



Universidad Nacional
SAN LUIS GONZAGA



Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional

Esta licencia permite a otras combinar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial, siempre y cuando den crédito y licencia a nuevas creaciones bajo los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION
EVALUACION DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA N° 055-2022

El que suscribe, deja constancia que se la realizado el análisis con el software de verificación de similitud al **Informe Final de Tesis** cuyo titulo es:

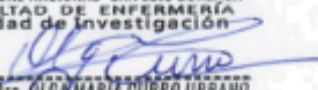
**“ESTILO DE VIDA RELACIONADO AL DIAGNÓSTICO
NUTRICIONAL EN ADULTOS QUE ACUDEN AL
CENTRO DE SALUD SANTIAGO, ICA - 2020”**

presentado por:

BETSI ROSARIO CAHUA APARCANA

Bachiller del nivel de **PREGRADO** de la Facultad de Enfermería. El resultado obtenido es **5% de similitud** por el cual se otorga el calificativo de **APROBADO**, según Reglamento para la evaluación de la Originalidad de los documentos de investigación. Se adjunta al presente el reporte de evaluación con el software de verificación de originalidad.

Ica, 28 de junio de 2022

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
FACULTAD DE ENFERMERÍA
Unidad de Investigación

Dra. OLGA MARÍA CURRO URBANO
DIRECTORA

Operador: Angélica E. Muñoz Bonifaz
28-jun-2022
02:12 P.M

UNIVERSIDAD NACIONAL “SAN LUIS GONZAGA”
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
Facultad de Enfermería



**Estilo de vida relacionado al diagnóstico nutricional en adultos
que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud pública y conservación del medio ambiente

INFORME FINAL DE TESIS

AUTOR:

BACH. CAHUA APARCANA BETSI ROSARIO

ASESORA:

DRA GARCÍA AQUIJE AMANDA MARÍA

REGISTRO ORCID:

0000-0003-0943-7447

Ica - Perú

2022

DEDICATORIA

Este trabajo se lo dedico

A Dios: por darme fuerzas para culminar mi carrera.

A mis padres: por sus esfuerzos en brindarme la
oportunidad de estudiar y por su ayuda constante a
lo largo de mi vida.

A mi hermano, familiares y amigos: por sus
consejos, tolerancia y todo el apoyo que me
brindaron durante mis estudios.

AGRADECIMIENTO

A los pacientes adultos atendidos en el Centro Salud Santiago-Ica, quienes fueron los protagonistas de mi estudio, gracias por acceder a formar parte de la investigación y por haberme brindado su cordialidad y paciencia.

A mis padres, porque son los motores principales de mis sueños, por confiar y creer en mí, anhelando y deseando constantemente lo mejor en mi vida, ya que con cada una de sus palabras y consejos me guían todo el tiempo por el mejor camino.

A mis docentes de la facultad de enfermería estoy muy agradecida con cada uno de ellos por los conocimientos impartidos en el campo clínico y en nuestra casa de estudios.

ÍNDICE

Portada	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos	vi
Resumen	vii
Abstract	viii

CUERPO DEL INFORME FINAL

I. Introducción	9
II. Estrategia metodológica	13
III. Resultados	15
IV. Discusión	23
V. Conclusiones	24
VI. Recomendaciones	25
VII. Referencias bibliográficas	26
VIII. Anexos	28

ÍNDICE DE TABLAS

	pág.
Tabla 1. Edad de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	15
Tabla 2 Sexo de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	16
Tabla 3 Estado civil de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	17
Tabla 4 Grado de instrucción de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	18
Tabla 5 Estilo de vida de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	19
Tabla 6 Diagnóstico nutricional de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020	20
Tabla 7 Relación entre el estilo de vida y diagnóstico nutricional	21

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	pág.
Gráfico N°1 Distribución de frecuencia según la edad en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica - 2020	28
Gráfico N°2 Distribución de frecuencia según el sexo en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica -2020	28
Gráfico N°3 Distribución de frecuencia según el estado civil en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica - 2020	29
Gráfico N°4 Distribución de frecuencia según el grado de instrucción en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica - 2020	29
Gráfico N°5 Distribución de frecuencia según el estilo de vida en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica - 2020	30
Gráfico N°6 Distribución de frecuencia según el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al centro de salud Santiago, Ica - 2020	30

RESUMEN

El presente estudio de investigación titulado: Estilo de vida relacionado al diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica – 2020. Tiene como Objetivo: Identificar la relación que existe entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica – 2020. Metodología: Es una investigación no experimental, de enfoque cuantitativo, básico, relacional, de corte transversal; para la recolección de datos se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento la escala de estilo de vida y la ficha de valoración nutricional del adulto, ambos validados. La muestra estuvo conformada por 78 adultos que acudieron al Centro de Salud Santiago; el muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Resultado: El 61.54% de adultos tienen un estilo de vida no saludable, el 38.46% tienen estilo de vida saludable. El 51.28% de adultos tienen diagnóstico nutricional de sobrepeso, el 35.90% tienen diagnóstico nutricional normal y el 12.82% tienen diagnóstico de obesidad. Conclusión: Se comprueba que existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica – 2020.

Palabras clave: Estilo de vida, diagnóstico nutricional, adultos.

ABSTRACT

The present research study entitled: Lifestyle related to nutritional diagnosis in adults who attend the Santiago Health Center, Ica - 2020. Its Objective: To identify the relationship between lifestyle and nutritional diagnosis in adults. Who attend the Santiago Health Center, Ica - 2020. Methodology: It is a non-experimental research, with a quantitative, basic, relational, cross-sectional approach; for data collection, the survey technique was used and the lifestyle scale and the adult nutritional assessment form were used as instruments, both validated. The sample consisted of 78 adults who attended the Santiago Health Center; sampling was non-probabilistic for convenience. Result: 61.54% of adults have an unhealthy lifestyle, 38.46% have a healthy lifestyle. 51.28% of adults have a nutritional diagnosis of overweight, 35.90% have a normal nutritional diagnosis and 12.82% have a diagnosis of obesity. Conclusion: It is verified that there is a relationship between lifestyle and nutritional diagnosis in adults who attend the Santiago Health Center, Ica - 2020.

