salud, deben enfatizar y promover la importancia de esta caracterización, debido a que estas

conductas poco saludables se relacionan con enfermedades cardiovasculares, musculoesqueléticas y enfermedades respiratorias. Por lo consiguiente, se debe entender que el estilo de vida es la caracterización más relevante que afecta la salud de un individuo, donde el 43% de las enfermedades dependen de este determinante (30).

El estilo de vida, considera conductas traducidas en comportamientos y hábitos que condicionan la vida en relación a la salud, donde estos hábitos se forman por decisiones individuales y por las relaciones o influencias de nuestro entorno social (31).

En concordancia a los resultados encontrados, los comerciantes del mercado Santa Rosa tienen un estilo de vida no saludable, debido en gran parte a los malos hábitos alimenticios que poseen, donde prefieren una ingesta de comida chatarra en su almuerzo en lugar de una comida balanceada en nutrientes, consumiendo en exceso grasas, elevado consumo de carnes rojas y blancas, adicionando a sus comidas o fuera de ellas el consumo de bebidas azucaradas, donde no se tiene la buena práctica del consumo de agua. Asimismo, la mayoría no realizan ninguna actividad física o deporte, y la única actividad física que realizan está relacionada con su trabajo.

También, están sometidos a estrés laboral por las mismas condiciones que implica el trabajo, no recurriendo a ninguna actividad de relajación. En relaciones interpersonales la mayoría de trabajadores afirma que se relaciona adecuadamente con sus compañeros de trabajo y que la familia es el lugar de apoyo frente a las dificultades. La mayoría de trabajadores indicaron, que se encuentran satisfechos con el trabajo que desempeñan, aludiendo que es un trabajo independiente y que ganan lo necesario para mantener sus familias. En responsabilidad y salud no poseen una adecuada conducta, porque la mayoría no se realiza una revisión médica mínimo una vez al año, cuando se enferman tratan de controlar la enfermedad automedicándose y solo cuando es grave, asisten a una clínica u hospital.

En la tabla 3, se mostraron los niveles de la caracterización del apoyo social, resultando que, del 100% (150) de los comerciantes del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. El 57.33% (86) de los comerciantes presenta un apoyo social inadecuado y el restante 42.67% (64) tiene un apoyo de nivel adecuado.

Los resultados hallados concuerdan con el investigador Mostacero M. (24), quien determinó el apoyo social de los adultos del Asentamiento Humano los Rosales de Trujillo, 2022. Encontrando que el 53% tiene un apoyo de nivel inadecuado y el 47% apoyo adecuado.

También, concuerdan con lo encontrado por Macías M. (15), quien determinó la calidad de vida de los 134 vendedores del Girón de Bucaramanga, resultando el 43% recibe un apoyo social emocional y el 63% tiene apoyo instrumental, indicando que el apoyo social es inadecuado.

En esa misma dirección, los resultados son similares con lo expuesto por Viteri E (16) quien determinó el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador, encontrando que el 67.10% tiene un apoyo social instrumental adecuado, el 46.60% recibe apoyo social afectivo adecuado y el 54.80% recibe apoyo social positivo, ultimando que el apoyo social recibido es inadecuado.

Podemos decir, que el apoyo social, funciona como una barrera protectora ante la aparición de problemas, creando inmunización frente a factores estresantes. El apoyo social es una percepción o la experiencia que enfrenta un individuo al ser amado, cuidado, valorado y estimado por otra persona, integrando parte de una red social de asistencia mutua (32).

En la actualidad existe evidencia suficiente para indicar que el apoyo social impacta en los procesos de salud en los individuos, ayudando en la reducción de la enfermedad, debido a que, los cambios en el ambiente social alteran la resistencia de los individuos hacia la enfermedad, por lo cual el apoyo social mejora el bienestar de las personas (33).

En relación a los resultados encontrados, los comerciantes del mercado Santa Rosa, tienen un apoyo social inadecuado, debido al apoyo instrumental, social positivo y emocional. En el apoyo instrumental esta referido a que los comerciantes no poseen una ayuda tangible cuando la necesitan de algún amigo o familiar, a pesar que afirman tener buenas relaciones interpersonales, pero en temas de ayuda económica o material, no lo perciben de quienes considera amigos o familiares más cercanos, donde la mayoría confirma que en este caso, solo su pareja, ya sea esposa o esposo, son los que están presentes en este tipo de apoyo. En el apoyo social positivo, gran parte de los comerciantes no cuentan con el tiempo para compartir con los amigos, debido a la extensa jornada laboral, compartiendo el poco tiempo del día con los hijos y la pareja. En lo que respecta al apoyo emocional, un poco menos de la mitad de comerciantes, señalan que tienen pocos amigos que los escuchan, cuando necesitan un consejo. Asimismo, la mayoría ratificó que pueden tener muchos compañeros, pero son pocos en los cuales se atreverían a confiar sus problemas y pedirles alguna orientación.

Por otro lado, se encontró que el apoyo social con mayor porcentaje de nivel adecuado,

es el apoyo afectivo, debido a que los comerciantes del mercado Santa Rosa, indicaron que mantienen una buena comunicación con sus parejas, y son la primera fuente de apoyo, frente a los problemas de salud y económicos. Recibiendo afecto, amor y consejos en los momentos más difíciles.

En la tabla 4, se mostró la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión alimentación, obteniendo que el 27.33% (41) presentan una promoción y prevención de nivel bajo asociado a un estilo de vida no saludable, seguido de un 26.67% (40) con nivel medio y 18.67% (28) de nivel alto. Asimismo, el 11.33% (17) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 8.67% (13) con nivel medio y 7.33% (11) de nivel alto.

Los resultados son similares con lo encontrado por los autores León E. (18), Coronel J. (20) y Narváez K. (23), quienes en trabajadores de un mercado encontraron que el estilo de vida por malos hábitos alimenticios es 78.20%, 72.60%, 78.70% respectivamente. Pero mencionados resultados difieren de lo hallado por Padilla L. y Parihuamán M. (17), quienes obtuvieron que el 94.50% de los trabajadores tienen buenos hábitos alimenticios.

En la tabla 5, se mostró la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión actividad y ejercicio, obteniendo que el 31.33% (47) presentan una promoción y prevención de nivel bajo, asociado a un estilo no saludable, seguido de un 30% (45) con nivel medio y 22% (33) de nivel alto. Asimismo, el 7.33% (11) de comerciantes presentan un nivel bajo, asociado a un estilo saludable, seguido de un 5.33% (8) con nivel medio y 4% (6) de nivel alto.

