

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN EN ADULTOS DE SANTA SOFÍA IV - TRUJILLO, 2022

por Br. Reina Huaman Rojas

Fecha de entrega: 19-jul-2023 04:01p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2133714503

Nombre del archivo: 4_Br._Huaman_Rojas,_Reina_-_TURNITIN.docx (636.73K)

Total de palabras: 13129

Total de caracteres: 74282

I. INTRODUCCIÓN

En 1948 la Organización Mundial de la Salud (OMS), establece que la salud es un estado absoluto de bienestar físico, mental y social, y no únicamente la ausencia de la enfermedad. Por esta razón el concepto de salud se constituye del estado de adecuación al medio biológico y sociocultural, el estado fisiológico de equilibrio asociado a la alimentación y desde el punto de vista biológico y social referente a las relaciones familiares y sus hábitos (1).

La salud es un derecho fundamental del ser humano, la cual conforme avanza el tiempo se hace más compleja y se va llenando de matices. La salud engloba aspectos subjetivos como físico, mental y social, objetivos tales como la capacidad de funcionamiento y sus aspectos sociales que abarca la adaptación y el trabajo socialmente productivo, por ende, es un recurso para la vida cotidiana mas no el objetivo de la vida (2).

Gozar de una buena salud viene a ser el mejor recurso para que el ser humano se desarrolle de manera personal, económica y social. La salud y el bienestar son objetivos que personas y los colectivos sociales desean alcanzar y se puede llegar a ello mediante la promoción y la prevención de la salud (3).

La carta de Ottawa indica que la promoción la prevención de la salud busca que las personas desarrollen su potencial de salud teniendo en cuenta sus condiciones sociales y los activos de su comunidad las cuales determinan una mala o buena salud, abarca acciones que van dirigidas a modificar condiciones sociales, ambientales y económicas, con el objetivo de ayudar a su impacto positivo en la salud de manera individual y colectiva (3).

Uno de los objetivos de la promoción de la salud busca que las personas tomen el mando para volverse personas más saludables. Así mismo este proceso busca modificar la calidad de vida que puede estar influyendo desfavorablemente sobre la salud, también busca impulsar costumbres saludables de vida y facilitar el acceso a oportunidades económicas, científicas, de información y tecnológicas que beneficien el dominio de la propia salud (4).

La carta de Ottawa indica cinco funciones primordiales de la promoción de la salud:

1. Desarrollar aptitudes personales para la salud: hace referencia a la herramientas e información necesarias que se proporciona para aumentar los conocimientos, habilidades y las competencias imprescindibles para la vida (5).

2. Desarrollar entornos favorables: se basa en impulsar que las personas se ayuden entre ellas y conserven su ambiente. Por ende, se incita la creación de condiciones laborales y de vida satisfactoria, higiénicas, estimulantes y apropiadas (5).

3. Reforzar la acción comunitaria: ¹ la promoción de la salud se encarga de fomentar la participación de la comunidad en la instauración de prioridades, elección de decisiones y de la elaboración y el desempeño de acciones para alcanzar un nivel más alto de salud (5).

4. Redirigir ¹ los servicios de salud: se promueve que los servicios del sector salud difundan su función curativa y elaboren acciones de promoción incorporando las acciones de prevención específica, también se busca que la promoción de la salud sea un compromiso dividido entre las personas y los servicios de salud (5).

5. Promover políticas públicas saludables: se ubica a la salud en la agenda de las autoridades que toman las decisiones de todos los gobiernos y sectores públicos como privados y que dichas decisiones opten por la creación de un entorno favorable para la vida, trabajo, estudio, y ocio para la población (5).

Igualmente, ¹ la prevención de la salud son las medidas que están orientadas a impedir y frenar el avance de una determinada enfermedad, así también a minimizar ¹ los efectos y consecuencias una vez iniciada, este concepto es definido en 1988 por la Organización Mundial de la Salud. Siendo la ⁴ prevención de la salud la clave para prevenir el surgimiento de una enfermedad y debe estar basada en el entendimiento de la historia natural de la enfermedad, su evolución, proceso patológico cuando no hubiera una participación medica de por medio; debemos tener presente cuanto antes se emprendan acciones de prevención mejor será el resultado ante una enfermedad y sus secuelas (6).

La organización mundial de la salud organiza a la prevención de la salud en tres niveles: **Prevencción** primaria: son las acciones que van orientadas a prever la aparición de una afección o algún problema de salud a través del control de los agentes causales y los factores predictivos o condicionantes, por ende, se basa en el cuidado de la salud mediante acciones provisorias enfocadas al medio ambiente y la comunidad. Este nivel busca eliminar o disminuir los factores de riesgo presentes en la comunidad mediante la promoción de la salud y la educación para la salud donde incluya estilos de vida saludables, circunstancias adecuadas para la vivienda, trabajo y recreación; un ejemplo de este nivel sería el uso de preservativos para la prevención de enfermedades de transmisión sexual (7).

Prevencción secundaria: este nivel va dirigido a detectar la enfermedad en sus fases iniciales. Es importante un diagnóstico anticipado y oportuno, captación adelantada y un tratamiento adecuado son importantes para el control de una patología y esto se logra mediante un examen médico regular a personas aparentemente saludables. Un ejemplo sería la detección anticipada del cáncer de mama mediante el autoexamen regular (7).

Prevencción terciaria: viene a ser el conjunto de medidas que van orientadas a la rehabilitación y tratamiento de una enfermedad, para detener su avance y con ello el surgimiento de complicaciones o secuelas, de esta manera se va a mejorar la calidad de vida de los pacientes (8).

Por lo tanto, el enfoque principal de la promoción y prevención de la salud es garantizar la calidad de vida de los individuos y la población, se busca que los tales reconozcan los problemas de salud para los cuales las medidas preventivas pueden resultar en el uso apropiado de los servicios de salud. Aquí se resalta la importancia del estilo de vida y la conducta de la persona, de esta manera se mejora el estado de salud y el buen funcionamiento tanto físico como mental. La salud preventiva está tomando popularidad debido a que las personas buscan mejorar su salud y bienestar general tomando decisiones adecuadas (9).

Por otra parte, la adultez es donde se toma decisiones que van a afectar el estado de salud de un individuo. La adultez es la etapa del desarrollo humano que continúa a la juventud y va antes de la vejez, es aquí donde se alcanza una plena madurez intelectual y física de un individuo y habitualmente se enmarca entre los 21 a 60 años de edad; esta etapa

no solo trae cambios biológicos y físicos en su plenitud, sino que también un equilibrio emocional y psicológica relativa y a su vez una mayor carga de responsabilidades de la cara a la sociedad. En esta etapa de vida se va perdiendo el vigor que se tenía en la juventud y por ende van apareciendo enfermedades por los inadecuados hábitos de salud que se tuvo en la etapa joven (10).

A nivel mundial ¹ las enfermedades crónicas son un importante problema de salud pública. En el ² 2005 la Organización mundial de la Salud (OMS) indico que el 61% de todas las muertes (35 millones) y el 49% de la carga mundial de morbilidad son provocadas por enfermedades crónicas. Se estima que en 2030 la proporción de individuos que mueran en el mundo debido a enfermedades crónicas alcanzara el 70%; se espera que el mayor ² incremento se produzca en las regiones de África y el Mediterráneo oriental. Estas estadísticas se pueden ¹ aminorar en un 80% de padecer enfermedades crónicas si se combina cuatro factores de un estilo de vida saludable y son mantener un adecuado, practicar ejercicio regular, adoptar una dieta saludable y no consumir cigarrillos (11).

La doctora española Valdueña en su estudio realizado indicó que la mayoría de las enfermedades actuales se deben a los hábitos de vida inadecuados y también al alejamiento de una dieta saludable, los cuales llevan al incremento del sobrepeso, la obesidad y sus patologías en las personas. En su opinión la doctora refiere que las personas debieran dar un giro en su mentalidad sobre la prevención antes que el tratamiento de las enfermedades. En su estudio indico que el 80% de personas padece obesidad y solo un 20% realiza actividad física (12).

Datos arrojados por el Instituto Nacional el 69.9% de adultos peruanos tiene un determinado nivel de obesidad y sobrepeso. Los estudios han corroborado que los inadecuados hábitos alimenticios matan más personas adultas y el Perú no se libra de esta nueva pandemia que azota la salud a nivel mundial según las estadísticas; más de 11 millones de personas padecen de practicar hábitos poco saludables. Los adultos peruanos debieran hacerse un cheque preventivo cada cierto tiempo donde incluyas exámenes de laboratorio como perfil lipídico, triglicéridos, prueba de glucosa, entre otros de esta manera se previene enfermedades crónicas como diabetes, colesterol e hipertensión arterial (13).

Por otro lado, una enfermedad que afecto a muchas personas adultas en el 2019 fue la COVID 19, donde fallecían alrededor de 680 personal al día y sobre todo afectaba a personas adultas con un mayor índice de masa corporal, con enfermedades crónicas como diabetes mellitus tipo 2 y enfermedades cardiovasculares todas ellas relacionadas con el estilo de vida. Es por ello que es importante adoptar y mantener un estilo de vida saludable para prevenir cualquier tipo de enfermedades, se debe consumir una dieta rica en hierro, zinc magnesio, ácidos grasos y vitaminas como la A, B6, B12, C, D y evite la ingesta de alimentos procesados ya que nos son de beneficio para el sistema inmune. Por otra parte, el ejercicio es importante y va de la mano con la alimentación saludable y se recomienda un mínimo de dos días por semana de ejercicio de fuerza (14).

Un estudio realizado en Estados Unidos por Harris Poll revelo que muchos adultos han padecido variaciones no deseadas en su peso, en su dieta y en el sueño a causa del estrés, el dolor emocional y el aislamiento lo que ha repercutido en su salud emocional, mental y física. Las cifras que arroja este estudio son, que el 61% han notado un cambio en su peso corporal, el 23% ingiere bebidas alcohólicas, el 67% duerme el tiempo requerido y del 46% su salud mental ha empeorado (15).