Keywords: Lifestyle, nutritional diagnosis, adults.

I. INTRODUCCIÓN

Para la OMS (Organización Mundial de la Salud) el estilo de vida que llevan las personas durante su vida tiene una influencia muy importante en su estado de salud físico y mental. Aspectos como la vivienda, alimentación y el entorno social son muy importantes, por ello para prevenir la aparición de enfermedades es necesario que el individuo lleve una calidad de vida adecuada. La misma que se puede definir como la percepción que tienen las personas ante su estado situacional de vida, vivienda, entorno y probabilidades de desarrollo a futuro. Además, la evaluación de los riesgos a los cuales se enfrentará y las condiciones de bienestar que puede obtener durante el desarrollo de su vida. Por otra parte, los estilos de vida se generan de acuerdo a la relación que tiene el individuo con el entorno social, personal, laboral, condiciones de vivienda en las cuales se desenvuelve¹.

A nivel global, se estima que la mayoría de problemas de salud se presentan entre los 30 y 59 años, en un estudio realizado en Colombia, se identificó que el 49.3% de individuos padece de problemas relacionados al sistema cardiaco y otro 62.4% a aquellos que se asocian al sistema cerebrovascular debido principalmente a problemas hipertensivos. Las patologías que tienen una mayor frecuencia de diagnóstico son las cardíacas (2.2%) y enfermedad diabética (1.8%).²

En el Perú, el INE (Instituto Nacional de estadística e informática) a mediados del 2018, evidenció que un porcentaje del 46.2% de adultos sufren de enfermedad hipertensiva, donde aquellos que presentan una hipertensión de nivel elevada fueron el 12.4%, de todos los individuos que sufren de esta enfermedad solo el 25.2% están controlados y diagnosticados, la gran mayoría tienen este padecimiento de forma silenciosa, con un elevado riesgo de complicaciones a nivel cardiaco, cerebral y una mortalidad elevada.³

En el Centro de Salud Santiago durante el desarrollo de mis prácticas y actividades en la comunidad tuve la oportunidad de observar a través del triaje que los adultos en su mayoría presentaban síntomas hipertensivos asociados principalmente a un exceso de peso y actividades sedentarias. Además, no llevaban una alimentación adecuada en consumo de frutas y verduras, esta situación se presenta sobre todo por una falta de conocimiento y la precariedad de su entorno, llevar una dieta adecuada no es asequible para la mayoría de la población, pero dentro de esta situación se pueden desarrollar alternativas con capacitaciones a las personas, para incrementar el consumo de alimentos bajos en grasas saturadas, azúcares y así prevenir posibles complicaciones y la aparición de enfermedades crónicas como la obesidad e hipertensión. De acuerdo a la estadística en morbilidad durante el año 2020 en el Centro de Salud Santiago, se identificaron 216 casos de obesidad, 60 de diabetes, 29 de enfermedad hipertensiva y 23 casos de anemia.

Por lo mencionado anteriormente es necesario la revisión de antecedentes e información a nivel internacional y local para comparar e identificar factores comunes que nos brinden un mejor alcance en el desarrollo y prevalencia del estado nutricional y los estilos de vida.

En ese sentido se analizaron estudios a nivel internacional como el de Barrón et al⁴ donde buscaron analizar los hábitos de alimentación, el estado nutricional y el estilo de vida en adultos de la ciudad chilena de Chillan, el estudio fue transversal, dirigido a 183 individuos. Los hallazgos evidenciaron que la mayoría el 65.2% realizaban comidas de 3 tiempos, porciones de fruta y verdura en numero de 5 (60.1%), lácteos (87.3%), legumbres (95.4%), pescado (90.2%), manifestaban consumir entre 6 y 8 vasos de agua por día. El consumo extra de sal era realizado por 80% de los individuos. Asimismo, se encontró que el estado nutricional más frecuente fue el de tipo normal (52.3%) y estuvo asociado al consumo de lácteos ($p < 0.05$).

Para Duran et al⁵, quienes buscaron establecer la relación entre la práctica de actividad física y los estilos de vida en personas adultos mayores. El estudio fue transversal, dirigido a 1688 individuos, en su mayoría féminas y con una media de edad de 72 años. Se evidenció que el 24.2% realizaba actividades físicas por lo menos 3 veces a la semana, el sedentarismo se incrementaba con la edad, se encontró asociación entre la actividad física deficiente y los estilos de vida, entre el sedentarismo y la autorrealización baja, despreocupación por el estado nutricional, deficiente manejo del estrés y apoyo interpersonal descompensado ($p < 0.05$).

Del mismo modo López et al⁶ en su investigación donde buscaron determinar la relación entre la percepción del estilo de vida con el sobrepeso u obesidad en adultos con antecedente de DM2, el estudio fue de enfoque cuantitativo, transversal dirigido a 137 individuos. Los resultados demostraron que no existe asociación entre la percepción del estilo de vida y el sobrepeso. De igual forma se halló que el 57.2% de las personas se percibieron con estilos de vida no saludables no presentaron obesidad y las que se percibieron con estilo saludable si lo presentaron.

Para Salinas et al⁷, en su estudio donde buscaron establecer la condición de salud, estado nutricional y los estilos de vida en obreros, el estudio fue descriptivo, transversal, los resultados demostraron una prevalencia del 82.3% de obesidad.

Para Barragán et al⁸, donde analizaron los estilos de vida de un grupo de adultos de una universidad ecuatoriana, la investigación fue transversal, descriptiva. Los hallazgos evidenciaron que la gran mayoría (85.7%) de individuos presentaban estilos de vida inadecuados.