Los resultados son similares con lo encontrado por los autores León E. (18) y Coronel J. (20), quienes en trabajadores de un mercado encontraron que el estilo de vida por malos hábitos en actividad y ejercicio fueron 71.20% y 75.20%. Pero difieren de lo hallado por Padilla L. y Parihuamán M. (17) y Pariona R. (19), quienes encontraron un estilo de vida adecuado respecto a la actividad y ejercicio en un 71% y 70%.

En la tabla 6, se presentó la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión manejo del estrés, obteniendo que el 35.33% (53) presentan una promoción y prevención de nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 31.33% (47) con nivel medio y 22% (33) de nivel alto. Asimismo, el 3.33% (5) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 4% (6) con nivel medio y 4% (6) de nivel alto.

Los resultados son similares con lo encontrado por los autores Macías M. (15), León E. (18) y Coronel J. (20), quienes en trabajadores de un mercado encontraron que el estilo de vida por falta de control del estrés fueron 44%, 68.80% y 69.30%. Pero difieren de lo encontrado por Padilla L. y Parihuamán M. (17), quien determinó que los trabajadores de un mercado tienen un 72.50% de buen control del estrés

En referencia a la tabla 7, se presentó la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo interpersonal, obteniendo que el 24% (36) presentan una promoción y prevención de nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 27.33% (41) con nivel medio y 21.33% (32) de nivel alto. Asimismo, el 14.67% (22) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 8% (12) con nivel medio y 4.67% (7) de nivel alto.

Los resultados son similares con lo encontrado por el autor León E. (18), quien determinó la caracterización del estilo de vida de los vendedores del mercado popular Señor de la Soledad – Huaraz, encontrando que, en la dimensión apoyo interpersonal el 51.20% de los trabajadores poseen un estilo de vida no saludable.

En la tabla 8, se pudo observar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión autorrealización, obteniendo que el 10.67% (16) presentan una promoción y prevención de nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 13.33% (20) con nivel medio y 10% (15) de nivel alto. Asimismo, el 28% (42) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 22% (33) con nivel medio y 16% (24) de nivel alto.

Los valores encontrados son similares a lo hallado por Macías M. (15), quien determinó la calidad de vida de los vendedores del Girón de Bucaramanga, resultando que el 52% presenta una buena autorrealización. Pero al mismo tiempo difieren de lo hallado por León E. (18), quien encontró en los vendedores del mercado popular Señor de la Soledad – Huaraz, una buena autorrealización del 15.90%.

En la tabla 9, se observó la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión responsabilidad en salud, obteniendo que el 23.33% (35) presentan una promoción y prevención de nivel bajo asociado a un estilo no saludable, seguido de un 24.67% (37) con nivel medio y 21.33% (32) de nivel alto. Asimismo, el 15.33% (23) de comerciantes presentan un nivel bajo asociado a un estilo saludable, seguido de un 10.67% (16) con nivel medio y 4.67% (7) de nivel alto.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por Padilla L. y Parihuamán M. (17), quien determinó el estilo de vida de los trabajadores del mercado Centenario de la ciudad de Huacho, determinando que el 64% de los trabajadores tienen un estilo no saludable respecto a la responsabilidad en salud. También el autor León E. (18) encontró en los vendedores del mercado popular Señor de la Soledad un 65.90% por malos hábitos en la responsabilidad de salud. De la misma manera Coronel J. (20) encontró una mala conducta en los trabajadores del mercado Laykakota, con un porcentaje del 76.30%.

En la tabla 10, se determinó la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo emocional, resultando que el 18% (27) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión emocional asociado a una promoción y prevención de nivel bajo, el 14.67% (22) tienen nivel medio y el 12.67% (19) presentan nivel alto. De la misma manera el 20.67% (31) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión emocional asociado a un nivel bajo, el 20.67% (31) tienen nivel medio y el 13.33% (20) presentan nivel alto.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por Macías M. (15) quien estudio la calidad de vida de los vendedores del Girón de Bucaramanga, encontrando que los comerciantes tienen un apoyo social inadecuado del 43% respecto a la dimensión apoyo emocional. De la misma manera Viteri E. (16), quien determinó el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador, halló que el 56.20% tienen un apoyo social inadecuado respecto a la dimensión apoyo emocional.

En la tabla 11, se mostró la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo instrumental, resultando que el 16.67% (25) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión instrumental asociado a una promoción y prevención de nivel bajo, el 16.67% (25) tienen nivel medio y el 14% (21) presentan nivel alto. De la misma manera el 22% (33) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión instrumental asociado a un nivel bajo, el 18.67% (28) tienen nivel medio y el 12% (18) presentan nivel alto.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por Macías M. (15) quien estudio la calidad de vida de los vendedores del Girón de Bucaramanga, encontrando que los comerciantes tienen un apoyo social inadecuado del 63% respecto a la dimensión apoyo instrumental. De la misma manera Viteri E. (16), quien determinó el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador, halló que el 67.10% tienen un apoyo social inadecuado respecto a la dimensión apoyo instrumental.

En la tabla 12, se observó la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo social positivo, resultando que el 16% (24) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión social positivo asociado a una promoción y prevención de nivel bajo, el 14.67% (22) tienen nivel medio y el 15.33% (23) presentan nivel alto. De la misma manera el 22.67% (34) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión social positivo asociado a un nivel bajo, el 20.67% (31) tienen nivel medio y el 10.67% (16) presentan nivel alto.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por Viteri E. (16), quien determinó el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador, halló que el 54.80% tienen un apoyo social inadecuado respecto a la dimensión apoyo social positivo.

En la tabla 13, se observó la relación entre la promoción y prevención de la salud y la dimensión apoyo afectivo, resultando que el 14.67% (22) tienen un apoyo social inadecuado de la dimensión afectivo asociado a una promoción y prevención con nivel bajo, el 12% (18) tienen nivel medio y el 10% (15) presentan nivel alto. De la misma manera el 24% (36) tienen un apoyo social adecuado de la dimensión afectivo asociado a un nivel bajo, el 23.33% (35) tienen nivel medio y el 16% (24) presentan nivel alto.

Los resultados encontrados son similares con lo hallado por Viteri E. (16), quien determinó el apoyo social percibido desde la intervención comunitaria en Ecuador, halló que el 46.60% tienen un apoyo social inadecuado respecto a la dimensión apoyo afectivo.

En la tabla 14, se encontró que el 25.33% (38) de los trabajadores poseen un estilo saludable relacionado a un nivel bajo de promoción y prevención de la salud, seguido de 24% (36) con nivel medio y 20% (30) de nivel alto. Mientras el 13.33% (20) tienen un estilo no saludable relacionado a un nivel bajo, seguido del 11.33% (17) con nivel medio y 6% (9) de nivel alto. Encontrando que no existe relación significativa entre la variable promoción y prevención de la salud y la variable estilo de vida.

