

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR. URBANIZACIÓN CASUARINAS, NUEVO CHIMBOTE, 2011

LIFESTYLE FACTORS AND THE OLDER BIOSOCIOCULTURALES. ESTATE CASUARINAS, NUEVO CHIMBOTE, 2011

*Paula Lisbeth Aparicio Linares¹,
Rocio Delgado Zavaleta²*

RESUMEN

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor de la urbanización Casuarinas. La hipótesis planteada fue: Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor de la urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote. La investigación fue cuantitativa, de corte transversal, con diseño descriptivo - correlacional, aplicada a una muestra de 130 adultos mayores, a quienes se les aplicó dos instrumentos: la escala de estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona, aplicados a través de la técnica de la entrevista. Los resultados indican que el 70% tienen un estilo de vida saludable y el 30% tienen un estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales: el 51,5% son del sexo masculino; el 40,8% tiene grado de instrucción superior completa; el 86,2% son católicos, el 70,8% son casados, el 46,9% tiene otras ocupaciones diferentes a la de obrero, empleado, ama de casa y ambulante (son jubilados) y el 40% tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, seguido de un 36,2% con ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Finalmente, se rechaza la hipótesis por el hecho de que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico del adulto mayor en la Urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote.

PALABRAS CLAVE: Estilo de vida, Factores biosocioculturales, Adulto mayor.

¹ Bachiller en Enfermería.

² Licenciada en Enfermería. Departamento de Metodología de la Investigación de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote.

ABSTRACT

This research study is a quantitative, cross-sectional, descriptive correlational design. Was carried out to determine the relationship between lifestyle factors and adult biosociocultural over Casuarinas urbanization. The sample consisted of 130 older adults. The data collection was conducted through interviews and using two instruments: level and lifestyle questionnaire biosociocultural factors of the individual. The data were processed in the SPSS / info / software version 17.0 and analyzed statistically by Chi square test, with 95% confidence interval and significance of $p < 0,05$. We conclude that most of the elderly has a healthy lifestyle and a significant percentage presents an unhealthy lifestyle. Regarding the reasons we biosociocultural the elderly: more than half are male, less than half have completed higher education level and belong to other occupations (they are retired), most are Roman Catholics, have been married civil, with an income of 100 to 599 new soles and 600 to 1000 new soles. There is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors: gender, level of education, religion, marital status, occupation and income of the elderly, applying the Chi square test.

KEY WORDS: Lifestyle, Biosociocultural factors, Elderly.

INTRODUCCIÓN

La preservación de la salud física y mental constituye una responsabilidad individual, con independencia de las acciones dirigidas a su conservación en el ciudadano y representa un deber cívico para evitar añadir una carga económica o sentimental a corto o lejano plazo, a la familia o a la propia sociedad, dando la posibilidad de alcanzar una vejez sana, portadora de ricas y ejemplarizantes experiencias para los más jóvenes; tal legado es un estilo de vida.⁽³⁾

En ese sentido, Lalonde en Tejeda⁽¹¹⁾, menciona que los estilos de vida serían la forma de vivir de las personas, que al igual que el medio ambiente, están determinados por un conjunto de factores (físicos, sociales o laborales), que dependerán tanto del individuo como del complejo entorno que le rodea, dando lugar a estilos de vida más o menos saludables.

En los países subdesarrollados los estilos de vida poco saludables son los que causan la mayoría de enfermedades. El estilo de vida que tiene la persona en sus años previos que nunca hizo actividad física, su nutrición fue deficiente o tuvo hábitos nocivos tendrá problemas en su vejez, de ahí la importancia de las actividades y programas de promoción y prevención en la salud.⁽³⁾

Para disminuir la incidencia y mortalidad por enfermedades prevenibles es necesario identificar las circunstancias que favorecen el desarrollo y la aceleración de la enfermedad, siendo importante en el intento por controlar este problema, valorar la presencia de riesgos modificables o controlables, para luego actuar en ello, considerando ajustes de los estilos de vida de las personas.⁽⁴⁾

Muchos de estos estilos de vida incluyen fundamentalmente una alimentación adecuada, promoción de la actividad física, control del tabaquismo y de

otras adicciones, ambientes saludables en viviendas y trabajos, conductas sexuales, salud mental y el control de tres elementos ligados a la alimentación: presión arterial, colesterol y arteriosclerosis.⁽⁶⁾