El coronavirus o COVID 19 llego al Perú en un contexto social donde existían grupos de población vulnerables como los adultos y adultos maduros con comorbilidades que fueron un grupo vulnerable a este virus. También los impactos socioeconómicos son los que pertenecen a diferentes estatus sociales género, la etapa del ciclo de vida, el territorio y la condición étnico-racial, y otros factores como la discapacidad y el estilo de vida de cada persona hicieron que las personas quedaran sujetas a padecer este temido virus (16).

En el 2020 en el Perú el 82.3% de las mujeres adultas padecen enfermedades crónicas, mientras que en los hombres este problema de salud afecta al 72,9% según estudios realizados por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Por otro lado, si hablamos por zonas del Perú en las ciudades el 85% de adultos padecen enfermedades crónicas, en el área rural el 82,2% y en Lima el 79,1%, estas enfermedades preexistentes elevan el riesgo de cuadros graves de la Covid 19 según los voceros del MINSA (17).

La presente investigación tiene como población a los adultos del sector VI de la urbanización popular Santa Sofía; la cual tiene alrededor de 50 años de formación y se localiza a las faldas del Asentamiento Humano Pesqueda, hace muchos esa parte era un

fundo que tenía solo un dueño, quien ahí criaba caballos de paso y cabras lecheras, el terrateniente solo tuvo un hijo quien heredó el fundo, al morir el padre él hijo creyó conveniente vender las tierras por lo cual empezó a lotizar y venderlas, en memoria a su madre nombró a la urbanización Santa Sofía. De manera gradual se fue llenando de habitantes que no pudieron invadir un lote en el Asentamiento Humano Pesqueda y buscaban un terreno para poder construir sus casas. Con el tiempo Santa Sofía ha ido desarrollándose y ahora cuenta con una población aproximada de mil habitantes en los cuatro sectores que la conforman.

La mayor parte de los pobladores tienen sus casas hechas con material noble, igualmente cuentan con servicios de agua, luz y alcantarillado, algunos tienen internet y teléfono fijo en sus domicilios. Todos los días pasa el camión de la basura, sin embargo, gente saca su basura pasado el horario dejando la basura en la calle esto origina la proliferación de moscas alrededor de las mismas.

La dificultad de Santa Sofía es no contar con sus títulos emitidos por la Municipalidad de Trujillo, el proyecto de titulación lleva muchos años en proceso, este año 2022 con el nuevo alcalde Jhon Mejía Huerta este sueño se podría concretar para el beneficio de sus moradores ya que él está haciendo las gestiones en la municipalidad de Trujillo para que los moradores cuenten con un título de propiedad.

Según estudios anteriores relacionados a la presente investigación se encontró a nivel internacional a Castro, R; (18) con su investigación titulada Estilos y calidad de vida de los adultos mayores la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo septiembre 2018 - agosto 2019, su objetivo es conocer los estilos y calidad de vida del adulto mayor de la comunidad Patuco. La población muestral es de 30 adultos. La metodología: descriptivo, de corte transversal. Conclusiones: La mayoría de los adultos se encuentra entre 65 y 75 años de edad, en relación a los estilos de vida de los adultos mayores son saludables, resaltando que la mayoría de los adultos son autónomos para realizar sus actividades cotidianas. Referente a la calidad de vida se encontró que la mayor parte tiene una calidad de vida adecuada, en particular en el grupo de adultos de 65 a 75 años de sexo femenino.

Caiza, C; (19). En la investigación “Correlación entre los factores del estilo de vida y el VO2max de los adultos mayores que residen en el Barrio La Moya de la Parroquia de Conocoto durante el mes de marzo del 2020, donde el objetivo general fue determinar la

correlación entre los factores del estilo de vida y el VO₂máx de los adultos mayores que residen en el barrio la Moya de la parroquia de Conocoto durante el mes de marzo del 2020. Su metodología fue cuantitativo, observacional, transversal. El estudio estuvo conformado por 10 adultos mayores. Conclusiones: En cuanto a los factores relacionados con el estilo de vida, en particular la alimentación, el 70% de los participantes no consumía las cantidades de frutas y verduras recomendadas por la OMS. El 60% consumía cantidades de azúcar, sal y grasas saturadas dentro de los límites recomendados por la OMS. El 60% de los participantes realizaba al menos veinte minutos de ejercicio físico al día. Solo un participante de los diez fumaba, y referente al consumo moderado de alcohol, solo un participante sobrepasaba los límites de moderación. La media obtenida de la evaluación del VO₂máx fue 19,70 ml/kg/min y solamente tres de diez participantes obtuvieron una calificación en promedio.

Hidalgo, D y Panchana, E; (20). En su investigación “Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos de 30 a 50 años que trabajan en la unidad Judicial de Florida Norte en la Ciudad de Guayaquil durante el periodo 2019-2020”. Su estudio fue descriptivo transversal y de tipo cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 62 adultos. Conclusiones: Los adultos presentaron un estado nutricional inadecuado lo que predomina a padecer sobrepeso y obesidad lo que les expone a padecer enfermedades crónicas. Y también predominó un estilo de vida regular debido al sedentarismo.

Vallejo, D; (21). En su investigación “Autocuidado y calidad de vida en adultos mayores pertenecientes a un barrio de la comuna 3 de Armenia, Quindío 2021”. Su objetivo fue: Determinar el nivel de autocuidado y calidad de vida de los adultos mayores de un barrio perteneciente a la comuna 3 de Armenia, Quindío. Metodología: cuantitativo. Población: estuvo compuesta por 30 adultos mayores. Conclusiones: en relación con las categorías de alimentación, higiene, confort y la actividad física los adultos son autosuficientes logrando así la realización de actividades básicas de la vida diaria.

También encontramos a nivel nacional a **Barrera, W; (22).** En su investigación Factores Sociodemográficos y acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud de los

adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal de diseño no experimental. Conclusiones y resultados; en relación a los factores sociodemográficos la mayoría son de sexo masculino donde la edad promedio es de 18- 35 años, su grado de instrucción es secundaria; gran parte de los adultos son casados, son obreros y tienen un ingreso económico alrededor de los 650 a 850 soles y la mayoría de los adultos cuentan con Seguro Integral de Salud (SIS). Referente a estilos de vida casi el total de adultos son saludables y tienen apoyo social adecuado. En relación a la prevención y promoción de la salud la mayoría de adultos tienen acciones de promoción de la salud inadecuadas.

Cotrina, L y Quio A; (23). En la investigación “Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Fernando Pucallpa - 2020”. Tuvo como objetivo: Conocer el estilo de vida de los adultos mayores que asisten al Centro de Salud San Fernando, Pucallpa – 2020. La metodología fue de enfoque cuantitativo, se usó diseño descriptivo simple y de corte transversal y observacional; la muestra fue de 150 adultos. Conclusiones: la gran mayoría de los adultos mayores encuestados tienen un estilo de vida adecuado en la dimensión biológica y dimensión social lo cual es favorable para su salud, y contrariamente en la dimensión psicológica se evidencia un inadecuado manejo del estrés y estado emocional que perjudican la salud del adulto mayor.

Dongo, K; (24), en su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor, Urbanización Las Brisas II Etapa_Nuevo Chimbote. 2019”. Su objetivo general fue determinar la relación entre estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor. Metodología: cuantitativa, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Muestra: 143 adultos mayores. Conclusiones: la mayoría de adultos tiene un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo de estilo de vida saludable, más de la mitad de adultos presentan un estado nutricional normal y se aplicó la prueba de Chi cuadrado y se encontró que si hay relación significativa entre las variables antes mencionadas.

Mora, F; (25) en su estudio titulado “Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2017”. Su objetivo fue de: precisar el estilo de vida del adulto maduro. Metodología: descriptivo y de tipo cuantitativo. Muestra: formada por 150 adultos maduros del Asentamiento Humano Pachacútec. Conclusiones: La mayoría de adultos que participaron en el estudio tiene un estilo de vida saludable con un riesgo en las dimensiones bilógicas y sociales.

Finalmente se encontró investigaciones locales como la de **Cueva, A; (26)**. En su investigación “Factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adultos del sector El Presidio - Trujillo, 2019” Su objetivo fue Determinar los factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción de la salud de los adultos del Sector el Presidio asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social. La muestra estuvo conformada por 217 adultos. Metodología, de tipo cuantitativo, de corte transversal y con diseño no experimental. Conclusiones: en relación con el nivel de promoción y prevención de la salud la mayoría de los adultos tienen un nivel alto, también la mayor parte de los adultos cuenta con un estilo de vida saludable y disponen de apoyo social.

Ramos, J; (27). Realizó su investigación “Estilo de vida y el estado nutricional en adultos atendidos en Centro de Salud Alto Trujillo en el 2017-2018”. El objetivo fue evaluar la relación existente entre el estilo de vida y el estado de nutrición de los adultos atendidos en Centro de Salud Alto Trujillo en el 2017-2018. Muestra conformada por 285 personas entre 20 y 59 años de ambos sexos. Fue una investigación de tipo descriptiva correlacional. Las conclusiones fueron: gran parte de los adultos participantes del estudio tuvo un estilo de vida no saludable; el relación con la nutrición el sobrepeso fue el más, la mayoría fue de sexo femenino y las edades de los participantes oscilaron entre los 51 a 59 años de edad, se halló que la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional de los adultos es baja e inversa.