Los resultados son similares a lo encontrado por Pérez V. (22), quien determinó la relación entre la promoción y prevención de la salud y el estilo de vida de los trabajadores del mercado Acomar La Esperanza 2022, resultando mediante una prueba chi-cuadrada que no existe relación entre las variables de estudio. Pero difieren de lo encontrado por Narváez K. (23) quien estudió la relación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización estilo de vida de los comerciantes del centro de abastos los Portales, resultando que si existe una relación significativa entre las variables estudiadas.

En los trabajadores del mercado Santa Rosa, no se encontró una asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y estilo de vida, debido a que los trabajadores tienen una promoción y prevención de la salud semejante en los 3 niveles, sobre todo en el nivel bajo y medio, no existiendo una gran ventaja numérica por algún nivel. Aunque existe una proporcionalidad directa entre las variables, pero no es suficiente para indicar que existe una relación fuerte. Lo cual indica que más de la mitad de trabajadores tiene conocimiento de las prácticas de promoción y prevención de la salud. Pero pocos ponen en práctica los hábitos saludables por falta de motivación, educación en salud y por el entorno en donde se desarrollan los comerciantes.

En la tabla 15, se encontró que el 21.33% (32) de los trabajadores tienen un apoyo social inadecuado relacionado a un nivel bajo de promoción y prevención de la salud, seguido de 19.33% (29) con nivel medio y 16.67% (25) de nivel alto. Mientras el 17.33% (26) tienen un apoyo social adecuado relacionado a un nivel bajo, seguido del 16% (24) con nivel medio y 9.33% (14) de nivel alto. Encontrando que no existe relación significativa entre la variable promoción y prevención de la salud y la variable apoyo social.

Los resultados son similares a lo encontrado por Mostacero M. (24), quien determinó la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización del apoyo social de los adultos del Asentamiento Humano los Rosales de Trujillo, 2022, resultando mediante una prueba chi-cuadrada que no existe relación entre las variables de estudio.

De la misma manera, no se encontró asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y el apoyo social, porque no existe un nivel predominante numéricamente que vaya proporcionalmente al apoyo social, aunque existe cierta correspondencia, no es suficiente para que exista asociación significativa entre las variables. A pesar que los resultados indican que el nivel de promoción de los comerciantes del mercado Santa Rosa es bajo, no es el predominante, debido a que le sigue de cerca el nivel medio, existiendo entre ambos una diferencia porcentual de 3.34% equivalente a 5 trabajadores. Pero muy a pesar que existe un significativo sector de trabajadores que tiene conocimiento de las prácticas de promoción y prevención de la salud, algunos las ejecutan. Donde la mayoría tiene un desconocimiento de los beneficios que aporta el apoyo social a la salud, y esto se refleja en el alto valor de las dimensiones: control y estrés con 88.67% y en el apoyo social interpersonal con 72.67%, valores que condicionan a que el apoyo social se clasifique como inadecuado.

Por lo tanto, la promoción y prevención, estilo de vida y apoyo social, deben actuar eficientemente sobre los elementos de la salud para el bienestar de las personas, ya que la manera, en que los seres humanos piensan, sienten y funcionan afecta sus creencias sobre si sus vidas tienen un significado y finalidad. Donde las estructuras sociales, la familia, la cultura, el medio ambiente y la economía, influyen directamente sobre la salud y el bienestar del ser humano.

V. CONCLUSIONES

- Se concluye que los comerciantes del mercado Santa Rosa, poseen un 38.67% en nivel bajo de promoción y prevención de la salud, seguido de un 35.33% en nivel medio y 26% en nivel alto.
- Se concluye que los comerciantes del mercado Santa Rosa, poseen un 69.33% en nivel de estilo de vida no saludable, seguido de un 30.67% de trabajadores con estilo de vida saludable.
- Se concluye que los comerciantes del mercado Santa Rosa, poseen un 57.33% en nivel de apoyo social inadecuado, seguido de un 42.67% de trabajadores con apoyo social adecuado.
- Se Identificó la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones del estilo de vida, encontrando en mayores porcentajes las siguientes conclusiones: El 27.33% tienen hábitos no saludables en alimentación debido a una promoción y prevención de la salud bajo. El 31.33% de los comerciantes tiene una conducta no saludable en actividad y ejercicio debido a una promoción y prevención de la salud bajo. El 35.33% tiene un estilo de vida no saludable en control o manejo del estrés debido a una promoción y prevención de la salud bajo. El 27.33% poseen un estilo de vida no saludable en apoyo interpersonal a consecuencia de un nivel medio en promoción y prevención de la salud. El 28% tienen un estilo de vida saludable en autorrealización a consecuencia de un nivel bajo en promoción y prevención de la salud. El 24.67% de trabajadores poseen condición no saludable en responsabilidad de salud debido a una promoción y prevención de la salud medio.
- Se identificó la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones del apoyo social, encontrando en mayores porcentajes las siguientes conclusiones: El 20.67% tiene un apoyo social adecuado en el aspecto emocional debido a una promoción y prevención de la salud bajo. El 22% tiene un apoyo social adecuado en el componente instrumental correspondiéndole un nivel bajo en promoción y prevención de la salud. El 22.67% posee un apoyo social adecuado en el componente social positivo debido a una promoción y prevención de la salud bajo. El 24% tienen un apoyo social adecuado en el componente afectivo con una promoción y prevención de la salud bajo.

