

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL**



**FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN
ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS
QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
PROFESIONAL EN ENFERMERÍA EN CUIDADOS
QUIRÚRGICOS**

**AUTOR:
GLORIA MARITZA PAZ RAMOS**

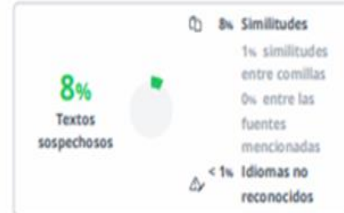
**ASESORA:
DRA. HAYDEÉ BLANCA ROMÁN ARAMBURÚ**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PROMOCIÓN Y PROTECCIÓN DE LA
SALUD**

**Callao, 2023
PERÚ**

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023

TESIS PARA PASAR EL URKUND



Nombre del documento: TESIS PAZ, MORALES urkund.docx
ID del documento: 9cc4e893bf543d99fdec8f5d7692c92d097d4201
Tamaño del documento original: 1,44 MB
Autor: MARITZA PAZ RAMOS

Depositante: MARITZA PAZ RAMOS
Fecha de depósito: 20/2/2024
Tipo de carga: url_submission
fecha de fin de análisis: 21/2/2024

Número de palabras: 20.827
Número de caracteres: 134.527

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.uladech.edu.pe 38 fuentes similares	1%		Palabras idénticas: 1% (235 palabras)
2	repositorio.uladech.edu.pe 39 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (165 palabras)
3	tesis.usat.edu.pe 4 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (161 palabras)
4	repositorio.uladech.edu.pe 37 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (144 palabras)
5	repositorio.uladech.edu.pe 28 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (128 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.unprg.edu.pe	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (40 palabras)
2	repositorio.uladech.edu.pe Estilos de vida y factores biosocioculturales de los ad... El documento proviene de mi biblioteca de referencias	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (30 palabras)
3	SEGUNDA REVISIÓN TESIS - BARRA Y GABRIEL.docx INVESTIGACIÓN FOR... #100291	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (24 palabras)
4	repositorio.upla.edu.pe	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (28 palabras)
5	dspace.unleu.edu.ec	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (22 palabras)

TÍTULO

**“FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN
ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS
QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023”**

AUTOR

GLORIA MARITZA PAZ RAMOS

INFORMACIÓN BÁSICA

FACULTAD	:	Ciencias de la Salud
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN	:	Ciencias de la Salud
TÍTULO	:	“ Factores biosocioculturales y estilos de vida en enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023”
AUTOR (1)	:	Gloria Maritza Paz Ramos CODIGO ORCID 0009-0002-4267-8656 / DNI:27712010
ASESORA	:	Dra. Haydeé Blanca Román Aramburu CODIGO ORCID: 0000000214617525 / DNI: 08097301
LUGAR DE EJECUCIÓN	:	Hospital de ESSALUD de Chiclayo, que se encuentra ubicado en la plaza s/n del distrito de Chiclayo, departamento de Lambayeque.
UNIDAD DE ANÁLISIS	:	Enfermeras que laboran en un hospital de ESSALUD
TIPO	:	Aplicada
ENFOQUE	:	Cuantitativo
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	:	No Experimental.
TEMA OCDE	:	3.03.03 ENFERMERÍA

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN

MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:

- Dra. ANA ELVIRA LOPEZ DE GOMEZ PRESIDENTA
- Dr. HERNAN OSCAR CORTEZ GUTIERREZ SECRETARIA
- Mg. LAURA DEL CARMEN MATAMOROS SAMPEN VOCAL
- Dra. ROSARIO MIRAVAL CONTRERAS SUPLENTE

ASESOR(A): Dra. Haydeé Blanca Román Aramburu

Nº de Libro:6...

Nº de Folio:257...

Nº de Acta: 011-2024

Fecha de Aprobación de la tesis:

13 de marzo del 2024

Resolución de Sustentación:

Nº : 064-2024-D/FCS



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL

ACTA N° 011-2024

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL

Siendo las 16:00 horas del día miércoles, 13 de Marzo de 2024 mediante el uso de la Plataforma Virtual Google Meet de la Facultad de Ciencias de la Salud, se reunió el Jurado de Sustentación del CXIX Ciclo Taller de Tesis para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional, conformado por los siguientes docentes:

Presidente (a): DRA. ANA ELVIRA LÓPEZ DE GÓMEZ
Secretario (a): DR. HERNÁN OSCAR CORTEZ GUTIERREZ
Vocal: MG. LAURA DEL CARMEN MATAMOROS SAMPEN

Con la finalidad de evaluar la sustentación de la Tesis titulada:

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023

presentado por el(la) los(las) tesista(s):

PAZ RAMOS GLORIA MARITZA

Para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en:

ENFERMERÍA EN CUIDADOS QUIRÚRGICOS

Luego de la sustentación, los miembros del Jurado formularon las respectivas preguntas, las mismas que fueron absueltas satisfactoriamente.

En consecuencia, el Jurado de Sustentación acordó **APROBAR** por **UNANIMIDAD** con la escala de calificación cuantitativa **17 DIECISIETE** y calificación cuantitativa **MUY BUENO** conforme al Artículo 24° del Reglamento de Grados y Títulos de la UNAC, aprobado por Resolución N° 150-2023-CU del 15 de Junio de 2023, con lo que se dio por terminado el acto, siendo las 16:30 horas del mismo día.

Bellavista, 13 de Marzo de 2024


DRA. ANA ELVIRA LÓPEZ DE GÓMEZ
Presidente(a)


DR. HERNÁN OSCAR CORTEZ GUTIERREZ
Secretario(a)


MG. LAURA DEL CARMEN MATAMOROS SAMPEN
Vocal



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL

INFORME N° CXIX-2024-001

PARA : DRA. ANA LUCY SICCHA MACASSI
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

DE : PRESIDENTE(A) DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN
CXIX CICLO TALLER DE TESIS DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL

ASUNTO : INFORME FAVORABLE DEL PRESIDENTE DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN

FECHA : miércoles, 13 de Marzo de 2024

Visto el Acta de Sustentación N° 011-2024

Con la que se evaluó la sustentación de la Tesis Titulada:

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS
SERVICIOS QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023

presentado por el(la) los(las) tesista(s):

PAZ RAMOS GLORIA MARITZA

Para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en:

ENFERMERÍA EN CUIDADOS QUIRÚRGICOS

En tal sentido se informa que no existe observación alguna a la mencionada Tesis por lo que se da la CONFORMIDAD FAVORABLE.

Sin otro particular, reitero mi consideración y estima personal.


DRA. ANA ELVIRA LOPEZ DE GÓMEZ
Presidente(a)

DEDICATORIA

A Dios por ser quien guía mi vida brindándome las oportunidades que me permiten afrontar nuevos retos personales y profesionales, por poner en mi camino a profesionales extraordinarios que sin su ayuda no hubiese sido posible lograr este sueño: mi tesis. A mi familia Por todo su apoyo y comprensión, por estar siempre a mi lado.

Paz Ramos Gloria Maritza

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darnos vida, salud y brindarnos todo lo que tenemos a nuestro
alrededor del cual podemos disfrutar

A mis amados padres, por haber sido y ser apoyo, inspiración y fortaleza para
lograr mis metas y empezar de nuevo a pesar de las dificultades

A mis estimados docentes, por su valiosa contribución en el trabajo de
investigación,

A la prestigiosa Universidad Nacional del Callao por ser nuestra casa de
estudios y brindarnos la gran oportunidad de lograr esta noble segunda
especialización en enfermería en cuidados quirúrgicos.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS DE CONTENIDO	13
RESUMEN	14
ABSTRACT	15
INTRODUCCIÓN	16
I.	17
1.1. Descripción de la realidad problemática	18
1.2. Formulación del problema	22
1.3. Objetivos	22
1.4. Justificación	23
1.5. Delimitantes de la investigación	24
II.	25
2.1. Antecedentes: Internacionales y Nacionales	26
2.2. Bases teóricas	39
2.3. Marco conceptual	45
2.4. Definiciones de términos básicos	58
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	61
3.1. Hipótesis	61
3.1.1 Operacionalización de variables	62
IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO	63
4.1. Diseño metodológico	63
4.2. Método de investigación	64
4.3. Población y muestra	64
4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado	67
4.5. Técnicas e instrumentos para la recolección de la información	67
4.6. Análisis y procesamiento de datos	72
4.7. Aspectos éticos de la investigación	72
V. RESULTADOS	74
5.1 Resultados descriptivos	74
5.2 Resultados inferenciales	81
5.2 Otros resultados	86

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	87
6.1 Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados	87
6.2 Contrastación de los resultados con otros estudios similares	91
6.3 Responsabilidad ética	100
VII. CONCLUSIONES	101
VIII. RECOMENDACIONES	102
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	103
ANEXOS	117
Anexo N ⁰ 1: Matriz de Consistencia.....	118
Anexo N ⁰ 2: Cuestionario de factores biosocioculturales.....	120
Anexo N ⁰ 3: Cuestionario de estilos de vida.....	122
Anexo N ⁰ 4: Consentimiento informado.....	125
Anexo N ⁰ 5: Validez de los instrumentos por Juicio de expertos.....	126
Anexo N ⁰ 6: validez de los instrumentos V de Aiken.....	144
Anexo N ⁰ 7: Confiabilidad de los instrumentos.....	145
Anexo N ⁰ 8: Base de datos en SPSS del cuestionario factores biosocioculturales.....	146
Anexo N ⁰ 9: Base de datos en SPSS del cuestionario estilos de vida.....	148

ÍNDICE DE TABLAS DE CONTENIDO

Tabla 5.1.1:	Factores Biosocioculturales en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	74
Tabla 5.1.2:	Estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	76
Tabla 5.1.3:	Asociación entre los factores biológicos y los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	77
Tabla 5.1.4:	Asociación entre los factores sociales y los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	78
Tabla 5.1.5:	Asociación entre los factores culturales y los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	80
Tabla 5.2.1:	Factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	81
Tabla 5.2.2:	Factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	82
Tabla 5.2.3:	Factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	83
Tabla 5.2.4:	Factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	85
Tabla 5.3.1	Tabla de normalidad de factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.....	86

RESUMEN

Este estudio se llevó a cabo con el **objetivo** principal de determinar los factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023. **Metodología:** Se utilizó el tipo de investigación aplicada, con un enfoque cuantitativo y un nivel relacional. se utilizó un diseño no experimental de corte transversal para analizar la asociación entre las variables. La técnica que se utilizó fue la encuesta, tanto para cuestionario de factores biosocioculturales como para el cuestionario de estilos de vida PEPS-I de Nola Pender. Posteriormente, los datos recolectados fueron procesados utilizando los programas Excel y SPSS. Los **resultados:** En el factor biológico, el 90,9% son de sexo femenino y el 42,4% se encuentran en el rango de 30 a 39 años; en el factor cultural, el 92,4% son católicos y en el grado de instrucción el 60,6% son especialistas; en el factor social, el 51,5% son casados, el 81,8% reporta un ingreso económico mensual es mayor de 5000 soles, el 51,5% tiene una de experiencia laboral de 11 a 20 años, el 16,7% labora en el servicio de Traumatología y en los estilos de vida el 62,1% mantiene un estilo de vida saludable y el 37,9% adopta un estilo de vida no saludable. Al utilizar el análisis de Chi cuadrado para evaluar la asociación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida, se **concluye** que no existe una asociación entre factores biosocioculturales y estilos de vida, como se refleja $\chi^2_{calculado}=8,507 < \chi^2_{tabulado} 22,3620$ y $p=0,809 > 0,05$.

Palabras clave: factores biosocioculturales, estilos de vida y enfermeras

ABSTRACT

This study was carried out with the main **objective** of determining the biosociocultural factors associated with the lifestyles of Nurses who work in the Surgical Services of the Hospital Essalud Chiclayo 2023. **Methodology:** The type of applied research was used, with a quantitative and a correlational level. A non-experimental cross-sectional design was used to analyze the association between the variables. The technique used was the survey, both for the biosociocultural factors questionnaire and for the PEPS-I lifestyle questionnaire by Nola Pender. Subsequently, the collected data were processed using Excel and SPSS programs. **The results:** In the biological factor, 90.9% are female and 42.4% are in the range of 30 to 39 years; In the cultural factor, 92.4% are Catholics and in the level of education, 60.6% are specialists; In the social factor, 51.5% are married, 81.8% report a monthly income greater than 5,000 soles, 51.5% have work experience of 11 to 20 years, 16.7% works in the Traumatology service and in lifestyles, 62.1% maintain a healthy lifestyle and 37.9% adopt an unhealthy lifestyle. When using the Chi square analysis to evaluate the association between biosociocultural factors and lifestyles, it is **concluded** that there is no statistically significant association, as reflected χ^2 calculated=8.507 < χ^2 tabulated 22.3620 and $p=0.809 > 0,05$.

Keywords: biosociocultural factors, lifestyles and nurses

INTRODUCCIÓN

Vivir actualmente en un mundo globalizado, implica reconocer que la vida de las personas está siendo influenciada por factores que puede mejorar o dañar su salud. Para abordar la salud y el bienestar de las enfermeras, es necesario tomar en cuenta que hay factores biosocioculturales que pueden influir directamente en su calidad de vida y la capacidad de desempeño de los profesionales de enfermería en el cuidado que brindan a las personas hospitalizadas y en su familia.

Los factores biosocioculturales, son aspectos que están presentes en la vida de las personas tales como la edad, el sexo, el estado civil, religión, educación superior, ingreso económico y condición laboral, que pueden impactar significativamente en el estilo de vida y la salud de las enfermeras.

Las enfermeras jóvenes pueden enfrentar desafíos diferentes a los de sus colegas mayores, y las responsabilidades familiares pueden variar según los factores como edad, condición de trabajo, estado civil entre otros, los que impactan en sus estilos de vida, este conocimiento que se obtenga de la investigación va permitir desarrollar programas con estrategias de bienestar que aborden las necesidades específicas de las enfermeras en sus estilos de vida personal, en su entorno laboral y familiar.

Estudios realizados en otros países latinoamericanos han demostrado que la mejora de los factores biosocioculturales y la implementación de estrategias han fomentado el desarrollo de bienestar de las enfermeras, lo cual ha repercutido en el nivel de desempeño personal, laboral y familiar.

Así mismo es importante reconocer que la investigación, ha aportado indicadores actuales que permiten a las autoridades saber que en el personal de enfermería hay estilos de vida saludables y no saludables lo cual le va permitir a las autoridades de la institución tomar decisiones para promover

estilos de vida saludables en el personal de salud dentro de ellas a las enfermeras, promoviendo una cultura de prevención para lograr bienestar y mejorar el cuidado que brindan, siendo capaces de asumir desafíos y enfrentarse a problemas de salud complejos sin dañar su salud y contribuir con la mejora de la imagen de la institución.

Así mismo los resultados de la investigación podrán ayudar para realizar programas con estrategias para promover una vida saludable en las enfermeras para que sean ellas las que mejoren sus estilos de vida.

Este estudio tuvo un diseño metodológico tipo aplicada, cuantitativo, relacional, no experimental, de corte transversal, con una población de 80 enfermeras, de los cuales obtuvimos una muestra de 66 enfermeras en el periodo de marzo a diciembre en los servicios quirúrgicos del hospital Essalud Chiclayo, 2023.

La presente investigación está conformado por: Apartado I: se trata sobre el Planteamiento del problema, que incluye la descripción de la realidad problemática, formulación del problema, objetivos, justificación y limitantes, Apartado II: Marco teórico, contiene los antecedentes, bases teóricas, bases conceptuales y la definición de términos, Apartado III: considera las hipótesis y variables, así como la operacionalización de variables, Apartado IV: Metodología del proyecto donde se da a conocer como se ha desarrollado la investigación; V. Resultados se dan a conocer los resultados de los factores biosocioculturales y su relación con los estilos de vida VI. Discusión de Resultados. Para finalizar se presentan las Conclusiones, Recomendaciones, las referencias Bibliográficas y los anexos.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define los factores biosocioculturales como un conjunto de características que definen la esencia colectiva de una persona, abarcando factores biológicos, sociales y culturales. Estos factores, que incluyen las condiciones de nacimiento, crecimiento, trabajo, vida y envejecimiento, se entrelazan con las circunstancias diarias, conformando la complejidad que influye en la salud individual (1).

Según la OMS, el estilo de vida es un conjunto de rutinas cotidianas que pueden contribuir tanto a mejorar como a deteriorar la salud de la persona, incorporando diversas dimensiones tales como nutrición, ejercicio, responsabilidad en salud, manejo de estrés, soporte interpersonal y autoactualización (2).

Aunque son conocidos los beneficios vinculados a un estilo de vida saludable, todavía hay personas que no adoptan esta rutina; de hecho, se observa una disminución en el porcentaje de aquellos que llevan una vida sana. Lamentablemente, existe una escasa conciencia pública sobre la conexión entre la salud y el estilo de vida (3).

Situación que no es ajena a los profesionales de salud, a pesar de contar con conocimiento sobre estilos de vida saludables y prevención de enfermedades, no los practican, lo que produce la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles definidas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como afecciones de larga duración (4).

Estas enfermedades incluyen las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes mellitus, que mundialmente representan el 60% de los 58 millones de muertes anuales, las cuales pueden prevenirse mediante la adopción de prácticas de vida saludables (4).

Esta situación se ve reflejada en el estudio de Cobos, E., et al. (5), la cual revela que la mayoría de los profesionales de salud se ven afectados por extensos horarios y grandes demandas laborales, por lo que experimentan somnolencia, falta de concentración e irritabilidad en su día a día y para contrarrestar estos efectos y obtener energía, recurren a la ingesta de dietas hipercalóricas, contribuyendo así a altas tasas de obesidad, especialmente en enfermeras.

Los impactantes porcentajes de obesidad revelados por el estudio son preocupantes, mostrando una realidad destacada en diversos países. Estados Unidos lidera con un 38.2% de profesionales de la salud afectados, seguido por México con un 32.4%, Nueva Zelanda con un 30.7%, y Ecuador con un 6.9%, estas cifras subrayan la magnitud del problema y sus consecuencias directas en la salud de los trabajadores de la salud en distintas partes del mundo (5).

En el ámbito latinoamericano, específicamente en Ecuador, el estudio publicado por Laje, O., et al. (6) señala que, a pesar de contar con conocimientos sobre estilos de vida saludables, los profesionales de la salud, incluyendo a las enfermeras, muestran estilos de vida inadecuados, con repercusiones negativas para su salud. Los hallazgos revelan que tan solo el 10% del personal de enfermería mantiene un estilo de vida saludable, mientras que el 90% adopta estilos de vida no saludables (6).

Este patrón se refleja en diversos aspectos, donde la actividad física se realiza de manera no saludable en un 66%, el 98% presenta mala alimentación, la recreación no es óptima en el 56% y el 68% no disfruta de un descanso adecuado. Estas estadísticas subrayan la diferencia entre el conocimiento teórico y la aplicación práctica de los profesionales de la salud (6).

En Argentina, se evidencian niveles preocupantes en los estilos de vida, ya que existe un marcado desinterés en la búsqueda de alternativas que conduzcan a resultados positivos, la falta de compromiso dificulta la implementación efectiva de acciones destinadas a mejorar los hábitos y estilos de vida de la población (7).

En el contexto peruano, esta realidad no es ajena. Un estudio realizado por León, R (8) revela que, a pesar de contar con conocimientos sobre estilos de vida saludables, las enfermeras exhiben patrones de comportamiento inadecuados, esta contradicción resulta llamativa, dado que, al ser profesionales de la salud, poseen los conocimientos necesarios para el cuidado de la salud, pero lamentablemente, no los aplican en su vida diaria. A esto se suma la carga laboral del personal de enfermería, que a menudo trabaja de 10 a 12 horas seguidas, en algunas ocasiones sin descanso, descuidando así sus necesidades básicas.

En otro estudio realizado en Lambayeque por Pisfil, N (9), se resalta una situación inquietante entre el personal de enfermería, donde un porcentaje significativo enfrenta desafíos en la adopción de estilos de vida saludables. Se revela que el 57,9% presenta patrones de nutrición no saludables, el 92,1% exhibe hábitos de actividad física poco saludables, el 78,9% demuestra una responsabilidad de salud no

saludable, el 94,7% experimentan dificultades en el manejo saludable del estrés, y el 47,4% sigue un estilo de vida no saludable.

Este escenario adquiere una complejidad adicional al considerar factores como la edad, el sexo, el grado de instrucción y el ingreso económico del personal de enfermería. En el estudio, el grupo etario predominante, entre 41 a 46 años, representa el 47,4% del total, siendo el 97,4% del sexo femenino. Asimismo, el 42,1% está casado, el 32,4% tiene 1 o 2 hijos respectivamente, el 85,0% posee una segunda especialidad, y el 68,4% tiene una condición laboral estable (9).