El interés por investigar el estilo de vida y los factores biosocioculturales surgió luego de observar el comportamiento de las personas en la urbanización Casuarinas, que se encuentra ubicado al sur de la ciudad de Nuevo Chimbote, siendo una urbanización con un status social de clase media alta, en donde la población adulta mayor la conforman jubilados de las diferentes instituciones públicas y privadas, teniendo cobertura de atención en ESSALUD y de centros privados; siendo así, que el Centro de Salud "Yugoslavia", que pertenece al sector salud (MINSA), no presta interés a esta población, concentrando sus actividades en poblaciones en extrema pobreza y/o de bajos recursos económicos.

PROBLEMA

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor de la urbanización Casuarinas, Nuevo Chimbote?

HIPÓTESIS

Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor de la urbanización Casuarinas, Nuevo Chimbote.

OBJETIVOS

- a) Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.
- b) Valorar el estilo de vida e identificar los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico del adulto mayor de la urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote.

JUSTIFICACIÓN

El estudio ha contribuido a que las personas identifiquen sus factores de riesgo y generen cambios en sus conductas de salud, disminuyendo el riesgo de padecer enfermedades, favorecer su salud y el bienestar de los mismos. Asimismo, en relación a los establecimientos de salud, en este caso, el Centro de salud Yugoslavia, le ha permitido elevar la eficiencia del programa preventivo promocional de salud del adulto.

METODOLOGÍA

El presente estudio fue de tipo cuantitativo, prospectivo, de corte transversal, con diseño descriptivo-correlacional. La población estuvo conformada por 195 adultos mayores, de donde se obtuvo una muestra de 130 adultos mayores, que residen en la urbanización Casuarinas del distrito de Nuevo Chimbote, provincia del Santa, región Ancash, utilizando los siguientes criterios de inclusión: adulto mayor que vive de 3 años a más en la urbanización Casuarinas, adulto mayor de ambos sexos, adulto mayor que acepta participar en el estudio. Todos fueron seleccionados aleatoriamente, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5%.^(26, 27, 28)

Para la recolección de datos se aplicó la técnica de la entrevista, utilizando dos instrumentos: la escala del estilo de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender (modificado por la docente investigadora y tutoras de investigación, respectivamente; Delgado; Reyna y Díaz) y el cuestionario semiestructurado sobre factores bisocioculturales de la persona adulta elaborado por Delgado en base a criterios previstos para la unidad de análisis en estudio, los cuales se garantizaron en su validez y confiabilidad, obteniendo en la validez un valor de $r > 0,20$ y la confiabilidad con un valor de 0.79 a través de la prueba alfa de cronbach.^(26, 27)

Para el procesamiento y análisis estadístico se utilizó el software especializado de estadística SPSS, versión 17, empleando tablas simples y de doble entrada para la presentación de los resultados. Así mismo, para el análisis de datos se ha utilizado la estadística descriptiva y la estadística inferencial, mientras que para la contrastación de la hipótesis se ha aplicado la prueba de independencia de criterios (chi cuadrado) con un nivel del 95% de confiabilidad ($p < 0,05$).

RESULTADOS

Tabla 01
ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR.
URBANIZACIÓN "CASUARINAS" - NUEVO CHIMBOTE, 2011.

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	91	70,0
No saludable	39	30,0
Total	130	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walter, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. aplicado al adulto mayor de la urbanización "Casuarinas" - Enero, 2011.

La tabla 01 reporta que el 70% de los adultos mayores tienen un estilo de vida saludable y el 30%, un estilo de vida no saludable.