Por otro lado, en estudios a nivel nacional, como el de Tantalean⁹, el cual busco determinar los estilos de vida y la relación con el estado nutricional de adultos en un A.H de la Victoria, el estudio fue no experimental, descriptivo dirigido a 40 individuos. Estableciéndose una relación entre ambas variables ($p < 0.05$).

De igual manera Delgado et al⁹ en el 2010, buscaron determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional en un A.H del cercado de Lima, la investigación fue no experimental, transversal. Los resultados evidenciaron que el 85.2% de adultos presentaban estilos de vida no saludable, el 57.4% presento estado nutricional inadecuado. En la dimensión alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, se encontraron estilos de vida no saludables. En la dimensión apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en la salud del adulto mayor se encontró estilos de vida no saludables. Por último, se pudo demostrar una relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional.

Para Mera¹⁰ en el 2018, en su estudio donde buscó establecer los estilos de vida y su influencia en el estado de nutrición de estudiantes de una institución educativa de Trujillo. La investigación fue transversal, no experimental dirigida a 61 individuos, los resultados revelaron que un 75.7% presentó estilos de vida no saludables y el 50.2 tenía estado de nutrición normal. Finalmente se demostró que los estilos de vida si estuvieron asociados con el estado nutricional ($p < 0.05$).

De la misma manera Llontop¹¹ en el 2018, en su estudio donde buscó estimar los estilos de vida y factores bio socioculturales en un A.H de la ciudad de Chimbote, la investigación fue no experimental, transversal dirigida a 100 individuos. Los resultados demostraron que la mayoría de participantes del estudio presentaban estilos de vida saludable, asimismo se encontró que no existía una relación de significancia entre los estilos de vida con la edad, sexo, religión, grado de instrucción, ocupación, estado civil e ingreso monetario ($p > 0.05$)

Igualmente, Ramos¹² en el 2017, donde buscó identificar los estilos de vida y la influencia que tienen sobre el estado de nutrición en 93 individuos. La investigación fue, transversal, descriptiva, no experimental. Los resultados demostraron que el 60.2% presentó estilo de vida saludable, el estado nutricional fue normal generalmente (65.2%). Finalmente, no se encontró una influencia de los estilos de vida sobre el estado de nutrición de los individuos.

Así también, Carrión et al¹³ en el 2016, buscaron determinar los estilos de vida en una universidad de la ciudad de Lima, el estudio fue descriptivo, transversal. Los resultados demostraron que su mayoría (54.2%) los profesores presentaron estilos de vida no saludable asociado al sedentarismo.

Por último, en estudios a nivel local, como el de Tasayco et al¹⁴ en el 2018, buscaron establecer los estilos de vida en adultos de un hospital de la ciudad de Chíncha, fue de corte transeccional, enfoque cuantitativo dirigido a 313 individuos. Evidenciándose, un estilo de vida inadecuado en su mayoría 72.9%, 68.2% sobrepeso, consumo de alimentos inadecuados (62.1%).

En esa misma línea Huarcaya¹⁵ en el 2018, buscó identificar los estilos de vida y estado nutricional en adultos que asisten a una institución de salud de la ciudad de Ica, la investigación

fue observacional, transversal, dirigida a 50 individuos. Los resultados demostraron que el estilo de vida fue saludable generalmente (78.2%), el estado de nutrición hallado fue sobrepeso (46.2%).

Por su parte, el presente estudio se justifica porque en el Centro de Salud se han encontrado según las morbilidades más comunes del año 2020, se encontró obesidad 216 casos, DM 60 casos, enfermedad hipertensiva 29 casos, anemia 23 casos. Con esa realidad, es necesario evaluar los estilos de vida y la nutrición ya que tienen una influencia primordial en la salud de las personas y su desequilibrio conllevan a sufrir enfermedades como el sobrepeso, la obesidad y otras complicaciones asociadas al sistema cardiovascular.

Realizar intervenciones en el estilo de vida de los individuos es una acción preventiva muy eficiente, desde el punto de vista de la promoción de la salud, el estudio tiene una importancia crucial porque concientiza a las personas sobre sus hábitos alimenticios, la mejora de su calidad de vida y la reducción de incidencia de enfermedades derivadas de estos desordenes. Se ha identificado el deficiente estilo de vida de los adultos, el sedentarismo, el consumo de alimentos con altos niveles de grasas saturadas y calorías. El presente estudio, ayudará a fomentar un estilo de vida adecuado, contribuyendo en el personal de salud, dándole mayor importancia a la calidad de vida de las personas, identificándose con los pacientes, llevando una atención integral, reduciendo así los problemas y previniendo la aparición de complicaciones. Los datos recolectados servirán para estudios posteriores, sobre todo aquellos de seguimiento para evaluar el desarrollo de estas patologías y verificar la eficacia de los procesos desarrollados, las estrategias sanitarias y su evolución. Por lo revisado previamente se llegó al planteamiento del objetivo general: Identificar la relación que existe entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020 y como objetivos específicos: 1) Determinar el estilo de vida en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020. 2) Precisar el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020. De igual manera se consideró como hipótesis: H₁: Existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020.

Como hipótesis específicas: H₁ El estilo de vida en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020 es inadecuado.

H₁ El diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020, es sobrepeso.

Finalmente, el estudio está conformado por: Introducción: Estrategia metodológica. Resultados, Discusión, Conclusiones, Recomendaciones, Referencias bibliográficas y anexos.

II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA

2.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

Tipo de Investigación

Básica, busca generar conocimientos nuevos de forma sistematizada para generar un aporte científico¹⁶.

Nivel: Relacional

Diseño: No experimental, no hubo intervención del investigador; transversal, las variables fueron analizadas en una sola oportunidad. De enfoque cuantitativo, debido a que se utilizaron métodos estadísticos y numéricos para la demostración de hipótesis¹⁶.