Esta problemática se manifiesta en el Hospital de ESSALUD, donde algunas enfermeras se ven involucradas en prácticas alimenticias poco saludables, tales como consumir alimentos fuera de los horarios habituales, omitir comidas y optar por productos con elevados niveles de grasas y carbohidratos, como dulces, galletas, pasteles y chocolates. Además, recurren al consumo de gaseosas, bebidas rehidratantes y café durante las guardias nocturnas como estimulante, agravando la situación con una baja ingesta de agua y la falta de descanso.

Esto se refleja claramente en sus testimonios: *"Solo me asignan 15 minutos para el almuerzo"*, *"No hay un periodo de tiempo adecuado para realizar pausas activas o disfrutar de un agradable paseo"*, *"Los largos desplazamientos dificultan la práctica de ejercicio antes o después del trabajo"*. *"En jornadas de 12 horas, apenas tengo el tiempo necesario para ducharme y comer rápidamente antes de dirigirme a casa"*, *"Me encuentro demasiado fatigada como para realizar una breve caminata de 10/15 minutos"*, *"Durante el turno de noche, no existen*

opciones de alimentos saludables disponibles. Todas las alternativas presentan niveles elevados de sal, grasas, colesterol, azúcar, etc."

Frente a esta realidad descrita se formula el siguiente problema de investigación.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema General

- ¿Cuáles son los factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuáles son los factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023?
- ¿Cuáles son los factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023?
- ¿Cuáles son los factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General:

- Determinar los factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023

1.3.2. Objetivos específicos:

- Identificar los factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- Identificar los factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- Identificar los factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

1.4. Justificación

Justificación Teórica: La base teórica de este estudio se fundamentó en la necesidad de construir un marco conceptual sólido al explorar a fondo los factores biosocioculturales y los estilos de vida de los enfermeros. Al comprender en profundidad estos elementos, se estableció en un fundamento teórico que no solo aportará a la comprensión de la salud de los enfermeros, sino que también servirá como punto de partida para investigaciones futuras en el ámbito de la enfermería, con un enfoque particular en los cuidados quirúrgicos.

Justificación Metodológica: La justificación metodológica se sustentó en la presencia de un instrumento validado con un alto grado de validez y confiabilidad. La aplicación de este instrumento en profesionales de enfermería en servicios quirúrgicos de la institución de salud aseguró la obtención de información precisa y oportuna. Esta metodología robusta proporcionó una base sólida para la recopilación de datos, permitiendo análisis fiables que respaldaron las conclusiones del estudio

Justificación Social: La justificación social de este estudio se evidenció en los resultados obtenidos, los cuales proporcionó información clave para que los enfermeros reflexionen sobre los factores que influyen en sus prácticas y estilos de vida. Este conocimiento no solo promovió el autocuidado de la salud a nivel individual, sino que también redundó en la seguridad y bienestar de quienes los rodean. Dada la posibilidad de que, a pesar de su capacitación, las enfermeras enfrenten desafíos específicos, este estudio contribuyó de manera significativa a mejorar la salud y calidad de vida del personal de enfermería en entornos hospitalarios, generando un impacto positivo en la sociedad en su conjunto.

1.5. Delimitantes de la investigación

Las delimitantes para esta investigación pueden incluir:

1.5.1. Delimitante teórica: Esta investigación se centró en la exploración de factores biosocioculturales específicos que pueden incidir en la vida y las decisiones de los enfermeros.

Se consideraron elementos como la edad, sexo, estado civil, religión, grado de instrucción, ingreso económico, tiempo de servicio y el área específica donde desempeñan sus funciones.

Estas determinantes claves fueron analizadas en el contexto de dos teorías fundamentales: la Teoría de Promoción de la Salud de Nola Pender, Teoría de Patricia Benner y el Modelo de Sistemas de Neuman: Betty Neuman. Al integrar estas teorías y modelos, se obtuvo una comprensión más completa de cómo los aspectos biosocioculturales influyeron en la salud y el autocuidado de los enfermeros.

1.5.2. Delimitante temporal: Por la naturaleza de la variable, la toma de los datos de campo se realizó de manera transversal. En el periodo de marzo a diciembre del 2023.

1.5.3. Delimitante espacial: Por la naturaleza del problema, se identificó los factores biosocioculturales y estilos de vida de enfermeras y se realizó esta investigación en el hospital de ESSALUD: Almanzor Aguinaga Asenjo, espacio donde se aplicó la encuesta, en la actualidad es un nivel III-1– EsSalud.

El área de estudio es un hospital en Distrito de Chiclayo, Provincia de Chiclayo, departamento de Lambayeque ubicado en Mariscal Nieto, se seleccionó como área de intervención para la toma de los datos que fueron presentados en los resultados, discusión y conclusiones.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes: Internacionales y Nacionales

2.1.1. Antecedentes Internacionales

MORENO P. (Nicaragua- 2019) en su tesis “Estilos de vida entre profesionales de la salud en la Red Descentralizada de Salud de Gracias, Lempira, Honduras, durante el periodo de junio a diciembre de 2019”. El **objetivo** fue investigar y describir los estilos de vida adoptados por los profesionales de la salud. El estudio se llevó a cabo mediante una **metodología** descriptiva de corte transversal. **Resultados:** Predominaron los adultos jóvenes de 20 a 30 años 58% (49); sexo mujer 82% (69); casados 42% (35); promotor de salud un 37% (31), auxiliar de enfermería con un 26% (22), médico con un 23% (19) **Conclusiones:** En cuanto a las características sociodemográficas, se observó una predominancia de mujeres en el grupo de 20 a 30 años, provenientes del área urbana, con roles de promotores de salud y estado civil casados, la mayoría de ellos seguía una dieta equilibrada, incorporando los cuatro grupos alimenticios, y más de la mitad adoptaba conductas protectoras en relación con el consumo de sustancias nocivas (10).

Guarda una relación directa con la presente investigación debido a la similitud de variables estudiadas, en la cual se emplearon factores comparables, tales como el sexo y el estado civil.

CALERO J. (Nicaragua - 2019) en su tesis “Estilos de vida de profesionales de la salud que laboran en el centro de salud Roberto Herrera Rios, Managua, Nicaragua, febrero del 2019”. El **objetivo** de este estudio fue analizar y caracterizar los estilos de vida adoptados por los profesionales de la salud que laboran en este centro. La **metodología** utilizada fue de tipo descriptiva y transversal, incluyendo un universo de 89 trabajadores, entre los cuales se contaban médicos, enfermeras y auxiliares de enfermería. **Resultados:** El 47.5% fue de

edad de 20 a 30 años, el 75% fue sexo mujer, el 45% fueron médicos, el 45% soltero(a), el 47.5% de religión católicos. Los hábitos de consumo de sustancias tóxicas el 55% a veces ingieren alcohol, el 75% nunca fuman, el 85% nunca usan ansiolíticos, el 85% nunca usan analgésicos opioides. Los hábitos alimenticios el 67.5% a veces ingieren gaseosas, el 42.5% consumen < de 1 litro de agua al día, el 50% a veces consumen alimentos ricos en fibras, el 52.5% a veces reduce el consumo de grasas, el 50% a veces consume vegetales, el 55% a veces consume frutas, el 50% a veces consume cereales, el 47,5% casi siempre consume proteínas, el 72.5% a veces consume comidas chatarra, el 45% a veces consumen lácteos. En cuanto al tipo de actividades el 47.5% siempre caminan, el 57.5% nunca corren, el 55% a veces suben y bajan escaleras, el 50% a veces bailan, el 62.5% nunca andan en bicicletas, el 65% nunca nadan, el 57% siempre realizan tareas domésticas. **Conclusiones:** La edad más frecuente fue de 20 a 30 años, médicos, solteros, a veces ingieren Licor, a veces ingieren gaseosas, consumen < de 1 litro de agua al día, a veces consumen comidas chatarra, a veces consumen frutas, casi siempre consumen lácteos, siempre corren, a veces bailan y siempre realizan tareas domésticas (11).

Guarda una relación directa con la presente investigación, ya que comparte similitudes en las variables estudiadas al emplear factores similares como la edad, el sexo y la religión.

RUIZ C. (Bolivia- 2022) en su tesis “Estilos de vida y estado nutricional en el personal de enfermería de los centros de salud de la Red Municipal Sur, marzo a septiembre 2021”. Tuvo como **objetivo** determinar su estilo de vida y su estado nutricional del personal de Enfermería. **Metodología:** El enfoque investigativo es cuantitativo y cualitativo; el alcance descriptivo y diseño no experimental de corte transversal. **Resultados** el grupo de edad predominante dentro del

personal de enfermería es menor a 35 años (71.2%), mayormente de sexo femenino (83%). Respecto al estado nutricional se identificó que el 60% del personal de enfermería se encuentra con exceso de peso corporal, siendo 33% con sobrepeso y 27% con obesidad. Según los hábitos: de alimentación, el 61% come saludable; de actividad física predomina el sedentarismo, siendo un 53% de comportamiento no saludable. **Concluyéndose** que el estilo de vida del personal de enfermería es un 55% saludable, aunque entre ellos es predominante el sobrepeso y obesidad en general aplican parcialmente sus conocimientos de alimentación saludable, actividad física y sueño por lo que se encuentran en alto riesgo de desarrollo de Enfermedades No Transmisibles (12).

Se relacionó directamente con la presente investigación debido a la similitud y variables estudiadas en la cual se utilizó factores similares como sexo y estado civil.

MOROCHO B. (Ecuador- 2020) en su tesis “Factores asociados al sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería del Hospital General IESS Machala período mayo 2019-abril 2020”. Que tuvo como **objetivo** determinar los factores asociados al sobrepeso y obesidad en el personal de enfermería. **Metodología**; Fue un estudio con enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y de corte transversal. **Resultados** correspondiente a las características sociodemográficas, predominó el sexo femenino en un 85,62%, el rango de edad de mayor prevalencia es de 21-30 años en un 45,10%, y el estado civil casado en un 42,48%. El 32,28% del personal se encuentra con un IMC normal, el 52,94% con sobrepeso y, el 14,38% con obesidad. Entre los factores asociados a sobrepeso y obesidad destaca la actividad física inadecuada en el 64,7% del personal de salud, hábitos alimenticios inadecuado en el 62% y de actividad laboral jornadas de más de 12 horas en un 12,4%. Se **concluyó** que existe una relación una relación significativa entre

sobrepeso-obesidad con hábitos alimenticios (p valor $< 0,05$), mas no existe dicha asociación con actividad física y jornada laboral (p valor $> 0,05$) (13).

Guardó una estrecha relación con la investigación actual debido a la semejanza de las variables estudiadas, donde se emplearon factores similares como la edad y el estado civil.

Baral P, Tamrakar N (Nepal- 2020) en su tesis “Prevalencia de obesidad y estilos de vida que promueven la salud entre enfermeras en un hospital terciario, Malasia”. Tuvo como **objetivo** Estilo de vida que promueve la salud entre enfermeras de un hospital de nivel terciario.

Metodología: Se utilizó un diseño de estudio descriptivo y transversal entre 111 enfermeras que trabajaron en el Hospital Universitario Manipal, Pokhara. Se aplicó una técnica de muestreo aleatorio simple (método de lotería) utilizando una herramienta estándar estructurada autoadministrada, Promoción de la Salud. Perfil de estilo de vida II. El análisis se realizó mediante una prueba t independiente. **Resultados** La puntuación media total del Perfil de Estilo de Vida Promotor de la Salud II fue $137,66 \pm 19,18$. La puntuación media más alta fue en crecimiento espiritual ($27,43 \pm 4,63$) y la más baja en actividad física ($17,03 \pm 4,88$). Un buen estilo de vida que promueve la salud se encontraba entre el 60,4% de las enfermeras. La diferencia significativa en la puntuación media del Perfil de Estilo de Vida Promotor de la Salud II total se encontró en el estado civil ($p = 0,031$) y la calificación educativa ($p = 0,009$). Asimismo, la diferencia media significativa en relaciones interpersonales, nutrición y manejo del estrés se encontró con la calificación educativa ($p < 0,05$). La diferencia media significativa en la nutrición también se encontró con el estado civil ($p = 0,02$). Hubo una diferencia media significativa en la actividad física y el crecimiento espiritual con la experiencia laboral ($p < 0,05$). Se **concluyó** que el aspecto espiritual de la salud ha estado más centrado en las

enfermeras. Además, las enfermeras deben poner mayor énfasis en la actividad física y el manejo del estrés para mejorar la salud (14).

Estudio que se relacionó con la presente investigación debido a la similitud y variables estudiadas en la cual se utilizó factores similares como edad y estado civil

2.1.2. Antecedentes Nacionales

PÉREZ Y. (Piura- 2022) en su tesis titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Villa Viviate_Sector Conchal_Paita_Piura, 2022”. Tuvo como objetivo investigar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos. La **metodología** empleada fue de enfoque cuantitativo, correlacional, no experimental, con un diseño transversal y descriptivo. Los **resultados** indicaron que el 63,48% de la población presenta un estilo de vida no saludable. Además, se identificaron factores biosocioculturales predominantes, como el sexo femenino (63,48%), edades entre 20 y 35 años (69,86%), nivel educativo secundario (55,67%), afiliación religiosa católica (82,27%), estado civil de conviviente (34,04%), ocupación como empleados (32,27%) e ingresos económicos superiores a S/. 1100 (37,59%). En las **conclusiones** se determinó que no existe una relación significativa a nivel estadístico entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. Se evidenció la ausencia de una relación significativa entre el estilo de vida y aspectos biológicos, sociales y culturales, considerando variables como sexo, edad, religión, estado civil, nivel educativo, ocupación e ingresos económicos. Como recomendación, se sugiere ampliar la investigación hacia otros factores determinantes de la salud, tales como aspectos ambientales, demográficos e ideológicos (15).

El estudio se vinculó con la investigación actual en virtud de su objetivo común, abordando factores biosocioculturales como el sexo, la edad, la religión, el estado civil y los ingresos económicos, a pesar de tratarse de poblaciones distintas.

RAMÍREZ, R. (Huaraz - 2023) en su tesis titulada "Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad de Huacran_Anta_Áncash, 2023", el **objetivo** general fue determinar la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. La **metodología** empleada fue cuantitativa y de tipo descriptivo correlacional. Los **resultados** revelaron que más de la mitad de los participantes tenían entre 36 y 59 años, menos de la mitad tenían educación primaria incompleta, la mayoría profesaba la religión católica, más de la mitad estaba soltero y la mayoría tenía ingresos económicos de entre 100 y 599 soles. Las **conclusiones** destacaron que al realizar la Prueba de Chi Cuadrado se encontró una relación estadísticamente significativa y directa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales (16).

Este estudio guarda relación con la presente investigación debido a su finalidad común y los factores biosocioculturales considerados, como la edad, la religión, el estado civil y los ingresos económicos, aunque se refiere a una población diferente.

ANICETO Z. (Ancash- 2020), llevo a cabo una investigación titulada: "Estilos de vida y factores Biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020". El **objetivo** fue evaluar los estilos de vida y los factores biosocioculturales en adultos. La **metodología** adoptada fue cuantitativa, de carácter descriptivo-correlacional, con un diseño transversal y no experimental; la muestra incluyó a 369 adultos. Los hallazgos indicaron que el 76,96% de los encuestados no mantienen un estilo de vida saludable, el 57,45% se ubica en el rango de 36 a 59

años, y el 42,82% presenta ingresos entre 600 y 1000 soles. Mayoritariamente, la población son empleados y conviven con sus parejas. En resumen, se **concluyó** que existe una relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos (17).

La investigación está vinculada con el presente estudio en virtud de sus objetivos comunes, abordando factores biosocioculturales y estilos de vida, entre los que se consideran aspectos como la edad, el ingreso económico y el estado civil, a pesar de tratarse de poblaciones distintas.

SANTOS R. (Chimbote – 2019) en su tesis “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida del personal de Enfermería Del Hospital III Essalud _ Chimbote, 2019”. Tuvo como **objetivo** identificar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud asociadas al comportamiento de la salud, específicamente al estilo de vida del personal de enfermería. La **metodología** utilizada fue de carácter no experimental, de enfoque cuantitativo y diseño correlacional-transversal. Entre los **resultados** obtenidos, se resalta que menos de la mitad de los encuestados practica la religión católica, más de la mitad está casada y la mayoría percibe ingresos superiores a S/.1100. La mitad de ellos lleva a cabo acciones de prevención y promoción de la salud, mientras que más de la mitad presenta un estilo de vida saludable y menos de la mitad exhibe estilos no saludables. En **conclusión**, tras aplicar la prueba de chi cuadrado para evaluar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida, no se encontró una conexión estadísticamente significativa. Se indica que no hay una relación significativa entre las acciones de prevención y promoción de la salud y el estilo de vida del personal de enfermería (18).

La investigación está vinculada con el presente estudio en virtud de sus objetivos comunes, abordando factores biosocioculturales como la religión, el estado civil y el ingreso económico, y destacando que la población estudiada es similar.

REZA, M Y VARGAS, B. (Huancavelica- 2022) en su tesis “Estilo de vida y el desempeño laboral durante la emergencia sanitaria por covid-19 en el personal de salud del núcleo de Pucacruz, Paucará-Huancavelica – 2021”. Tuvo como **objetivo** determinar la relación entre el estilo de vida y el desempeño laboral durante la emergencia sanitaria Covid-19 en el personal de salud. **Metodología:** El estudio fue correlacional, con un diseño correlacional transversal no experimental. Los **resultados** fueron del 100% de la población estudiada, el 73,8% tuvo un estilo de vida saludable y el 26,2% un estilo de vida no saludable. Llegando a la **conclusión:** No existe relación entre el estilo de vida y el rendimiento laboral durante la emergencia sanitaria Covid-19 en el personal de salud del centro de Pucacruz, Paucará - Huancavelica - 2021 (19).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población estudiada es similar.

IPARRAGUIRRE, J. (Cajamarca- 2022) en su tesis “Estilos de vida y estado nutricional de profesionales de enfermería en el servicio de cirugía del Hospital Regional Docente De Cajamarca, 2021”. Que tuvo como **objetivo** determinar la relación que existe entre estilos de vida y estado nutricional de los Profesionales de Enfermería. Su **Metodología:** utilizada fue cuantitativo, de tipo descriptivo – correlacional, con un diseño de corte transversal y una muestra de 25 profesionales de enfermería, la encuesta fue la técnica empleada, utilizando la escala de estilos de vida como instrumento, y se

complementó con la ficha de valoración nutricional del adulto. Los **Resultados** que el 80% de los profesionales de enfermería encuestados presentan un estilo de vida saludable, mientras que el 20% evidencia un estilo de vida no saludable. **Concluyendo** existe una relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional de los profesionales de enfermería en el servicio de Cirugía del Hospital Regional Docente de Cajamarca en el año 2021 (20).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población estudiada es similar.

BERECHE P. (Chiclayo- 2022) en su tesis “Estilos de vida promotores de la salud de los egresados de enfermería de una universidad privada de Chiclayo, 2022”. Tuvo como **objetivo**: Determinar los estilos de vida promotores de la salud de los egresados de enfermería. Metodología: La investigación fue de tipo cuantitativa, de diseño transversal; los **resultados** fueron que el 83% (175) mantienen un estilo de vida saludable, seguidamente del 12% (25) llevan un estilo de vida muy saludable y, solo el 5% (11) adoptaron un estilo de vida poco saludable en relación con las dimensiones fueron de Ejercicio, Nutrición, Responsabilidad en salud, Manejo del estrés con un 38%, 19%, 18%, 18% respectivamente. **Conclusiones** los profesionales de enfermería y promoción de la salud necesitan adoptar comportamientos positivos que promuevan el bienestar a lo largo del tiempo (21).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población investiga es similar.

MORA, M Y PARÍAN, E. (Lima – 2019) en su tesis “Estilo de vida del personal de enfermería de un hospital nacional de Lima-2021”. Tuvo como **objetivo** determinar el estilo de vida del personal de enfermería de un hospital de Lima- 2021. La **metodología** fue de enfoque cuantitativo, tipo básica, de nivel descriptivo, diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 50 profesionales de enfermería. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario conformado por 48 ítems y 6 dimensiones. Los **resultados** de la investigación mostraron que del total de los profesionales de enfermería el 96% tienen un estilo de vida saludable y un 4 % no saludable. En **conclusión**, se determinó que existe un alto porcentaje con estilo de vida saludable, en las dimensiones de nutrición, soporte interpersonal y autoactualización, asimismo se encontró un bajo porcentaje de estilo de vida no saludable, en las dimensiones ejercicio, manejo del estrés y responsabilidad de la salud (22).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población investigada es similar.

ÑACARI, K y OCHANTE, A. (Lima – 2019) en su tesis “Estilos de vida y exceso de peso en los profesionales de enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho, Lima – 2018”. Tuvo como **objetivo** determinar la relación de los estilos de vida y el exceso de peso en los profesionales de enfermería. Metodología: El siguiente estudio es de tipo descriptivo correlacional de corte transversal. Los **resultados**: Con respecto a la variable estilos de vida. Se halló que el 78% (70) presentan un estilo de vida poco saludable, seguido de un 20% (18) no saludable y el 2% (2) saludable. **Conclusión**: Existe relación entre los estilos de vida y el exceso de peso en los profesionales de enfermería, en su mayoría los enfermeros tienen un estilo de vida poco saludable y peso normal (23).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población es similar.