Ramos, J; (28). Realizó su investigación titulada “Estilo de vida y estado nutricional en adultos Centro de Salud alto Trujillo, 2017-2018”. El objetivo de la investigación fue: Evaluar la asociación que hay entre el estilo de vida y el estado de nutrición en adultos atendidos en el Centro de Salud Alto Trujillo en el 2017-2018. Metodología: descriptiva correlacional. Trabajó con una muestra de 285 personas de ambos sexos y entre los 20 y 59 años de edad. Conclusiones: se halló que la mayoría de los adultos tuvo un estilo de vida inadecuado, resaltando el estado de nutrición de sobrepeso y se encontró la asociación es baja entre los estilos de vida y el estado de nutrición de los adultos es baja y a su vez inversa en la interrelación entre los estilos de vida y el estado nutrición.

Por consiguiente, la presente investigación es importante porque se conocerá los problemas que presentan los adultos. Teóricamente la investigación se fundamenta en la Dra, Nola Pender y su modelo de promoción y prevención de la salud, dicho modelo está orientado en educar a los individuos con el propósito de fortalecer aptitudes y destrezas para la protección de su propia salud mediante la promoción de conductas saludables. Este trabajo de investigación es importante ya que se pudo conocer la realidad de los adultos en estudio, donde se conoció que los adultos tienen conocimiento sobre prácticas saludables pero no las llevan totalmente a la práctica generando un déficit en sus prácticas saludables.

Desde la parte práctica nos va a ayudar establecer nuevas estrategias, prácticas y estilos de vida saludable, también intervenciones preventivas para promover y fomentar la salud en los adultos, nos brinda la oportunidad de poder cambiar en lo posible sus estilos de vida mal llevados durante su etapa joven y ayudarlos a poder vivir lo más libre de problemas de salud durante la etapa adulta; el haber elegido como población de estudio a los adultos de Santa Sofía IV, se debe a que es una zona vulnerable por diversos factores como la falta de conciencia sobre la disposición de los desechos y los inadecuados estilos de vida que practican; al promover algunos estilos de vida saludables en esta población se evitará que muchas generaciones vengan con problemas de salud, es por ello que esta investigación se realizó con el fin de aportar a la comunidad no solo concientización a través de la promoción y prevención de la salud, sino también mediante la instauración de programas educativos a través de las autoridades de la zona.

Así mismo desde la posición metodológica encontramos que las herramientas de evaluación que fueron utilizadas fueron validadas para este tipo de población y van a servir como antecedente para estudios futuros y a la vez a profesionales de la salud para tomar medidas de promoción y prevención de la salud con el fin de reducir factores de riesgo y promover tratamientos oportunos en bienestar de la población.

Por lo expuesto se plantea el siguiente problema del trabajo de investigación: ¿La promoción y prevención de salud está asociada a la caracterización en adultos de Santa Sofía IV -Trujillo, 2022?

Para dar respuesta a la interrogante antes planteada se formuló el posterior objetivo general: Determinar la asociación entre la promoción y prevención de salud y la caracterización en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.

Para llevar a cabo el objetivo general se contempló los siguientes objetivos específicos:

- Establecer el nivel de promoción y prevención de salud en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.
- Describir la caracterización del estilo de vida y apoyo social en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.
- Identificar la caracterización del apoyo social en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.
- Explicar la relación que existe entre la promoción y la prevención de la salud y la caracterización del estilo de vida en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.
- Explicar la relación que existe entre la promoción y la prevención de la salud y la caracterización del apoyo social en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.

Debido a lo expuesto previamente se concluye en la siguiente hipótesis: Si existe asociación significativa entre promoción y prevención de salud y la caracterización en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.

Este trabajo investigativo se fundamenta en la teoría de promoción de la salud de Nola Pender. Ella nació en el año de 1941 en los Estados Unidos, estado de Michigan en la localidad de Lansing, sus padres creían de manera firme sobre la educación de la mujer es por ello que la apoyaron para que sigas sus estudios. Pender siempre tuvo vocación por la educación y una preferencia natural para asistir a las personas, es por ello que tomó la decisión de estudiar enfermería y en 1964 se graduó como Licenciada en Ciencias en Enfermería en la prestigiosa Universidad Estatal de Michigan; en 1972 comenzó a trabajar en su teoría El modelo de Promoción de la Salud (29).

El modelo de promoción de la salud determina en el individuo factores cognitivos-perceptuales que son cambiados por características situacionales, interpersonales y personales; dicho modelo ayuda a identificar conceptos destacados sobre los comportamientos de promoción de la salud e integrar hallazgos de investigación. El modelo de Pender se fundamenta en la educación de las personas de cómo cuidarse y como llevar una vida sana, su frase más usada es "hay que fomentar la vida saludable que es esencial antes que los cuidados, porque de esa forma, hay menos gente enferma, se gastan menos recursos, se les da autonomía a las personas, y se mejora hacia el futuro" (30).

El modelo de promoción de la salud es una teoría que identifica factores de percepción cognitiva individual que están influenciados por características situacionales, personales e interpersonales para involucrarse en conductas promotoras de salud con pautas de acción. Este modelo tiene como objetivo identificar conceptos relevantes sobre los comportamientos de promoción de la salud e integrar los resultados de la investigación de una manera que facilite la generación de hipótesis comprobables; también dicho modelo se refina y amplía en su capacidad para explicar la relación entre los factores que se cree que influyen en los cambios en los comportamientos de la salud y su finalidad es educar a las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable. Una frase muy icónica de Pender es “Hay que fomentar la vida saludable, que es fundamental, antes de la enfermería ya que se traduce en menos pacientes, consume menos recursos, las personas ganan independencia y su futuro mejora” (31).

Pues bien, el modelo de promoción de la salud se fundamenta en la hipótesis de la formación social planteada por Albert Bandura, quien sostiene que los procesos cognitivos son importantes ya que modifican la conducta del ser humano. La teoría de la acción racional dada por Fishbein también influyó en el desarrollo del modelo de Pender, dicha teoría indica que la función de conductas personales y normativas sociales es el comportamiento, en consecuencia, se considera al modelo de promoción de la salud de Pender como una metateoría ya que su modelo está inspirado en las teorías de Albert Bandura y Martin Fishbein (32).

La teoría de Pender se concentra en cinco factores que afectan la disposición de una persona para encaminar un estilo de vida sano. Dichos factores son: Conocimiento de la salud donde la educación y la información son fundamentales para que las personas tomen decisiones sanas; las creencias personales de cada persona sobre la salud y enfermedad pueden influenciar en su comportamiento; la autoeficacia que es la seguridad en la propia capacidad para participar en comportamientos saludables; el apoyo social que es el soporte que brindan amigos, familiares, y la comunidad y que puede influir en los comportamientos de salud de una persona y los factores ambientales que son las condiciones físicas y sociales en las que vive una persona y que pueden afectar a sus hábitos saludables (33).

Nola pender también propuso metaparadigmas los cuales son: Salud: es una condición positiva y es más importante que cualquier afirmación general. Persona: cada persona se

define de manera única por sus propias formas de percibir y por tener características únicas. Entorno: esto no se ha dilucidado por completo, pero se demuestran las interacciones entre los determinantes cognitivos y los cambios que influyen en la expresión de comportamientos que promueven la salud. Enfermería: la salud como habilidad de enfermería se ha incrementado en la última década, el rol de una persona sana es la base de cualquier programa de mejoramiento de dicha población, siendo la enfermera el primer agente responsable de incentivar a los usuarios a proteger su vida (34).

Los principios de Pender han dado un nuevo panorama de ver la atención de enfermería, pero se debe mencionar que el aspecto terapéutico de enfermería no puede desglosarse de nuestra práctica diaria. La atención médica comunitaria es la mejor manera de optimizar la salud y la prevención de enfermedades, al usar la perspectiva de promoción de la salud de Pender, mediante programas comunitarios pueden enfocarse en actividades que puedan fomentar el bienestar de las personas; tanto la promoción de la salud como la prevención de las enfermedades pueden ser ejecutadas con más facilidad en la comunidad para evitar llegar a enfermarse y recurrir a programas que curan enfermedades (35).

II. METODOLOGÍA

2.1. Objeto de Estudio:

2.1.1. Tipo de investigación:

Cuantitativo: es la recolección y análisis de datos numéricos, se usa herramientas estadísticas y matemáticas con el objetivo de cuantificar el problema de la investigación (36).

2.1.2. Nivel de investigación:

Correlacional: su propósito es medir dos variables, comprende y a su vez evalúa el vínculo estadístico entre ellas (37).

Corte transversal: es la investigación observacional que analiza los datos recogidos durante un periodo de tiempo (38).

2.1.3. Diseño de Investigación

No experimental: se fundamenta en la observación de fenómenos para luego analizarlos (39).

2.1.4. Población y muestra

Población: Está constituida por 300 adultos de Santa Sofia IV - Trujillo.

Muestra: Se trabajó con 162 adultos de Santa Sofia IV – Trujillo.

2.1.5. Unidad de análisis:

Cada adulto de Santa Sofia IV – Trujillo, que formaron parte de la muestra y que cumplieron con los criterios de inclusión.

Criterios de Inclusión:

- Los adultos que moran en Santa Sofia IV – Trujillo.
- Los adultos que aceptaron participar en la investigación.
- Los adultos de Santa Sofia IV – Trujillo, de ambos sexos.

Criterios de Exclusión:

- Los adultos que no residen dentro de Santa Sofia IV – Trujillo.
- Los adultos que nieguen su participación en el estudio.
- Los adultos de Santa Sofia IV – Trujillo, que presenten problemas de comunicación.

2.1.6. Definición y operacionalización de variables

a) Promoción y prevención de salud:

Definición conceptual: Son acciones, procedimientos e intervenciones globales, dirigidas a la población para mejorar sus condiciones de vida y mantenerse sanos (40).

Definición operacional: Como variable cualitativa ordinal la promoción y prevención de la salud muestra los siguientes niveles de clasificación:

Nivel de promoción y prevención de salud bajo: si después de haber aplicado el cuestionario se alcanza un puntaje de 30 a 50 puntos.