VI. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al presidente del mercado Santa Rosa, tome las acciones necesarias con la junta directiva, para mejorar la promoción y prevención de la salud de los trabajadores, a través de una asamblea general para informarles los resultados generales encontrados en la presente estudio académico de investigación, conduciéndolos a la toma de conciencia. Proponiendo activar la participación de los diferentes actores involucrados, mediante campañas de educación en salud, orientadas en mejorar los hábitos alimenticios, actividad física y recreación, responsabilidad en salud, higiene, salud emocional y apoyo social. Ya que los sistemas de salud no pueden significar ser los únicos responsables de la concientización de los buenos hábitos saludables, sino también como individuos o como comunidad debemos perseguir ese fin.
- En base a los resultados, coordinar con las autoridades competentes, a quienes les corresponde jurisdiccionalmente el mercado de Santa Rosa, siendo en este caso la municipalidad distrital de Víctor Larco Herrera, para que realice campañas de estilos de vida saludable a través del apoyo del hospital de Vista Alegre, para potenciar la salud de los comerciantes.
- Promover actividades de recreación entre los comerciantes, beneficiando el apoyo social como una manera de fomentar la búsqueda de soluciones. Brindando charlas de apoyo emocional, instrumental, social y afectivo, ya que el comerciante del mercado Santa Rosa, no los distingue y tampoco comprende sus beneficios como una barrera ante las enfermedades.
- A los futuros investigadores, tratar de integrar a los trabajadores informales, que se encuentran a los alrededores del mercado Santa Rosa, y establecer si existe relación entre la promoción y prevención y la caracterización: estilo de vida y apoyo social, para una comparación de resultados con lo expuesto en esta investigación.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Caron RM, Noel K, Reed RN, Sibel J, Smith HJ. Health promotion, health protection and disease prevention: challenges and opportunities in a dynamic landscape [Internet]. Massachusetts: AJPM Approach; 2024 [cited January 5, 2024]. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.focus.2023.100167>
2. Inkoom L, Ansu-Mensah M, Bawontuo V, Kuupiel D. Mapping evidence on the use of health promotion and disease prevention interventions as a strategy to sustaining pro-poor health insurance schemes: a scoping review protocol [Internet]. Fiapre: Syst Rev; 2022 [cited January 6, 2024]. Available at: <http://dx.doi.org/10.1186/s13643-022-01942-3>
3. Camarelles Guillem F. La prevención y la promoción de la salud en tiempos de cambio. Atención Primaria [Internet]. Barcelona: Organismo de coordinación del PAPPS; 2020 [citado el 10 de enero de 2024]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2020.09.006>
4. Gutiérrez M, Ledezma JCR. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria [Internet]. Hidalgo: JONNPR; 2020 [citado el 9 de enero de 2024]. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
5. Cárdenas Suárez LE, Carpio Vaca GA, Humala Rojas JX, Verdugo Calle LM. Promoción y prevención de la salud en la sociedad [Internet]. Azogues: Tesla revcient; 2022 [citado el 2 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://tesla.puertomaderoeditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/21>
6. Pronk N, Kleinman DV, Goekler SF, Ochiai E, Blakey C, Brewer KH. Promotion of health and well-being in Healthy People 2030 [Internet]. US: J Public Health Management Practice; 2021 [cited January 11, 2024]. Available at: https://journals.lww.com/jphmp/fulltext/2021/11001/promoting_health_and_well_being_in_healthy_people.8.aspx
7. Vaquero MA, Genil FM, Aparicio PM. The importance of healthy lifestyles to help achieve well-being [Internet]. Córdoba: Sciencedirect; 2022 [cited January 5, 2024]. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128183090000204>
8. Hautekiet P, Saenen ND, Martens DS, Debay M, Van der Heyden J, Nawrot TS, et al. A healthy lifestyle is positively associated with mental health and well-being and core

- markers in ageing. [Internet]. Bruselas: BMC Med; 2022 [cited January 8, 2024]. Available at: <http://dx.doi.org/10.1186/s12916-022-02524-9>
9. Fiallo-Armendáriz R, Vizcaíno Escobar AE, Castro-Martínez JA. Reflexiones sobre el apoyo social en el afrontamiento a la COVID-19 [Internet]. Villa Clara: Infodir; 2021 [citado el 9 de enero de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-35212021000200018
 10. Ministerio de Salud del Perú. Modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú [internet]. Lima: MINSA; 2022 [citado el 11 de enero de 2024]. Disponible en: https://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf
 11. Ministerio de Salud del Perú. Prevención y control de las enfermedades no transmisibles y los trastornos mentales en el Perú. El caso a favor de la inversión. Lima: MINSA; 2021 [citado el 11 de enero de 2024]. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54306>
 12. Ballinas Sueldo Y. La importancia de un estilo de vida saludable [Internet]. Lima: Revista Peruana de Medicina Integrativa; 2021 [citado el 15 de enero de 2024]. Disponible en: <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/45/45>
 13. Defensoría del Pueblo. Condiciones de salubridad en mercados de abastos, supermercados y bodegas para prevenir el COVID-19 [Internet]. Lima: Defensoría del Pueblo. [citado el 17 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2020/05/Serie-Informes-Especiales-N%C2%BA-010-2020-DPV2.pdf>
 14. Espitia M. Caracterización del estilo de vida saludable de la población trabajadora de la Avícola Pollo Andino granjas, ubicadas en La Mesa y San Antonio del Tequendama - Cundinamarca en el III trimestre del 2019 [Internet]. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios; 2019 [citado el 14 de enero de 2024]. disponible en: <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/12276>
 15. Macías M. Determinar la relación entre la calidad de vida y los beneficios económicos de los vendedores ambulantes del parque de Girón para la contribución a la política pública del sector laboral [Internet]. Bogotá: Universidad Santo Tomas; 2020 [citado el 14 de enero de 2024]. disponible en: <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/31103/2020RinconSilvia.pdf?sequ>

ence=13&isAllowed=y

16. Viteri E. Funcionalidad familiar y apoyo social percibido. Desde la intervención comunitaria en Ecuador. [Internet]. Guayaquil: Universidad del Zulia; 2019 [citado el 12 de enero de 2024]. disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/290/29062051016/html/>
17. Padilla L. y Parihuamán M. Estilo de vida de los comerciantes del mercado Centenario, Huacho - 2020 [Internet]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66850/Padilla_PDELV-Parihuam%C3%A1n_SMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. León E. Caracterización del estilo de vida de los vendedores del mercado popular Señor De La Soledad - Huaraz, 2019 [Internet]. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 11 de enero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/31415>
19. Pariona R. Estilo de vida y estado nutricional en comerciantes del mercado Santa Rosa de Jicamarca anexo 8 durante el periodo de pandemia, Lima 2022 [Internet]. Lima: Universidad Norbert Wiener; 2022 [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7704/T061_43548047_46594681_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Coronel J. Estilo de vida en los comerciantes de la Asociación del Mercado Laykakota, Puno, 2020 [Internet]. Lima: Universidad Nacional Del Altiplano; 2020 [citado el 12 de enero de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unap.edu.pe:20.500.14082/13644>
21. Pinedo C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los comerciantes del mercado Túpac Amaru. Pueblo Joven La Victoria - Chimbote, 2019 [Internet]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2019 [citado el 13 de enero de 2024]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/15523>
22. Pérez V. Promoción y prevención de la salud asociado a la caracterización y estilo de vida de los trabajadores del mercado Acomar - La Esperanza, 2022 [Internet]. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo; 2022 [citado el 14 de enero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/3920>
23. Narváez K. Promoción y prevención de la salud asociada a la caracterización de los