2.2 Población y muestra

- Población: La población de estudio estuvo conformada por 350 adultos que acudieron al Centro de Salud mensualmente.
- Tamaño de la muestra: La muestra es de 78 adultos que acudieron al Centro de Salud Santiago. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia.
- Criterios de inclusión
 - Adultos que acudieron al Centro de Salud Santiago que deseen formar parte del estudio previa aprobación.
 - Adultos de 20 a 59 años de edad.
- Criterios De Exclusión
 - Adultos que acudieron al Centro de Salud Santiago, que no deseen participar del estudio.

2.3 Técnica

La técnica que se utilizó fue la encuesta.

Instrumento

Fue el cuestionario, que en su parte inicial recogió los datos sociodemográficos de los participantes para posteriormente continuar con las preguntas de estilo de vida propiamente dichas.

Para medir el estilo de vida se utilizó la escala tipo Likert:

Estilo de vida: “La Escala de Estilo de Vida”, Gálvez et al en la tesis titulada: Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto(a), atendidos en el Hospital II – 2

Tarapoto, febrero – junio 2018. Validado con la aplicación de la fórmula “R” de Pearson en cada uno de los ítems. Se obtuvo un $r > 0.20$, lo cual indica que el instrumento es válido. Para la confiabilidad del instrumento, los autores aplicaron el alfa de Cronbach, el cual arrojó un valor de 0.794 lo cual indica que la escala para medir el Estilo de Vida del adulto es confiable.

El instrumento estuvo constituido por 25 ítems divididos en dimensiones: autorrealización, responsabilidad de salud, ejercicio, alimentación, apoyo interpersonal y manejo del estrés. Para su calificación se utilizó una escala tipo Likert Nunca 1, a veces 2, frecuentemente 3 y siempre 4. Para tener una calificación final de estilo de vida saludable (63-100), no saludable (25-62)

Para el estado nutricional se utilizó el instrumento de Silva L, teniendo como valores finales una clasificación del IMC:

Delgadez < 18.5

Normal 18.5 – 24.99

Sobrepeso 25.0 – 29.99

Obesidad ≥ 30.0

2.4 Análisis de datos

Una vez recolectada la información, se procedió al procesamiento de los datos en forma manual y electrónica, se usó los programas informáticos Excel y Microsoft Word, codificando los resultados tanto para los datos generales y ambas variables de estudio.

2.4.1 Estadística

Para los datos descriptivos se utilizaron tablas de frecuencia, en caso de datos inferencial se utilizó la prueba chi cuadrado, todos los procesos se realizaron en el software estadístico spss vers 26 y un resultado de $p < 0.05$ fue considerado como significativo.

III. RESULTADOS

TABLA N° 1:
Edad de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Edad	Frecuencia	Porcentaje
20 a 29 años	12	15.3%
30 a 39 años	41	52.5%
40 a 49 años	15	19.2%
50 a 59 años	10	12.8%
Total	78	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°1 de acuerdo a la frecuencia de edad, el mayor porcentaje lo obtuvo el grupo etario de 30 a 39 años (52.5%), seguido de 40 a 49 años (19.2%), 20 a 29 años (15.3%) y por último 50 a 59 años (12.8%).

TABLA N° 2:
Sexo de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	50	64.1%
Masculino	28	35.9%
Total	78	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°2 de acuerdo a la frecuencia del sexo, se evidenció que en su mayoría fueron del sexo femenino (64.1%) y masculino (35.9%)

TABLA N° 3:
Estado civil de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Estado civil	Frecuencia	Porcentaje
Soltero	25	32.0%
Casado	10	12.8%
Conviviente	28	35.9%
Divorciado	15	19.2%
Total	78	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°3 de acuerdo al estado civil, una frecuencia en mayoría del estado conviviente (35.9%), seguido de soltero (32.0%), divorciado (19.2%), casado (12.8%).

TABLA N° 4:
Grado de instrucción de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Grado de instrucción	Frecuencia	Porcentaje
Primaria	15	19.2%
Secundaria	53	67.9%
Superior	10	12.8%
Total	78	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°4 de acuerdo al grado de instrucción, una frecuencia mayoritaria del nivel secundario (67.9%), seguido por nivel primaria (19.2%) y por ultimo nivel superior (12.8%).

TABLA N° 5:
Estilo de vida de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	30	38.5%
No saludable	48	61.5%
Total	78	100.00%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°5 de acuerdo al estilo de vida, que en su mayoría fue no saludable (61.5%) y saludable (38.5%).

TABLA N° 6:
Diagnóstico nutricional de los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020

Diagnóstico nutricional	Frecuencia	Porcentaje
Delgadez	0	0%
Normal	28	35.9%
Sobrepeso	40	51.3%
Obesidad	10	12.8%
Total	78	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada en el centro de salud Santiago

Interpretación

Se observa en la tabla N°6 de acuerdo al diagnóstico nutricional se evidencia que existe una mayor frecuencia del estado sobrepeso (51.3%), seguido por normal (35.9%), obesidad (12.8%) y delgadez (0.0%).

Prueba de Hipótesis

H¹ Existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020.

H⁰ No existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020.