Tabla 02
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR

FACTOR BIOLÓGICO		
Sexo	N°	%
Masculino	67	51,5
Femenino	63	48,5
Total	130	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de Instrucción	N°	%
Analfabeto (a)	2	1,5
Primaria incompleta	14	10,8
Primaria completa	18	13,8
Secundaria incompleta	6	4,6
Secundaria completa	31	23,8
Superior incompleta	6	4,6
Superior completa	53	40,8
Total	130	100,0
Religión	N°	%
Católico (a)	112	86,2
Evangélico (a)	10	7,7
Otros	8	6,1
Total	130	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N°	%
Soltero (a)	7	5,4
Casado (a)	92	70,8
Viudo (a)	24	18,5
Unión libre	3	2,3
Separado (a)	4	3,1
Total	130	100,0
Ocupación	N°	%
Obrero (a)	5	3,8
Empleado (a)	20	15,4
Ama de casa	42	32,3
Ambulante	2	1,5
Otros	61	46,9
Total	130	100,0
Ingreso económico (soles)	N°	%
Menos de 100	2	1,5
De 100 a 599	52	40,0
De 600 a 1000	47	36,2
Más de 1000	29	22,3
Total	130	100,0

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, elaborado por Delgado, R; Reyna, E y Díaz, R, aplicado al adulto mayor de la urbanización "Casuarinas" - Enero, 2011,

La tabla 02 reporta que, de los factores biosocioculturales de los adultos mayores, el 51,5% son del sexo masculino; el 40,8% tienen grado de instrucción superior completa; el 86,2% son católicos; el 70,8% es de estado civil casado, el 46,9% tiene otras ocupaciones diferentes a la de obrero, empleado, ama

Tabla 03
FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA

Sexo	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 2,231, 1gl$ P = 0,135 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Masculino	43	33,1	24	18,5	67	51,5	
Femenino	48	36,9	15	11,5	63	48,5	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walter, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Y cuestionario de factores biosocioculturales, elaborado por Delgado, R; Reyna, E y Díaz, R. aplicado al adulto mayor de la urbanización "Casuarinas" - Enero, 2011.

Tabla 04
FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 6,759, 6gl$ P = 0,344 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Analfabeto (a)	0	0,0	2	1,5	2	1,5	
Primaria incompleta	11	8,5	3	2,3	14	10,8	
Primaria completa	12	9,2	6	4,6	18	13,8	
Secundaria incompl	4	3,1	2	1,5	6	4,6	
Secundaria completa	23	17,7	8	6,2	31	23,8	
Superior incompleta	3	2,3	3	2,3	6	4,6	
Superior completa	38	29,2	15	11,5	53	40,8	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Religión	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 2,245, 2gl$ P = 0,325 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Católico (a)	76	58,5	36	27,7	112	86,2	
Evangélico (a)	9	6,9	1	0,8	10	7,7	
Otras	6	4,6	2	1,5	8	6,1	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walter, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Y cuestionario de factores biosocioculturales, elaborado por Delgado, R; Reyna, E y Díaz, R. aplicado al adulto mayor de la urbanización "Casuarinas" - Enero, 2011.

de casa y ambulante (son jubilados); y el 40% tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, seguido de un 36,2% con ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles.

La tabla 03 reporta que el 36,9% de los adultos mayores es del sexo femenino, presentando un estilo de vida saludable y el 18,5% del sexo masculino, presentando un estilo de vida no saludable.

Tabla 05
FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA

Estado civil	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 4,213, 4gl$ P = 0,378 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Soltero (a)	4	3,1	3	2,3	7	5,4	
Casado (a)	65	50,0	27	20,8	92	70,8	
Viudo (a)	19	14,6	5	3,8	24	18,5	
Unión libre	1	0,8	2	1,5	3	2,3	
Separado (a)	2	1,5	2	1,5	4	3,1	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Ocupación	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 4,726, 4gl$ P = 0,317 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Obrero (a)	2	1,5	3	2,3	5	3,8	
Empleado (a)	12	9,2	8	6,2	20	15,4	
Ama de casa	32	24,6	10	7,7	42	32,3	
Ambulante	2	1,5	0	0,0	2	1,5	
Otros	43	33,1	18	13,8	61	46,9	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Ingresos económicos (soles)	Estilo de vida				Total		$\chi^2 = 1,120, 3gl$ P = 0,772 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Menos de 100	1	0,8	1	0,8	2	1,5	
100 - 599	36	27,7	16	12,3	52	40,0	
600 - 1000	35	26,9	12	9,2	47	36,2	
Más de 1000	19	14,6	10	7,7	29	22,3	
Total	91	70,0	39	30,0	130	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walter, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Y cuestionario de factores biosocioculturales, elaborado por Delgado, R; Reyna, E y Díaz, R. aplicado al adulto mayor de la urbanización "Casuarinas" - Enero, 2011.