CORTEZ, E y CASTRO, C. (Ica- 2020) en su tesis “Calidad de vida de las enfermeras pertenecientes al área de unidad de cuidados intensivos en el servicio de Cirugía Del Hospital Regional De Ica, 2021”. Tuvo como **objetivo**: Determinar la calidad de vida de las enfermeras pertenecientes al área de unidad de cuidados intensivos en el servicio de cirugía. **Metodología**: El enfoque fue cuantitativo, de diseño no experimental descriptivo y corte transversal. Los **resultados** fueron que el 43% con estilo de vida saludable y un 57% no saludable. Las **conclusiones**: El personal de Enfermería presenta un estilo de vida no saludable, en ciertas dimensiones las que ponen en riesgo su salud y esto genere un acortamiento de vida para ellos (24).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, el estilo de vida y que la población es similar.

MENÉNDEZ, I. (Tacna- 2019) en su tesis “Factores sociodemográficos y percepción de la calidad de vida profesional de las enfermeras del Hospital Regional De Moquegua, 2014.”. Tuvo como **objetivo** establecer la relación entre los factores sociodemográfico y la percepción de la calidad de vida profesional de las enfermeras. **Metodología**: Fue una investigación básica, prospectiva, retro lectiva, transversal y descriptiva-correlacional. Los **resultados** fueron que la mayor parte del personal de enfermería es del sexo femenino 93 %. En cuanto a la edad, la proporción es similar entre los grupos etarios 20-40 años y 41-60 años, por lo que existen jóvenes enfermeros entusiastas y otros con mucha experiencia en el área. En cuanto al estado civil, la mayoría responde estar casado (71 %), otros, en cambio, están casados (22 %), el resto en pareja o está divorciado y del 100 % de profesionales encuestados, el 10 % percibe que tienen

un nivel alto de calidad de vida; el 74 % un nivel regular; por el contrario, el 15 % reporta bajo nivel de calidad de vida profesional. **Concluyéndose** que existe relación entre el género, la edad, el estado civil, el número de hijos, tipo de turno laboral, la antigüedad en la profesión, la condición laboral y la percepción de la calidad de vida profesional de las enfermeras (7).

El estudio guardó relación con la presente investigación debido a la finalidad de este, la relación entre factores relacionados y el estilo de vida de adultos y que la población es similar, pero tomaron los factores sexo, edad religión, estado civil , experiencia laboral.

MORALES, E. (Chimbote- 2020) en su tesis titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor Asentamiento humano Fraternidad Chimbote, 2020”. La cual tuvo como **objetivo** determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. La **metodología** empleada fue de enfoque cuantitativo, específicamente correlacional y transversal. Los **resultados** revelaron que, en su mayoría, los adultos mayores presentan estilos de vida no saludables, aunque también se observó un porcentaje significativo con estilos de vida saludables. En relación con los factores biosocioculturales, la mayoría de los participantes poseen un ingreso económico inferior a 400,00 nuevos soles, más de la mitad son de sexo masculino, profesan la religión católica, menos de la mitad tienen grado de instrucción primaria, son convivientes en su estado civil y desempeñan roles como amas de casa. Las **conclusiones** destacan que existe una relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida de los adultos mayores y el nivel de educación, así como con el ingreso económico; sin embargo, no se encontró una relación significativa con factores como el sexo, la religión, el estado civil y la ocupación (15).

La investigación se conecta con el presente estudio por su objetivo común de examinar la relación entre factores específicos y el estilo de vida de adultos. Aunque abordaron poblaciones diferentes, ambos estudios consideraron factores como sexo, edad, religión, estado civil e ingreso económico.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender

El modelo de Nola Pender, conocida como el "Modelo de Promoción de la Salud", se concentra en los estilos de vida y su relación con la salud, este marco conceptual busca comprender cómo las personas adoptan y mantienen comportamientos saludables, centrándose en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Según Pender, la salud no solo implica evitar enfermedades, sino activamente fomentar el bienestar y la calidad de vida (25).

En el corazón de esta teoría están los estilos de vida, definidos como patrones de comportamiento que reflejan elecciones y decisiones individuales en relación con la salud. La teoría se enfoca en modificar estos estilos de vida para mejorar la salud y prevenir enfermedades (25).

El modelo enfatiza la necesidad de cultivar competencias personales, tales como conocimientos, habilidades y autoeficacia, con el objetivo de capacitar a las personas para que tomen decisiones informadas acerca de su salud y adopten estilos de vida saludables, reconociendo la presencia de factores que pueden actuar como facilitadores o barreras en el proceso de adoptar comportamientos saludables (25).

Metaparadigma de Nola Pender

El metaparadigma de enfermería de Nola Pender incluye cuatro conceptos clave: persona, salud, entorno y enfermería. Al relacionar estos conceptos con los estilos de vida, se puede obtener una comprensión más profunda de cómo la teoría de Pender aborda la promoción de la salud a través de la modificación de comportamientos (26). Aquí está la relación entre el metaparadigma de Pender y los estilos de vida:

- **Persona:** En el metaparadigma de Pender, la persona se ve como un ser bio-psico-social que tiene la capacidad de tomar decisiones autónomas. En el contexto de los estilos de vida, la persona es vista como el agente activo que elige y adopta patrones de comportamiento, es decir, los estilos de vida (26).
- **Salud:** La salud, según Pender, no es simplemente la ausencia de enfermedad, sino un estado positivo de bienestar. En relación con los estilos de vida, la salud se mejora al adoptar y mantener comportamientos saludables que se alineen con patrones de vida positivos (26).
- **Entorno:** El entorno en el metaparadigma de Pender incluye los factores físicos, sociales y culturales que rodean a la persona. Cuando se trata de los estilos de vida, es importante destacar que el entorno desempeña un papel crucial en la adopción de comportamientos saludables, esto se debe a que determinados entornos pueden actuar como facilitadores o barreras para la elección de estilos de vida que promuevan la salud (26).
- **Enfermería:** La enfermería, según Pender, tiene un papel crucial en la facilitación del cambio de comportamiento hacia estilos de vida más saludables. Los enfermeros desempeñan un papel educativo y de apoyo, ayudando a las personas a desarrollar las competencias necesarias para tomar decisiones informadas sobre su salud y adoptar estilos de vida saludables (26).

El Modelo de la Promoción de la Salud se conecta directamente con la investigación, ya que la propuesta de Nola Pender se concentra en empoderar a las personas para que tomen decisiones informadas sobre su salud y abracen estilos de vida saludables porque este enfoque proporciona un marco integral que considera factores personales, sociales y ambientales, y su objetivo fundamental es mejorar la salud mediante la promoción activa y la prevención de enfermedades.

2.2.2. Teoría de Patricia Benner

La teoría de Patricia Benner, conocido como "De Novato a Experto", ofrece una perspectiva única sobre el desarrollo de habilidades en la práctica de enfermería y se integra de manera intrínseca con los estilos de vida y factores biosocioculturales, este enfoque evolutivo no solo considera la acumulación de conocimientos teóricos, sino que también reconoce la importancia vital de la experiencia práctica en el proceso de crecimiento profesional (27).

En las etapas iniciales del modelo, el individuo se encuentra en la posición de novato, caracterizado por la falta de experiencia directa en situaciones específicas. En este punto, los estilos de vida y los factores biosocioculturales pueden desempeñar un papel crucial al influir en la percepción y adaptación del aprendiz a nuevas circunstancias. La dependencia de reglas y contextos externos en esta fase refleja la necesidad de integrar experiencias previas y valores culturales en el proceso de toma de decisiones (28).

A medida que el individuo avanza hacia el estadio de principiante avanzado, la exposición continua a diversas situaciones clínicas se traduce en un reconocimiento creciente de patrones y la capacidad de aplicar conocimientos en contextos más amplios. Aquí, los estilos de vida personales, incluidas las elecciones de salud y las prácticas culturales, pueden influir en la forma en que se abordan y comprenden las complejidades de la atención médica (28).

La transición hacia la competencia implica una mayor autonomía y la capacidad de ver situaciones de manera más global, en donde los estilos de vida, junto con factores biosocioculturales, se entrelazan en la toma de decisiones, ahora caracterizada por una comprensión más profunda de las necesidades del paciente en su contexto individual y cultural (27).

En las etapas de competente, proficiente y experto, la influencia de los estilos de vida y factores biosocioculturales persiste, pero se manifiesta de manera más sutil. La intuición y la percepción, desarrolladas a lo largo de la experiencia, se ven moldeadas por las experiencias personales y las perspectivas culturales, afectando la capacidad de enfrentar situaciones complejas de manera efectiva (28).

La teoría de Benner no solo traza un camino hacia la maestría clínica, sino que también destaca la interacción constante entre la experiencia profesional y los aspectos personales y culturales del individuo y se relaciona con la investigación, ya que proporciona una base sólida para examinar de qué manera las competencias enfermeras pueden influir y ser influidas por estos factores biosocioculturales, incidiendo en su capacidad de adaptación a una variedad de contextos individuales y sociales.

2.2.3. Modelo de Sistemas de Neuman: Betty Neuman

Este modelo está basado en la teoría general de sistemas y refleja la naturaleza de los organismos como sistemas abiertos. Es una postulación de la enfermería basada en la relación del individuo con el estrés, su respuesta a esta emoción y los factores reconstituyentes dinámicos en la naturaleza (29).

Proporciona una visión general de los ámbitos, socioculturales, psicológicos y del desarrollo humano manteniéndolos en equilibrio. Todo esto para proveer el bienestar óptimo del paciente y así prevenir el estrés (29).

El modelo de sistemas de Neuman es muy importante para la práctica enfermera actual y futura. El uso de este modelo facilita a las enfermeras la elaboración de planteamientos totales, unificados y dirigidos a un objetivo para el cuidado del cliente, aunque también resulta apropiado para un uso multidisciplinario que evite la fragmentación del cuidado del cliente (29).

Metaparadigmas

- **Persona:** La persona es vista como un sistema compuesto por cinco componentes interrelacionados: fisiológico, psicológico, sociocultural, espiritual y de desarrollo. Esta perspectiva holística considera a la persona como un ser dinámico en constante interacción con su entorno (29).
- **Entorno:** Neuman divide el entorno en tres anillos concéntricos: entorno interno (dentro del individuo), entorno de desarrollo (familia, amigos) y entorno externo (factores externos como la cultura y la sociedad). El entorno es crucial porque puede contener factores estresantes que afectan el equilibrio del sistema (29).

- **Salud:** La salud se percibe como un estado dinámico que implica equilibrio y armonía entre los componentes del sistema. La enfermería, según Neuman, tiene como objetivo ayudar a mantener o restaurar este equilibrio a través de intervenciones que aborden los estresores y promuevan la adaptación (29).
- **Enfermería:** La enfermería, según Neuman, tiene un papel fundamental en la promoción de la estabilidad y la adaptación del sistema. El proceso de enfermería, que incluye valoración, diagnóstico, planificación, implementación y evaluación, se utiliza para identificar y abordar factores estresantes y mantener o restaurar el equilibrio (29).

El modelo de Sistemas de Enfermería de Neuman se relaciona con la investigación porque proporciona un marco conceptual sólido para comprender la interrelación entre factores biosocioculturales, estilos de vida y la práctica de enfermería, que permite a las enfermeras abordar de manera integral las diversas influencias que pueden afectar tanto a su propio sistema como al sistema de cuidado de los pacientes y la aplicación de esta teoría puede mejorar la capacidad de adaptación y la resiliencia de las enfermeras frente a desafíos derivados de factores biosocioculturales y estilos de vida.

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Factores biosocioculturales

Para desarrollar la presente investigación, se han tenido en cuenta diversos factores biosocioculturales que se consideran como características particulares que distinguen a una persona de otra. Estos incluyen la edad, el sexo, el estado civil, la religión, el ingreso económico, grado de instrucción, el tiempo de servicio y el servicio donde la persona labora. Todos estos elementos ejercen un impacto significativo en el estilo de vida, entendido como patrones de comportamiento influenciados por factores biológicos, sociales y culturales (30).

Factores biológicos

Los factores biológicos se refieren a todos aquellos elementos relacionados con los organismos vivos y su funcionamiento. Estos factores pueden influir en diversos aspectos, como el desarrollo, la salud, la genética y la adaptación de los seres vivos al entorno (31).

- **Sexo**

Se entiende como identidad sexual al conjunto de características que se desarrollan desde la formación del embrión, dividiéndose en aspectos masculinos y femeninos, permitiendo la posibilidad de reproducción genética. El sexo, en este contexto, se presenta como una condición genética inmutable, que tiene sus raíces en el momento de la concepción en el seno materno. La naturaleza determina si una persona será hombre o mujer, y aunque una intervención de cambio de sexo puede modificar los genitales externos, no tiene la capacidad de alterar el sistema hormonal, la fisonomía humana ni la estructura genética del individuo. (32).

- **Edad**

La edad se refiere al intervalo temporal transcurrido desde el nacimiento de un individuo hasta el momento presente, generalmente expresado en años, aunque también puede medirse en unidades más pequeñas como meses, días u horas (33).

La concepción de la vida de una persona se organiza comúnmente en distintas etapas, incluyendo la infancia, niñez, pubertad, adolescencia, juventud, adultez y tercera edad (33).

La edad está relacionada con el proceso de envejecimiento, que implica cambios físicos y fisiológicos a lo largo del tiempo. Sin embargo, la edad también puede tener connotaciones sociales y culturales, ya que diferentes sociedades pueden asignar roles y expectativas específicas a distintas etapas de la vida (33).

La edad se destaca como uno de los factores más significativos en la manifestación de enfermedades, ya que estas condiciones son influenciadas tanto por aspectos biológicos como por el comportamiento. Como resultado, ciertas patologías pueden ser exclusivas de determinados grupos de edad, mientras que otras pueden desarrollarse a lo largo de períodos más extensos (33).

Factores sociales

Los factores sociales son componentes claves que moldean la dinámica de las sociedades y afectan la vida de las personas en múltiples dimensiones. Aunque las características sociales poseen una complejidad multifacética, este estudio se enfoca en algunas específicas que se han identificado como especialmente relevantes, entre estas características seleccionadas, se destacan el estado civil, el ingreso económico, el tiempo de servicio y el servicio donde trabaja (30).

- **Estado civil**

El estado civil se define como la condición legal y social de una persona en relación con su matrimonio o su situación de soltería, en la que se establecen lazos que conforman una institución familiar, con derechos y deberes asociados. La clasificación más común de estados civiles incluye: (34)

- Soltero/a: Una persona que no está casada (34).
- Casado/a: Una persona que ha contraído matrimonio legalmente (34).
- Divorciado/a: Una persona que ha obtenido un divorcio legal y ya no está casada (34).
- Viudo/a: Una persona cónyuge que ha perdido a su pareja debido a la muerte (34).
- Separado/a: Algunas jurisdicciones reconocen el estado de separación legal, donde las parejas viven aparte pero aún están legalmente casadas (34).

- **Ingreso económico mensual**

El ingreso económico se refiere a la cantidad total de dinero que una persona recibe de todas las fuentes durante un período de tiempo determinado. Este ingreso proviene de diversas fuentes y puede incluir salarios, sueldos, beneficios adicionales, ingresos de negocios propios, ingresos de inversiones, pensiones, entre otros (35).

- **Tiempo de servicio**

El tiempo de servicio es un concepto comúnmente empleado para indicar la duración que una persona ha dedicado a trabajar en un empleo o en una organización en particular. Esta medida tiene amplias aplicaciones en el ámbito laboral, beneficiando tanto al empleado como al empleador. (36).

El tiempo de servicio se refiere a la duración total durante la cual un individuo ha estado empleado o ha prestado servicios en una organización, empresa o entidad específica. Este período se calcula desde la fecha de inicio del empleo hasta la fecha actual, y puede medirse en años, meses, semanas o días, dependiendo de la práctica y la política de la entidad en cuestión (36).

- **Servicio donde labora**

Este término hace referencia al conjunto de actividades, responsabilidades y funciones llevadas a cabo por el personal que trabaja en áreas de hospitalización en un hospital. La hospitalización implica la atención y el cuidado de pacientes que requieren permanecer en el hospital para recibir tratamiento médico o cuidados continuos (37).

Factores culturales

Se refieren a los elementos y aspectos de la cultura que influyen en el comportamiento, las creencias, las actitudes y las normas de un grupo de personas. Estos factores desempeñan un papel importante en la formación de la identidad de un grupo y en la manera en que sus miembros interactúan entre sí y con el mundo que les rodea (38).

- **Religión**

La religión es un sistema de creencias, prácticas y valores que gira en torno a preguntas fundamentales sobre la existencia, el significado de la vida, la moral y la relación con lo trascendental o lo divino. Las religiones a menudo incluyen rituales, textos sagrados y una comunidad de creyentes que comparten estas creencias comunes (39).

- **Grado de instrucción**

Es el grado más elevado de estudios por una persona que indica el nivel de educación que una persona ha completado, incluyendo programas de grado, como licenciaturas, así como programas de posgrado, como maestrías y doctorados y puede abrir oportunidades laborales y profesionales más avanzadas proporcionando a los individuos habilidades y conocimientos más profundos en su área de estudio, lo que contribuye al desarrollo de profesionales capacitados (40).

2.3.2. Estilos de vida

El concepto de estilos de vida no cuenta con una definición unánime, por lo que existen diversas concepciones al respecto.

Según la perspectiva de Henderson, Hall y Lipton (1980), el estilo de vida se define como un conjunto de conductas y hábitos cotidianos, o simplemente como la forma en que una persona vive, esta definición toma en cuenta el impacto que estos comportamientos tienen en la salud, ya que se destaca que la prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas puede aumentar debido a malos hábitos y prácticas de vida poco saludables (41).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2019, definió el estilo de vida como "una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales" (42).

El concepto de estilo de vida, o hábitos de estilo de vida, engloba una amplia gama de factores tanto internos como externos, que incluye aspectos físicos, emocionales, psicológicos, así como la interacción y la convivencia en la sociedad. El estilo de vida se manifiesta en las elecciones alimentarias, la realización de actividades diarias, las costumbres que acompañan a las personas y los hábitos que practican en su día a día (43).

No obstante, según Elizabeth Rivera (2019), los hábitos alimentarios se destacan como un componente crucial de los estilos de vida y que son una parte integral de la forma en que las personas viven, sino que también están influenciados por una variedad de factores tanto biológicos como socioculturales. (41).

Desde la perspectiva de Nola Pender (1996), los estilos de vida son considerados como promotores de la salud y se definen como patrones multidimensionales de acciones autoiniciadas y percepciones que tienen el propósito de mantener o mejorar el nivel de bienestar, autorrealización y realización del individual (25).

En otras palabras, lograr un estilo de vida saludable implica que cada persona debe implementar de manera activa las conductas promotoras de la salud en diversos aspectos de la vida.

Dimensiones de estilos de vida

Nutrición

La organización mundial de la salud (OMS), determina que, desde el nacimiento hasta el final de nuestra vida, es fundamental nutrirse y alimentarse de forma saludable para prevenir todas las formas de malnutrición y afecciones como la diabetes, el cáncer y otras enfermedades no transmisibles (44).

La OMS considera como principios básicos de la alimentación saludable restringir la ingesta de sodio y procurar que la sal de consumo esté yodada; limitar el consumo de azúcares libres; priorizar el consumo de grasas insaturadas con respecto a las saturadas; dejar de utilizar los ácidos grasos trans de elaboración industrial; aumentar el consumo de cereales integrales, hortalizas, frutas, legumbre, frutos secos; y garantizar la disponibilidad gratuita de agua potable. Considera necesario que se debe tomar algún alimento por las mañanas, pero no incluir comidas que contienen ingredientes artificiales (44).

Según el ministerio de salud en el Perú para una adecuada alimentación, se debe incrementar el consumo de frutas y verduras, al menos cinco porciones al día; así como reducir el consumo de sal, azúcar y grasas saturadas; además de evitar el consumo de comidas que contengan octógonos. Por ello, lo importante de una alimentación saludable es la cual brinda suficientes nutrientes y fibra que permiten prevenir enfermedades como anemia, sobrepeso, obesidad, cáncer, problemas cardiovasculares, diabetes y otras (45).

La promoción de la alimentación y nutrición saludable pretende actuar sobre los factores que intervienen en la seguridad alimentaria y también en el fomento de comportamientos y hábitos en alimentación y nutrición saludable que nos permitan llevar una vida sana y productiva para ello se debe incluir los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (46).

Ejercicio

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la actividad física (AF) es una de las prácticas más vinculadas a condiciones de vida saludables, en oposición al sedentarismo, la alimentación inadecuada y el tabaquismo son factores que ejercen impacto negativo sobre la salud especialmente en el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (47).

El Ministerio de Salud define a el ejercicio como una actividad física que recomienda practicar diariamente. Algunas investigaciones realizadas en el Perú demuestran que solo el 26 % de la población peruana adulta realiza actividad física (48).