Nivel de promoción y prevención de salud medio: si después de haber aplicado el cuestionario se alcanza un puntaje de 51 a 70 puntos.

Nivel de promoción y prevención de salud alto: si después de haber aplicado el cuestionario se alcanza un puntaje de 71 a 90 puntos.

b) Caracterización:

Dimensión de Estilo de vida

Definición conceptual: vienen a ser los hábitos de vida como los aspectos físicos y psicológicos que conforman cierta manera de vivir de una persona o un conjunto en su beneficio (41).

Definición operacional: como una variable cualitativa ordinal el estilo de vida presenta los siguientes niveles de clasificación:

Estilo de vida no saludable: si después de haber aplicado el cuestionario se alcanza un puntaje de 25 a 74 puntos.

Estilo de vida saludable: si después de haber aplicado el cuestionario se alcanza un puntaje de 75 a 100 puntos.

Dimensión de Apoyo social

Definición conceptual: es la ayuda que se brinda en momentos de necesidad y puede ser psicológica, física y financiera (42).

Definición operacional: el apoyo social como variable cualitativa ordinal presenta los siguientes rangos de clasificación:

Apoyo social inadecuado: si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 19 a 57 puntos.

Apoyo social adecuado: si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje igual a 58 puntos.

2.2. Técnicas e instrumentos de Recolección de datos

Técnica: se utilizó la observación directa e indirecta mediante la encuesta.

INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Instrumento 1: Cuestionario de Promoción y Prevención de Salud en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022. (Anexo 4 y 5)

Este instrumento fue elaborado en base al aplicado en la Encuesta demográfica de Salud Familiar – Endes 2018 y adaptado al presente estudio de investigación. En su estructura consta de dos partes: Instrucciones y contenido, dentro del cual se consideran 30 ítems relacionados a la práctica de actividades preventivas promocionales de la salud, al mismo tiempo se dividen en 7 ejes temáticos, estos son:

- Eje temático: Alimentación (05 ítems)
- Eje temático: Actividad física (04 ítems)
- Eje temático: Responsabilidad en salud (05 ítems)
- Eje temático: Salud sexual y reproductiva (04 ítems)
- Eje temático: Higiene (05 ítems)
- Eje temático: Salud bucal (03 ítems)
- Eje temático: Salud emocional (04 ítems)

La puntuación para cada una de las respuestas es la siguiente: Si=03 puntos, A veces=02 puntos y No=01 punto. El resultado final se obtiene al sumar cada una de las respuestas, de esta forma se puede obtener un resultado mínimo de 30 puntos y un resultado máximo de 90 puntos del siguiente modo:

Nivel de promoción y prevención de salud bajo: si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 30 a 50 puntos.

Nivel de promoción y prevención de salud medio: si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 51 a 70 puntos.

Nivel de promoción y prevención de salud alto: si luego de la aplicación del cuestionario se obtiene un puntaje de 71 a 90 puntos.

Control de Calidad de Datos:

La validez o autenticidad es el grado en que el instrumento mide realmente la variable que pretende medir, sirviendo para la intención que fue elaborado. Para este instrumento se empleó la prueba binomial de 5 expertos conocedores del tema a evaluar. Para poder medir el grado de acuerdo entre los expertos se empleó la

metodología del coeficiente de Kappa, con la premisa que existe una conformidad entre investigadores si $K > 0$ (Landis y Koch). Después de realizar el análisis respectivo y el grado de concordancia entre los mismos fue de $k = 0.715$, llegando a la conclusión que el instrumento es notablemente válido. Así mismo este instrumento fue sometido a una prueba piloto, la que permitió evaluar la correcta redacción de los ítems, su comprensión, practicidad y tiempo estimado indicado para su aplicación. Con la información que se obtuvo se procederá a realizar la prueba estadística Alfa de Crombach en donde $\alpha > 0.50$, para corroborar su fiabilidad.

Instrumento 2: Cuestionario de Caracterización del Estilo en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.

Este instrumento usado investigación fue realizado por Delgado R. Reyna E. y Díaz R., el cual fue realizado en base al diseño hecho por Walker E, Sechrist K y Nola Pender, nombrado “Estilo de Vida Promotor de la Salud”. El cual está constituido por 25 ítems que a su vez se dividen en 6 dimensiones a evaluar y son: alimentación, actividad y ejercicio, administración del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. Cada pregunta de este instrumento cuenta con 4 opciones para responder:

N: nunca, V: a veces, F: frecuentemente y S: siempre.

Los ítems están divididos de la siguiente forma:

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

Para obtener los resultados se designó un puntaje, los puntajes son:

- Nunca: 01 punto, A veces: 02 puntos, Frecuentemente: 03 puntos y Siempre: 04 puntos.
- A excepción del ítem 25 en el que el puntaje es viceversa.
- Nunca: 04 puntos, A veces: 03 puntos, Frecuente: 02 puntos y Siempre: 01 punto.

Después de sumar todas las respuestas, se clasifica en:

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

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

Control de calidad de datos

Validez del instrumento

El presente instrumento fue elaborado en base al cuestionario realizado por Sherbourne y Steward el cual cuenta con validez interna, validez externa y confiabilidad. Para comprobar su validez se solicitó la opinión de profesionales expertos en el área, los cuales brindaron sugerencias y aportes al cuestionario; después fue sometido a validez estadística de correlación mediante la prueba r de Pearson obteniendo un $r > 0.20$ en cada uno de los 25 ítems del cuestionario.

La fiabilidad del instrumento fue mediante la prueba estadística de alfa de Crombach, alcanzando un $r = 0.794$, considerando al instrumento válido y confiable para su empleo.

Instrumento 03: Cuestionario de Caracterización del Apoyo Social en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022.

El presente cuestionario fue hecho en base del cuestionario MOS y contabiliza 19 ítems los cuales miden el nivel de apoyo social observado mediante sus dimensiones: afectiva, emocional, instrumental e interactiva. Este instrumento consta de un rango de evaluación de tipo Likert con cinco alternativas de respuesta:

Nunca, pocas veces, algunas veces, mayoría de veces y siempre.

- Nunca: 01 punto
- Pocas veces: 02 puntos
- Algunas veces: 03 puntos
- Mayoría de veces: 04 puntos
- Siempre: 05 puntos

Para alcanzar los resultados se necesita dar puntaje a cada respuesta dada. Los puntajes según la respuesta son:

Resultado mínimo: 19 puntos y resultado máximo: 95 puntos, con lo que se alcanza conocer si existe:

Apoyo social inadecuado: si luego de haber aplicado el cuestionario se obtiene un puntaje de 19 a 57 puntos.

Apoyo social adecuado: si luego de haber aplicado el cuestionario se obtiene un puntaje exacto a 58 puntos.

Control de calidad de datos:

Validez de confiabilidad del instrumento

Este instrumento fue validado por Baca, D. (2016), después de realizar las pruebas estadísticas se halló un alfa de Cronbach de 0.94 que muestra un nivel elevado de consistencia interna a través los ítems y el test total. Así también realizó el análisis factorial exploratorio (AFE) de ejes principales (apoyo informacional: 0.908, apoyo afectivo: 0.871, Apoyo instrumental: 0.708), dando como conclusión un adecuado nivel de fiabilidad y validez al instrumento. Por lo tanto, este instrumento tiene validez para medir el apoyo social captado por los adultos del sector IV de la Urbanización Popular Santa Sofía-Trujillo, 2022.

2.3. Análisis de la información:

2.3.1. Procedimiento para la recolección de datos

Para reunir los datos de la presente investigación se tomó en cuenta los siguientes criterios:

- Se acudió a la oficina del alcalde del Santa Sofía IV para informar sobre el proyecto de investigación.
- Se presentó la solicitud al alcalde para aplicar el instrumento a los moradores del sector IV de Santa Sofía.
- Se procedió a ir a los domicilios para aplicar el instrumento a los adultos de Santa Sofía IV.
- En los domicilios se hizo lectura del consentimiento informado y procedieron a firmar su aceptación o negativa de su participación.
- Se procedió a aplicar el instrumento a cada adulto un tiempo estimado de 25 minutos, las respuestas brindadas fueron registradas por la investigadora.

2.3.2. Análisis y procesamiento de datos

Los datos recabados a través de los instrumentos fueron colocados en una base de datos de Microsoft Excel para ser enviados a otra base haciendo uso del Software Statistics versión 18.0 para ser procesados. Los datos fueron

expuestos en tablas unidimensionales y bidimensionales con sus correspondientes gráficos conforme a las variables en estudio.

Para determinar la relación entre la promoción y prevención de la salud, el estilo de vida y el apoyo social en adultos de Santa Sofía IV fue mediante la prueba estadística del Chi cuadrado considerando el criterio de significancia de $p < 0.05$ para así establecer una relación estadísticamente significativa.

2.4. Aspectos Éticos en investigación:

Las investigaciones vinculadas con seres humanos deben tener presente los elementos éticos ya establecidos en las normas de los derechos humanos estipulados en el decreto N° 011-2011-JUS:

Protección a las personas: en este estudio de investigación se trabajó respetando la honorabilidad y la identidad de los encuestados para no incurrir riesgos.

Beneficencia y no maleficencia: se aseguró el bienestar integral de cada participante de la investigación fomentando su bienestar físico, mental y social de esta manera no se causó daño ni efectos adversos se aumentó sus beneficios.

Justicia: este principio fue cumplido tratando de manera equitativa a cada participante teniendo el derecho a acceder a sus resultados.

Integridad científica: se previó causar daños a los adultos participantes en la investigación mediante el cumplimiento del reglamento deontológico de enfermería.

Consentimiento informado y expreso: se informó a los partícipes de la investigación de manera específica el instrumento y que la información obtenida es lo para fines investigativos donde se trabajó con los adultos que aceptaron voluntariamente participar.