La tabla 04 reporta que el 29,2% de los adultos mayores tiene grado de instrucción superior completa, con un estilo de vida saludable. Por otro lado, el 58,5% de los adultos mayores es de religión católica, con un estilo de vida saludable.

Finalmente, la tabla 05 reporta que el 50% de los adultos mayores son de estado civil casado, con un estilo de vida saludable; el 33,1% tiene otras ocupaciones diferentes a la de obrero, empleado, ama de casa y ambulante (son jubilados), con un estilo de vida saludable; el 27,7% tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, con un estilo de vida saludable, seguido de un 26,9% con ingreso económico de 600 a 1000, con estilo de vida saludable.

DISCUSIÓN

Los resultados indican que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores biológicos: sexo ($P = 0,135$) con el estilo de vida. Estos resultados son semejantes a los datos obtenidos por Haro y Loarte⁽⁵²⁾ en su estudio estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto (Cachipampa - Huaraz), encontrando que no existe relación estadísticamente significativa entre el factor biológico y el estilo de vida del adulto.

Asimismo los resultados se relacionan con lo obtenido por Llorca⁽⁵³⁾ en su estudio estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta en el AA. HH. Nueva Esperanza - Chimbote, encontrando que no existe relación estadísticamente significativa entre el factor biológico y el estilo de vida de las personas adultas.

En la presente investigación, los resultados presentados evidencian que el adulto mayor de la urbanización Casuarinas no presenta relación estadísticamente significativa entre las variables estilo de vida y factor biológico (sexo). Esto estaría explicando que tanto los hombres como las mujeres adultas mayores pueden o no desarrollar conductas saludables; pues en este caso, cuando nos referimos al sexo, estamos hablando de las características físicas, anatómicas, biológicas y fisiológicamente de los seres humanos, diferenciándolos por rasgos genéticos, concluyendo que el sexo no tiene nada que ver con los comportamientos que se adoptan para llevar un estilo de vida saludable.⁽⁵⁵⁾

También se ha encontrado que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores culturales: grado de instrucción y religión ($P = 0,344$ y $P = 0,325$, respectivamente) con el estilo de vida. Los resultados encontrados concuerdan con la investigación realizada por Vargas⁽⁵⁶⁾ en su estudio estilo de vida

y factores biosocioculturales de usuarias del servicio de ginecoobstétrica, en el Hospital San Bartolomé - Lima, concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores culturales y el estilo de vida de las usuarias.

Por otro lado, también concuerdan con lo reportado por Rodríguez⁽⁵⁷⁾ en su investigación sobre estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta, en Surco - Lima, concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores culturales y el estilo de vida de la persona adulta.

Estos resultados evidencian que, a pesar de que no tenga un nivel alto de educación, no significa que el adulto mayor pueda adoptar conductas saludables o poco saludables, y tampoco escapa el hecho de ser una persona iletrada que necesariamente tiene que presentar un estilo de vida no saludable, pues estas personas pueden no saber leer, ni escribir, pero pueden comprender qué es bueno para su salud. Así mismo, el pertenecer a alguna religión, sea católica, evangélica, mormon, etc. pueda influir a tener hábitos de vida saludable. Todo está en la forma de cómo ha sido educado desde la infancia, y cómo estos adultos se han ido desarrollando.

Por otro lado, se evidencia que el adulto mayor, por pertenecer a una urbanización y tener un contexto socioeconómico diferente al de las demás comunidades, tiene mayor accesibilidad y disponibilidad a recibir información fundamental para conservar y mantener una vida saludable, que no solamente son obtenidas al acudir a sus consultas médicas por estar asegurados, sino también recibir información de instituciones más especializadas (clínicas particulares), orientándolos a desarrollar conductas promotoras de salud.

Cabe además agregar que el adulto mayor ha adquirido estas conductas a lo largo de su vida, siendo transmitidas de generación a generación por sus ancestros; también hay que recalcar que la población en estudio ha reflexionado sobre sus comportamientos inadecuados gracias a la información brindada por los profesionales de la salud, tomando conciencia de los riesgos que puedan presentar en su vida si siguen optando actitudes negativas.