La conclusión más resaltante fue que sólo uno de cada 10 peruanos practica deporte en niveles que beneficia su salud (frecuencia o Inter diarias). La realización de actividades físicas permite prevenir enfermedades no transmisibles como la diabetes, hipertensión, enfermedades renales, cardiopatías, problemas isquémicos, obesidad y sobrepeso (48).

Por lo que recomiendan que se debe realizar actividad física al menos una hora diaria y los adultos mayores por lo menos media hora durante el día para relajar los músculos (49). Caminar o emplear bicicleta para ir a estudiar o trabajar, son algunas alternativas, así como usar escaleras convencionales y evitar los ascensores o escaleras eléctricas, además salir a pasear en familia o con los amigos y practicar algún deporte y realizar actividades físicas de recreación, también ayuda a mantenerse saludable y, por tanto, reduce los riesgos de algunos tipos de cáncer como: hígado, pulmón, riñón, colon, recto, mama, entre otros (50).

Responsabilidad en Salud

Son conductas saludables positivas que adopta cada enfermera quien tienen que preocuparse por su salud, que reconozcan algunos signos de riesgo que pongan en peligro su bienestar para que puedan acudir a un establecimiento de salud (51).

La responsabilidad en salud es un concepto integral que abarca la idea de que las personas son agentes activos en la gestión y el cuidado de su propia salud (52).

La responsabilidad en salud implica un enfoque proactivo y consciente hacia el bienestar personal, reconociendo que las decisiones y acciones individuales tienen un impacto significativo en la salud a corto y largo plazo (52).

Manejo Del Estrés

El manejo del estrés se refiere al conjunto de estrategias, técnicas y acciones que una persona emplea para identificar, reducir o controlar las tensiones y presiones que pueden surgir en su vida diaria. El objetivo principal del manejo del estrés es mitigar los efectos negativos que el estrés prolongado o intenso puede tener en la salud física y mental (53).

El manejo del estrés implica el desarrollo de habilidades para afrontar situaciones desafiantes, así como la adopción de prácticas que promueven el equilibrio emocional y la resiliencia. Este proceso puede incluir cambios en el estilo de vida, como la incorporación de hábitos saludables, la gestión del tiempo, el establecimiento de límites, la búsqueda de apoyo social y la práctica regular de técnicas de relajación y de concentración mental (54).

Es importante destacar que el manejo del estrés no implica eliminar por completo las situaciones estresantes, ya que estas son una parte inevitable de la vida. En cambio, se centra en cultivar la capacidad de afrontar el estrés de manera efectiva, minimizando sus impactos negativos y promoviendo un bienestar general (55).

Las enfermeras deben saber sobrellevar el estrés que puede estar pasando en su vida, y controlar esta dimensión ayuda a llevar una vida equilibrada y saludable, pero para ello las enfermeras tienen que dormir a sus horas adecuadas entre 6 a 8 horas diarias, tener tiempo para divertirse, tener ideas positivas en tiempos difíciles, disminuir el estrés, proyectar un horario para las tareas y practicar técnicas de relajación para que nos ayude a controlar el estrés. Esto significa ser consciente de las fuentes que le producen tensión, para tomar tiempo para el relajamiento (56).

Soporte Interpersonal

El soporte interpersonal se refiere a la red de apoyo social que una persona tiene en su entorno y que influye en sus elecciones y hábitos de vida. Este tipo de soporte implica la interacción con amigos, familiares, colegas u otras personas significativas que pueden desempeñar un papel clave en la formación y mantenimiento de conductas saludables y en la adopción de un estilo de vida equilibrado (57).

El soporte interpersonal puede ser emocional, informativo, instrumental o de otro tipo, y su presencia puede influir significativamente en el bienestar y la salud mental de un individuo (58).

Soporte Emocional: Implica expresiones de comprensión, empatía, afecto y consuelo destinadas a ayudar a la persona a gestionar sus emociones y enfrentar situaciones difíciles (58).

Soporte Informativo: Se refiere a la provisión de información, consejo u orientación que puede ayudar a la persona a comprender mejor su situación y tomar decisiones informadas (58).

- **Soporte Instrumental:** Incluye acciones tangibles o ayuda práctica, como asistencia en tareas diarias, compartir responsabilidades o proporcionar recursos materiales (58).
- **Soporte Social Percibido:** Es la percepción de que uno tiene conexiones sociales sólidas y puede contar con otras personas en momentos de necesidad, incluso si no se activa el soporte de inmediato (58).

Autoactualización

Es el crecimiento de un individuo hacia la satisfacción de las necesidades más altas, aquellas relacionadas en particular con el significado de la vida. Lo cual involucra la capacidad que tiene cada enfermera de cumplir sus propósitos permitiéndoles mejorar cada día, sintiéndose bien consigo mismas y participando en nuevos retos para alcanzar su autorrealización (51).

La autoactualización implica la búsqueda de la autorrealización, donde una persona se esfuerza por comprenderse a sí misma, mejorar sus habilidades y talentos, alcanzar metas significativas y contribuir de manera positiva al mundo que la rodea. Este proceso implica un constante crecimiento personal, la búsqueda de significado en la vida y el desarrollo de una mayor conciencia de sí mismo y de los demás (51).

En el contexto de los estilos de vida, la autoactualización se refiere al proceso mediante el cual una persona busca su pleno desarrollo personal y busca vivir de acuerdo con su máximo potencial. Este concepto implica la adopción de hábitos, elecciones y comportamientos que contribuyen al crecimiento personal, la autorrealización y la consecución de metas significativas (59).

En enfermería, la autoactualización se refiere al proceso continuo mediante el cual las enfermeras buscan su máximo desarrollo personal y profesional. Implica la adquisición constante de conocimientos, habilidades y competencias, así como la búsqueda de un crecimiento integral en todas las áreas de sus vidas (59).

Estilos de vida saludables

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define un estilo de vida saludable como el resultado de una serie de hábitos que permiten “un estado de completo bienestar físico, mental y social” (60)

En la Primera Conferencia Internacional para la Promoción de la Salud celebrada en Canadá en 1986, se proclamó la Carta de Ottawa, un documento fundamental que establece principios clave para impulsar la salud a nivel mundial, en dicha carta, se subrayó la relevancia de los estilos de vida saludables como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de los individuos (61).

Los estilos de vida saludables se refieren al consumo y nivel de vida de una persona a través de su dieta, tabaco, ejercicio, consumo de alcohol, drogas u otras actividades vinculadas al riesgo relacionado con el trabajo. Todas estas sustancias, dependiendo del comportamiento, pueden convertirse en factores de riesgo o protectores de enfermedades infecciosas y no infecciosas: diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y cáncer, y otras enfermedades no infecciosas provocadas por malos hábitos alimentarios (61).

Estilos de vida no saludable

Son hábitos que no promueven un estilo de vida saludable y una calidad de vida; que les pueden exacerbar sus trastornos físicos, psicológicos, biológicos y sociales (62). Entre estos tenemos.

- Sedentarismo
- Malos hábitos alimentarios
- La violencia intrafamiliar
- Exposición al estrés, ya que este aumento de la vulnerabilidad del individuo puede llevar a padecer algún tipo de enfermedad, como el incremento de glucocorticoides. Es importante destacar que los efectos neuroendocrinos e inmunitarios del estrés no constituyen un agente patógeno específico, sino que representan un riesgo específico, haciéndose los individuos más vulnerables ante enfermedades como la enfermedad cardiovascular.
- Consumo excesivo de cigarrillos y alcohol.
- Falta de adherencia terapéutica, ya que se ha observado que las personas, cuando están enfermas, no siguen las prescripciones médicas, a pesar de tener procedimientos eficaces para tratar o incluso prevenir los problemas.
- Hábitos perjudiciales que propician la aparición de enfermedades, tales como un deficiente estado higiénico y alteraciones del sueño.

Rol de la enfermera en los estilos de vida

La ley del trabajo de la enfermera en el artículo n°3 menciona el rol del enfermero(a), como experto de la salud que actúa en la prestación de servicios médicos integrados de manera científica, tecnológica, sistemática y humana en los sucesos que promueven, previenen, restablecen y mejoran la salud a través del cuidado de las personas, la familia y la sociedad. Lo que significa que las enfermeras deben poner en práctica sus conocimientos para cuidar su vida poniendo en práctica sus estilos de vida para poder cuidar a los demás (63)

La enfermera desempeña un papel esencial en la orientación y el apoyo a los pacientes para adoptar estilos de vida saludables. Su enfoque holístico no solo se centra en la enfermedad actual, sino que también busca prevenir futuras complicaciones mediante la promoción de comportamientos saludables (64).

Para ello las enfermeras deben saber cómo mantener una buena salud y prevenir enfermedades, esto incluye una alimentación equilibrada y actividad física regular, buscando asesoramiento sobre cómo incorporar más ejercicio en su rutina diaria y cómo mejorar sus hábitos alimentarios (64).

Por ello las enfermeras pueden fomentar la prevención de enfermedades a través de la identificación temprana de factores de riesgo y la implementación de intervenciones preventivas, pero con el ejemplo. Esto puede incluir la educación sobre los factores de riesgo, la implementación de cambios en el estilo de vida y la realización de pruebas de detección (3).

2.4. Definiciones de términos básicos

a) Factores biosocioculturales: Son aquellos elementos que influyen en la vida y la salud de una persona y que están relacionados con aspectos biológicos, sociales y culturales. Estos factores interactúan entre sí para moldear la forma en que las personas experimentan y perciben la salud y la enfermedad (30).

b) Factores Biológicos: Son todos los aspectos relacionados con la biología y la genética de una persona. Esto abarca factores como la predisposición genética a ciertas condiciones de salud, la herencia de características físicas y la respuesta del cuerpo a diversos estímulos ambientales (31).

- c) Factores culturales:** Se refieren a las influencias y elementos relacionados con la cultura que impactan en las creencias, valores, comportamientos y percepciones de un grupo específico de personas. La cultura abarca un conjunto compartido de normas, costumbres, tradiciones, idiomas, creencias religiosas y prácticas que caracterizan a una sociedad o a un grupo social particular (38).
- d) Factores sociales:** Se refieren a elementos que ejercen influencia tanto en la vida individual como en la sociedad en su conjunto. Estos factores desempeñan un papel crucial en la manera en que las personas interactúan, se relacionan entre sí y experimentan la vida (30).
- e) Estilos de vida:** Se trata de un conjunto de comportamientos que las enfermeras adoptan y desarrollan de manera individual para satisfacer sus necesidades como seres humanos y lograr su desarrollo personal (65).
- f) Nutrición:** es un proceso interno que se produce cuando la enfermera ingiere alimentos como proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales y agua evitando el consumo de alimentos que no ayuden mantener un organismos. En donde la enfermera aplica principios relacionados con la alimentación y la nutrición en el contexto de la práctica de enfermería, comprendiendo cómo la alimentación afecta la salud, así como brindar asesoramiento y apoyo nutricional a los pacientes para promover el bienestar y abordar condiciones específicas relacionadas con la nutrición. (66).
- g) Ejercicio:** se trata de la participación regular y planificada en actividades físicas con el propósito de mejorar o mantener la salud y la aptitud física. Las enfermeras, en su rol como profesionales de la salud, reconocen la importancia del ejercicio para el bienestar general. Son

conscientes de que adoptar un estilo de vida saludable puede conllevar beneficios significativos tanto para su propia salud como para su capacidad para brindar atención de calidad a los pacientes (67).

h) Responsabilidad en Salud: se refiere al compromiso ético y profesional que asumen las enfermeras para cumplir con sus deberes y obligaciones en la prestación de cuidados de salud (51).

i) Manejo de Estrés: son la aplicación de estrategias y técnicas destinadas a reducir, controlar o gestionar las tensiones y presiones asociadas con el entorno laboral de la enfermería. Dado que las enfermeras enfrentan situaciones desafiantes, emocionales y, a veces, demandantes en su trabajo diario, es crucial que desarrollen habilidades y adopten prácticas que les permitan lidiar de manera efectiva con el estrés (53).

j) Soporte Interpersonal: es la capacidad y disposición de las enfermeras para establecer relaciones efectivas y empáticas entre sus compañeras, con los pacientes, sus familias y otros miembros del equipo de atención médica basado en sentimientos, emociones, intereses, que le permite mantener comunicación terapéutica (57).

k) Autoactualización: es el proceso continuo de desarrollo personal y profesional de las enfermeras que buscan el crecimiento integral y la realización de su potencial máximo, a través del desarrollo de sus talentos, habilidades y la búsqueda de metas y objetivos que contribuyan al progreso individual y colectivo en el ámbito de la enfermería (51).

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

a. Hipótesis general

- 1** Existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

b. Hipótesis específicas

- 2** Existe asociación entre los factores biológicos y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- 3** Existe asociación entre los factores sociales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- 4** Existe asociación entre los factores culturales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

3.1.1. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	MÉTODO	INSTRUMENTO
V.1: Factores de Biosocioculturales	Se refieren a características sociales y demográficas que describen y clasifican a una población o grupo de personas.	Implica especificar cómo se medirá y cuantificará ese factor en el contexto de una investigación o estudio	Biológicos	<ul style="list-style-type: none"> • Edad • Sexo 	1, 2	Encuesta	Cuestionario Factores biosocioculturales Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) Pender (1996) estilos de vida
			Sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Estado civil • Ingreso económico • Tiempo de servicio. • Servicio donde trabaja 	4,5,6,7,8		
			Culturales	<ul style="list-style-type: none"> • Religión • Grado de instrucción 	3, 4		
V.2: Estilos de vida de las enfermeras	Conjunto de actitudes y comportamientos que las personas adoptan y desarrollan, tanto de manera individual como colectiva, con el fin de satisfacer sus necesidades y, al mismo tiempo, alcanzar	Conjunto de comportamientos que las enfermeras adoptan y desarrollan de manera individual para satisfacer sus necesidades y lograr su desarrollo personal.	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> • Tipo de dieta • Frecuencia de alimento • Calidad de alimento 	1,5,14,19,26,35		
			Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> • Tipo de actividad • Horario de ejercicios • Frecuencia 	4,13,22,30,38		
			Responsabilidad En Salud	<ul style="list-style-type: none"> • Asistencia medica • Preocupación a la salud • Asistencia de programa educativo 	2,7,15,20,28,32,33,42,43,46		
			Manejo Del Estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Relajación • Fuentes de tensión • Meditación • control de estrés 	6,11,27,36,40,41,45		
			Soporte Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión del problema • Expresión de sentimientos 	10,18,24,25,31,39,47		

	su crecimiento personal.		Autoactualización	<ul style="list-style-type: none"> ● Autoestima ● Optimismo ● Crecimiento personal ● Satisfacción personal 	3,8,9,12,16,1 7,21,23,29,3 4, 37,44,48		
--	--------------------------	--	-------------------	--	--	--	--

IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO

4.1. Diseño metodológico

4.1.1. Tipo de investigación

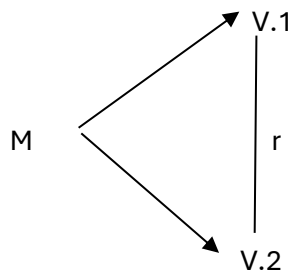
La investigación fue aplicada, porque se utilizaron los conocimientos adquiridos previamente, y se brindaron soluciones para implementarse en la práctica basada en el problema de investigación. Se adoptó un enfoque cuantitativo, empleando procesos de recopilación, análisis, interpretación y presentación de resultados obtenidos durante el estudio, con un nivel relacional al buscar establecer las relaciones existentes entre las variables de estudio (68).

Según la forma de recolección de datos fue transversal porque se recopilaban los datos en un solo punto en el tiempo y en un espacio determinado y según el tiempo de recogida de datos fue prospectivo debido a que se registraron los datos más relevantes de los participantes a medida que estos iban apareciendo (68).

4.1.2. Diseño de la Investigación

El diseño fue de tipo No experimental, porque se realizó sin la manipulación deliberada de la variable (68).

esquema:



Donde:

M: Enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del Hospital ESSALUD Chiclayo, 2023

V.1: Factores biosocioculturales

V.2: Estilos de vida en enfermeras

r: Relación de las variables de estudio

4.2. Método de investigación

El método fue hipotético-deductivo, que permitió seguir el camino lógico para buscar solución a los problemas planteado y se realizaron observaciones para identificar la pregunta de investigación que condujo al desarrollo de las hipótesis de la investigación. Por lo tanto, se sacó conclusiones basadas en los supuestos presentados (69)

4.3. Población y muestra

4.3.1. Población

Lo constituyeron 80 enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del hospital ESSALUD, durante el año 2023.

Servicio donde labora	Cantidad
Cirugía General	12
Traumatología	11
Cirugía Cardiovascular	10
Ginecología	10
Urología	10
Neurocirugía	10
Otorrinolaringología	9
Oftalmología	8
Total	80

4.3.2. Muestra

Lo constituyeron 66 enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del hospital ESSALUD, 2023.

Muestreo

Se aplicó un muestreo probabilístico aleatorio simple al seleccionar a las enfermeras de manera al azar a partir de una lista que contenía el números de enfermeras por servicio en las áreas quirúrgicas. Este enfoque garantizó que todos los miembros de la población tuvieran la misma probabilidad de ser incluidos en la muestra de la investigación en una población conocida.

El procedimiento seguido fue el siguiente:

n = tamaño de la muestra

Z = margen de confiabilidad (95%): 1.96

p = tasa de prevalencia del punto de estudio = 0,5

q = (1 – p) = 0,5

N = Población a considerar: 80

e = Precisión o error = 0.05

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 (N- 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Reemplazando en la fórmula, tenemos:

$$n = \frac{1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5 \cdot 65}{0.05^2 \cdot (79) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5} = 66$$

El tamaño fue de 66 enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del hospital ESSALUD, 2023, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%.

Servicio donde labora	Cantidad
Cirugía General	10
Traumatología	11
Cirugía Cardiovascular	9
Ginecología	10
Urología	6
Neurocirugía	7
Otorrinolaringología	8
Oftalmología	5
Total	66

Criterios de inclusión

Se incluyeron en el estudio pacientes que cumplieron con las siguientes características:

- Personal de enfermería que laboran en un Hospital de ESSALUD
- Enfermeras que trabajen en los servicios de cirugía general, cirugía cardiovascular, traumatología, ginecología y urología.
- Enfermeras que trabajen como mínimo 3 meses.
- Enfermeras con edades entre 30 a años a 69 años.
- Enfermeras que firmaron un consentimiento informado y aceptaron voluntariamente participar en el estudio.

Criterios de exclusión

- Enfermeros que se encuentren de vacaciones y/o con licencia.
- Enfermeros que se encuentren bajo un régimen dietético.
- Enfermeros que no completen los instrumentos

4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado

Esta investigación se llevó a cabo en el hospital de ESSALUD: Almanzor Aguinaga Asenjo de nivel III-1– EsSalud ubicado en el distrito de Chiclayo, Provincia de Chiclayo, departamento de Lambayeque.

A partir de marzo de 2023, se identificó la problemática existente en el hospital y se propusieron diversos temas de interés. Posteriormente, se seleccionó el tema a investigar y se elaboró el proyecto de investigación, el cual fue sometido a revisión por los docentes de investigación. Luego, se procedió a la elaboración y búsqueda de cuestionarios validados, los cuales fueron aplicados en la investigación.

En julio de 2023, se aseguró la validez y confiabilidad de los instrumentos mediante el juicio de expertos y pruebas estadísticas. Con la aceptación del proyecto de investigación, se dio inicio a la recolección de datos. Se inició también la elaboración del informe de investigación, y a partir del mes de noviembre, se llevó a cabo el procesamiento y análisis de la información, incluyendo la creación de tablas estadísticas y la comprobación de hipótesis. Posteriormente, en diciembre de 2023, se plantearon las conclusiones y recomendaciones, culminando con la preparación y presentación del informe final.

4.5. Técnicas e instrumentos para la recolección de la información

4.5.1. Técnicas

En la presente investigación, para medir la variable factores biosocioculturales y los estilos de vida en enfermeras, se ha utilizado la técnica de la encuesta virtual mediante el envío del link de un formulario virtual en Google Forms y también se optó por una estrategia adicional al imprimir las encuestas, las cuales fueron distribuidas de manera manual para ser completadas.

4.5.2. Instrumentos

a) Cuestionario factores biosocioculturales

- **Nombre:** Factores biosocioculturales
- **Descripción:** El cuestionario fue elaborado por las autoras de la presente investigación, se construyó tomando algunas preguntas del instrumento "Factores biosocioculturales de la mujer adulta", previamente desarrollado por los autores Delgado, R; Díaz, R y Reyna, E, y posteriormente modificado por Reyna (Anexo 2). Este instrumento consta de 8 ítems distribuidos en 3 secciones, siendo desarrollado por las investigadoras del estudio en 2023.
 - Factores Biológicos: edad y el sexo (2 ítems).
 - Factores Sociales: estado civil, ingreso económico, tiempo de servicio y servicio donde labora (4 ítems).
 - Factores Culturales: religión y grado de instrucción (02 ítems).
- **Validación:** La validación del instrumento se llevó a cabo mediante una evaluación rigurosa que contó con la participación de cinco jueces expertos en investigación y salud. Estos profesionales realizaron un análisis exhaustivo del contenido del instrumento de recolección de datos, ofreciendo recomendaciones y opiniones fundamentadas mediante la aplicación de la técnica de validación por juicio de experto, abordando tanto criterios como contenido (consultar Anexo 5).