- trabajadores del mercado “Los Portales”- El Porvenir, 2019. [Internet]. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo; 2022 [citado el 14 de enero de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/3919>
24. Mostacero M. Promoción y prevención de la salud asociado a la caracterización de los adultos del AA. HH. Los Rosales. La Esperanza - Trujillo, 2022 [Internet]. Trujillo: Universidad Católica de Trujillo; 2020 [citado el 16 de enero de 2024]. disponible en: <http://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/2728>
 25. Gonzalo A. Nola Pender: Health Promotion Model [Internet]. United States: nursing laboratories; 2023 [cited January 15, 2024]. Available at: <https://nurseslabs.com/nola-pender-health-promotion-model/>
 26. Alicia Petiprin. Pender's health promotion model [Internet]. United States: Nursing Theory; 2020 [cited January 17, 2024]. Available at: <https://nursing-theory.org/theories-and-models/pender-health-promotion-model.php>
 27. Rodriguez DC, Guevara MC, Paz MA. Análisis y Evaluación del Modelo de Promoción de la Salud [Internet]. Nuevo León: Revista internacional de historia y pensamiento enfermero; 2023 [citado el 17 de enero de 2024]. Disponible en: <https://ciberindex.com/index.php/t/article/view/e14224/e14224>
 28. Helfer T, Faeh D, Luijckx E, Frey S, Berg A, Peter Karin. The connection between health promotion, prevention and psychosocial health: an innovative action model [Internet]. Bern: Creative Commons International Attribution; 2020 [cited January 17, 2024]. Available at: <https://openpublichealthjournal.com/volume/13/page/850/fulltext/>
 29. Kisling L. Prevention strategies [Internet]. United States: StatPearls Publishing LLC; 2024 [cited January 18, 2024]. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537222/>
 30. Velasco CA. El modelo de Lalonde como marco descriptivo dentro de las investigaciones sobre cryptosporidium del grupo de investigación gastrohnp de la Universidad del Valle de Cali, Colombia [Internet]. Cali: Universidad del Valle de Cali; 2020 [cited January 19, 2024]. Available at: <https://revistas.univalle.edu.co/index.php/gastrohnp/article/view/1353>
 31. Gutiérrez M, Ledezma JCR. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [Internet]. Madrid: Revista de Resultados Negativos y No

- Positivos; 2020 [citado el 18 de enero de 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
32. Borchardt L. Apoyo social y autoestima. Un abordaje desde el modelo y la teoría de los cinco factores [Internet]. Buenos Aires: Revista de Investigación en Psicología Social; 2020 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://publicaciones.sociales.uba.ar/index.php/psicologiasocial/article/view/2343/1983>
33. Barrera M, Flores L. Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios [Internet]. Mérida: Revista Latinoamericana de Educación; 2020 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://revistas.uniandes.edu.co/index.php/vys/article/view/7722/8272>
34. Rodríguez S. Validación Argentina del cuestionario MOS de apoyo social percibido [Internet]. Argentina CONICET; 2022 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/433/213>
35. Quiroga C. Percepción de apoyo social y calidad de vida: la visión de personas mayores chilenas en el contexto de pandemia durante el 2020 [Internet]. Concepción: Universidad de Concepción; 2020 [citado el 20 de enero de 2024]. Disponible en: https://revistaprospectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/11544/14821#content/contributor_reference_1
36. Izquierdo Hernández A, Armenteros Borrell M, Lancés Cotilla L, Martín González I. Alimentación saludable. [Internet] Cuba: Rev cubana Enfermería. 2019 [citado el 14 de enero de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0864-03192004000100012&script=sci_arttext
37. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet]. Ginebra: OMS; 2024 [citado el 16 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
38. Organización de las Naciones Unidas. Responsabilidad social en salud [Internet]. París: UNESCO [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://redbioetica.com.ar/responsabilidad-social-en-salud/>
39. Fondo de Población de las Naciones Unidas. Salud sexual y reproductiva [Internet] Nueva York: UNFPA; 2024 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en:

<https://www.unfpa.org/es/salud-sexual-y-reproductiva>

40. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia Unicef.org. [Internet] Nueva York: UNICEF; 2024 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/venezuela/media/1186/file/Los%20h%C3%A1bitos%20de%20higiene.pdf>
41. Ministerio de Salud. Qué es la salud bucodental [Internet]. Argentina: Salud bucal; 2021 [citado el 19 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/salud/bucodental/que-es>
42. Intermountain Healthcare. Salud emocional [Internet]. Estados Unidos: Universidad de Utah; 2024 [citado el 20 de enero de 2024]. Disponible en: <https://intermountainhealthcare.org/primary-childrens/wellness-prevention/emotional-wellbeing/bienstar-emocional/salud-emocional/>
43. Castro M. Manejo de la ansiedad y el estrés: cómo sobrellevarlos a través de diferentes técnicas [Internet]. Santiago: Revista Confluencia; 2021 [citado el 20 de enero de 2024]. Disponible en: <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/569>
44. Hanco Gómez MS, Carpio Maraza A, Laura Castillo ZJ, Flores Mamani E. Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del departamento de Puno [Internet]. Puno: Universidad Nacional del Altiplano; 2021 [citado el 21 de enero de 2024]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682021000300186
45. Egrini IA-N. Autorrealización en personas adultas jóvenes: fuentes y estrategias para su construcción [Internet]. Costa Rica: Revista de Educación y Desarrollo. [citado el 22 de enero de 2024]. Disponible en: https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/51/51_Arguedas.pdf
46. Suarez MA. Identificación y utilidad de las herramientas para evaluar el apoyo social al paciente y al cuidador informal [Internet]. Col Méd Paz: Rev médica [citado el 22 de enero de 2024]. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582011000100010
47. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Metodología de la investigación [Internet].

México: McGraw-Hill; 2018 [citado el 24 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

48. Bernal C. Metodología de la investigación [Internet]. Colombia: PEARSON; 2022 [citado el 25 de enero de 2024]. Disponible en: <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%c3%b3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>
49. Hadi M, Martel C, Huayta F, Rojas R, Arias J. Metodología de la investigación. [Internet]. Lima: Instituto Universitario de Innovación; 2023. [citado el 25 de enero de 2024] Disponible en: <https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/catalog/view/82/124/149>

VIII. ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos de recolección de la información

CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA – TRUJILLO, 2023

Instrucciones:

Señor/(a) comerciante del mercado Santa Rosa de Vista Alegre, el presente cuestionario es de carácter confidencial y anónimo, y tiene como finalidad recoger datos respecto a las acciones que usted realiza como comerciante en relación a la promoción y prevención de su salud. Para lo cual le solicitamos responda con total sinceridad, marcando con una aspa (x) en el cuadro que usted crea conveniente.