ESTADÍSTICO DE PRUEBA: Chi cuadrado

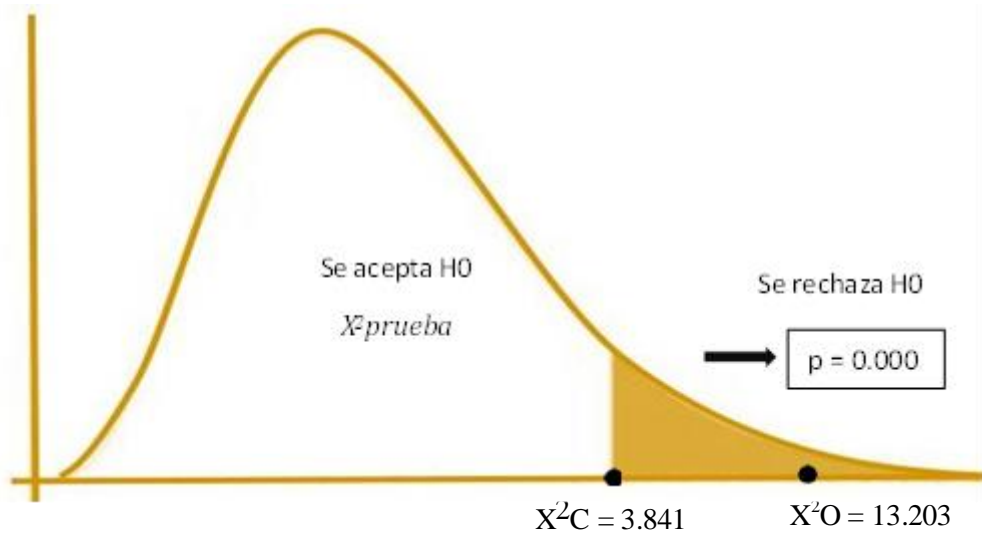
ESTADÍSTICO DE CÁLCULO:
$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Tabla N° 7: Relación entre el estilo de vida y diagnóstico nutricional

		Diagnóstico nutricional							
		Normal		Sobrepeso		Obesidad		Total	
Estilo de vida	Saludable	N	%	N	%	N	%	N	%
		Saludable	16	20.5	11	14.1	3	3.8	30
	No saludable	12	15.4	29	37.2	7	8.9	48	61.5
Total		28	35.9	40	51.3	10	12.8	78	100.0
		Chi2=13,203 p=0,000							

Prueba de chi-cuadrado

	Valor X ²	df	Significación asintótica
Chi-cuadrado Pearson	13,203 ^a	2	,000
Razón de verosimilitud	13,263	2	,000
N de casos válidos	78		



Interpretación

Mediante prueba de chi cuadrado (X^2) se ha podido comprobar que existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020; obteniendo una significancia $p < 0.05$. Por tanto, se acepta hipótesis alterna y se rechaza hipótesis nula.

IV. DISCUSIÓN

El 61.5% de adultos tienen un estilo de vida no saludable, el 38.5% tienen estilo de vida saludable, coincide con el estudio de Barragán L. y Alarcón A. (2016). Donde ejecutaron un estudio con el objetivo de dar a conocer el estilo de vida que mantienen los adultos en una universidad de Ecuador. Los resultados: el 85% de la población tienen estilo de vida inadecuado⁸. Carrión M. y Salazar R. (2016), tuvieron como objetivo demostrar los estilos de Vida de los adultos de una universidad de Lima. Los resultados muestran que el 54,1% de los docentes muestran estilo de vida no saludable, lo cual está asociada a la vida sedentaria¹³. Tasayco A. Sierra K. Elaboraron un estudio con el objetivo de demostrar los estilos de vida en adultos de un Hospital de Chincha, 2018. El tipo de estilo de vida fue inadecuado con un 72.8%, en cuanto al IMC se identificó que el 68.1% estaba en sobrepeso, el 80.5% tuvo actividad física inadecuada, 62.0% presentó una alimentación inadecuada¹⁴.

El 51.3% de adultos tienen diagnóstico nutricional de sobrepeso, el 35.9% tienen diagnóstico nutricional normal y el 12.8% tienen diagnóstico de obesidad; coincide con el estudio de Salinas J, Lera L, González C. (2016) realizaron el estudio con el objetivo de demostrar la condición de salud y nutrición según el estilo de vida en empleados de obras. Resultados: El 82% de obreros tenía sobrepeso u obesidad⁷.

Se sugiere que se evalúen más actividades preventivas para mejorar los estilos de vida adecuados en los usuarios, manteniendo controlado el peso. Mejorar la rutina de actividades físicas, para mantener una vida saludable.

V. CONCLUSIONES

Luego de haber realizado la investigación, se llega a las siguientes conclusiones:

- Existe relación entre el estilo de vida y el diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020.
- El 61.5% de adultos tienen un estilo de vida no saludable, el 38.5% tienen estilo de vida saludable.
- El 51.3% de adultos tienen diagnóstico nutricional de sobrepeso, el 35.9% tienen diagnóstico nutricional normal y el 12.8% tienen diagnóstico de obesidad.