Posteriormente, después del proceso de juicio de expertos, los datos recolectados fueron ingresados a una hoja de cálculo en Excel. Se empleó el coeficiente de V de Aiken para evaluar la validez del instrumento, y el resultado obtenido fue un valor de

1, indicando que el instrumento cuenta con una excelente validez (ver Anexo 5).

CRITERIO	J1	J2	J3	J4	J5	SUM A	V de Aiken
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	1	1	1	1	5	1
6	1	1	1	1	1	5	1
7	1	1	1	1	1	5	1
SUMA	7	7	7	7	7	35	
							V de Aiken 1

- **Confiabilidad:** Se aplicó una prueba piloto con 15 enfermeras que trabajan en un Hospital de Essalud que no son sujetos de la investigación y se realizó la prueba de confiabilidad utilizando el coeficiente Alpha de Cronbach arrojando un valor 0,717 siendo el instrumento confiable. (Anexo 6)

b) Cuestionario para estilos de vida

- **Nombre:** Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) Pender (1996)
- **Descripción:** El cual está constituido por 48 reactivos de tipo Likert, con un patrón de respuesta en 4 criterios (Nunca: 1; A veces: 2; Frecuentemente: 3; Rutinariamente).

Los 48 ítems se subdividen en seis dimensiones nutrición (6), ejercicio (5), responsabilidad en salud (10), manejo de estrés (7), soporte interpersonal (7), auto actualización (13). Cuyas preguntas fueron distribuidas de la siguiente manera:

- Nutrición: 1,5,14,19,26, 35
- Ejercicio: 4,13,22,30,38
- Responsabilidad en Salud: 2,7,15,20,28,32,33,42,43, 46

- Manejo del estrés: 6,11,27,36,40,41,45
- Soporte Interpersonal: 10,18,24,25,31,39,47
- Autoactualización: 3,8,9,12,16,17,21,23,29,34,37,44,48

- **Baremos:** se utilizó la escala “s” o de stanones

- Instrumento General: PERFIL DE ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

Saludable	121 – 192
No Saludable	48 - 120

- Dimensiones

Nutrición	Saludable	16- 24
	No Saludable	6- 15
Ejercicio	Saludable	14 - 20
	No Saludable	5 -13
Responsabilidad en salud	Saludable	26 - 40
	No Saludable	10 - 25
Manejo del estrés	Saludable	18 - 28
	No Saludable	7 - 17
Soporte interpersonal	Saludable	18 - 28
	No Saludable	7 - 17
Autoactualización	Saludable	33 – 52
	No Saludable	13 - 32

- **Validación:** La validación del instrumento se llevó a cabo mediante una rigurosa evaluación que contó con la participación de cinco jueces expertos en investigación y salud. Estos profesionales realizaron un análisis exhaustivo del contenido del instrumento de recolección de datos, proporcionando recomendaciones y opiniones fundamentadas a través de la aplicación de la técnica de validación por juicio

de experto, tanto en lo que respecta a criterios como a contenido (ver Anexo 5).

Posteriormente, tras el proceso de juicio de expertos, los datos recopilados fueron ingresados a una hoja de cálculo en Excel, y se utilizó el coeficiente de V de Aiken para evaluar la validez del instrumento. El resultado obtenido fue un valor de 1, indicando que el instrumento posee una excelente validez (ver Anexo 6).

CRITERIO	J1	J2	J3	J4	J5	SUM A	V de Aiken
1	1	1	1	1	1	5	1
2	1	1	1	1	1	5	1
3	1	1	1	1	1	5	1
4	1	1	1	1	1	5	1
5	1	1	1	1	1	5	1
6	1	1	1	1	1	5	1
7	1	1	1	1	1	5	1
SUMA	7	7	7	7	7	35	
						V de Aiken	1

- **Confiabilidad:** El instrumento ha sido traducido al español y empleado en poblaciones de Mexicoamericanos, demostrando una consistencia interna destacada con un coeficiente alfa para toda la escala de 0,93 y para las subescalas, variando entre 0,70 y 0,87 (70).

Adicionalmente, se llevó a cabo una prueba piloto con la participación de 15 enfermeras que laboran en un Hospital de Essalud y que no forman parte del grupo de estudio. Posteriormente, se realizó un análisis de confiabilidad mediante el coeficiente Alpha de Cronbach, revelando un valor de 0,90 y confirmando la confiabilidad del instrumento. (Anexo 6)

4.6. Análisis y procesamiento de datos

Se coordinó previamente con el director del hospital para obtener la autorización necesaria y llevar a cabo la investigación en dicho establecimiento. La selección aleatoria de enfermeros se realizó después de esta coordinación, asegurando así que todos los miembros de la población tuvieran una oportunidad equitativa de ser incluidos en la muestra. La aplicación de los instrumentos se llevó a cabo de manera sistemática a lo largo de la semana, desde el lunes hasta el domingo, con el propósito de facilitar la recopilación exhaustiva de información.

Tras la obtención de los datos, se procedió a la verificación y codificación de los instrumentos, seguida de la creación de una base de datos en el programa Excel, esos datos fueron exportados para ser revisados y analizados con el paquete estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versión 27. Seguidamente, se procedió a la construcción de tablas estadísticas, la creación de gráficos y el análisis e interpretación de los datos.

Posteriormente, se aplicó la prueba de normalidad, y al contar con más de 50 datos, se optó por la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Esta prueba indicó que los datos no seguían una distribución normal, lo cual condujo a la aplicación de una prueba no paramétrica, específicamente la prueba de chi-cuadrado, para contrastar las hipótesis. Esta elección se fundamentó en la naturaleza cualitativa y cuantitativa de las variables estudiadas.

4.7. Aspectos éticos de la investigación

En la investigación se tuvo en cuenta los aspectos bioéticos desde el reconocimiento de los Derechos Humanos según Decreto Supremo N° 011-2011-JUS 10, con el objetivo de asegurar la ética en la presente investigación, por lo tanto, se hará uso de los siguientes principios:

Autonomía

La autonomía debe siempre estar orientada al bien de la persona humana y nunca puede ir en contra de su dignidad. En este entendido viene integrada a la responsabilidad personal (71). Es por ello por lo que antes de aplicar los respectivos instrumentos a las enfermeras se les informo acerca de la investigación y se les hizo firmar el consentimiento informado se les hizo conocer que se les protegería la confidencialidad de la información dada

Justicia

Este principio aboga por la equidad en todas las fases de la investigación y aplicación científica y tecnológica relacionada con la vida humana, teniendo en cuenta la igualdad ontológica de todos los seres humanos, independientemente de la etapa de la vida que estén atravesando (71). Durante la investigación, al aplicar el instrumento a las enfermeras, se garantizó un trato y evaluación imparcial, sin hacer distinción por edad, cargo u otros factores.

No Maleficencia

El principio de no-maleficencia hace referencia a la obligación de no infringir daño intencionadamente (71). La información recolectada no afecto la integridad física, emocional, ni social de las enfermeras. Los datos se obtuvieron aplicando el instrumento de estilo de vida.

Beneficencia

Este principio consiste en aplicar el conocimiento científico para el bien total de la persona humana en su integridad y en su concreta situación familiar y social, en este sentido se entiende el “no hacer daño” (71). En la investigación favorecerá a las enfermeras y autoridades la toma de decisiones frente a los resultados obtenidos en la investigación.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados descriptivos

Tabla 5.1.1

Factores Biosocioculturales en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

n=66		
Factores Biosocioculturales		
Factores Biológicos		
	Nº	%
Sexo		
Femenino	60	90,9%
Masculino	6	9,1%
Edad		
30-39 años	28	42,4%
40-49 años	27	40,9%
50-59 años	5	7,6%
60-69 años	6	9,1%
Factores Sociales		
Estado civil		
Soltera (o)	18	27,3%
Casada (o)	34	51,5%
Divorciada (o)	7	10,6%
Conviviente	7	10,6%
Ingreso económico		
3000 – 4000	12	18,2%
Mayor de 5000	54	81,8%
Tiempo de servicio		
0-5 años	13	19,7%
6-10 años	13	19,7%
11-20 años	34	51,5%
Mayor de 21 años	6	9,1%
Servicio donde laboran		
Traumatología	11	16,7%
Cirugía general	10	15,2%
Cirugía Cardiovascular	9	13,6%
Ginecología	10	15,2%
Urología	6	9,1%
Neurocirugía	7	10,6%
Oftalmología	8	12,1%
Otorrinolaringología	5	7,6%

Factores Culturales		
Religión		
Católico	61	92,4%
Evangélico	5	7,6%
Grado de instrucción		
Licenciada en Enfermería	17	25,8%
Especialidad	40	60,6%
Maestría	6	9,1%
Doctorado	3	4,5%

En la tabla 5.1.1 se observa los factores biosocioculturales de los enfermeros encuestados, en el factor biológico, el 90,9%(60) son de sexo femenino, el 9,1%(6) son del sexo masculino, el 42,4%(28) tienen edades comprendidas entre 30 a 39 años, el 40,9%(27) sus edades comprendidas entre 40 a 49 años, el 9,1%(6) edades comprendidas entre 60 a 69 años y el 7,6%(5) entre 50 a 59 años ; en el factor social, el 51,5%(34) son de estado civil casado, el 27,3%(18) son de estado civil soltero y 10,6%(7) son convivientes y divorciados, el 81,8%(54) su ingreso económico mensual es mayor de 5000 soles, mientras que el 18,2%(12) su ingreso económico se sitúa en el rango de 3000 a 4000 soles, el 51,5%(34) tiene un tiempo de experiencia laboral de 11 a 20 años, el 19,7% (13) tienen un tiempo de servicio entre 0 a 5 y entre 6 a 10 años y el 9,1%(6) cuenta con más de 21 años de experiencia, el 16,7%(11) laboran en el servicio de Traumatología, el 15,2% labora en el servicio de cirugía general y ginecología, 13,6%(9) en cirugía cardiovascular, el 12,1%(8) en oftalmología, el 10,6%(7) en neurocirugía, el 9,1%(6) en urología y el 7,6%(5) desempeña su funciones en el servicio de otorrinolaringología; en el factor cultural, el 92,4% (61) son católicos, el 7,6%(5) son evangélicos, en Grado de instrucción el 60,6%(40) son especialistas, el 25,8%(17) son licenciadas en enfermería, el 9,1%(6) tiene maestría y solo el 4,5%(3) tienen doctorado.

Tabla 5.1.2
Estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios
Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

ESTILOS DE VIDA	N	%
No Saludable	25	37,9%
Saludable	41	62,1%
Total	66	100,0%

En la tabla 5.1. 2. se observa que el 62,1% (41) mantiene un estilo de vida saludable y 37,9% (25) adoptan un estilo de vida no saludable. Por los resultados encontrados podemos decir que las enfermeras que laboran los servicios quirúrgicos del hospital ESSALUD presentan con mayor frecuencia un estilo de vida saludable.

Tabla 5.1.3

Asociación entre los factores biológicos y los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Factores Biológicos	Estilos de vida				Total	
	No Saludable		Saludable			
	N	%	N	%	N	%
Sexo						
Femenino	23	34,8%	37	56,1%	60	90,9%
Masculino	2	3,0%	4	6,1%	6	9,1%
Edad						
30- 39 años	10	15,2%	18	27,3%	28	42,4%
40-49 años	13	19,7%	14	21,2%	27	40,9%
50-59 años	1	1,5%	4	6,1%	5	7,6%
60-69 años	1	1,5%	5	7,6%	6	9,1%

En la tabla 5.1.3 se observa la asociación de los factores biológicos y estilos de vida, el 56,1%(37) son del sexo femenino y adopta un estilo de vida saludable, mientras que el 34,8%(23) muestra estilos de vida no saludable, en cuanto al sexo masculino el 6,1%(4) practica un estilo de vida saludable, mientras que el 3%(2) presentan estilos de vida no saludable; en relación a la edad, el 27,3%(18) que se encuentra en el rango de 30 a 39 años adoptan un estilo de vida saludable, mientras el 6,1%(4) en el rango de 50 a 59 años presentan estilos de vida no saludable, el 19,7%(13) en el rango de 40 a 49 años de edad presentan estilos de vida no saludable, siendo los valores más bajos en un 1,5%(1) que se encontraron en el grupo de 50 a 59 años y en el rango de 60 a 69 años con un estilo de vida no saludable.

Tabla 5.1.4
Asociación entre los factores sociales y los estilos de vida en
Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital
Essalud Chiclayo, 2023

Factor Sociales	Estilos de vida				Total	
	No Saludable		Saludable		N	%
	N	%	N	%		
Estado Civil						
Soltera (O)	6	9,1%	12	18,2%	18	27,3%
Casada (O)	11	16,7%	23	34,8%	34	51,5%
Divorciada (O)	4	6,1%	3	4,5%	7	10,6%
Conviviente	4	6,1%	3	4,5%	7	10,6%
Ingreso Económico						
3000- 4999	2	3,0%	10	15,2%	12	18,2%
Mayor de 5000	23	34,8%	31	47%	54	81,8%
Tiempo de Servicio						
0 -5 años	4	6,1%	9	13,6%	13	19,7%
6-10 años	4	6,1%	9	13,6%	13	19,7%
11-20 años	16	24,2%	18	27,3%	34	51,5%
Mayor de 21 años	1	1,5%	5	7,6%	6	9,1%
Servicio donde Labora						
Traumatología	8	12,1%	3	4,5%	11	16,7%
Cirugía general	2	3%	8	12,1%	10	15,2%
Cirugía Cardiovascular	2	3%	7	10,6%	9	13,6%
Ginecología	3	4,5%	7	10,6%	10	15,2%
Urología	4	6,1%	2	3%	6	9,1%
Neurocirugía	3	4,5%	4	6,1%	7	10,6%
Oftalmología	1	1,5%	7	10,6%	8	12,1%
Otorrinolaringología	2	3%	3	4,5%	5	7,6%

En la tabla 5.1.5. se observa la asociación de los factores sociales y estilos de vida, el 34,8%(23) son casados con un estilo de vida saludable, mientras que el grupo con estado civil conviviente muestra un 4,5%(3) con estilos

de vida saludable, al igual que las personas divorciadas representado un 4,5%(3) con estilos de vida saludable, el 16,7%(11) que son casadas también presentan un estilo de vida no saludable y los divorciadas y convivientes representan ambos el mismo porcentaje con un 66,1%(4) que mantienen con estilo de vida no saludables, el 47%(31) tienen ingresos económico mayor a 5000 soles con un estilo de vida saludable, mientras que el 15,2% (10) con ingreso económico entre 3000 a 4999 soles también mantiene estilos de vida saludables, el 34,8%(23) con ingresos económicos superiore a 5000 soles adoptan estilos de vida no saludable y el 3%(2) ingreso económico entre 3000 a 4999 presentan un estilo de vida no saludable. En la experiencia laboral, el 27,3%(18) con 11 a 20 años de experiencia tiene un estilo de vida saludable, mientras que el 7,6% (5) con más de 21 años adopta un estilo de vida saludable. Sin embargo, el 24,2%(16) con 11 a 20 años muestra estilos de vida no saludable y el 1,5%%(1) más de 21 años de experiencia presenta estilos de vida no saludable; en cuanto al servicio donde trabajan el 12,1%(8) que trabaja en cirugía general tiene un estilo de vida saludable, mientras el 3%(2) en urología también presentan un estilo de vida saludable, el 12,1%(8) que trabaja en el servicio de traumatología mantiene un estilo de vida no saludable y en el servicio de oftalmología muestra un 1,5%(1) en estilo de vida no saludable, siendo el valor más bajo.

Tabla 5.1.5
Asociación entre los factores culturales y los estilos de vida en
Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital
Essalud Chiclayo, 2023

Factores Culturales	Estilos de vida				Total	
	No Saludable		Saludable		N	%
	N	%	N	%		
Religión						
Católico	23	34,8%	38	57,6%	61	92,4%
Evangélico	2	3%	3	4,5%	5	7,6%
Grado De Instrucción						
Licenciada de enfermería	8	12,1%	9	13,6%	17	25,8%
Especialista	17	25,8%	23	34,8%	40	60,6%
Maestría	0	0%	6	9,1%	6	9,1%
Doctorado	0	0%	2	3,0%	2	4,5%

En la tabla 5.1.4. se observa la asociación de los factores culturales y estilos de vida, el 57,6%(38) son católicos con estilo de vida saludable, mientras que el 4,5%(3) son evangélicos con estilos de vida saludable, el 34,8% (23) son católicos con estilos de vida no saludable, mientras el 3%(2) son evangélicos con estilos de vida no saludable, en el grado de instrucción 34,8% (23) son especialistas que mantiene un estilo de vida saludable, mientras el 9,1%(6) de encuestados con maestría adoptan estilos de vida saludable, al igual que el 3%(2) que poseen doctorado. Sin embargo, un alto porcentaje representado por el 25,8%(17) con especialización opta por estilos de vida no saludable, mientras que el 12,1%(2) de licenciados en enfermería también adoptan estilos de vida no saludables

5.2 Resultados inferenciales

Tabla 5.2.1

Factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Factores biosocioculturales	Prueba estadística Chi Cuadrado de Pearson				
	gl	Xi2 calculado	Xi2 tabulado	Valor p	
Estilos de vida	13	8,507	22,3620	0,809	No existe asociación

En la tabla 5.2.1 se evidencia la asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida ($Xi2$ calculado=8,507 < $Xi2$ tabulado=22,3620, $gl=13$ y el $p=0,809 > 0.05$). Estos resultados llevan a la conclusión que no existe asociación entre los factores biológicos y los estilos de vida.

Tabla 5.2.2

Factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Factores biológicos	Prueba estadística Chi Cuadrado de Pearson				Valor p
	gl	Xi2 calculado	Xi2 tabulado	Valor p	
Sexo					
Femenino	1	0,058	3,8415	0,810	No existe asociación
Masculino					
Edad					
30- 39 años					No existe asociación
40-49 años	3	3,092	7,8147	0,378	
50-59 años					
60-69 años					

En la tabla 5.2.2 se evidencia la asociación entre los factores biológicos, específicamente el sexo ($Xi2$ calculado=0,058 < $Xi2$ tabulado=3,8415, $gl=1$, $p=0,810 > 0,05$), así como el factor biológico de la edad ($Xi2$ calculado=3,092 < $Xi2$ tabulado=7,814, $gl=3$, $P=0,378 > 0,05$). Estos resultados llevan a la conclusión que no existe asociación entre los factores biológicos y los estilos de vida.

Tabla 5.2.3

Factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Factores Sociales	Prueba estadística Chi Cuadrado de Pearson				Valor p	
	gl	Xi2 calculado	Xi2 tabulado	Valor p		
Estado Civil						
Soltera (O)	3	2,807	7,8147	0,422	No existe asociación	
Casada (O)						
Divorciada (O)						
Conviviente						
Ingreso Económico						
3000- 4999	1	0,805	3,8415	0,094	No existe asociación	
Mayor de 5000						
Tiempo de Servicio						
0 -5 años	3	2,923	7,8147	0,404	No existe asociación	
6-10 años						
11-20 años						
Mayor de 21 años						
Servicio donde Labora						
Traumatología	7	12,623	14,0671	0,082	No existe asociación	
Cirugía general						
Cirugía						
Cardiovascular						
Ginecología						
Urología						
Neurocirugía						
Oftalmología						
Otorrinolaringología						

En la tabla 5.2.3 se observa la asociación entre los diversos factores sociales y los estilos de vida. Se observa que no existe asociación significativa entre el estado civil y los estilos de vida (χ^2 calculado=2,807 < χ^2 tabulado=7,8147, $gl=3$, $p= 0,422 > 0,05$). Del mismo modo, al analizar la asociación entre el ingreso

económico y los estilos de vida, se encuentra que (χ^2 calculado=0,805 < χ^2 tabulado= 3,8415, gl=1, $p=0,094 > 0,05$), lo que sugiere que no hay una asociación significativa. Asimismo, en el caso del tiempo de servicio en el ámbito laboral asociado con los estilos de vida, se evidencia (χ^2 calculado= 2,923 < χ^2 tabulado=7,8147, gl=3 y $p=0,0404 > 0,05$), indicando que no existe asociación significativa entre ambos factores. Finalmente, al analizar el servicio donde labora asociado con los estilos de vida, se observa (χ^2 calculado=12,623 < χ^2 tabulado= 14,0671, gl=7, $p=0,082 > 0,05$), indicando que no existe una asociación entre los factores sociales y los estilos de vida.