	Actividades que realiza	Si (3pt)	A veces (2pt)	No (1pt)
ALIMENTACIÓN				
01	En su alimentación diaria consume frutas y verduras			
02	Evita asistir a lugares de venta de comida rápida			
03	Respecto a los alimentos que consume conoce su valor nutricional			
04	Posee un horario constante o regular para el consumo de sus alimentos			
05	Evita el consumo excesivo de sal y azúcar en la preparación de sus alimentos			
ACTIVIDAD FÍSICA				
06	Usted cree que la actividad física favorece la condición de su salud			
07	Usted para su transporte diario a lugares cercanos, prefiere caminar o usar bicicleta			
08	Usted realiza deporte intenso u otra actividad física intensa.			
09	Usted elige realizar alguna actividad física en comparación a estar sentado o descansar			
RESPONSABILIDAD EN SALUD				
10	Se informa de las prácticas saludables y prevención de enfermedades mediante el empleo de los medios de comunicación			

11	Concurre a charlas educativas y capacitaciones sobre temas de conservación del medio ambiente y del entorno donde vive.			
12	Concurre a chequeos médicos preventivos			
13	Evita exponerse prolongadamente a la luz directa del sol			
14	Concurre a realizarse exámenes de laboratorio: hemoglobina, colesterol, triglicéridos, otros; por lo menos 1 vez por año.			
	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA			
15	Usted trata de evitar relaciones sexuales que sean riesgosas para su salud			
16	Usted emplea o cree que es relevante el uso de anticonceptivos como método de planificación familiar.			
17	Usted se realizó o considera que es relevante el control prenatal durante la gestación (embarazo)			
18	Usted se realizó o considera que es relevante realizarse el examen PAP al menos 1 vez por año			
	HIGIENE			
19	Usted consume agua hervida o purificada.			
20	Usted tiene buenas prácticas higiene personal diariamente			
21	Usted lava las verduras y frutas antes de consumirlas			
22	El lugar donde vive usted lo mantiene limpio y ordenado			
23	Usted acostumbra a lavarse las manos antes de consumir sus alimentos			
	SALUD BUCAL			
24	Usted se cepilla los dientes después de consumir cada comida			
25	Usted asiste al odontólogo cada cierto periodo de tiempo			
26	Usted se mantiene informado de las prácticas de salud bucal			
	SALUD EMOCIONAL			
27	Usted en sus tiempos libres comparte con su familia o amigos			
28	Usted durante las situaciones difíciles mantiene una actitud positiva			
29	Usted en sus tiempos libres realiza alguna actividad de recreación como: pasear, cine, leer, otros			
30	Usted duerme bien y se despierta descansado			

CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023.

Instrucciones:

Señor/(a) comerciante del mercado Santa Rosa de Vista Alegre, el presente cuestionario es de carácter confidencial y anónimo, y tiene como finalidad conocer su estilo de vida. Para lo cual le solicitamos responda con total sinceridad, marcando con un aspa (x) en el cuadro que usted crea conveniente.

No.	ÍTEMS	CRITERIOS			
	ALIMENTACIÓN	N: nunca V: a veces F: frecuentemente S: siempre			
1	Se alimenta usted 3 veces al día (desayuno, almuerzo y cena)	N	V	F	S
2	Consume usted todos los días alimentos balanceados (carne, frutas, cereales, granos, vegetales y frutas)	N	V	F	S
3	Usted toma usted entre 4 a 8 vasos de agua por día	N	V	F	S
4	Usted entre comidas incluye el consumo de alguna fruta	N	V	F	S
5	Usted selecciona comidas que no posean ingredientes químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Usted lee las etiquetas que poseen los alimentos enlatados, empaquetados o conservas con la finalidad de identificar sus ingredientes.	N	V	F	S
	ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7	Usted realiza ejercicio físico mínimo de 20 a 30 minutos, en un periodo de 3 veces por semana.	N	V	F	S
8	Usted realiza diariamente actividades o acciones que incluyan el movimiento del cuerpo.	N	V	F	S
	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Puede usted identificar los factores que le puedan estar originando problemas de tensión o preocupación.	N	V	F	S
10	Usted manifiesta o expresa sus problemas de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Puede usted plantearse alternativas de solución frente a los problemas de preocupación o tensión.	N	V	F	S

12	Usted realiza alguna de las siguientes acciones de relajación: descansar (siesta), pensamiento positivo (pensar en cosas agradables, ejercicios de respiración y pasear)	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Usted se relaciona o corresponde socialmente con los demás	N	V	F	S
14	Usted posee buenas relaciones interpersonales con los demás	N	V	F	S
15	Usted comunica sus deseos e inquietudes con las demás personas	N	V	F	S
16	Usted cuando tiene problemas difíciles recibe el apoyo de las demás personas.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACIÓN				
17	Usted se encuentra realizado o satisfecho con su vida	N	V	F	S
18	Usted se encuentra satisfecho con las actividades o tareas que realiza actualmente	N	V	F	S
19	Usted realiza acciones o actividades que animen su desarrollo personal	N	V	F	S
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Usted asiste al menos 1 vez al año para una revisión médica, en algún establecimiento de salud.	N	V	F	S
21	Usted al momento de presentar malestar por alguna dolencia, acude a un establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Usted toma medicina solo indicados por un médico	N	V	F	S
23	Usted toma en consideración lo recomendado por el personal de salud.	N	V	F	S
24	Usted participa en actividades de salud: charlas educativas, lectura de libros o revistas de salud y campañas de salud.	N	V	F	S
25	Usted consume alcohol, cigarro y/o drogas.	N	V	F	S

CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL APOYO SOCIAL DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023.

Instrucciones:

Señor/(a) comerciante del mercado Santa Rosa de Vista Alegre, el presente cuestionario es de carácter confidencial y anónimo, y tiene como finalidad conocer el tipo de apoyo social con el que cuenta. Para lo cual le solicitamos responda con total sinceridad, marcando con un aspa (x) en el cuadro que usted crea conveniente.

CUESTIONES		ESCALAS				
		1 = Nunca	2 = Pocas veces	3 = Algunas veces	4 = Mayoría de veces	5 = Siempre
1	Tiene usted alguien que le ayude cuando está en cama producto de una enfermedad					
2	Tiene usted alguien con quien pueda contar cuando necesite conversar					
3	Tiene usted alguien que le brinde un consejo frente a un problema					
4	Tiene usted alguien que le pueda llevar al médico cuando sea necesario					
5	Tiene usted alguien que le muestra afecto y amor					
6	Tiene usted alguien con el que pueda pasar un momento agradable					
7	Tiene usted alguien que le brinde información y le ayude a entender los problemas					
8	Tiene usted alguien en quien confiar y de poder hablar de sus preocupaciones					
9	Tiene usted alguien que le abraza					
10	Tiene usted alguien con quien pueda relajarse					
11	Tiene usted alguien que le prepare sus alimentos, cuando no puede hacerlos					
12	Tiene usted alguien que le brinde un consejo que desee.					
13	Tiene usted alguien que le ayude a olvidar los problemas					
14	Tiene usted alguien que le ayude en sus actividades cuando está enfermo					
15	Tiene usted alguien con el cual pueda compartir sus temores y problemas más íntimos.					
16	Tiene usted alguien que le aconseje a resolver sus problemas personales					
17	Tiene usted alguien con quien divertirse					
18	Tiene usted alguien que pueda comprender sus problemas.					
19	Tiene usted alguien a quien amar y hacerle sentir querido.					