III. RESULTADOS

Tabla 1.

Nivel de Promoción y Prevención de Salud en Adultos de Santa Sofía IV -Trujillo, 2022.

NIVEL DE PROMOCIÓN PREVENCIÓN DE LA SALUD	N°	%
Bajo	0	0
Medio	23	14
Alto	139	86
TOTAL	162	100

Fuente: Cuestionario sobre el nivel de promoción y prevención de la salud en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022; adaptado del elaborado por Endes 2018.

Interpretación:

Del 100% (162) de los adultos de Santa Sofía IV, se halló que el 86% (139) tiene un nivel alto, seguido del 14% (23) con un nivel medio y el 0% (0) con nivel bajo en cuanto al nivel de Promoción y Prevención de la Salud de los del sector IV de la Urbanización Popular Santa Sofía-Trujillo, 2022.

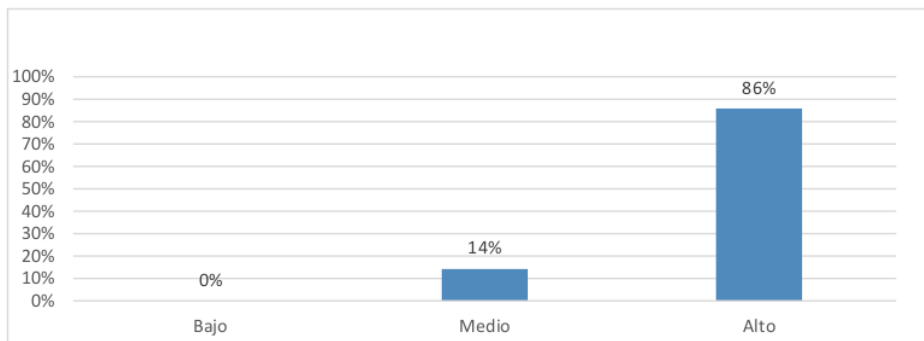


Figura 1. Gráfico de barras sobre el Nivel de Promoción y Prevención de Salud en Adultos de Santa Sofía IV-Trujillo, 2022.

Tabla 2

Caracterización del Estilo de vida en Adultos de Santa Sofía IV -Trujillo, 2022.

ESTILO DE VIDA	N°	%
Saludable	55	34
No saludable	107	66
TOTAL	162	100

Fuente: Cuestionario sobre estilos de vida en adultos de Santa Sofía IV - Trujillo, 2022 adecuado por Delgado R; Reyna E y Diaz R.

Interpretación:

Del 100% (162) de los adultos de Santa Sofía IV se encontró que el 66% (107) tienen un estilo de vida no saludable y un 34% (55) tienen un estilo de vida saludable.

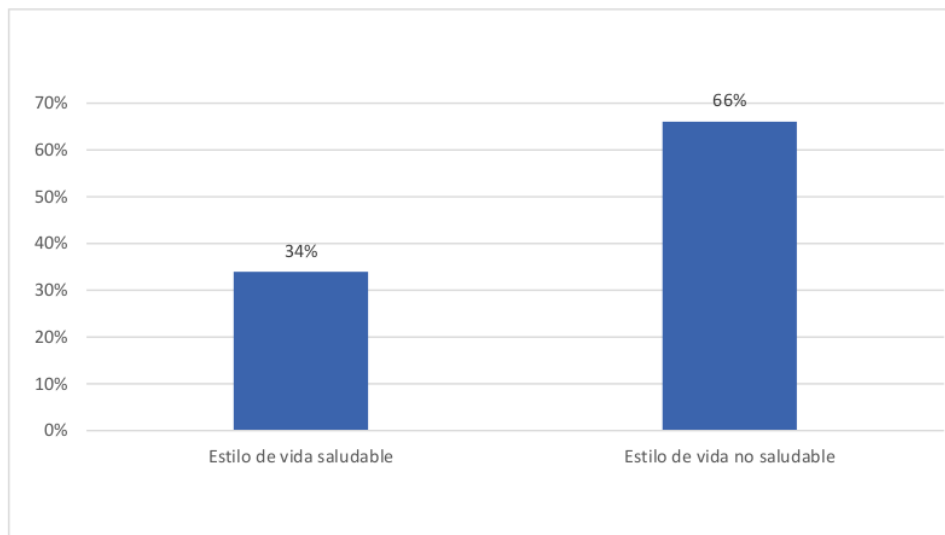


Figura 2. Gráfico de barras sobre los estilos de vida en Adultos de Santa Sofía IV -Trujillo, 2022.

Tabla 3

Caracterización del Apoyo social en Adultos de Santa Sofía IV -Trujillo, 2022.

APOYO SOCIAL	N°	%
Inadecuado	6	4
Adecuado	156	96
TOTAL	162	100

Fuente: Cuestionario sobre apoyo social en adultos de Santa Sofía IV- Trujillo, 2022 adecuado del elaborado por Sherbourne y Steward.

Interpretación:

Del total 100% (162) de los adultos de Santa Sofía IV se encontró el 96% (156) tienen un apoyo social adecuado y el 4% (6) tienen apoyo social inadecuado.

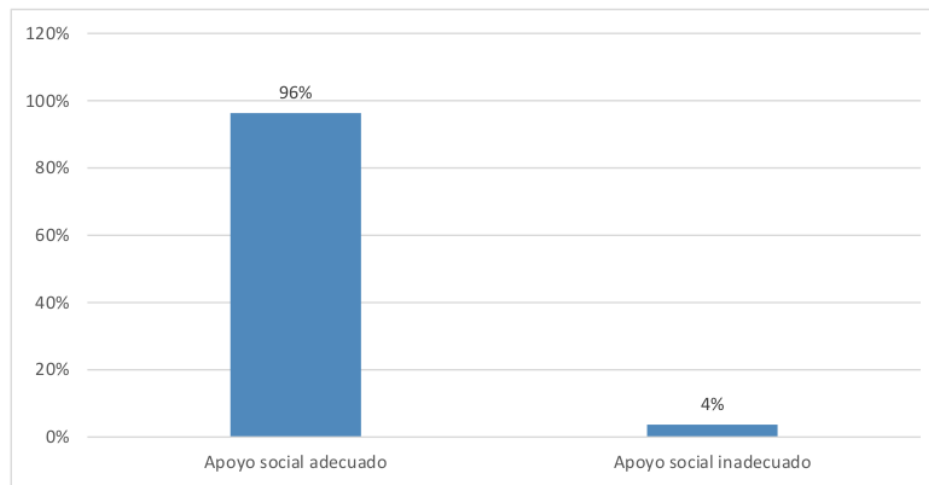


Figura 3. Gráfico de barras sobre el apoyo social de los Adultos del Sector IV de la Urbanización Popular Santa Sofía-Trujillo, 2022.

Tabla 4

Relación entre Promoción y Prevención de salud y la Caracterización del Estilo de Vida en Adultos de Santa Sofia IV -Trujillo, 2022.

ESTILO DE VIDA	NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD							
	Bajo		Medio		Alto		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Estilo de vida Saludable	0	0.0%	11	6.8%	44	27.2%	55	34.0%
Estilo de vida No Saludable	0	0.0%	12	7.4%	95	58.6%	107	66.0%
TOTAL	0	0.0%	23	14.2%	139	85.8%	162	100.0%

Interpretación:

Del total 100% (162) de adultos encuestados el 58.6% (95) tiene un estilo de vida no saludable y un nivel de promoción y prevención alto, un 7.4% (12) tiene un estilo de vida no saludable y un nivel de promoción y prevención medio y un 0% (0) tiene un estilo de vida no saludable y un nivel bajo de promoción y prevención; comprobándose que no existe relación estadísticamente entre el nivel de Promoción y prevención y el estilo de vida en Adultos de Santa Sofia IV -Trujillo, 2022.

Tabla 5

Relación entre el Nivel de Promoción y Prevención de salud y la Caracterización del Apoyo Social en Adultos de Santa Sofia IV -Trujillo, 2022.

APOYO SOCIAL	NIVEL DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD							
	Bajo		Medio		Alto		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Apoyo Social Inadecuado	0	0.0%	3	1.9%	3	1.9%	6	3.7%
Apoyo Social Adecuado	0	0.0%	20	12.3%	136	84.0%	156	96.3%
TOTAL	0	0.0%	23	14.2%	139	85.8%	162	100.0%

Interpretación:

Del total 100% (162) adultos encuestados un 84% (136) tiene apoyo social adecuado y un nivel de promoción y prevención alto, el 1.9% (3) tiene un apoyo social inadecuado y un nivel de promoción y prevención medio y por último un 0% (0) tiene un apoyo social adecuado y su nivel de promoción y prevención es bajo; comprobándose que si existe relación estadísticamente entre el nivel de promoción y prevención de la salud y el apoyo social en adultos de Santa Sofia IV -Trujillo, 2022.

IV. DISCUSIÓN

En la **tabla 1**: En los resultados obtenidos se evidencia que el 86% de adultos poseen un nivel alto de promoción y prevención de la salud, mientras que el 14% cuenta con un nivel medio y ningún adulto tiene nivel bajo.

Los resultados son similares a los conseguidos por **Polo, A; (43)** en la investigación titulada “Conocimientos y acciones de autocuidado del adulto mayor Hospital Leoncio Preado Huamachuco”; se encuentra que del 100% de adultos el 72% tienen un nivel de conocimiento adecuado y solo el 28% tienen un nivel de conocimientos inadecuados.

También los resultados son semejantes a **Ramos, J; (44)** con su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción relacionados con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24_Chimbote, 2019”, concluye que el 50,6% de los adultos que participaron en el estudio poseen acciones adecuadas sobre prevención y promoción de la salud.