Tabla 5.2.4
Factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras
que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud
Chiclayo, 2023

Factores Culturales	Prueba estadística Chi Cuadrado de Pearson			
	Gl	Xi2 calculado	Xi2 tabulado	Valor p
Religión				No existe asociación
Católico	1	0,10	3,8415	0,919
Evangélico				
Grado de instrucción				
Licenciada de enfermería	3	6,460	7,8147	0,091
Especialista				No existe asociación
Maestría				
Doctorado				

En la tabla 5.2.4 se aprecia la asociación entre los factores culturales religión y los estilos de vida, donde se evidencia ($Xi2$ calculado= 0,10 < $Xi2$ tabulado= 3,8415, gl = 1, p =0,919 > 0,05). Asimismo, al analizar el factor cultural grado de instrucción en asociación con los estilos de vida, se observa ($Xi2$ calculado=6,460 < $Xi2$ tabulado= 7,8147, gl = 3, p =0,091 > 0,05), indicando que no existe asociación entre los factores culturales y los estilos de vida.

5.3. Otro tipo de resultados

Tabla 5.3.1

Prueba de Normalidad de Factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Edad	,262	66	,000	,776	66	,000
Sexo	,532	66	,000	,325	66	,000
Estado civil	,308	66	,000	,810	66	,000
Religión	,536	66	,000	,292	66	,000
Ingreso económico	,498	66	,000	,469	66	,000
Tiempo de servicio	,314	66	,000	,826	66	,000
Servicio donde labora	,133	66	,006	,920	66	,000
Grado de instrucción	,322	66	,000	,775	66	,000
Estilos de Vida	,402	66	,000	,615	66	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Se llevó a cabo el análisis de los datos recopilados, y al verificar que la muestra superaba los 50 datos, se decidió aplicar la prueba de Kolmogórov-Smirnov para evaluar los factores biosocioculturales. Los resultados en relación con la edad ($p=0,000<0,05$), sexo ($p=0,000<0,05$), estado civil ($p=0,000<0,05$), ingreso económico ($p=0,000<0,05$), tiempo de servicio ($p=0,001<0,05$), servicio donde labora ($p=0,006<0,05$), religión ($p=0,000<0,05$) y grado de instrucción ($p=0,000<0,05$), con valores inferiores a 0,05. Estos hallazgos sugieren que la variable "Factores biosocioculturales" no sigue una distribución normal y presenta características no paramétricas.

En cuanto a la variable "Estilos de vida", se obtuvo un valor de $p=0,000<0,05$, indicando que sus datos no siguen una distribución normal. En consecuencia, se optará por emplear una prueba no paramétrica, específicamente la prueba de chi-cuadrado, para llevar a cabo el análisis de correlación.

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1. Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.

Prueba de hipótesis

- Existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Pasos para la prueba de hipótesis Chi cuadrado

Paso1. Tablas de contingencia (datos)

Para contrastar esta hipótesis se han elaborado las tablas de contingencia (capítulo V de resultados) con todos los factores biosocioculturales en asociación con el estilo de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.

Paso 2. Formulación de la hipótesis H0 y H1 .

Hipótesis general

- **Ho:** No existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- **H1:** Existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023.

Hipótesis específicas

- **Ho:** No existe asociación entre los factores biológicos y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

- **H2:** Existe asociación entre los factores biológicos y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- **Ho:** No existe asociación entre los factores sociales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- **H3:** Existe asociación entre los factores sociales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- **Ho:** No existe asociación entre los factores culturales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023
- **H4:** Existe asociación entre los factores culturales y estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023

Paso 3. Suposiciones

La muestra es una muestra aleatoria simple

Paso 4. Estadística de prueba

La estadística de prueba es: Chi Cuadrado de Pearson:

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^k \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

Donde:

Oij: frecuencia observada en cada celda.

Eij: frecuencia esperada.

Paso 5. Distribución de la estadística de prueba

Cuando Ho es verdadera, χ^2 sigue una distribución aproximada de

Chi cuadrado, la cual se ubica en la tabla X^2 , para $\alpha = 0.05$ y su respectivo grado de libertad.

Paso 6. Regla de decisión: Rechazar hipótesis nula (H_0) si el valor de X^2 calculado es mayor o igual a de X^2 tabulado.

Paso 7. Cálculo de la estadística de prueba: Si, al desarrollar las frecuencias esperadas se observa que la mínima esperanza es 4.00, que se encuentra entre 3 y 5, se usará la corrección de Yates, que es la siguiente:

$$Yates = \sum_{i=1}^k \sum_{j=1}^l \frac{(|O_{ij} - E_{ij}| - 0.5)^2}{E_{ij}}$$

Paso 8. Decisión estadística: Para cada factor biosocioculturales se procede a comprobar la hipótesis nula (H_0).

Factores biosocioculturales y estilos de vida

- **Factores asociados biosocioculturales asociados al estilo de vida**

Dado que χ^2 calculado=8,507 < χ^2 tabulado 22,3620 y $p=0,809$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)

Factores Biológicos

- **Sexo asociado al estilo de vida**

Dado que χ^2 calculado=0,058 < χ^2 tabulado 3,8415, y $p=0,810$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)

- **Edad asociado al estilo de vida**

Dado que χ^2 calculado=3,092 < χ^2 tabulado 7,814, $p=0,378$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)

Factores Sociales

- **Estado civil asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado=2,807 < χ^2 tabulado 7,8147, y $p=0,422$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)
- **Ingreso económico asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado=0,805 < χ^2 tabulado 3,8415, y $p=0,094$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)
- **Tiempo de servicio asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado= 2,923 < χ^2 tabulado 7,8147, y $p=0,0404$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)
- **Servicio donde labora asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado=12,623 < χ^2 tabulado 14,0671, y $p=0,082$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)

Factores Culturales

- **Religión asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado= 0,10 < χ^2 tabulado 3,8415, y $p=0,919$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)
- **Grado de instrucción asociado al estilo de vida**
Dado que χ^2 calculado=6,460 < χ^2 tabulado 7,8147, y $p=0,091$, se procede a no rechazar hipótesis nula (H_0)

Paso 9. Conclusiones:

Factores biosocioculturales y estilos de vida

- No existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida

Factores Biológicos

- No existe asociación entre el sexo y estilos de vida
- No existe asociación entre la edad y estilos de vida

Factores Sociales

- No existe asociación entre estado civil y estilo de vida
- No existe asociación entre ingreso económico y estilo de vida
- No existe asociación entre tiempo de servicio y estilo de vida
- No existe asociación entre servicio donde labora y estilo de vida

Factores Culturales

- No existe asociación entre la religión y estilos de vida
- No existe asociación entre el grado de instrucción y estilos de vida

6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares

En el análisis de la asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida, se observó la ausencia de una asociación estadísticamente significativa. El estadístico Chi-cuadrado (χ^2) resultó en 8,507, un valor inferior al tabulado ($\chi^2=22,3620$), y un p-valor de 0,809, que es mayor que 0,05. Estos resultados indican que no existe una asociación significativa entre las variables. Este hallazgo coincide con la investigación de Pérez, Y. (15), quien concluyó que no hay una relación estadística entre los estilos de vida y factores biosocioculturales en el lugar de estudio ($p=0,623$).

Al considerar estos hallazgos junto con los resultados previamente mencionados y al llegar a la misma conclusión en esta investigación, se puede argumentar que la presencia de factores biológicos, sociales y culturales, ya sean protectores o de riesgo, no necesariamente conduce a la adopción de un patrón de estilo de vida. Es posible que otros factores no abordados en estas investigaciones también influyan en el comportamiento de la persona.

Sin embargo estos resultados difieren de la investigación de Soriano, A. (72), donde al realizar la Prueba de Chi Cuadrado se encontró una

relación estadísticamente significativa y directa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales ($p=0,000$). De igual manera en el estudio de Aniceto, Z. (73) que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida, se puede concluir que estas discrepancias en las comparaciones se deben a la realización de estudios en escenarios y poblaciones distintas, considerando la naturaleza de la investigación y el punto de vista de cada autor.

En cuanto a los factores biosocioculturales de los enfermeros que laboran en un hospital de ESSALUD, se evidenció en el factor biológico, que el 90,9% son del sexo femenino, mientras que el 9,1% son del sexo masculino, en cuanto a las edades, el 42,4% se sitúa en el rango de 30 a 39 años. Estos datos coinciden con el estudio realizado por Santos, R. (18) quien también encontró una proporción significativa de personal de enfermería femenino, resaltando la presencia de edades comprendidas entre 30 y 45 años. Otro estudio similar es el de Suasto, w. et, al (74) que reveló que el personal de enfermería se encontró entre los 30 y 51 años, siendo un 78% mujeres.

No obstante, es esencial destacar las diferencias encontradas en otros estudios, como el de Moreno, P. (10), que refleja una población más joven, con un 58% de profesionales de la salud entre 20 y 30 años. También en el estudio de Calero, J. (11), en su investigación titulada “Estilos de vida de profesionales de la salud que laboran en el Centro de Salud Roberto Herrera Ríos, Managua, Nicaragua, en el 2019”, que la edad más común entre los encuestados es de 20-30 años en un 47.5%. Por otro lado, Ruiz, C. (75), en su estudio “Estilos de vida y estado nutricional en el personal de enfermería de los centros de salud de la red municipal sur, 2021” difiere en cuanto al grupo de edad predominante del personal de enfermería es menor a 35 años (71.2%) pero coincide en que la mayoría son mujeres (83%). Estos hallazgos

coinciden con el estudio de Miranda, G. (76), que señala en el contexto peruano, que el 91% de los profesionales inscritos en el CEP son mujeres, dado que la enfermería en el país está predominantemente conformada por mujeres, por lo que resulta comprensible que la mayoría de los miembros del Colegio de Enfermeros pertenezcan al género femenino.

En el factor social, el 51,5% están casados, el 81,8% reporta ingresos mensuales superiores a 5000 soles, el 51,5% acumula una experiencia laboral de 11 a 20 años y 16,7% de encuestados labora en el servicio Traumatología. Estos hallazgos coinciden con investigación de Santos, R. (18), titulada "Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida del personal de enfermería Del Hospital III Essalud _ Chimbote, 2019", que reveló que el 52% del personal de salud están casados, señalando que el estado civil puede proporcionar estabilidad emocional al enfermero, así como un sistema de apoyo social. Estos datos también guardan coherencia con el sueldo y esta de acorde con el sueldo promedio en EsSalud que es de 4 mil soles a 8 mil soles mensuales, cabe señalar que el sueldo mensual que se percibe depende a los años de carrera, especialidad en el área y régimen laboral (indeterminado, nombrados y CAS), esto sugiere una notable estabilidad económica y financiera en las enfermeras (77).

En factor cultural, el 92,4% se identifican como católicos, mientras que el 7,6% son evangélicos, en el grado de instrucción el 60,6% son especialistas y el 4,5% tienen doctorado. Estos datos concuerdan con el estudio realizado por Santos, R. (18) donde se reporta que el 90% del personal de enfermería profesa la religión católica. Otro estudio es el de Calero, J. (11), que respalda estos hallazgos anteriores al encontrar que los católicos con un 47.5%, evangélicos con un 30% y

ninguno en un 22.5%, reflejando la predominancia de la religión católica en la población.

En cuanto al grado de instrucción los datos hallados son similares al estudio de Suasto, w. et, al (74) que revelaron que el 51,6% son enfermeras generales y un 20,5% especialistas. Asimismo, en el estudio de León, A (78) sobre estudios de post grado desarrollado por los licenciados en enfermería; el 52.8% de ellos no desarrollo ningún estudio; el 33.9% estudiaron segunda especialidad; el 12.2% de ellos estudiaron maestría; y el 1.1% estudio doctorado. Otro estudio con datos similares es el informe emitido por el Colegio de Enfermeros del Perú que revela que hay un total de 97,872 enfermeras colegiadas. Sin embargo, únicamente el 0.11% ha alcanzado el título de doctor/a, el 1.2% ha registrado grados de maestría, y el 24% ha completado estudios de especialidad, estos datos subrayan la importancia de una formación académica avanzada en enfermería, ya que indican que una enfermera con un alto nivel de educación esta más capacitada para proporcionar una atención de calidad a los pacientes, al contar con las herramientas necesarias para comprender y aplicar las últimas evidencias científicas, adoptar enfoques basados en la investigación y tomar decisiones informadas (79).

En los estilos de vida, el 62,1% adoptó un estilo de vida saludable, mientras que el 37,9% optó por un estilo de vida no saludable. Al comparar estos hallazgos con investigaciones a nivel nacional, se encuentra una concordancia en los resultados obtenidos en el estudio de Iparraguirre, J. (20) titulado “Estilos de vida y estado nutricional de profesionales de enfermería en el servicio de cirugía del Hospital Regional Docente de Cajamarca, 2021”, donde el 80% de los profesionales de enfermería mantenía un estilo de vida saludable y el 20% no saludable, estos datos sugieren que el mantenimiento de un estilo de vida saludable entre el personal de enfermería puede tener

un impacto positivo en la prestación de atención integral y de alta calidad a los pacientes.

Otro estudio similar es el de Bereche, P (21) titulado “Estilos de vida promotores de la salud de los egresados de enfermería de una universidad privada de Chiclayo, 2022”, el 83% de las enfermeras mantenían un estilo de vida saludable, seguidamente del 12% llevan un estilo de vida muy saludable y, solo el 5% adoptaron un estilo de vida poco saludable. Asimismo, el estudio Mora, M y Parían, E. (22) titulado “Estilo de vida del personal de enfermería de un hospital nacional de Lima-2021”, mostró que del total de los profesionales de enfermería el 96% tienen un estilo de vida saludable y un 4 % no saludable.

Sin embargo estos resultados se contradicen en el estudio Ñacari , K y Ochante, A. (23), donde el 77.8% mostró un estilo de vida poco saludable, el 20% tenía un estilo de vida no saludable y sólo el 2% tenía un estilo de vida saludable. De manera similar en el estudio de Cortez, E y Castro, C. (24), “Calidad de vida de las enfermeras pertenecientes al área de unidad de cuidados intensivos en el servicio de Cirugía del Hospital Regional de Ica, 2021”, el 43% tenía un estilo de vida saludable y el 57% no saludable.

Estos resultados son similares con el estudio de Santos, R. (18), donde el 52% tienen estilo de vida saludable y son del sexo femenino. Sin embargo, se observa una diferencia significativa en los estilos de vida entre hombres y mujeres, resaltando la creciente presencia masculina en la enfermería y la importancia de abordar expectativas de género, diversidad e igualdad en el entorno laboral. Estos datos son contradictorios en el estudio Menéndez, I. (7) el 83 % de los varones perciben un alto nivel de calidad de vida, mientras que solo el 5% de las mujeres alcanza este nivel. También se observa contradicción en

el estudio de Santos, R. (18). donde el 40% tuvieron edades entre 30-45 años y tienen un estilo de vida no saludable. Otro estudio fue de Vara, k. (80) muestra que el 50% tuvo una edad entre 19-21 años con estilo de vida saludable.

Al asociar los factores biológicos (sexo y edad) y los estilos de vida, se encontró que no existe una asociación estadísticamente significativa, que para el factor biológico sexo, el estadístico Chi-cuadrado (χ^2) fue de 0,058, que es menor que el valor tabulado ($\chi^2=3,8415$) con 1 grado de libertad y un valor de p ($P=0,810$) mayor que 0,05. En cuanto al factor biológico edad, el χ^2 fue de 3,092, también menor que el valor tabulado ($\chi^2=7,814$) con 3 grados de libertad y un valor de p ($P=0,378$) mayor que 0,05. Determinándose que no existe asociación significativa entre los factores biológicos y los estilos de vida. Estos resultados coinciden con el estudio de Santos, R. (18) donde no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre los factores biológicos como el sexo ($\chi^2=0,785$; $gl= 1$; $p= 7,8147279 > 0,05$) y la edad ($\chi^2=0,561$; $gl= 3$; $p= 1,814 > 0,05$) y los estilos de vida analizados.

En la asociación entre los factores sociales y estilos de vida, el 34,8% son casados con un estilo de vida saludable, mientras que el grupo con estado civil conviviente muestra un 4,5% con estilos de vida saludable, al igual que las personas divorciadas representado un 4,5% con estilos de vida saludable, el 16,7% que son casadas presentan un estilo de vida no saludable y los divorciadas y convivientes representan ambos el mismo porcentaje con un 6,1%(4) que mantienen con estilo de vida no saludables, en relación con los ingresos económicos, el 47% tienen ingresos superiores a 5000 soles con un estilo de vida saludable, mientras que el 15,2% con ingreso económico entre 3000 a 4999 soles también mantiene estilos de vida saludables, el 34,8% con ingresos económicos superiores a 5000 soles adoptan estilos de vida no

saludable y el 3% ingreso económico entre 3000 a 4999 presentan un estilo de vida no saludable. en la experiencia laboral, el 27,3% con 11 a 20 años de experiencia tiene un estilo de vida saludable, mientras que el 7,6% con más de 21 años adopta un estilo de vida saludable. Sin embargo, el 24,2% con 11 a 20 años muestra estilos de vida no saludable y el 1,5% más de 21 años de experiencia presenta estilos de vida no saludable, en el servicio donde trabajan el 12,1% que trabaja en cirugía general tiene un estilo de vida saludable, mientras el 3% en urología también presentan un estilo de vida saludable, el 12,1% que trabaja en el servicio de Traumatología mantiene un estilo de vida no saludables y en el servicio de oftalmología muestra un 1,5% en estilo de vida no saludable, siendo el valor más bajo.

Al comparar estos hallazgos con los resultados obtenidos en el estudio de Giron, L. (81), se observan que el 64,85% son casados, de los cuales tan solo el 14.7% tiene un estilo de vida saludable y el otro 50.2% no tiene un estilo de vida saludable, estos resultados podrían deberse al hecho de que las mujeres casadas asumen numerosas responsabilidades, lo que las diferencia en varios aspectos de las personas solteras, sin embargo el 52% tiene estilo de vida saludable y tiene ingresos económicos mayores a 1100 nuevos soles y tienen un estilo de vida saludable, esto sugiere que los ingresos económicos familiares, que incluyen sueldos y otros ingresos, son utilizados para el beneficio de la familia, que indica que un mayor ingreso económico contribuye a vivir con comodidad, lo cual influye de manera positiva en su forma o estilo de vida.

Los datos hallados también coinciden con el estudio de Soriano, A. (72), que el 51,33% de los adultos encuestados son convivientes, de los cuales el 43,33% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable, y solo el 8% tiene un estilo de vida saludable pero difieren en que el 47,33% tiene como ingreso económico menor a 500 soles,

de los cuales el 40% tiene un estilo de vida no saludable, y solo el 7,33% tiene un estilo de vida saludable, esto se debe a que los grupos de estudios son diferentes.

Al analizar la asociación entre los factores sociales, como el estado civil, ingreso económico, tiempo de servicio y el servicio donde labora, con los estilos de vida, los resultados indican que no hay una relación significativa entre estos factores ($\chi^2 = 2,807 < \chi^2 = 7,8147$, $gl=3$, $p=0,422 > 0,05$ para el estado civil; $\chi^2 = 0,805 < \chi^2 = 3,8415$, $gl=1$, $p=0,094 > 0,05$ para ingreso económico; $\chi^2 = 2,923 < \chi^2 = 7,8147$, $gl=3$, $p=0,0404 > 0,05$ para tiempo de servicio; $\chi^2 = 12,623 < \chi^2 = 14,0671$, $gl=7$, $p=0,082 > 0,05$ para el servicio donde labora); estos resultados coincide con el estudio de Soriano, A. (72) que también utilizó la prueba de Chi-cuadrado y encontró que no hay una relación estadísticamente significativa entre el estado civil y el estilo de vida ($X^2 = 10,194$; 3 gl ; $p = 9,488 < 0,05$), al examinar la relación entre ingreso económico y estilo de vida, los hallazgos indican que no existe una conexión significativa ($X^2 = 8,089$; 2 gl ; $p = 9,488 > 0,05$). Corroborando lo observado por Giron, L. (81), cuyos resultados demuestran que no existe relación estadística entre el estado civil y estilo de vida ($X^2 = 5,157$, $GL= 4$, y $P= 0,272$). Sin embargo, difiere con el estudio de Placencia, N. (82) que se encontró que existe relación entre los factores sociales ingreso socioeconómico y los estilos de vida.

En la asociación entre los factores culturales y estilos de vida , el 57,6% son católicos con estilo de vida saludable, mientras que el 4,5% son evangélicos con estilos de vida saludable, el 34,8% son católicos con estilos de vida no saludable, mientras el 3% son evangélicos con estilos de vida no saludable, en el grado de instrucción 34,8% son especialistas que mantiene un estilo de vida saludable, mientras el 9,1% de encuestados con maestría adoptan estilos de vida saludable, al igual que el 3% que poseen doctorado. Sin embargo, un alto

porcentaje representado por el 25,8% con especialización opta por estilos de vida no saludable, a diferencia de los que poseen Maestría y Doctorado quienes un 0%, en la adopción de estilos de vida no saludables.