Asimismo, los resultados demuestran que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociales: estado civil, ocupación e ingreso económico, con el estilo de vida ($P = 0,378$; $P = 0,317$ y $P = 0,772$ respectivamente), guardando similitud con los resultados de la investigación realizada por Pujay⁽⁶²⁾, quien en su estudio sobre estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor (Clínica Geriátrica - San Francisco Labrador Ate - Lima), encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociales y el estilo de vida del adulto mayor.

También concuerdan con la investigación realizado por Loli y Roncal⁽⁶³⁾, quienes en su estudio sobre estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta mayor en el AA. HH. Esperanza Baja, Chimbote, encontraron que no existe relación estadísticamente significativa entre el estado civil y la ocupación con el estilo de vida de la persona adulta mayor.

De igual forma concuerdan con la investigación realizado por Pajuelo y Salcedo⁽⁶⁴⁾, quienes en su estudio sobre estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona (AA. HH. Barrios Altos - Casma), también encontraron que no existe estadísticamente significativa entre los factores sociales y el estilo de vida de la persona.

En ese sentido, la socialización del estilo de vida puede ser considerada como un proceso por el cual las personas adquieren los patrones de conductas y de hábitos que constituyen su estilo de vida, así como las actitudes, los valores y las normas relacionadas con el mismo. Este proceso implica el aprendizaje de roles relacionados con los estilos de vida y las conductas de salud específicas de una sociedad.⁽⁵⁴⁾

No obstante, el adulto mayor de la urbanización Casuarinas se encuentra adaptado a su entorno social y económicamente estable; desarrolla habilidades para enfrentar y superar situaciones difíciles en su vida cotidiana. El adulto mayor se siente satisfecho con las actividades que ha realizado durante su vida; mantiene buenas relaciones interpersonales con sus vecinos; comenta sus experiencias e inquietudes; se mantiene activo a través de la práctica del deporte en forma matutina, disponiendo de un campo deportivo donde realiza ejercicios físicos; y no necesariamente requiere dinero para poder realizar estas actividades en beneficio de su salud.

Respecto a los factores biosocioculturales, los resultados obtenidos fueron: el 51,5% son del sexo masculino; el 40,8% tiene grado de instrucción superior completa; el 86,2% son católicos; el 70,8% son casados; el 46,9% tiene otras ocupaciones diferentes a la de obrero, empleado, ama de casa y ambulante (son jubilados); y el 40% tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, seguido de un 36,2% con ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Los resultados se relacionan con los datos obtenidos por Felipe⁽⁴¹⁾, quien en su estudio, estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el AA. HH. Villa Magisterial I y II etapa - Nuevo Chimbote, encontró los siguientes resultados: en el factor cultural, el 82% son de religión católica; y en el factor social, el 68% de los adultos mayores son casados.

En esta investigación, los resultados presentados evidencian que los adul-

tos mayores de la urbanización Casuarinas, en más de la mitad, son del sexo masculino. Posiblemente esto se deba que las personas que llegan a la tercera edad se encuentran en su etapa de jubilación, hombres que muchos años han trabajado y que de una u otra manera se sienten comprometidos a permanecer en sus hogares junto a sus esposas y/o familiares. Menos de la mitad cuentan con grado de instrucción superior completa; posiblemente esto se deba a la clase social a la que pertenecen, que les ha permitido tener la posibilidad de recibir una educación para solventarse económicamente y poder mantener a sus hijos y familia sin ningún problema. No obstante, se observa que la mayoría de la población en estudio son de religión católica y estado civil casado (a), pues el casarse significaba mucho para las generaciones anteriores, al llevar una vida de pareja, de unión conyugal simbolizada en el matrimonio; valores cristianos que practican, poniendo énfasis en el respeto a sus principios morales y religiosos, creyentes de la palabra de Dios, con una fe y esperanza infinita.