Anexo 2: Ficha técnica

Nombre original del instrumento	CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA – TRUJILLO, 2023
Autor y año	Original: Encuesta demográfica de Salud Familiar – Endes 2018
	Adaptación: Br. Lizano Jara, Nora Estela
Objetivo del instrumento	Determinar los niveles de prevención y promoción de la salud de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Usuarios	Trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Forma de administración o modo de aplicación	La aplicación del instrumento fue realizada de manera presencia en el mercado Santa Rosa.
Validez del instrumento	El instrumento fue validado por juicio de expertos.
Confiabilidad	El cuestionario aplicado tiene un alfa de Cronbach superior a 0.50, con los datos recolectados.

Nombre original del instrumento	CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023.
Autor y año	Original: Elaborado por Delgado R. Reyna E. y Díaz R., el cual fue realizado en base al diseñado por Walker E, Sechrist K y Pender N.
	Adaptación: Br. Lizano Jara, Nora Estela
Objetivo del instrumento	Determinar el estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Usuarios	Trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Forma de administración o modo de aplicación	La aplicación del instrumento fue realizada de manera presencia en el mercado Santa Rosa.
Validez del instrumento	El instrumento fue validado por juicio de expertos.
Confiabilidad	El cuestionario aplicado tiene un coeficiente de correlación de Pearson, superior a 0.20, con los datos recolectados.

Nombre original del instrumento	CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL APOYO SOCIAL DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023.
Autor y año	Original: Cuestionario de “Estudio de resultados médicos: encuesta de apoyo social (MOS)” elaborado por los autores Sherbourne y Steward.
	Adaptación: Br. Lizano Jara, Nora Estela
Objetivo del instrumento	Determinar el apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Usuarios	Trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.
Forma de administración o modo de aplicación	La aplicación del instrumento fue realizada de manera presencia en el mercado Santa Rosa.
Validez del instrumento	El instrumento fue validado por juicio de expertos.
Confiabilidad	El cuestionario aplicado tiene un alfa de Cronbach superior a 0.50, con los datos recolectados.

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 la promoción y prevención de la salud", a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

MA=Muy adecuado () BA=Bastante adecuado (X) A= Adecuado ()
PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023 Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA
DNI: 18827654

Firma y sello

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA, con Documento Nacional de Identidad N.º 43341526, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD, con código de colegiatura 49813, labor que ejerzo actualmente como JEFA DE OFICINA TECNICA – CUIDADO INTEGRAL, 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 la promoción y prevención de la salud”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa -Trujillo, 2023.

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:

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

PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023. Apellidos y nombres: VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA
DNI: 43341526


REGION LA LIBERTAD
GERENCIA REGIONAL DE SALUD
UNIDAD EJECUTIVA 412 SALUD VIRU
Mg. Marilyn Y. Villa Seminario
Jefa de Oficina Técnica
CEP. 49813
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 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 la promoción y prevención de la salud”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

MA=Muy adecuado () BA=Bastante adecuado (X) A= Adecuado ()
PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023. Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA
DNI: 46712707

Firma y sello de la Licenciada Katherine Giles Castro, Colegiada en Enfermería, C.E.P. 78430.

Firma y sello

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 estilo de vida”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

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

PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023 Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA
DNI: 18827654

Firma y sello

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA, con Documento Nacional de Identidad N.º 43341526, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD, con código de colegiatura 49813, labor que ejerzo actualmente como JEFA DE OFICINA TECNICA – CUIDADO INTEGRAL, 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 estilo de vida”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa -Trujillo, 2023.

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:

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

PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023. Apellidos y nombres: VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA
DNI: 43341526


REGION LA LIBERTAD
GERENCIA REGIONAL DE SALUD
UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU

Mg. Marilyn Y. Villa Seminario
Jefa de Oficina Técnica
CEP. 49813
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 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 estilo de vida”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

MA=Muy adecuado () BA=Bastante adecuado (X) A= Adecuado ()
PA=Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023. Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA
DNI: 46712707



Firma y sello

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 apoyo social”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

MA=Muy adecuado () BA=Bastante adecuado (X) A= Adecuado ()
PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023 Apellidos y nombres: CASTILLO ZEVALLOS ROSA MARINA
DNI: 18827654

Firma y sello

CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA, con Documento Nacional de Identidad N.º 43341526, de profesión ENFERMERA, grado académico MAESTRA EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD, con código de colegiatura 49813, labor que ejerzo actualmente como JEFA DE OFICINA TECNICA – CUIDADO INTEGRAL, 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 apoyo social”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa -Trujillo, 2023.

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:

MA=Muy adecuado () BA=Bastante adecuado (X) A= Adecuado ()
PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023 Apellidos y nombres: VILLA SEMINARIO MARILYN YESICA
DNI: 43341526


REGION LA LIBERTAD
GERENCIA REGIONAL DE SALUD
U E 412 SALUD VIRU
Marilyn Y. Villa Seminario
Mg. Marilyn Y. Villa Seminario
Jefa de Oficina Técnica
CEP. 49813
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 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 apoyo social”, a efectos de su aplicación a los Trabajadores del Mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.

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:

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

PA= Poco adecuado () NA=No adecuado ()

Trujillo, mayo del 2023. Apellidos y nombres: GILES CASTRO KATHERINE TATIANA
DNI: 46712707

The image shows a blue circular official stamp of the "UNIDAD EJECUTORA 412 SALUD VIRU" and a handwritten signature in blue ink over it. Below the stamp is a small rectangular stamp that reads "LICENCIADA EN ENFERMERIA" and "C.E.P. 78430".