El nivel educativo, refleja el grado de instrucción alcanzado por una persona, posiblemente influye en sus estilos de vida, los cuales son susceptibles a cambios destinados a modificar dichos estilos. En el caso de las mujeres enfermeras, una educación superior brinda oportunidades para su constante superación. Estos hallazgos son similares con el estudio de Aniceto, Z. (17) donde el 29% de los adultos encuestados presentan como grado de instrucción secundaria incompleta, de los cuales 23,31% de los adultos llevan un estilo de vida no saludable, y solo el 5,69% lleva un estilo de vida saludable y la religión el 58,81% de los adultos encuestados profesan la religión católica, de los cuales el 44,72% de los adultos tiene una forma de vida no saludable, y solo el 14,09% de los adultos mantienen un estilo de vida saludable. A pesar de que la religión y el estilo de vida no están directamente relacionados, las mujeres enfermeras depositan su confianza en Dios al desempeñar sus responsabilidades, siempre con la visión de que Su ayuda será fundamental tanto para cumplir con sus funciones como para contribuir a la recuperación de los pacientes.

En cuanto a la asociación entre factores culturales, como la religión y el grado de instrucción, y los estilos de vida, se observa que no existe asociación estadística significativa ($\chi^2=0,10 < \chi^2=3,8415, gl=1, p=0,919 > 0,05; \chi^2=6,460 < \chi^2=78147, gl=3, p=0,091 > 0.05$, respectivamente). Estos resultados indican que no hay una conexión estadísticamente significativa entre los factores culturales y los estilos de vida de los encuestados. Estos datos son similares con el estudio de Placencia, N. (82) donde se concluyó que la religión no guarda relación estadística con los estilos de vida ($p > 0.05$). De forma

contradictorio en el estudio de Palacios, M. (83) se encontró que, si existe relación significativa entre factores culturales y estilos de vida, donde indica que los aspectos culturales si se relacionan al estilo de vida, esta discrepancia podría deberse a diferencias en las poblaciones estudiadas, como la edad, lo que influye en las experiencias vividas y destaca la importancia de considerar estos aspectos al interpretar los resultados para el beneficio general.

6.3. Responsabilidad ética

Para la elaboración de la estructura de la presente investigación se siguió las directrices establecidas en la directiva N°004-2022, desde la fase inicial de presentación y aprobación del proyecto, se han incorporado criterios éticos como parte integral del proceso administrativo necesario para su ejecución correspondiente, incluyendo la salvaguarda de la confidencialidad en el manejo de los datos recopilados. El desarrollo del estudio se llevó a cabo de manera responsable, alineándose con la línea de investigación de la facultad. Los datos y técnicas empleados fueron sometidos a una verificación por parte de jueces expertos en la materia, y se sometieron al sistema del Urkund para garantizar la legitimidad de la investigación. Finalmente, se declara formalmente que se han tenido en cuenta los principios que regulan la Conducta Responsable del Investigador (CRI), conforme a las directrices establecidas por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONCYTEC). Este compromiso refuerza la integridad y la ética en cada etapa del estudio, consolidando nuestro compromiso con estándares éticos y profesionales elevados

VII. CONCLUSIONES

1. No existe asociación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo según prueba estadística de Chi cuadrado (χ^2 calculado=8,507 < χ^2 tabulado=22,3620 y $p=0,809 > 0,05$).
2. No existe relación entre los factores biológicos y los estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo según prueba estadística de Chi cuadrado para sexo (χ^2 calculado=0,058 < χ^2 tabulado 3,8415, $p=0,810$) y para edad (χ^2 calculado=3,092 < χ^2 tabulado=7,814, $p=0,378 > 0,05$).
3. No existe relación entre los sociales y los estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo según prueba estadística de Chi cuadrado para estado civil (χ^2 calculado=2,807 < χ^2 tabulado 7,8147, $p= 0,422 > 0,05$), ingreso económico (χ^2 calculado=0,805 < χ^2 tabulado=3,8415, $p=0,094 > 0,05$) tiempo de servicio (χ^2 calculado=2,923 < χ^2 tabulado=7,8147, $p=0,0404 > 0,05$), y servicio laboral (χ^2 calculado=12,623 < χ^2 tabulado=14,0671, $p=0,082 > 0,05$).
4. No existe relación entre los factores culturales y los estilos de vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo según prueba estadística de Chi cuadrado para religión (χ^2 calculado= 0,10 < χ^2 tabulado 3,8415, $p=0,919 > 0,05$) y grado de instrucción (χ^2 calculado=6,460 < χ^2 tabulado 78147, $p=0,091 > 0,05$).

VIII. RECOMENDACIONES

Al director del hospital de ESSALUD

- Implementar programas educativos específicos para las enfermeras, enfocados en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, abarcando aspectos físicos, mentales y emocionales., teniendo como fin concientizar y poder así mejorar la calidad de vida.
- Elaborar programas dirigidos al personal sobre el tema en estudio, no solo proporcionar conocimientos, sino también fomentar prácticas saludables, con el propósito de contar con profesionales más capacitados y, por ende, un rendimiento más eficiente.

Al personal de salud:

- Realizar investigaciones adicionales sobre los factores biosocioculturales y estilos de vida de enfermeras para implementar estrategias de salud oportunas, contribuyendo así a la mejora continua de la atención médica.
- Participar en talleres y Charlas que destaquen la importancia de adoptar hábitos alimenticios adecuados y prácticas saludables, con el objetivo es mantener un estilo de vida sano, reduciendo el riesgo de complicaciones vitales.
- Continuar fortaleciendo la práctica de estilos de vida saludables, haciendo hincapié en la buena nutrición y alimentación, asegurando un descanso adecuado, la realización de actividad física regular, evitando el consumo de alcohol, cigarrillos u otras sustancias.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS. Determinantes sociales de la salud. [Online].; 2021 [cited 2023 Enero 9. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>.
2. OMS. Cambios en el estilo de vida y concepto según la OMS. [Online].; 2021 [cited 2023 Enero 10. Available from: <https://rolleat.com/es/estilo-de-vida/>.
3. Chávez Y. Estilos de vida saludable en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada San Juan Bautista octubre 2019. [Online].; 2020 [cited 2023 octubre 16. Available from: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/2752/T-TPLE%20-YOSSELINE%20MONICA%20CHAVEZ%20HUAYTAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
4. Organización Panamericana de la Salud en las Américas. PERÚ: INEI 2018. [Online].; 2023 [cited 2023 Septiembre 20. Available from: <https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/wp-content/uploads/2017/09/Print-Version-Spanish.pdf>.
5. Cobos K,PS,OA,OJ. Prevalencia de sobrepeso/obesidad y su relación con la calidad de sueño en profesionales de la salud del Hospital José Carrasco Arteaga. *facsalud*. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 15. Available from: <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/facsalud-unemi/article/view/1577>.
6. Laje GI,TSM,MJJ,ÁIJ. Relación del estrés laboral con estilo de vida saludable en el personal de enfermería. *Recimundo. Revista científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 6(4), 507-515. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 10. Available from: [https://doi.org/10.26820/recimundo/6.\(4\).octubre.2022.505-515](https://doi.org/10.26820/recimundo/6.(4).octubre.2022.505-515).
7. Menéndez I. Factores Sociodemográficos Y Percepción De La Calidad De Vida Profesional De Las Enfermeras Del Hospital Regional De

- Moquegua. [Online].; 2019 [cited 2023 Noviembre 30. Available from: https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/8763/Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos_Percepci%C3%B3n_Calidad%20de%20vida%20profesional_Enfermeras.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
8. Leon P. Estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID-19. Hospital III-E, Es Salud – La Libertad. [Online].; 2020 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/48285/Leon_RPL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
 9. Pisfil N. “Estilos de vida saludables en profesionales de la salud de un Hospital y un Centro de L Minsa. [Online].; 2021 [cited 2023 Diciembre 20. Available from: https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9706/Pisfil_N%C3%BA%C3%B1ez_Natali_del_Pilar.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
 10. Moreno P. Estilos De Vida De Los Profesionales De Salud. Red Descentralizada De Salud De Gracias, Lempira, Honduras, Junio A Diciembre. 2019. [Online].; 2019 [cited 2023 Diciembre 2. Available from: <https://repositorio.unan.edu.ni/12515/1/t1106.pdf>.
 11. Calero J. Estilos de vida de profesionales de la salud que laboran en el Centro de Salud Roberto Herrera Ríos, Managua, Nicaragua, Febrero del 2019. [Online].; 2019 [cited 2023 Diciembre 2. Available from: <https://repositorio.unan.edu.ni/12095/>.
 12. Ruiz A. Estilos De Vida Y Estado Nutricional En El Personal De Enfermería De Los Centros De Salud De La Red Municipal Sur, Marzo a septiembre 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Noviembre 22. Available from: <https://www.difuciencia.com/files/original/9c37000a667734fcdc63b8923d65849ed36cca5f.pdf>.
 13. Morocho B. Factores Asociados Al Sobrepeso Y Obesidad En El Personal De Enfermería Del Hospital General IESS. [Online].; 2020 [cited 2023

- Noviembre 23. Available from:
https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/23331/1/Briggette%20Anghela_Morocho%20Pardo.pdf.pdf.
14. Baral P, TN. Estilo de vida que promueve la salud entre enfermeras de un hospital de nivel terciario: un estudio descriptivo transversal. [Online].; 2020 [cited 2023 Diciembre 20. Available from:
<https://www.jkahs.org.np/jkahs/index.php/jkahs/article/view/189/152>.
 15. Perez Y. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto De Villa Viviate_Sector Conchal_ Paíta_Piura, 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 25. Available from:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30138/ESTILO_VIDA_PEREZ_GONZALES_YACKELINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
 16. Ramirez R. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos De La Comunidad De Huacran_Anta_Áncash, 2023. [Online].; 2023 [cited 2023 Diciembre 30. Available from:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33698/ESTILO_VIDA_RAMIREZ_SALDANA_ROSAMELIA.pdf?sequence=5&isAllowed=y.
 17. Aniceto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz –Ancash, 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 Diciembre 20. Available from:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
 18. Santos RY. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociados Al Comportamiento De La Salud: Estilo De Vida Del Personal De Enfermería Del Hospital Iii Essalud _ Chimbote, 2019. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 2. Available from:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29208>

/COMPORTAMIENTO_SALUD_SANTOS_MARQUINA_ROSMERY.pdf
?sequence=1&isAllowed=y.

19. Reza M,VB. Estilo De Vida Y El Desempeño Laboral Durante La Emergencia Sanitaria Por Covid-19 En El Personal De Salud Del Núcleo De Pucacruz, Paucará- Huancavelica – 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/76525fca-1bf6-4ec6-8009-e2a6f739e72f/content>.
20. Iparraguire J. Estilos De Vida Y Estado Nutricional De Profesionales De Enfermería En El Servicio De Cirugía Del Hospital Regional Docente De Cajamarca, 2021. [Online].; 2022 [cited 2023 Octubre 10. Available from: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5654/TESIS%20CULMINADA%20-%20JUANA%20SANDY%20IPARRAGUIRRE%20RUIZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
21. Bereche P. Estilos de vida promotores de la salud de los egresados de enfermería de una universidad privada de Chiclayo, 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 20. Available from: <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/6130>.
22. Mora MN,PEM. Estilo de vida del personal de enfermería de un hospital nacional de Lima-2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Octubre 25. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91493/Mora_WMN-Parian_CEM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
23. Ñacari KE,OAC. Estilos de vida y exceso de peso en los Profesionales de Enfermería del Hospital San Juan de Lurigancho. [Online].; 2019 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/2872?locale-attribute=en>.
24. Cortez E,CV. Calidad De Vida De Las Enfermeras Pertenecientes Al Área De Unidad De Cuidados Intensivos En El Servicio De Cirugía Del Hospital

- Regional De Ica, 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1437/1/Eliana%20Cortez%20Reynoso.pdf>.
25. Aristizabal GPBDM,SSA,ORM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ [online]*. 2011, vol.8, n.4, pp.16-23. ISSN 2395-8421. [Online].; 2021 [cited 2013 Marzo 12. Available from: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>.
26. Pinares M. Estilos de vida según la teoría de Nola Pender en docentes del IESTP “Tupac Amaru” distrito de San Sebastián- Cusco, 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Agosto 15. Available from: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/1293/TRABAJO%20ACAD%c3%89MICO-PINARES%20BONNETT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
27. Benner P. *The Wisdom of Our Practice: American Journal of Nursing*; 2000.
28. Escobar B,JP. Filosofía de Patricia Benner, aplicación en la formación de enfermería: propuestas de estrategias de aprendizaje.. [Online].; 2019 [cited 2023 Diciembre 26. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1019-94032019000100009.
29. Alligood MR. *Modelos Y Teorías En Enfermería*. 9a. ed. Barcelona: Elsevier. [Online].; 2018 [cited 2023 Octubre 20. Available from: <https://view.genial.ly/625ebbac810a8a0011ca29df/presentation-modelo-de-sistemas-betty-neuman>.
30. Pérez L,HX,MC,CEA,HJA,CA. Factores sociodemográficos y estilo de vida asociados con la obesidad abdominal durante la adolescencia media en México. [Online].; 2023 [cited 2023 Noviembre 30. Available from: file:///C:/Users/ACER/Downloads/Factores_sociodemograficos_y_estilo_de_vida_asocia.pdf.

31. Rodriguez N. Base biológicas del desarrollo humano. [Online].; 2021 [cited 2023 Diciembre 2. Available from: <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/20774/Tema%201-bloque%201%202018-2019%20-NOELARL%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
32. Porporatto M. Sexo. [Online].; 2020 [cited 2023 Noviembre 28. Available from: <https://quesignificado.com/sexo/>.
33. Diccionario español actual. Edad. [Online].; 2020 [cited 2023 Noviembre 30. Available from: <https://www.fbbva.es/diccionario/edad/>.
34. Trujillo E. Estado civil. [Online].; 2020 [cited 2023 Noviembre 25. Available from: <https://economipedia.com/definiciones/estado-civil.html>.
35. Encuesta de Presupuestos Familiares (EPF). Ingresos monetarios mensuales regulares del hogar. [Online].; 2022 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?c=4620&tf=&op=#:~:text=Los%20ingresos%20mensuales%20se%20refieren,forma%20peri%C3%B3dica%2C%20aunque%20no%20mensualmente>.
36. Cobos F. El concepto de tiempo de trabajo. [Online].; 2019 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <https://es.linkedin.com/pulse/el-concepto-de-tiempo-trabajo-susana-jodra-ayala>.
37. Real Academia Española. Servicio donde labora. [Online].; 2023 [cited 2023 Noviembre 30. Available from: <https://dle.rae.es/servicio>.
38. Vasfiye B. Factores culturales que afectan la salud y la enfermedad. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 5. Available from: [https://espanol.libretexts.org/Salud/Enfermer%C3%ADa/Enfermer%C3%ADa_\(Ulutademir\)/04%3A_Enfermer%C3%ADa_transcultural/4.02%3A_Factores_culturales_que_afectan_la_salud_y_la_enfermedad](https://espanol.libretexts.org/Salud/Enfermer%C3%ADa/Enfermer%C3%ADa_(Ulutademir)/04%3A_Enfermer%C3%ADa_transcultural/4.02%3A_Factores_culturales_que_afectan_la_salud_y_la_enfermedad).
39. Imaginario A. Religión. [Online].; 2021 [cited 2023 Diciembre 7. Available from: <https://www.significados.com/religion/>.

40. Instituto Vasco de Estadística. Nivel de instrucción (7 grupos) (Censos del 2021 y anteriores). [Online].; 2021 [cited 2023 Diciembre 20. Available from:
https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_303/elem_11188/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de,est%C3%A1n%20provisional%20o%20definitivamente%20incompletos.
41. Rivera E. Estilos de vida saludable: práctica social de hábitos. [Online].; 2019 [cited 2023 Junio 21. Available from:
[https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/1008582/16487-144814485156-1-sm.pdf.](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/08/1008582/16487-144814485156-1-sm.pdf)
42. OMS. Glosario de promoción de la salud. [Online].; 2019 [cited 2023 Agosto 20. Available from:
[https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf;js.](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf;js)
43. De la Cruz S. Estilo de Vida y Síndrome de Burnout en Enfermeras del Servicio de Emergencias, Hospital Nacional Dos de mayo 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 Agosto 14. Available from:
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66694/Pantoja_DLCSM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66694/Pantoja_DLCSM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
44. OMS. La OMS insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos. [Online].; 2021 [cited 2023 Agosto 17. Available from: [https://www.paho.org/es/noticias/12-1-2021-oms-insta-gobiernos-fomentar-alimentacion-saludable-establecimientos-publicos.](https://www.paho.org/es/noticias/12-1-2021-oms-insta-gobiernos-fomentar-alimentacion-saludable-establecimientos-publicos)
45. Diario oficial del bicentenario el Peruano. Decreto Supremo que modifica el Manual de Advertencias Publicitarias, aprobado por Decreto Supremo N° 012-2018-SA, en el marco de lo establecido en la Ley N° 30021, Ley de Promoción de la Alimentación Saludable para Niños, Niñas y Adolescentes. [Online].; 2023 [cited 2023 Agosto 8. Available from:
[https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/2191835-1.](https://busquedas.elperuano.pe/dispositivo/NL/2191835-1)
46. MINSA. Modelo de abordaje de promoción de la salud en el Perú. Acciones a desarrollar en el eje temático de alimentación y nutrición

saludable. Documento técnico. [Online].; 2012 [cited 2023 Julio 10. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/305917-modelo-de-abordaje-de-promocion-de-la-salud-en-el-peru-acciones-a-desarrollar-en-el-eje-tematico-de-alimentacion-y-nutricion-saludable-documento-tecnico>.

47. Ministerio de la Salud. Actividad física y estilos de vida saludables ayudan a prevenir más de 10 tipos de cáncer. [Online].; 2019 [cited 2023 Agosto 15. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/52480-actividad-fisica-y-estilos-de-vida-saludables-ayudan-a-prevenir-mas-de-10-tipos-de-cancer>.
48. MINSA. Solo el 26 % de la población peruana adulta realiza actividad física. [Online].; 2023 [cited 2023 Julio 24. Available from: <https://www.elperuano.pe/noticia/206945-minsa-solo-el-26-de-la-poblacion-peruana-adulta-realiza-actividad-fisica#:~:text=Rejas%20Tataje%2C%20se%20se%20ala%20que%20solo,la%20realizaci%20de%20actividades%20f%20sicas>.
49. Centros para el control y prevención de enfermedades. ¿Cuánta actividad física necesitan los adultos? [Online].; 2023 [cited 2023 Junio 12. Available from: <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/spanish/Cuanta-actividad-fisica-necesitan-los-adultos.htm>.
50. Investigación del cáncer de mama. Guía de recomendaciones para un estilo de vida saludable. [Online].; 2022 [cited 2023 Septiembre 10. Available from: <https://www.geicam.org/wp-content/uploads/2022/02/guia-prevencion-cancer-GEICAM-2022.pdf>.
51. Castillo M. Estilo de vida en el contexto de la pandemia de los estudiantes de enfermería de una universidad privada - Perú; 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Junio 12. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28044/Tesis2.pdf?sequence=11&isAllowed=y>.

52. Ministerio de sanidad. Estrategia de salud pública 2022: Mejorando la salud y el bienestar de la población. [Online].; 2022 [cited 2023 Agosto 15. Available from: https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/pdf/Estrategia_de_Salud_Publica_2022___Pendiente_de_NIPO.pdf.
53. Peña MD. 20 Técnicas para afrontar el estrés. [Online].; 2019 [cited 2023 mayo 28. Available from: <https://institutoeuropeo.es/articulos/blog/tecnicas-para-afrontar-el-estres/>.
54. AS consultorial integral. Desarrollando la Resiliencia y la Gestión del Estrés en el Lugar de Trabajo: Claves para un Equilibrio Saludable. [Online].; 2023 [cited 2023 noviembre 12. Available from: https://es.linkedin.com/pulse/desarrollando-la-resiliencia-y-gesti%C3%B3n-del-estr%C3%A9s-atk8e?trk=articles_directory.
55. Medlineplus. Manejo del estrés. [Online].; 2022 [cited 2023 Agosto 12. Available from: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001942.htm>.
56. Montenegro MA,FBR. Estilos de vida en estudiantes de enfermería de una Universidad Lambayeque 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Noviembre 12. Available from: https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/11753/Montenegro_Terrones_Mar%C3%ADa_Ang%C3%A9lica%20y%20Flores_Flores_Branny_Rosella.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
57. Pérez A. Técnicas para mejorar la comunicación interpersonal. [Online].; 2021 [cited 2023 Julio 15. Available from: <https://www.obsbusiness.school/blog/tecnicas-para-mejorar-la-comunicacion-interpersonal>.
58. Suca SE. Apoyo social en adultos mayores afectados con diabetes mellitus 2 en el Centro de Salud la Ensenada – Puente Piedra, 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Julio 15. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91155/Suca_PDTSE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

59. Vasquez F. Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca [Internet]. Perú; 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Octubre 22. Available from:
<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5805/TESIS%20BIENESTAR%20PSICOL.%20Y%20CARACT.%20SOCIODEM.%20%20FLOR%20VASQUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
60. OMS. Qué es un estilo de vida saludable según la oms. [Online].; 2021 [cited 2023 Octubre 22. Available from: https://aleph.org.mx/que-es-un-estilo-de-vida-saludable-segun-la-oms#google_vignette.
61. Maceiras TDD&L. Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. [Online].; 1986 [cited 2023 Junio 20. Available from: <https://www.uv.mx/cendhiu/files/2016/01/2-LECTURA-PROMOCION-DE-LA-SALUD.pdf>.
62. Ministerio de sanidad. Mejorando la salud y el bienestar de la población. [Online].; 2022 [cited 2023 Noviembre 15. Available from: https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/pdf/Estrategia_de_Salud_Publica_2022___Pendiente_de_NIPO.pdf.
63. Colegio de Enfermeros del Perú. Reglamento de la Ley N° 27669 del Trabajo de la Enfermera (o). [Online].; 2002 [cited 2023 Octubre 23. Available from: http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/1209_LEG265.pdf.
64. Ganuza V,SS,GA,UM,CC,GC. El papel clave de los enfermeros para la promoción de la prevención de enfermedades y la educación de hábitos de vida saludables. [Online].; 2023 [cited 2023 Noviembre 20. Available from: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/el-papel-clave-de-los-enfermeros-para-la-promocion-de-la-prevencion-de-enfermedades-y-la-educacion-de-habitos-de-vida-saludables/>.
65. Pérez Porto J. Estilo de vida - Qué es, definición y concepto. [Online].; 2022 [cited 2023 octubre 15. Available from: <https://definicion.de/estilo-de-vida/>.