VI. RECOMENDACIONES

- A los directivos, personal de salud promover programas o estrategias de autocuidado de la salud en los adultos para mejorar el estilo de vida y el estado nutricional.
- Al personal de salud, tener presente las dimensiones de los estilos de vida del adulto que lo condiciona a riesgo como la alimentación no saludable, baja actividad y ejercicio, manejo inadecuado del estrés, el poco apoyo interpersonal y la baja responsabilidad en salud por parte del adulto. Así mismo al personal de promoción de la salud y visita domiciliaria, tener presente la educación considerando que el adulto en su mayoría no asume un estilo de vida saludable.
- Al personal asistencial, considerar la educación de las personas adultas para mejorar su alimentación, actividad física como elementos importantes para mantener su salud, mediante sesiones educativas con el objetivo de prevenir enfermedades, teniendo presente el diagnóstico nutricional del adulto considerando que la mayoría presentan problemas como sobrepeso y obesidad.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Estilos de vida de la población. [Internet] Colombia: 2017. [Citado el 06 de Julio del 2019]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets#E>
2. Tempesti C, Alfaro S, Cappelen L. Estilos de vida y hábitos alimentarios en adolescentes escolarizados de poblaciones urbanas y rurales 2010, Salta. *Actu. en Nutri.* 2013 Junio; 14(2):133-40. [Citado el 22 de Agosto de 2021]. Disponible en: http://www.revistasan.org.ar/pdf_files/trabajos/vol_14/num_2/RSAN_14_2_133.pdf
3. Ramos G. Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional en escolares adolescentes de la institución educativa técnico industrial San Miguel Achaya – 2017. Perú: Universidad Nacional del Altiplano; 2017. [Citado el 7 de Octubre del 2019]. Disponible en: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/3610>
4. Barrón V, Rodríguez A, Chavarría P. Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos de la ciudad de Chillán, Chile. *Rev. chil.nutr.* 2017 Marzo; 44(1). Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-75182017000100008&script=sci_arttext
5. Durán S, Sánchez H, Valladares M, López M, Badilla P, Herrera T. Actividad física y perfil de estilos de vida promotores de la salud en adultos mayores chilenos. *Rev. méd.* 2017 Diciembre 145 (12). Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872017001201535&script=sci_arttext&tlng=n
6. López B, Padilla N, Delgado S. Relación de la percepción del estilo de vida con sobrepeso/obesidad en adultos con antecedentes familiares de diabetes mellitus tipo 2. *Rev. Divulg. Cient.* 2017; 3(2). Disponible en: <http://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/1702/1207>
7. Salinas J, Lera L, González C. Estilos de vida, alimentación y estado nutricional en trabajadores de la construcción de la Región Metropolitana de Chile. *Rev. méd. Chile.* 2016 Julio; 142(7). Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872014000700003
8. Barragán L. y Alarcón A. Estilo de vida que mantienen los adultos en una universidad de Ecuador. [Tesis]. Ecuador: Universidad de Guayaquil; 2016. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8196/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION%20C3%93N%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20SALUDABLES.pdf>
9. Tantaleán A. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020. [Tesis]. Perú: Universidad Nacional De San Martín – Tarapoto; 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/3866>
10. Mera D. Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional de los estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Marcial Acharan y Smith-Trujillo, 2018. [Tesis]. Perú: Universidad César Vallejo; 2018 Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36207/mera_vd.pdf?sequence=1&isAllowed=y

11. Llontop M. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Asentamiento Humano Costa Verde - Nuevo Chimbote, 2016. [Tesis]. Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8557/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_LLONTOP_ZENA_MARIA_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

12. Ramos G. Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional de los estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Técnico Industrial Miguel Achaya – 2017. [Tesis]. Perú: Universidad Nacional del Altiplano; 2017. Disponible en: http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6341/Ramos_Huamanquispe_Gabriela.pdf?sequence=1&isAllowed=y

13. Carrión M. y Salazar R. Estilos de vida de los adultos de una Universidad de Lima. 2016. Tesis. Universidad Wiener. Lima, Perú.

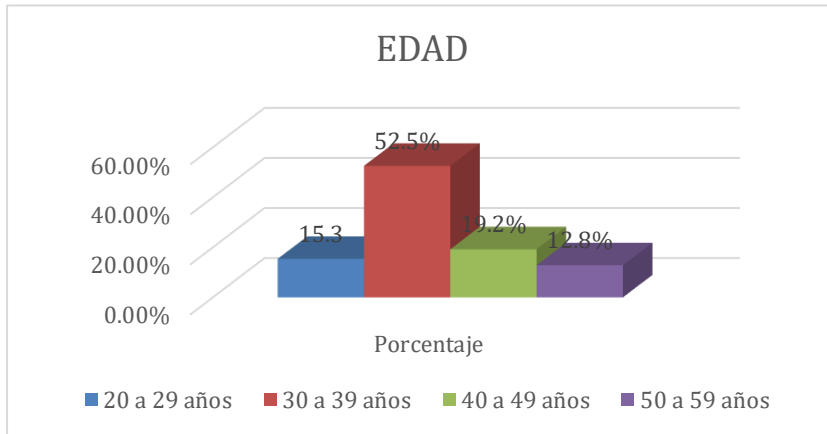
14. Tasayco A. Sierra K. Estilos de vida en adultos de un Hospital de Chincha, 2018. [Tesis]. Perú: Universidad Autónoma de Ica; 2018 Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/569>

15. Huarcaya A. Estilo de vida y estado nutricional del adulto que acude al Centro de Salud Subtanjalla de Ica. Disponible en: <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/3011/T.%20TPLE%20-%20HUARCAYA%20CORDOVA%20ARITZA%20MELANIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

16. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. 3ª edición. México: Mc Graw Hill 2003; 342-482. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=9329327&pid=S0034-9887201000050000400017&lng=es

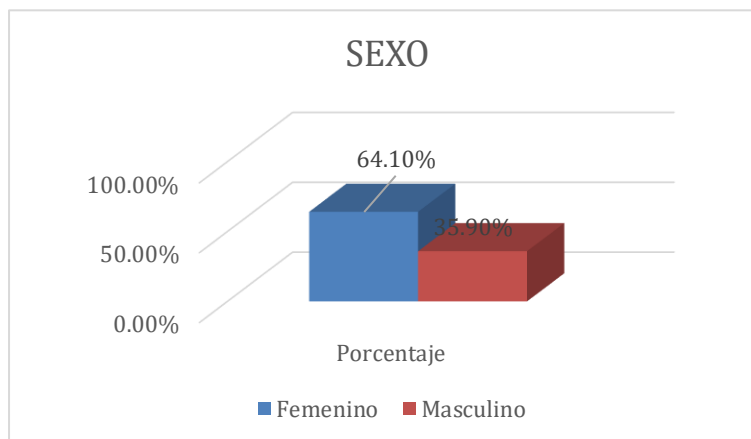
VIII. ANEXOS

Gráfico N°1 Distribución de frecuencia según la edad en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