Por otro lado, menos de la mitad de los adultos mayores pertenecen a otras ocupaciones (jubilados) y la mayoría tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, seguido de 600 a 1000 nuevos soles. Debido a que su condición actual es de jubilación, para algunos adultos mayores se les hace muy difícil poder adaptarse a este cambio, ya que toda su vida se han dedicado al trabajo, hecho que se complica por las preocupaciones económicas; sin embargo, otros lo consideran como el momento de disfrutar del tiempo libre y gozar de una vida saludable. Los adultos mayores, por pertenecer a diversas instituciones dirigidas por el Estado y del sector privado, reciben mensualmente un ingreso económico dependiente del tipo de servicio laboral que hayan realizado y que de una u otra forma, son el soporte para vivir adecuadamente.

Finalmente, los resultados reportan que el 70% de los adultos mayores tienen un estilo de vida saludable y el 30% un estilo de vida no saludable. Estos resultados se relacionan con lo obtenido por Gonzales y Arroyo⁽³⁵⁾, quienes en su estudio, estilo de vida y nivel de estrés del adulto mayor hipertenso, Hospital III ESSALUD - Chimbote, encontraron como resultados que el 64% de los adultos mayores presentan un estilo de vida saludable y el 36% estilo de vida no saludable.

Un estilo de vida saludable es aquel comportamiento que promueve un desarrollo humano óptimo y gratificante. Aquel que contribuye positivamente a la salud de la persona y, por lo tanto, a su calidad de vida. Una conducta de salud se encuentra relacionada con el estilo de vida de cada persona y son los hábitos cotidianos que realizamos cuando estamos sanos, con el propósito de prevenir alguna enfermedad.⁽³⁷⁾

En ese sentido, el adulto mayor de la urbanización Casuarinas presenta un estilo de vida saludable, ya que consume alimentos balanceados ricos en proteínas, minerales y vegetales, elige buena calidad y cantidad de los alimentos, realiza ejercicios diariamente, incluyendo el movimiento de todo su cuerpo, se mantiene relajado, eliminando toda tensión o preocupación, mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás, recibe el apoyo espiritual y moral de sus familiares, se hace responsable de su salud acudiendo oportunamente a un establecimiento de salud para su revisión médica.

CONCLUSIONES

1. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico del adulto mayor en la Urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote.
2. El 70% de los adultos mayores de la urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote tiene un estilo de vida saludable y el 30% tienen un estilo de vida no saludable.
3. En relación a los factores biosocioculturales de los adultos mayores identificados en la urbanización Casuarinas - Nuevo Chimbote, se encontró que: el 51,5% son del sexo masculino; el 40,8% tiene grado de instrucción superior completa; el 86,2% son católicos, el 70,8% son casados, el 46,9% tiene otras ocupaciones diferentes a la de obrero, empleado, ama de casa y ambulante (jubilados), y el 40% tienen un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles, seguido de un 36,2% con ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) SCIELO - Scientific Electronic Library Online. CONCYTEC - PERU. Calle del comercio 197 - San Borja Lima - Perú [serie en internet]. [citado 2008 Noviembre 26]. Disponible desde el URL: <http://www.scielo.org.pe/scielo.php>.
- (2) TEJEDA, J. Situación de un Problema de Salud por Marc Lalonde [monografía en internet]. España: 2007 [citado 2008 Noviembre 26]. [Alrededor de 1 pantalla]. Disponible desde el URL: <http://www.monografias.com/trabajos56/situacion-salud/situacion-salud.shtml>.
- (3) MINISTERIO DE SALUD. Lineamientos para la dirección general de las personas adultas mayores [serie en internet]. 2005 [citado 2008 Noviembre 26]. Disponible desde el URL: <http://www.upch.edu.pe/vrinve/gerontologia/minsapdf/lineamientos.pdf>.