Por otro lado, las conclusiones difieren con las halladas por **Medina, R; (45)** en su estudio investigativo “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25_Chimbote, 2019” donde se halló que del 100% de adultos sometidos a la encuesta el 57% tiene un nivel bajo, mientras que el 43% de adultos cuentan con un nivel alto de la variable de promoción y prevención de la salud.

Igualmente difieren con los resultados de **Pujay E. (46)**, en la investigación “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”, donde del 100% adultos, el 39% tienen un nivel de promoción de la salud bajo, el 32% tienen un nivel de promoción de la salud medio, mientras que el 29% mantienen un nivel de promoción alto.

La promoción son todas las medidas adoptadas por los profesionales de la salud para fomentar y facilitar el uso de medidas para mejorar la salud y la prevención por otro lado, son las medidas tomadas por adelantado para identificar riesgos con el fin de reducir o evitar el daño como la muerte por enfermedades prevenibles o secuelas de las mismas que van a llevar a generar gastos elevados. Por ende, decimos que la promoción y la prevención de la

salud vienen a ser la base de la enorme pirámide del sistema de salud y su finalidad es instruir, guiar y fomentar acciones que lleven mantener sana a la población mediante acciones de autocuidado, detección temprana de alteraciones en diferentes instantes de la vida (47).

Los resultados arrojaron que la mayoría 86% de los adultos que viven en el sector IV de la Urbanización Popular Santa Sofía- Trujillo tiene un nivel alto de promoción y prevención de la salud, el conocer esto nos indica que la población tiene conocimiento sobre las prácticas de promoción y prevención de la salud lo cual les va a permitir vivir sanos y felices logrando un mejor nivel de salud. Se encuentra también que el 14% de los adultos encuestados poseen un nivel medio de promoción y prevención de la salud, estos resultados indican que están en riesgo de desarrollar enfermedades crónicas tales como hipertensión arterial, diabetes, colesterol hasta un cáncer. Esto nos revela que es esencial que las autoridades y los Centros de Salud deben poner énfasis en campañas de concientización, visitas domiciliarias, entre otros para así ir mejorando las prácticas de salud y disminuir los riesgos de padecer un sin fin de enfermedades en esta parte de la población.

En la **tabla 2** los resultados obtenidos en relación al estilo de vida en adultos de Santa Sofía IV- Trujillo. Se observo que el 34% tiene un estilo de vida saludable mientras que un 66% tuene un estilo de vida no saludable.

La presente investigación es semejante a los resultados de **Paz. E;**(48) con su investigación “Factores demográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano-Villa Magisterial II etapa, Nuevo Chimbote 2019” encontrando que del 100% de adultos sometidos a la encuesta el 0% mantiene un estilo de vida saludable y el 100% a adoptado un estilo de vida no saludable.

Resultados son similares a los de **Febre, T; (49)** en su investigación que llevó por título “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019”. Donde concluyó que del 100% de adultos sometidos a la encuesta se halló que el 49% practican un estilo de vida saludable y el 51% han adquirido un estilo de vida no saludable.

Por otro lado, los resultados son semejantes a los descubiertos por **Palacios, N; (50)** en la investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito De Llama- Piscobamba, 2018” en donde se muestra que del 100% de adultos encuestados el 17% tiene un estilo de vida saludable y el 83% practica un estilo de vida no saludable.

Además, los resultados difieren con **Ramos, J; (44)**, con su estudio “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven La Unión sector 24 _Chimbote, 2019” donde indica que el 100% de adultos sometidos a la encuesta el 78% tienen estilos de vida saludables y el 22% poseen estilos de vida no saludables.

Por otra parte, los resultados hallados difieren con **Huaman, J; (51)** con su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma -Chimbote, 2019” donde del 100% adultos del estudio el 72% tienen estilos de vida saludables y el 28% adquirió estilos de vida no saludables.

El estilo de vida son el conjunto de conductas y posturas que desarrollan y adquieren los individuos de manera individual o colectiva para complacer sus necesidades como personas y lograr desarrollarse a nivel personal; el estilo de vida que se adquiere a lo largo de la vida va a repercutir en la salud física y psíquica. Los estilos de vida engloban hábitos practicas continuas de ejercicio, alimentación saludable y adecuada para la edad, actividades de relacionamiento, actividades de ocio, sostener una buena autoestima; etc. (52).

Los seres humanos adquieren distintos estilos de vida algunos más sanos que otros, existen dos clases los estilos de vida saludables y no saludables. Los estilos de vida saludables son el conjunto de conductas diarias que realizan las personas para mantener no solo el cuerpo sino también la mente sanos, un estilo de vida saludable no solo se refiere a cuidar el cuerpo de las enfermedades sino también implica cuidar la salud mental y social. Por otro lado, los estilos de vida no saludables son las practicas que deterioran la salud y con ello la calidad de vida de las personas dentro de la cuales tenemos la falta de ejercicio, una dieta desbalanceada, la falta de higiene personal, la ingesta de bebidas alcohólicas, el sedentarismo y la ausencia de relaciones interpersonales (53).

Es importante poder concientizar a los adultos de Santa Sofía IV-Trujillo ya que fue encontrado que el 66% posee un estilo de vida no saludable y esto se debe a que las personas no ponen en práctica las recomendaciones que recibieron mediante alguna campaña de salud u otro medio, el cambiar esta cifra se puede hacer mediante campañas dirigidas por el alcalde del sector, quien puede pedir ayuda al puesto de salud más cercano, de esta manera los adultos tomen conciencia y puedan desarrollar estilos de vida saludables haciéndoles de conocimiento que los riesgos de no tener estilos de vida saludables como desarrollar enfermedades como hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares, pulmonares, entre otras porque sus defensas del individuo están bajas, se vuelve más débil y susceptible a enfermedades y por ende se da la reducción de esperanza de vida.

En la **tabla 3** en cuanto a los resultados hallados del apoyo social en adultos de Santa Sofía IV- Trujillo. Donde se observa que un 96% cuenta con apoyo social adecuado y un 4% tiene un apoyo social inadecuado.

Dichos resultados son similares a los de **Gutiérrez, L y Rojas, E; (54)**. En la investigación titulada “Programa para la promoción de la salud del Adulto Mayor en las Comunas 5-6 del municipio de Villavicencio” donde sus resultados fueron que el 63% de adultos participantes del estudio cuentan con un apoyo social adecuado mientras que el 37% tienen un apoyo social inadecuado.

También hay semejanza con los resultados de **Domínguez, Y; (55)**. En la investigación “Apoyo social percibido en adultos mayores de la casa del Adulto Mayor de la Municipalidad de San Martín de Porres, periodo 2019”. Donde se evidenció los resultados hallados que el 86% de los adultos mayores tienen un apoyo social de manera adecuada y el 14% tiene un apoyo social inadecuado.

Por otro lado, los resultados difieren con los de **Ramírez, F; Díaz, D y Gómez, D; (56)**, en su investigación titulada “Relación entre Depresión y Apoyo Social en el Adulto Mayor del Centro vida de Piedecuesta” respecto al apoyo social del 100% de los encuestados tiene un apoyo social adecuado el 54% de los participantes mientras que un 46% recibe apoyo social de manera adecuada.

También difieren con los resultados hallados por **Enríquez, M; (57)** en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Habilitación Urbana

Progresiva 1° de agosto - Nuevo Chimbote, 2019” donde encontró que el 53,5% no tiene apoyo social mientras que el 46.5% si cuenta con apoyo social.

El apoyo social está formado por amigos y familiares, es un conjunto de recurso psicológicos las cuales provienen de otros individuos y que son importantes para ellos y que hacen que se sientan apreciados y valorados. Existe evidencia que el apoyo social es uno de los principales determinantes del bienestar propio ya que la persona se siente amado y satisfecho con el mismo y tolera el estrés con facilidad y puede elegir estrategias para afrontar situaciones difíciles (58).

Debido a la necesidad de las personas de contar con el soporte de otras personas ya que los seres humanos somos básicamente seres sociales el tener un círculo es importante porque tales pueden ceder ante a consecuencias negativas o positivas. Por el lado positivo las fuentes de apoyo pueden transformarse en una fuente que nos brinde bienestar, autoestima alta y emociones placenteras y nos ayuden a salir de la zona de confort a la que se eta acostumbrado e impulsa a tomar riesgos, por otro lado, las consecuencias negativas pueden llevar a las personas a realizar acciones que los dañen a largo plazo (59).

El estudio es importante ya que vemos como el apoyo social influye de gran manera en el estado de vivir de las personas, si tienen un apoyo social adecuado como es el caso de los adultos que el 96% cuenta con apoyo social adecuado lo que permite que puedan desarrollarse tanto física como mental, de esta manera podrán desempeñarse óptimamente en su trabajo y hogar ya que en esta etapa el adulto pasa por distintas pruebas o circunstancias de la vida.

Por otro lado, vemos que un 4% de adultos cuenta con apoyo social inadecuado esto puede causar un riesgo en el estado de ánimo y pueden llegar a la depresión, la soledad y el estrés, tales enfermedades son mentales e interfieren en su vida cotidiana. Sentirnos solos puede inducirnos a llevar comportamientos autodestructivos y conllevar a tener una mala salud mental y una salud cardiovascular deficiente, así como otros problemas de salud. Es en este sector de la población que las organizaciones deben optar por medidas en conjunto con los centros de salud brindando apoyo psicológico a este sector vulnerable y así mejorar su red de apoyo social.

En la **tabla 4** se observó en los resultados obtenidos de ambas variables que tienen un estilo de vida no saludable el 58.6% (95) y a su vez tienen el nivel de promoción y prevención

de la salud alto, también el 7.4% (12), tiene un estilo de vida no saludable y un nivel de promoción y prevención medio; de esta manera se comprobó que no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel de Promoción y prevención y el estilo de vida en Adultos de Santa Sofia IV-Trujillo, 2022.