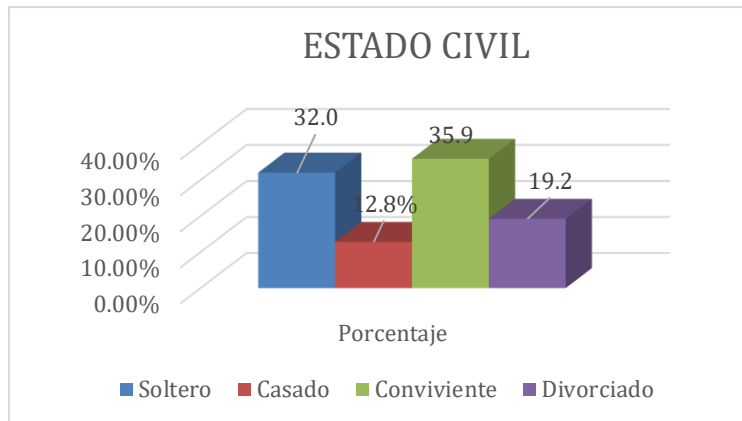
Se observa en el Gráfico N°1 de acuerdo a la distribución de frecuencia según la edad, el mayor porcentaje lo obtuvo el grupo etario de 30 a 39 años (52.5%), seguido de 40 a 49 años (19.2%), 20 a 29 años (15.3%) y por último 50 a 59 años (12.8%).

Gráfico N°2 Distribución de frecuencia según el sexo en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



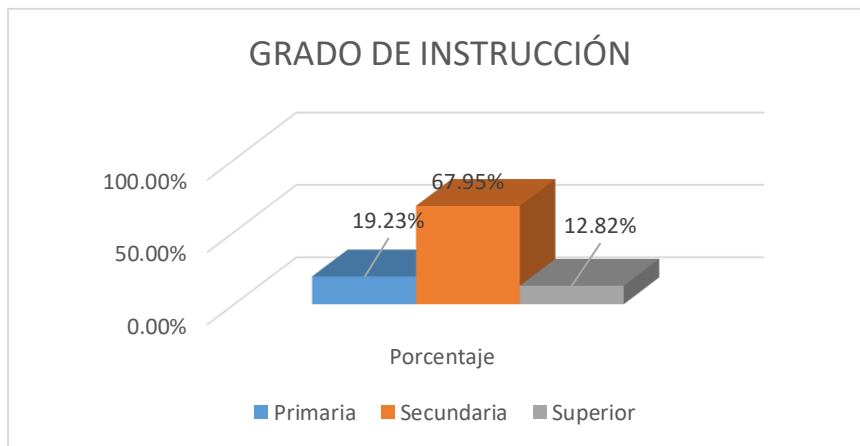
Se observa en el Gráfico N°2 de acuerdo a la distribución de frecuencia según el sexo, se encontró que el sexo femenino (64.1%) y masculino (35.9%)

Gráfico N°3 Distribución de frecuencia según estado civil en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



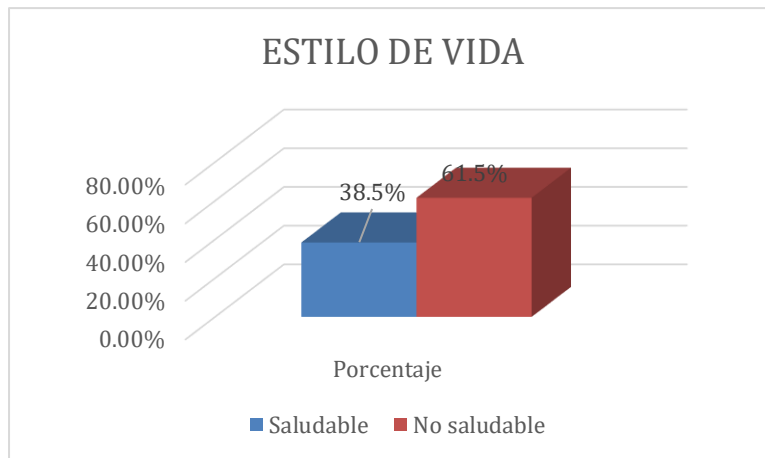
Se observa en el Gráfico N°3 de acuerdo a la distribución de frecuencia del estado civil en su mayoría conviviente (35.9%), seguido de soltero (32.0%), divorciado (19.2%), casado (12.8%).

Gráfico N°4 Distribución de frecuencia según grado de instrucción en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



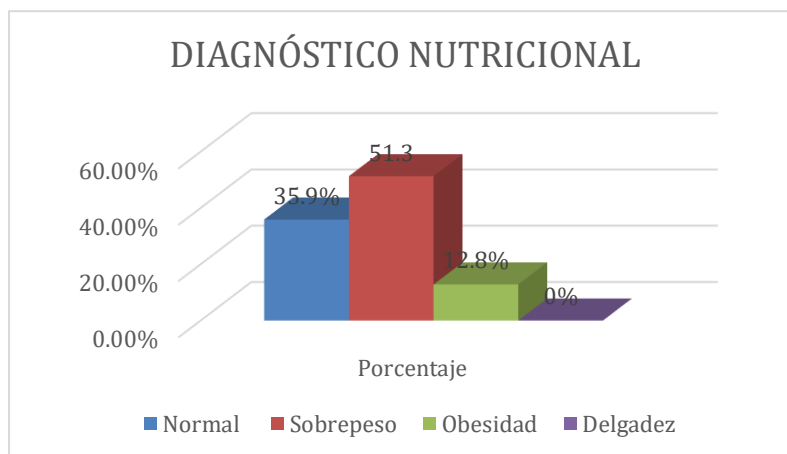
Se observa en el Gráfico N°4 de acuerdo a la distribución de frecuencia de acuerdo al grado de instrucción nivel secundaria (67.9%), seguido por nivel primaria (19.2%) y por ultimo nivel superior (12.8%).

Gráfico N°5 Distribución de frecuencia según estilo de vida en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



Se observa en el Gráfico N°5 de acuerdo al estilo de vida que en su mayoría fue no saludable (61.5%) y saludable (38.5%).