- (4) MINISTERIO DE SALUD. Orientaciones Técnicas para la Promoción de Alimentación y Nutrición Saludable [serie en internet]. 2005 [Alrededor de 59 pantallas]. Disponible desde el URL: <http://nutrinet.org/servicios/biblioteca-digital/func-startdown/1756/>.
- (5) POLLIT, D. y HUNGLER, B. Investigación Científica en Ciencias de la Salud. Edit. Interamericana Mc Graw Hill. México. D.F. 2007. Consultado el 26 de Noviembre del 2008. Disponible desde el URL: www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi_programa_metodologia_2008. Doc.
- (6) HERNÁNDEZ, R. Metodología de la Investigación 3 ed. México: McGraw - Hill Interamericana; 2003 [citada 2008 Noviembre 26]. [Alrededor de 1 pantalla]. Disponible desde el URL: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>.
- (7) CANALES, F. y ALVARADO, E. (2004). Metodología de la Investigación. México: Limusa.
- (8) HARO A., LOARTE C. (2010). Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto - Cachipampa [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (9) LLORCA A. (2010). Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta AA. HH. Nueva Esperanza [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (10) MILANO, J. Informe sobre sexualidad, sensualidad y sexo [monografía en internet]. 2011 [citada 2010 Febrero 15]. Disponible desde el URL: <http://www.monografias.com/trabajos16/sexo-sensualidad/sexo-sensualidad.shtml>.
- (11) VARGAS, C. (2009). Estilos de vida y factores biosocioculturales de usuarias de servicio de ginecoobstétrica, Hospital San Bartolomé [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (12) RODRÍGUEZ, F. (2009). Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta Surco [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (13) PUJAY, Y. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, Clínica Geriátrica - San Francisco Labrador Ate - Lima, 2009 [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2010.
- (14) LOLI, J; RONCAL, M. (2009). Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta mayor en el AA. HH. Esperanza Baja [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (15) PAJUELO, L; SALCEDO, N. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona AA. HH. Barrios Altos - Casma, 2009 [Informe de Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Lima: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2010.
- (16) GÓMEZ, J; JURADO, M; VIANA, B; DA SILVA, M; HERNÁNDEZ, A. Estilos y calidad de vida [serie en internet]. 2005 [citada 2011 Febrero 13]. [Alrededor de 1 pantalla]. Disponible desde el URL: <http://www.efdeportes.com/efd90/estilos.htm>.
- (17) FELIPE L. (2010). Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el AA. HH. Villa Magisterial I y II etapa - Nuevo Chimbote [Informe de Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (18) GONZALES, B; ARROYO C. (2009). Estilo de vida y nivel de estrés del adulto mayor hipertenso, Hospital III ESSALUD [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
- (19) MIRANDA A, BEZANILLA J. Estilos de Vida Saludables [serie en internet]. 2010 [citada 2011 Febrero 13]. Disponible desde el URL: <http://concurso.launiversidadquedeberiasconocer.cl/content/view/1180548/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLES.html#content-top>.

Anexo 01

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Autor: Walker, Sechrist, Pender

Modificado por: Díaz, R; Marquez, E; Delgado, R. (2008)

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

RESPONSABILIDAD EN SALUD

20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consumo sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA N = 1

A VECES V = 2

FRECUENTEMENTE F = 3

SIEMPRE S = 4

Ojo en el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario

N = 4 V = 3 F = 2 S = 1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable

Alimentación	1, 2, 3, 4, 5, 6
Actividad y Ejercicio	7, 8,
Manejo del Estrés	9, 10, 11, 12
Apoyo Interpersonal	13, 14, 15, 16
Autorrealización	17, 18, 19
Responsabilidad en Salud	20, 21, 22, 23, 24, 25

Anexo 02

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
DE LA PERSONA

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTOR BIOLÓGICO

1. Marque su sexo
 - a) Masculino ()
 - b) Femenino ()

B) FACTORES CULTURALES

1. ¿Cuál es su grado de instrucción?
 - a) Analfabeto(a)
 - b) Primaria completa
 - c) Primaria incompleta
 - d) Secundaria completa
 - e) Secundaria incompleta
 - f) Superior completa
 - g) Superior incompleta
2. ¿Cuál es su religión?
 - a) Católico(a)
 - b) Evangélico
 - c) Otras

C) FACTORES SOCIALES

1. ¿Cuál es su estado civil?
 - a) Soltero(a)
 - b) Casado(a)
 - c) Viudo(a)
 - d) Unión libre
 - e) Separado
2. ¿Cuál es su ocupación?
 - a) Obrero(a)
 - b) Empleado(a)
 - c) Ama de casa
 - d) Estudiante
 - e) Ambulante
 - f) Otros
3. ¿Cuál es su ingreso económico?
 - Menos de 100 nuevos soles ()
 - De 100 a 599 nuevos soles ()
 - De 600 a 1000 nuevos soles ()
 - Mayor de 1000 nuevos soles ()