Dichos resultados son semejantes con lo de **Medina, R; (60)** en el estudio titulado “Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 _Chimbote, 2019”. Los resultados encontrados fueron que el 63% de los participantes del estudio poseen un nivel adecuado de promoción y prevención de la salud mientras que son inadecuados sus comportamientos referentes a la salud mostrando que no existe relación entre las variables.

A su vez los resultados difieren con los de **Haro, M; (61)** en su estudio investigativo titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del Adulto. Asentamiento Humano Villa el Sol sector 1 _Chimbote, 2019”. Donde se encontró que al realizar la prueba del chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción de la salud y el estilo de vida que si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

La promoción y prevención de la salud va enlazado con los estilos de vida, porque ambos aportan al proceso salud- enfermedad y atención las cuales demandan modificaciones desde el sector salud pasando por el Estado, familia y comunidad. Los estilos de vida no saludables contribuyen problemas enormes al sector salud, el Estado debiera adoptar medidas para generar estrategias no solo de prevención sino también de autocuidado a través de programas que procuren transformar los estilos de vida de no saludables a unos estilos de vida adecuados poniendo énfasis que los estilos de vida saludable no son solo alimentación saludable y ejercicio sino también otros aspectos como el descanso, recreación, manejo de estrés, sexo seguro y salud oral, y que no solo se quede en el conocimiento sino debiera ser llevado a la práctica (62).

Se concluye que no existe relación estadísticamente entre prevención y el estilo de vida porque los adultos participantes del estudio tienen el conocimiento sobre promoción y prevención de la salud mas no lo llevan a la práctica por ende tienen un estilo de vida poco

saludable. Es importante poner en práctica el conocimiento obtenido así se evitará padecer enfermedades en el futuro, el adulto es responsable único de asegurarse un estilo de vida saludable y libre de patologías. Los dirigentes de la población deben realizar acciones de concientización para contribuir en la mejora del bienestar de sus pobladores mediante campañas de concientización y monitoreo sobre su salud.

En la **tabla 5** los resultados obtenidos de la relación sobre el nivel de promoción y prevención de la salud con la caracterización del apoyo social en adultos de Santa Sofía IV-Trujillo, 2021 donde se observó que del 100% un 84% (136) cuenta con un apoyo social adecuado y a su vez un nivel de promoción y prevención alto, el 1.9% (3) reflejando así la relación entre promoción y prevención de la salud y el apoyo social donde se encontró que si existe asociación entre las dos variables.

Los resultados hallados son semejantes a los encontrados por **Barrera, W; (63)** en el investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019”. Los resultados muestran mediante la prueba Chi cuadrado la relación que si existe relación entre las variables de promoción de la salud y el apoyo social.

A su vez los resultados encontrados difieren con los hallados por **Espinoza, M; (64)** en su investigación “Relación entre la prevención y promoción de la salud y el apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús María _ Nuevo Chimbote, 2019” donde en los resultados de la prueba del Chi cuadrado en prevención y promoción de la salud y el apoyo social lo cual determino que no existe relación estadísticamente en las variables.

El apoyo social cumple un papel importante en la vida del ser humano, es el sostén que brindan amigos, vecinos, compañeros, profesionales de la salud y familiares para superar cualquier situación complicada. El apoyo social es un conjunto de relaciones interpersonales ya sea emocional o económico y el contar con una adecuada red de apoyo social ayudará a mantener una buena salud psicológica dando como respuesta el poder interactuar frente a conflictos que ayudaran al crecimiento personal en cambio una inadecuada red social puede ser una fuente de estrés y ansiedad debido a que si se recibe en exceso puede limitar a la persona al no saber cómo enfrentar situaciones difíciles ya que no estuvo preparado para ello (65).

Referente a los resultados encontrados sobre la asociación entre la prevención y promoción de la salud y el apoyo social, se considera que, si existe relación entre las dos variables, esto se debe a que los adultos que participaron en la investigación gozan de un ambiente de cariño y afecto lo cual es muy favorable para ellos ya que viven en un ambiente familiar y amical adecuado, donde pueden compartir de manera natural sus emociones y sentimientos al sentirse valorados por su entorno. Los adultos manifestaron que en su hogar se sienten amados y queridos y se muestran apoyo en sus diferentes actividades, es importante contar con un adecuado apoyo social ya que se va a estar saludable psicológicamente, el no contar con un adecuado apoyo social genera alteraciones como la ansiedad y puede llevar a refugiarse en algún problema social como puede ser el alcoholismo o la delincuencia. Por ende, es importante la intervención de un equipo de salud para evaluar y reforzar el porcentaje de apoyo social inadecuado para no generar alteraciones en la salud.

V. CONCLUSIONES

- Respecto al nivel de promoción y prevención de la salud en adultos de Santa Sofia IV-Trujillo, la mayoría 86% (139) tienen un nivel alto y el 14% (23) tienen un nivel medio lo que indica que los adultos tienen la información necesaria de como velar por su salud.
- En relación a la caracterización del estilo de vida y el apoyo social se encontró más de la mitad 66% (107) tienen un estilo de vida no saludable y el 34% (55) tiene un estilo de vida saludable, casi en su totalidad 96% (156) cuentan con apoyo social adecuado y solo un 4% (6) cuentan con apoyo social inadecuado.
- En cuanto a la asociación entre la promoción y prevención de la salud y la caracterización del estilo de vida y apoyo social de los adultos que no existe relación significativa entre las variables de promoción de la salud y estilos de vida ya que los participantes del estudio cuentan con el conocimiento de promoción y prevención de la salud más no lo llevan a la práctica en los estilos de vida. En relación a la asociación de la variables de promoción de la salud y el apoyo social si existe relación significativa ya que los adultos cuentan un apoyo social adecuado.

VI. RECOMENDACIONES

- Informar al alcalde y organizaciones de Santa Sofia IV-Trujillo los resultados hallados en el presente estudio de investigación planteando medidas de promoción y prevención de la salud mediante sesiones educativas sobre la importancia de practicar hábitos saludables y así evitar enfermedades y lograr una mejora en su salud.
- Notificar al establecimiento de salud más cercano sobre el estudio y lo hallazgos para que tomen las medidas necesarias en la comunidad con el fin de perfeccionar intervenciones de promoción y prevención de la salud.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Health Keeper. La definición de salud según la OMS-Infografía [Internet]; 2018. Disponible en:
<https://www.axahealthkeeper.com/blog/la-definicion-de-salud-segun-la-oms-infografia/>
2. De La Guardia G, Ruvalcaba L. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [Internet]; 2020. Disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
3. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud. [internet]; 2022. Disponible en:
<https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
4. Universidad Internacional de Valencia. Promoción de la salud: definición, objetivos y ejemplos. [internet]; 2018. Disponible en:
<https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos>
5. De La Guardia G, Ruvalcaba. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [revista en internet]. 2020. Vol. 5, No 1. Disponible en:
<https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
6. UNIR REVISTA. La prevención en salud: importancia y tipos. [revista en internet]; 2021. Disponible en:
<https://www.unir.net/salud/revista/prevencion-en-salud/>
7. Martínez V. Niveles de Prevención de la Salud. [Documento en Internet]; 2019. Disponible en:
<https://saludpublica1.files.wordpress.com/2019/05/17-niveles-de-prevencic3b3n-2019.pdf>
8. PROVACCINES. Prevención de enfermedades. [Página en internet]; 2019. Disponible en: <https://provaccines.com/prevencion-de-enfermedades/>
9. Parul S. Importancia de la Prevención y Promoción de la Salud. [Blog en internet]; 2022. Disponible en:
<https://webmedy.com/blog/es/importance-of-health-prevention-and-promotion/>
10. Equipo editorial Etecé. Adultez. [Página en internet]: 2021. Disponible en:
<https://concepto.de/adultez/>

11. Naciones Unidas. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud. [Internet]; 2019. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>
12. Heraldo. El estilo de vida, causa de muchas de las enfermedades. [Internet]; 2018. Disponible en: <https://www.heraldo.es/noticias/salud/2014/07/11/el-estilo-vida-causa-muchas-las-enfermedades-298993-2261131.html>
13. López M. Los malos hábitos alimenticios: La nueva pandemia del siglo XXI. [Internet]; 2019. Disponible en: <https://rpp.pe/vital/salud/los-malos-habitos-alimenticios-la-nueva-pandemia-del-siglo-xxi-noticia-1192139?ref=rpp>
14. Martí A, Vásquez N. Cambios en el estilo de vida durante el confinamiento por la pandemia de SARS-CoV-2 en Europa: una revisión sistemática. [Artículo en internet]. 2022. Vol. 88. nº 3. Disponible en: https://analesranf.com/wp-content/uploads/2022/88_03/8803_03.pdf
15. Davis M y Urban P. La pandemia llevó al aumento de peso, mayor consumo de bebidas y más insomnio. [Internet]; 2021. Disponible en: <https://www.aarp.org/espanol/hogar-familia/familia-bienestar/info-2021/malos-habitos-pandemia-covid-19.html>
16. INEI. En el 2020 población peruana alcanza 32,6 millones de habitantes. [Nota de prensa]; 2020. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-2020-poblacion-peruana-alcanza-326-millones-de-habitantes-12302/>
17. Ministerio de Salud. El 82.3% de mujeres adultas mayores sufre de alguna enfermedad crónica que aumenta el riesgo de cuadros graves de COVID-19. [Internet]; 2020. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/305352-el-82-3-de-adultas-mayores-sufre-de-alguna-enfermedad-cronica-que-aumenta-el-riesgo-de-cuadros-graves-de-covid-19/>
18. Castro, R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título de licenciada en Enfermería. Loja-Ecuador: Universidad Nacional de Loja, Facultad de Salud Humana; 2019. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
19. Caiza, C. Correlación entre ellos factores del estilo de vida y el VO2max de los adultos mayores que residen en el Barrio La Moya de la Parroquia de Conocoto durante el mes

de marzo del 2020. [Tesis en internet]. Disertación de grado para optar por el título de licenciado en Terapia Física. Quito: Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Facultad de Enfermería; 2020. Disponible en: <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/18457/DISERTACION%20DAVID%20CAIZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