Firma y sello

Anexo 3: Operacionalización de variables

Variables	Definición Conceptual	Operacionalización	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Variable independiente: Promoción y prevención de la salud	Mecanismo en el cual la población incrementa el control sobre el ámbito de su salud, integrado por las instituciones de salud, comunidades e individuos que trabajan en conjunto para provocar circunstancias que protejan la salud (5).	La promoción y prevención de la salud como variable ordinal, se presenta en tres niveles: promoción y prevención de la salud bajo, medio y alto.	Alimentación	Adquiere adecuadas o inadecuadas conductas de alimentación.	1, 2, 3, 4 y 5	Promoción y prevención de la salud bajo (30 a 50 puntos).
			Actividad física	Realiza actividad física frecuente o nula.	6, 7, 8 y 9	Promoción y prevención de la salud medio (51 a 70 puntos).
			Responsabilidad en salud	Se realiza chequeos médicos.	10, 11, 12, 13 y 14	Promoción y prevención de la salud alto (71 a 90 puntos).
			Salud sexual y reproductiva	Tiene conocimientos sobre planificación familiar o emplean métodos anticonceptivos.	15, 16, 17 y 18	
			Higiene	Posee hábitos de higiene en su rutina diaria.	19, 20, 21, 22 y 23	
			Salud bucal	Posee inadecuados o adecuados hábitos de salud bucal.	24, 25 y 26	

			Salud emocional	Tiene actitudes positivas para enfrentar situaciones emocionales.	27, 28, 29 y 30	
Variable dependiente: Caracterización del estilo de vida	La caracterización del estilo de vida son hábitos y comportamientos (conductas) que un individuo adopta, y que está vinculado a la salud y enfermedad (7)	La caracterización del estilo de vida como variable ordinal, se presenta de dos maneras: estilo de vida saludable y estilo de vida no saludable	Alimentación	Tiene adecuados o inadecuados hábitos de alimentación.	1, 2, 3, 4, 5 y 6	Estilo de vida saludable: 75 a 100 puntos. Estilo de vida no saludable: 25 a 74 puntos.
			Actividad y ejercicio	Realiza actividad y ejercicio frecuente o nulo.	7 y 8	
			Manejo de estrés	Tiene un adecuado o inadecuado control del estrés empleando actividades de relajación.	9, 10, 11 y 12	
			Apoyo interpersonal	Posee adecuadas o inadecuadas relaciones interpersonales en la vida diaria.	13, 14, 15 y 16	
			Autorrealización	Se encuentra satisfecho con su desarrollo personal, a través de las actividades que realiza diariamente.	17, 18 y 19	

			Responsabilidad en salud	Toma decisiones preventivas respecto a su salud.	20, 21, 22, 23, 24 y 25	
Variable dependiente: Caracterización del apoyo social	La caracterización del apoyo social es un conjunto de recursos psicológicos y materiales con los que cuenta un individuo para hacerle frente a una crisis individual o familiar, que pueda estar obstaculizando su bienestar social y salud (9)	La caracterización del apoyo social como variable ordinal, se presenta de dos maneras: apoyo social adecuado y apoyo social inadecuado.	Apoyo emocional	Cuenta con una persona que le escuche, le brinde cuidados y confianza.	2, 3, 7, 8, 12, 15, 16 y 18	Apoyo social adecuado: 58 a 95 puntos. Apoyo social inadecuado: 19 a 57 puntos
			Apoyo instrumental	Cuenta con una persona que le brinde apoyo tangible (económico o de bienes).	1, 4, 11 y 14	
			Apoyo social positivo	Cuenta con una persona con la cual pueda compartir tiempo de ocio y distracción (recreación).	6, 10, 13 y 17	
			Apoyo afectivo	Cuenta con una persona que le brinde expresiones de amor y afecto.	5, 9 y 19	

Anexo 4: Carta de autorización

MERCADO SANTA ROSA DE VISTA ALEGRE

Víctor Larco Herrera, Trujillo 28 de octubre del 2023

CARTA DE RESPUESTA

Srta.

Nora Estela Lizano Jara

Estudiante de Enfermería

Ref.: Respuesta a carta presentada, para la autorización para la aplicación de instrumentos de recojo de datos.

Reciba nuestro cordial saludo.

En mi condición como representante legal del MERCADO SANTA ROSA de Vista Alegre, del distrito de Víctor Larco Herrera, con dirección Manco Cápac 702, identificado con nombre y apellidos WALTER SUAREZ ESPINA con N° DNI: 17906308, por medio del presente escrito, autorizo a la estudiante de enfermería, Nora Estela Lizano Jara, con N° DNI 42210445, para que aplique sus instrumentos de recojo de datos, para realizar el informe de investigación que tiene por título: PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA ROSA - TRUJILLO, 2023.

Firma

Nombre:

DNI:

Cargo:

WALTER SUAREZ E
17906308
PRESIDENTE



Anexo 5: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA
CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA
ROSA - TRUJILLO, 2023**

Yo....., identificado con DNI
....., 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 6: Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO A LA
CARACTERIZACIÓN DE LOS TRABAJADORES DEL MERCADO SANTA
ROSA - TRUJILLO, 2023**

Yo, No acepto
participar en el presente estudio, señalé conocer el propósito de la investigación.

FIRMA

Anexo 7: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Existe asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023?	Objetivo general: Determinar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. Objetivos específicos: 1. Identificar el nivel de promoción y prevención de la salud de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. 2. Identificar el nivel de estilo de vida de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. 3. Identificar el nivel de apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.	Hi: Existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023. Ho: No existe asociación significativa entre la promoción y prevención de la	Variable independiente: Promoción y prevención de la salud Variables dependientes: - Caracterización del estilo de vida. - Caracterización del apoyo social.	Dimensiones de la promoción y prevención de la salud: - Alimentación. - Actividad física. - Responsabilidad en salud. - Salud sexual y reproductiva. - Higiene. - Salud bucal. - Salud emocional. Dimensiones del estilo de vida: - Alimentación.	Tipo de investigación: Básico. Diseño de investigación: Correlacional de corte transversal, no experimental. Población: 150 comerciantes del mercado Santa Rosa, del distrito

	Rosa - Trujillo, 2023. 4. Identificar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones de la caracterización estilo de vida: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023. 5. Identificar la asociación entre la promoción y prevención de la salud y las dimensiones de la caracterización apoyo social: apoyo emocional, apoyo instrumental, apoyo social positivo y apoyo afectivo de los trabajadores del mercado Santa Rosa – Trujillo, 2023.	salud y la caracterización: estilo de vida y apoyo social de los trabajadores del mercado Santa Rosa - Trujillo, 2023.	- Actividad y ejercicio. - Manejo de estrés. - Apoyo interpersonal. - Autorrealización. - Responsabilidad en salud. Dimensiones del apoyo social: - Apoyo emocional. - Apoyo instrumental. - Apoyo social positivo. - Apoyo afectivo.	de Víctor Larco, Trujillo. Muestra: 150 comerciantes del mercado Santa Rosa (se incluyó toda la población) Instrumentos: Cuestionarios de nivel de promoción y prevención, estilo de vida y apoyo social.
--	--	---	--	--

Anexo 8: Informe de originalidad