Gráfico N°6 Distribución de frecuencia según el diagnóstico nutricional en los adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020



Se observa en el Gráfico N°6 de acuerdo a la distribución de frecuencia sobrepeso (51.3%), seguido por normal (35.9%), obesidad (12.8%) y delgadez (0.0%).

ANEXO N°2



Centro de Salud Microred CLAS Santiago
"AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERÚ: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA"



Santiago, 27 de Mayo del 2021

OFICIO N° 09221 -GORE-ICA-DRSA-RED-I.P.N-CLAS-SANTIAGO

Srta.

BETSI ROSARIO CAHUA APARCANA

Estudiante de la Facultad de Enfermería de la UNSLG ICA

ASUNTO: AUTORIZACIÓN DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Presente.

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente, y a la vez hacerle comunicarle que se da por aceptada su solicitud presentada el día 24 del presente mes, en la cual solicita ser autorizado para la aplicación del instrumento de tesis, trabajo de investigación "ESTILO DE VIDA RELACIONADO AL DIAGNOSTICO NUTRICIONAL EN ADULTOS QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD SANTIAGO, ICA – 2020".

Sin otro particular me despido de usted no sin antes reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente

 CLAS SANTIAGO

Felipe López Quijandria
GERENTE



ANEXO N°3
FACULTAD DE ENFERMERÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____, Con Dirección
en _____, con DNI
_____ autorizo y acepto participar en el proyecto titulado:

Estilo de vida relacionado al diagnóstico nutricional en adultos que acuden al Centro de Salud Santiago, Ica - 2020.

La investigadora me ha explicado que este proyecto que es fundamental para medir el estilo de vida y el diagnóstico nutricional.

Estoy enterado y acepto que los datos demográficos y los resultados de la encuesta sean analizados, discutidos y autorizo sean utilizados para fines científicos.

Con el conocimiento de que nunca seré identificado y siempre se mantendrá el anonimato y confidencialidad de mi identidad personal. Los resultados se analizarán como grupo y mi nombre no aparecerá en la publicación.

Estoy enterado(a) que este estudio es confidencial y libre de costo.

ATENTAMENTE

.....

FIRMA

ANEXO N°4
UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE ENFERMERÍA

Buenos días Sr(a) soy egresada de la Facultad de Enfermería, estoy realizando una encuesta sobre los Estilos de Vida para poder identificar sus necesidades y ayudar a mejorar la salud, le informamos que esta encuesta es confidencial por lo cual pedimos sea lo más sincero(a) posible en sus respuestas.

Se le agradece su gentil participación.

I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

- Edad: De 20 a 29 años () De 30 a 39 años () De 40 a 49 años () De 50 a 59 años ()
- Sexo: M () F ()
- Grado de Instrucción: a) Primaria () b) Secundaria () c) Superior ()
- Estado Civil: a) Soltera/o () b) Casada/o () c) Conviviente () d) Separada/o () e) Viuda/o ()

II. ESCALA DE ESTILO DE VIDA:

Criterios de calificación:

Nunca: N= 1
A veces: A= 2
Frecuentemente: F= 3
Siempre: S= 4

Nota: en el ítem 24 del criterio de calificación el puntaje es al contrario.

N°	DIMENSIONES	CRITERIOS			
		N	A	F	S
	ALIMENTACIÓN				
1	Come usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.				
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
3	Consumes de 4 a 8 vasos de agua al día.				
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.				
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.				
	ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.				

	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.				
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.				
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.				
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.				
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.				
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.				
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.				
16	Colabora con los demás miembros de su familia.				
	AUTORREALIZACIÓN				
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.				
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.				
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.				
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.				
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.				
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.				
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.				
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
25	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.				

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos
63 a 100 puntos: Saludable
25 a 62 puntos: No saludable

III. FICHA DE VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL:

PESO:

TALLA:

IMC:

DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL:



TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL SEGÚN IMC ADULTAS/OS



		CLASIFICACIÓN							
		PESOS (kg)							
IMC	Talla (cm)	Delgadez			Normal	Sobrepeso	Obesidad		
		III	II	I			I	II	III
		<16	≥16	≥17	≥18,5	≥25	≥30	≥35	≥40

INSTRUCCIONES

1. Ubique en la columna Talla, la talla del adulto (varón o mujer)
2. Compare el peso del adulto con los valores de peso que aparecen en el recuadro y clasificar:

Peso	Clasificación
< al peso correspondiente al IMC 16	Delgadez III
≥ al peso correspondiente al IMC 16	Delgadez II
≥ al peso correspondiente al IMC 17	Delgadez I
≥ al peso correspondiente al IMC 18,5	Normal
≥ al peso correspondiente al IMC 25	Sobrepeso
≥ al peso correspondiente al IMC 30	Obesidad I
≥ al peso correspondiente al IMC 35	Obesidad II
≥ al peso correspondiente al IMC 40	Obesidad III

< : menor ≥ : mayor o igual

Fuente: WHO, 2000. Obesity: Preventing and managing the global epidemic, Report of a WHO Consultation. (WHO Technical Report Series N° 894). OMS, 1995. El Estado Físico. Uso e Interpretación de la Antropometría. Comité Expertos de la OMS, Ginebra. (Serie de informes técnicos 854).

SIGNOS DE ALERTA

- Cuando el IMC de normalidad varía en $\pm 1,5$ entre dos controles.
- Cuando el peso de la persona evaluada se aproxima a los valores de peso correspondiente a los límites de IMC Normal.
- Perímetro abdominal ≥ 80 cm en mujeres y ≥ 94 cm en varones.
- Incremento o pérdida de peso mayor a 1 kg en dos semanas.
- Cambio de clasificación de IMC en sentido opuesto a la normalidad, por ejemplo: de delgadez I a delgadez II, de normal a sobrepeso o de sobrepeso a obesidad I.