20. Hidalgo, D; Panchana. Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos de 30 a 50 años que trabajan en la unidad Judicial de Florida Norte en la Ciudad de Guayaquil durante el periodo 2019-2020. [Tesis en internet]. Trabajo de titulación previo a la obtención de licenciadas en Nutrición, Dietética y Estética. Guayaquil: Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Facultad de Ciencias médicas; 2019. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/14741/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-396.pdf>
21. Vallejo, D; (21) en su investigación “Autocuidado y calidad de vida en adultos mayores pertenecientes a un barrio de la comuna 3 de Armenia, Quindío 2021”. [Tesis en internet]. Universidad del Quindío, Facultad de Ciencias de la Salud; 2021. Disponible en: <https://bdigital.uniquindio.edu.co/bitstream/handle/001/6187/PROYECTO%20DE%20GRADO%20DANIELA%20VALLEJO%201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Barrera W. Factores Sociodemográficos y acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS_ES_TILO_DE_VIDA_BARRERA_BACILIO_WILIAN.pdf?sequence=3
23. Cotrina, L y Quio A. “Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Centro de Salud San Fernando Pucallpa - 2020”. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Pucallpa: Universidad Nacional De Ucayali, Facultad de Ciencias de la Salud; 2020. Disponible en: http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/4682/UNU_ENFERMERIA_2020_T_LEYDY-COTRINA_ANNY-QUIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Dongo, K. Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor, Urbanización Las Brisas II Etapa_Nuevo Chimbote. 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en

Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en:

https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16356/ADULTO_MAYOR_ESTADO_NUTRICIONAL_DONGO_MORALES_KATHERINE_KENNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

25. Mora, F. Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2017. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Los Olivos: Universidad de Ciencias y Humanidades, Facultad de Ciencias de la Salud; 2017. Disponible en: https://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/20.500.12872/285/Mora_F_tesis_enfermeria_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. Cueva, A. Factores sociodemográficos y los niveles de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adultos del sector El Presidio - Trujillo, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Trujillo: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30375/COMPORTAMIENTO_SALUD_CUEVA_LEDEZMA_ANGELA.pdf?sequence=3&isAllowed=y
27. Ramos, J. Estilo de vida y el estado nutricional en adultos atendidos en Centro de Salud Alto Trujillo en el 2017-2018. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano. Trujillo: Universidad César Vallejo: Facultad de Ciencias Médicas; 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25739/ramos_hj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
28. Ramos, J. Estilo de vida y estado nutricional en adultos Centro de Salud alto Trujillo, 2017-2018. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el profesional de médico cirujano. Trujillo: Universidad César Vallejo: Facultad de Ciencias Médicas; 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25739/ramos_hj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
29. Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [Internet]; 2019. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>

30. Acosta G. Nola Pender: Promoción de la salud. [Diapositivas en internet]; 2022. Disponible en: <https://prezi.com/cldhkf0i3vk/nola-pender-promocion-de-la-salud/>
31. Teorías de Enfermería. Nola Pender. [Internet]; 2017. Disponible en: <http://enfermeria86.blogspot.com/2017/07/nola-pender.html>
32. Rodríguez A. Modelo de Nola Pender, su actualidad en la promoción de salud de la cardiopatía isquémica. [Monografía en internet]; 2019. Disponible en: <https://www.monografias.com/trabajos102/modelo-nola-pender-su-actualidad-promocion-salud-cardiopatia-izquemica/modelo-nola-pender-su-actualidad-promocion-salud-cardiopatia-izquemica>
33. Teoría Online. Guía para una Práctica Profesional Efectiva. [Internet]; 2021. Disponible en: <https://teoriaonline.com/teoria-enfermeria-nola-pender/>
34. El cuidado. Nola Pender. [Internet]; 2012. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
35. Enfermería virtual. Nola Pender: modelo de promoción de la salud. [Internet]; 2021. Disponible en: <https://enfermeriavirtual.com/nola-pender-modelo-de-promocion-de-la-salud/>
36. Ortega C. Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla. [Internet]; 2022. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
37. Velásquez A. ¿Qué es la investigación correlacional? [Internet]; 2022. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/#:~:text=La%20investigaci%C3%B3n%20correlacional%20es%20un,mente%20puede%20hacer%20cosas%20brillantes>
38. Ortega C. ¿Qué es un estudio transversal? [Internet]; 2022. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/estudio-transversal/>
39. Dzul M. Diseño No-Experimental. [Diapositivas en internet]. Disponible en: https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf
40. Universidad de Nariño. Promoción y prevención. [Internet]; 2022. Disponible en: <https://www.udenar.edu.co/project/promocion-y-prevencion/#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,sanos%2C%20de%20acuerdo%20con%20sus>

41. Concepto. Estilo de vida. [Internet]; 2022. Disponible en: <https://concepto.de/estilo-de-vida/>
42. Instituto Nacional del Cáncer. Apoyo Social. [Internet]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/apoyo-social>
43. Polo A. Conocimientos y acciones de autocuidado del adulto Mayor Hospital Leoncio Prado Huamachuco. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: <https://1library.co/document/9yn831ly-conocimiento-acciones-autocuidado-adulto-hospital-leoncio-prado-huamachuco.html>
44. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción relacionados con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24_Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
45. Medina R. “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25_Chimbote, 2019”. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
46. Pujay E. “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19919/ADULTOS_PESCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

47. Gestarsalud. ¿Qué es eso de la promoción y la prevención en la salud? [Internet]; 2022. Disponible en: <https://gestarsalud.com/2022/03/24/que-es-eso-de-la-promocion-y-la-prevencion-en-la-salud/>
48. Paz E. Factores demográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano-Villa Magisterial II etapa, Nuevo Chimbote 2019. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
49. Febre T. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
50. Palacios N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito De Llama- Piscobamba, 2018. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=4&isAllowed=y
51. Huaman J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Nacional de Trujillo, Facultad de Enfermería; 2019. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
52. Martín E. Estilo de vida. [Internet]; 2022. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>

53. Doktuz. Estilos de Vida Saludable. [Internet]; 2017. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
54. Gutiérrez L y Rojas. Programa para la promoción de la salud del Adulto Mayor en las Comunas 5-6 del municipio de Villavicencio. [Tesis en internet]. Trabajo de proyección social como opción de grado para optar al título de Enfermera Profesional. Villavicencio: Universidad de los Llanos, Facultad de Ciencias de la Salud; 2018. Disponible en: <https://repositorio.unillanos.edu.co/bitstream/handle/001/625/RUNILLANOS%20ENF%200806%20PROGRAMA%20PARA%20LA%20PROMOCI%C3%93N%20DE%20LA%20SALUD%20DEL%20ADULTO%20MAYOR%20EN%20LAS%20COMUNAS%205-6%20DEL%20MUNICIPIO%20DE%20VILLAVICENCIO?sequence=1&isAllowed=y>
55. Domínguez Y. Apoyo social percibido en adultos mayores de la casa del Adulto Mayor de la Municipalidad de San Martín de Porres, periodo 2019. [Tesis en internet]. Para optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social; 2019. Disponible en: http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4232/TRABSUFICIENCIA_DOMINGUEZ_YESSENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
56. Ramírez F, Díaz D y Gómez D. Relación entre Depresión y Apoyo Social en el Adulto Mayor del Centro vida de Piedecuesta. Bucaramanga, 2019. [Tesis en internet]. Bucaramanga: Universidad Cooperativa De Colombia; 2019. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/bc52fbd7-d563-4be8-ae8f-73614e3217a7/content>
57. Enríquez, M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Habilitación Urbana Progresiva 1° de agosto_Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2022. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32759/APOYO_SOCIAL_ENRIQUEZ_MONCADA_MILUSKA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
58. Mayo Clinic. Apoyo social: aprovecha esta herramienta para ganarle al estrés. [Internet]; 2021. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/social-support/art-20044445>

59. Rodríguez A. Apoyo Social. [internet]; 2021. Disponible en: <https://www.lifeder.com/apoyo-social/>
60. Medina, R. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 _ Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2022. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
61. Haro, M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del Adulto. Asentamiento Humano Villa el Sol sector 1_Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=3&isAllowed=y
62. Calpa A, Santacruz G, Álvarez M, Zambrano C, Hernández E, Matabanchoy S. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. Scielo. [Artículo en internet]; 2019. vol.24 no.2. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
63. Barrera W. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa _Chimbote, 2019” [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_BARRERA_BACILIO_WILIAN.pdf?sequence=3&isAllowed=y
64. Espinoza M. Relación entre la prevención y promoción de la salud y el apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús María _ Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Enfermería. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud; 2019. Disponible en:

https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

65. Reguera L. El apoyo social: el mejor pilar de nuestro bienestar. [Internet]; 2019. Disponible en: <https://lamenteesmaravillosa.com/apoyo-social-pilar-del-bienestar/>

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD ASOCIADO A LA CARACTERIZACIÓN EN ADULTOS DE SANTA SOFÍA IV - TRUJILLO, 2022

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

3%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

2%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

2%

2

Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

1%

3

repositorio.uct.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

4

"Estrategias de tamizaje de cáncer de mama y cervicouterino en Chile y Encuesta Nacional de Salud : descripción de la cobertura en población objetivo acorde a variables socioeconómicas, psicosociales, de hábitos de vida y antecedentes en salud, en los años 2010 y 2017", Pontificia Universidad Catolica de Chile, 2020

Publicación

<1%

5

University of Tennessee, Knoxville

Publicación

<1%

Excluir citas Activo

Excluir coincidencias < 1 words

Excluir bibliografía Activo