66. Editorial Etecé. Nutrición. [Online].; 2023 [cited 2023 octubre 20. Available from:
<https://concepto.de/nutricion/#:~:text=La%20nutrici%C3%B3n%20es%20el%20proceso%20biol%C3%B3gico%20que%20ocurre,hidratos%20de%20carbono%2C%20vitaminas%2C%20minerales%2C%20prote%C3%ADnas%20y%20grasas.>
67. Merino JPPyM. Ejercicio - Qué es, beneficios, definición y concepto. [Online].; 2021 [cited 2023 octubre 20. Available from:
[https://definicion.de/ejercicio/.](https://definicion.de/ejercicio/)
68. Hernández R,FC,BP. Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. [Online].; 2021 [cited 2023 Octubre 20. Available from:
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/58257558/Definiciones_de_los_enfoques_cuantitativo_y_cualitativo_sus_similitudes_y_diferencias.pdf?1548409632=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DDefiniciones_de_los_enfoques_cuantitativ.pdf&Expires=167.
69. Bardales C. El Proyecto de Investigación Científica. Tercera Edición. ed. Lima – Perú.; 2005.
70. Walker et al. [Online].; 1990.
71. Belmont R. Informe Belmont: Principios éticos y normas para el desarrollo de las investigaciones que involucran a seres humanos. [Online]. Barcelona: Masson. [Online].; 1979 [cited 2023 Octubre 25. Available from: Disponible en: https://emedic.ucr.ac.cr/wp-content/uploads/2019/01/informe_belmont_1978.pdf.
72. Soriano A. ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE SHIQUI – CÁTAC, 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 Enero 7. Available from:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERV_A.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

73. Aniceto Z. Estilos de vida y factores bisocioculturales en los adultos del distrito de Caraz –Ancash, 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 diciembre 20]. Available from: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
74. Suasto WM,BL,CMA,TYE,JI,MM,JS,ea. Uniformes clínico o quirúrgico: preferencias de enfermería del Hospital General Dr. Manuel Gea González. [Online].; 2023 [cited 2024 Enero 13]. Available from: <https://www.incmnsz.mx/2023/RevistaEnfermeria/NUM-1-ENE-ABR-2023.pdf>.
75. Ruiz C. Estilos De Vida Y Estado Nutricional En El Personal De Enfermería De Los Centros De Salud De La Red Municipal Sur, Marzo A Septiembre 2021. [Online].; 2021 [cited 2023 Noviembre 22]. Available from: <https://www.difuciencia.com/files/original/9c37000a667734fcdc63b8923d65849ed36cca5f.pdf>.
76. Miranda G. Diagnóstico de la enfermera en Perú. [Online].; 2021 [cited 2024 Enero 22]. Available from: https://www.cep.org.pe/wp-content/uploads/2021/11/Diagnostico_enfermeria.pdf.
77. Libero. ¿Cuánto gana mensualmente una enfermera de EsSalud en el Perú? El monto te sorprenderá. [Online].; 2022 [cited 2023 Enero 10]. Available from: <https://libero.pe/ocio/curiosidades/2022/10/23/cuanto-gana-mensualmente-enfermera-essalud-en-peru-monto-te-sorprendera-85406>.
78. León A. Estilos De Vida Saludable Y Su Relación Con El Estado Nutricional De Licenciados En Enfermería Del Hospital Regional De Pucallpa, 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 Diciembre 28]. Available from: https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9901/Tesis_estilos_vida%20saludable_relaci%c3%b3n_estado%20nutricional_Hospital%20Regional%20Pucallpa.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

79. Colegio de Enfermeros del Perú. Diagnostico del enfermeria del Perú. [Online].; 2020 [cited 2024 Enero 20. Available from: https://www.cep.org.pe/wp-content/uploads/2021/11/Diagnostico_enfermeria.pdf.
80. Vara CK. Estilo de vida según características sociodemográficas en estudiantes. [Online].; 2019 [cited 2023 Diciembre 2. Available from: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11687/Vara_ck.pdf?sequence=1.
81. Giron L. Estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del A.H Nuevo Catacaos I Etapa _ Catacaos _ Piura, 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 26. Available from: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30318/ESTILO_VIDA_GIRON_CHERO_LIZETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
82. Plasencia N. Factores socioculturales y los estilos de vida de los adultos mayores ex alumnos del Colegio David León, Contumazá – Cajamarca 2022. [Online].; 2022 [cited 2023 Diciembre 20. Available from: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10533/REP_NANCY.PLASENCIA_FACTORES.SOCIOCULTURALES.pdf;jsessionid=D7A4368A9D7AF10E9C47FD4FEB0121C6?sequence=1.
83. Palacios M. Determinantes Asociados A Los Estilos De Vida En Estudiantes De Enfermería De La Universidad De Huánuco Filial Tingo María 2020. [Online].; 2020 [cited 2023 Diciembre 15. Available from: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UDHR_447c922cdef2f06c277b4ffc46446cd7/Description#tabnav.

ANEXOS

Anexo N°1

Matriz de Consistencia

“FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023”

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIÓN	INDICADORES	METODOLOGIA
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL				
¿Cuáles son los factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023?	Determinar los factores biosocioculturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023	Existe asociación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023	Factores de Biosocioculturales	Biológicos	<ul style="list-style-type: none"> • Edad • Sexo 	Enfoque: Cuantitativo Diseño: No experimental Nivel: Relacional Corte: Transversal Método De investigación: hipotético, deductivo Población: 80 enfermeras Muestra: 66 enfermeras Muestreo: no probabilístico
				Sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Estado civil • Ingreso económico • Tiempo de servicio. • Servicio donde trabaja 	
				Culturales	<ul style="list-style-type: none"> • Religión 	
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECIFICAS	Estilos de vida en enfermeras	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> • Ingerir desayuno. Almuerzo, cena. • Consumir alimentos bajo en grasas y azúcares. • Consumir cantidades adecuadas de los alimentos 	
¿Cuáles son los factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos	Identificar los factores biológicos asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos	Existe asociación entre los factores biológicos y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del		Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> • Rutina de ejercicio. • Actividad física. 	

del Hospital Essalud Chiclayo 2023?	del Hospital Essalud Chiclayo, 2023	Hospital Essalud Chiclayo, 2023				<p>Criterios de inclusión y exclusión</p> <p>Lugar de estudio Hospital Essalud-Chiclayo</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario factores biosocioculturales y Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) Pender (1996) estilos de vida</p> <p>Análisis y procesamiento de datos: Excel, Programa SPSSv27</p>
¿Cuáles son los factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023?	Identificar los factores sociales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023	Existe asociación entre los factores sociales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023		Responsabilidad en salud	<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocimiento de signos de alarmas de riesgo de salud. ● Control en establecimiento de salud sin estar enfermo 	
				Manejo de estrés	<ul style="list-style-type: none"> ● Dormir entre 5-6 horas ● Momento libre para relajarse. ● Aceptar las cosas que no puede cambiar en su vida ● Utilizar métodos para controlar el estrés. ● Compartir tiempo entre la vida académica y el pasatiempo. 	
¿Cuáles son los factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023?	Identificar los factores culturales asociados a los estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023	Existe relación entre los factores culturales y estilos de vida en Enfermeras que laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo 2023		Soporte interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> ● Buscar apoyo en las personas que demuestran preocupación. ● Trato asertivo. ● Relacionamiento con sus pares. ● Facilidad para demostrar preocupaciones. ● Amor y cariño a otras personas. ● Recibir expresiones y expresar sus sentimientos a los demás. 	
				Autoactualización	<ul style="list-style-type: none"> ● Sentimiento de bienestar personal. ● Visión del futuro. ● Satisfacción personal. ● Asumir retos día a día. 	

Anexo N°2



Cuestionario de factores biosocioculturales

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

Facultad de enfermería

UNIDAD DE POSGRADO

CUESTIONARIO

“FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS QUIRÚRGICOS ”

Estimadas enfermeras (os), soy egresada de la especialidad Cuidados Quirúrgicos estoy realizando la investigación cuyo objetivo es recolectar información sobre “FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ENFERMERAS QUE LABORAN EN LOS SERVICIOS QUIRÚRGICOS DEL HOSPITAL ESSALUD CHICLAYO, 2023”. Los datos que brinden serán confidenciales y de carácter anónimo, solo con fines exclusivos para este estudio.

I. FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

FACTORES BIOLÓGICOS

1. Edad..... 2. Sexo..... Femenino () Masculino ()

FACTORES CULTURALES

3. Religión

- Católica.....
- Evangélica
- Otras,.....

4. Grado de Instrucción

- Licenciada de enfermería
- Especialista
- Maestría
- Doctorado

FACTORES SOCIALES

5. Estado civil.....

- soltera.....
- Casada.....
- Divorciada.....
- otros.....

6. Ingreso económico mensual

- <3000.....
- 3000 – 4000.....
- <5000.....

7. Tiempo de servicio.....

8 . Servicio donde labora.....

- Cirugía General.....
- Traumatología.....
- Cirugía Cardiovascular.....
- Ginecología.....
- Urología.....
- Neurocirugía.....
- Oftalmología.....
- Otorrinolaringología.....

Anexo N°3

Cuestionario para estilos de vida



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

Facultad de enfermería

UNIDAD DE POSGRADO

CUESTIONARIO

Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) Pender (1996)

Instrucción

Este cuestionario contiene 48 proposiciones acerca de Estilo de vida. Por favor, responda y marque cada proposición y trate de no dejar ninguna en blanco.

Indicar la frecuencia con que realiza cada hábito, marcando con un aspa la respuesta.

1. Nunca 2. A veces 3. Frecuentemente 4. Rutinariamente

N°	PREGUNTAS	1	2	3	4
1	Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas	N	V	F	R
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud	N	V	F	R
3	Te quieres a ti misma	N	V	F	R
4	Realiza ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al días o por semana.	N	V	F	R
5	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven la presión arterial)	N	V	F	R
6	Tomas tiempo cada día para el relajamiento	N	V	F	R
7	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre)	N	V	F	R
8	Eres entusiasta y optimista referente con referencia a a tu vida	N	V	F	R
9	Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.	N	V	F	R
10	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas	N	V	F	R

11	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios)	N	V	F	R
12	Te sientes feliz y contenta	N	V	F	R
13	Realizas ejercicio vigoroso por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana	N	V	F	R
14	Comes 3 veces al día (desayuno, almuerzo y cena)	N	V	F	R
15	Lees las revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud.	N	V	F	R
16	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales	N	V	F	R
17	Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida	N	V	F	R
18	Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos	N	V	F	R
19	Lees las etiquetas de las comidas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)	N	V	F	R
20	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud	N	V	F	R
21	Mira hacia el futuro	N	V	F	R
22	Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión	N	V	F	R
23	Eres consciente de lo que te importa en la vida	N	V	F	R
24	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti	N	V	F	R
25	Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción	N	V	F	R
26	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)	N	V	F	R
27	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación	N	V	F	R
28	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud	N	V	F	R
29	Respetas tus propios éxitos	N	V	F	R
30	Checas tu pulso durante el ejercicio físico	N	V	F	R
31	Pasas tiempo con amigos cercanos	N	V	F	R
32	Haces medir tu presión arterial u sabes el resultado	N	V	F	R
33	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives	N	V	F	R
34	Ves cada día como desafiante e interesante	N	V	F	R

35	Planeas o escoges comidas que incluyan cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos , grasas, vitaminas)	N	V	F	R
36	Relajas conscientemente tus músculos	N	V	F	R
37	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente en tu vida	N	V	F	R
38	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo	N	V	F	R
39	Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros	N	V	F	R
40	Te concentras fácilmente en pensamientos agradables a la hora de dormir	N	V	F	R
41	Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud	N	V	F	R
42	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos	N	V	F	R
43	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro	N	V	F	R
44	Eres realista en las metas que te propones	N	V	F	R
45	Usa métodos específicos para controlar la tensión (nervios)	N	V	F	R
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal	N	V	F	R
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papas. Familiares, profesores y amigos.	N	V	F	R
48	Crees que tu vida tiene un propósito	N	V	F	R

Gracias

Anexo N°4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitado a participar en el estudio titulado
“.....

.....”, por esta razón es muy importante que conozca y entienda la información necesaria sobre el estudio de forma que permita tomar una decisión sobre su participación en el mismo. Cualquier duda o aclaración que surja respecto al estudio, le será aclarada por el investigador responsable.

El estudio pretende (objetivo general)
.....

Por medio de este documento se asegura y garantiza la total confidencialidad de la información suministrada por usted y el anonimato de su identidad. Queda explícito que los datos obtenidos serán de uso y análisis exclusivo del estudio de investigación con fines netamente académicos.

DECLARACIÓN PERSONAL

He sido invitado a participar en el estudio titulado
“.....

.....”, Me han explicado y he comprendido satisfactoriamente el propósito de la investigación y se me han aclarado dudas relacionadas con mi participación en dicho estudio. Por lo tanto, acepto participar de manera voluntaria en el estudio, aportando la información necesaria para el estudio y sé que tengo el derecho a terminar mi participación en cualquier momento.

Firma del participante

Anexo N° 5

Validez de los instrumento factores biosocioculturales y estilos de vida por juicios de expertos

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a): Odaly Janet Campos Gonzales

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: Factores Biosocioculturales y Estilo de vida en Enfermeras que laboran en los servicios quirúrgicos del Hospital ESSALUD Chiclayo 2023. Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación.

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							


Odaly J. Campos Gonzales
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP. 69035

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Odalys Sammet Campos Gonzalez	Firma:
Fecha:		

Odalys
 Odalys J. Campos Gonzalez
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP. 69035

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a):

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: "....."

Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	SI	No	Si	No	SI	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9	X		X		X		
10	X		X		X		
11	X		X		X		
12	X		X		X		
13	X		X		X		
14	X		X		X		
15	X		X		X		
16	X		X		X		
17	X		X		X		
18	X		X		X		
19	X		X		X		
20	X		X		X		
21	X		X		X		
22	X		X		X		
23	X		X		X		
24	X		X		X		
25	X		X		X		
26	X		X		X		
27	X		X		X		
28	X		X		X		
29	X		X		X		
30	X		X		X		
31	X		X		X		
32	X		X		X		
33	X		X		X		
34	X		X		X		
35	X		X		X		
36	X		X		X		
37	X		X		X		
38	X		X		X		
39	X		X		X		
40	X		X		X		
41	X		X		X		
42	X		X		X		
43	X		X		X		
44	X		X		X		
45	X		X		X		
46	X		X		X		
47	X		X		X		
48	X		X		X		


 Odely J. Campos Gonzalez
 LICENCIADA EN FISIOTERAPIA
 CEN-69035

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	<i>Odaly Jammet Campos Gonzalez</i>	Firma:
Fecha:		


 Odaly J. Campos Gonzalez
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP: 69035

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a): Lina Delgado Martos

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: "Factores Biosocioculturales y Estilos de vida en Enfermeras que laboran en los servicios Quirúrgicos del Hospital ESSALUD, Chiclayo 2023"
 Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
					X		


 Lic. Ent. Lina Delgado Martos
 CEP 24645
 ESSALUD HN AAA

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

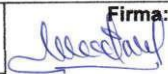
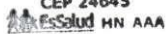
CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Lina Delgado Martos.	Firma: 
Fecha:		Lic. Ent. Lina Delgado Martos CEP 24645 

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a): Lina Delgado Martos

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: "Factores Biosocioculturales y Estilo de Vida en Enfermeras que Laboran en los servicios Quirúrgicos del Hospital Essalud Chiclayo, 2023"
 Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9	X		X		X		
10	X		X		X		
11	X		X		X		
12	X		X		X		
13	X		X		X		
14	X		X		X		
15	X		X		X		
16	X		X		X		
17	X		X		X		
18	X		X		X		
19	X		X		X		
20	X		X		X		
21	X		X		X		
22	X		X		X		
23	X		X		X		
24	X		X		X		
25	X		X		X		
26	X		X		X		
27	X		X		X		
28	X		X		X		
29	X		X		X		
30	X		X		X		
31	X		X		X		
32	X		X		X		
33	X		X		X		
34	X		X		X		
35	X		X		X		
36	X		X		X		
37	X		X		X		
38	X		X		X		
39	X		X		X		
40	X		X		X		
41	X		X		X		
42	X		X		X		
43	X		X		X		
44	X		X		X		
45	X		X		X		
46	X		X		X		
47	X		X		X		
48	X		X		X		

Lina Delgado Martos
 Lic. Enf. Lina Delgado Martos
 CEP 24645
 Essalud HN AAA

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

GRACIELA ZORAIDA DIAZ CARNERO

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.



CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	GRACIELA ZORAIDA DIAZ CARNERO	Firma: 
Fecha:		 El Salud Graciela Zoraida Diaz Carnero Especialista en Enfermería CEP: 28593

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a): Graciela Zoraida Diaz Camero

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: Factores Bioculturales y Estilo de Vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital EsSalud Chidayo, 2023. Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación.

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	SI	No	SI	No	SI	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9	X		X		X		
10	X		X		X		
11	X		X		X		
12	X		X		X		
13	X		X		X		
14	X		X		X		
15	X		X		X		
16	X		X		X		
17	X		X		X		
18	X		X		X		
19	X		X		X		
20	X		X		X		
21	X		X		X		
22	X		X		X		
23	X		X		X		
24	X		X		X		
25	X		X		X		
26	X		X		X		
27	X		X		X		
28	X		X		X		
29	X		X		X		
30	X		X		X		
31	X		X		X		
32	X		X		X		
33	X		X		X		
34	X		X		X		
35	X		X		X		
36	X		X		X		
37	X		X		X		
38	X		X		X		
39	X		X		X		
40	X		X		X		
41	X		X		X		
42	X		X		X		
43	X		X		X		
44	X		X		X		
45	X		X		X		
46	X		X		X		
47	X		X		X		
48	X		X		X		


 Graciela Zoraida Diaz Camero
 Licenciada en Enfermería
 CEP: 28593

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.



CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	<i>GRACIELA ZORAIDA DIAZ CARNERO</i>	Firma: 
Fecha:		

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado(a): Luz Miriam Vega Campos

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: "Factores Biosocioculturales Vestido de Vida en Enfermeras que Laboran en los servicios Quirúrgicos del Hospital ESSALUD, Chiclayo, 2023". Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	SI	No	SI	No	SI	No	
1	X		✓		X		
2	X		X		X		
3	✓		X		X		
4	✓		X		X		
5	✓		X		✓		
6	✓		X		✓		
7	X		X		✓		
8	X		✓		X		

Luz Miriam Vega Campos
Luz Miriam Vega Campos
 LIC. EN ENFERMERÍA
 C. E. P 75367

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Luz Miriam Vega Campos	Firma:
Fecha:		


 Luz Miriam Vega Campos
 LIC. EN ENFERMERIA
 C. E. P 75363

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado (a): Luz Miriam Vega Campos

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: Factores Biosocioculturales y estilo de Vida en Externas que laboran en los servicios Quirúrgicos del Hospital ESSALUD Chivilayo 2023
 Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9	X		X		X		
10	X		X		X		
11	X		X		X		
12	X		X		X		
13	X		X		X		
14	X		X		X		
15	X		X		X		
16	X		X		X		
17	X		X		X		
18	X		X		X		
19	X		X		X		
20	X		X		X		
21	X		X		X		
22	X		X		X		
23	X		X		X		
24	X		X		X		
25	X		X		X		
26	X		X		X		
27	X		X		X		
28	X		X		X		
29	X		X		X		
30	X		X		X		
31	X		X		X		
32	X		X		X		
33	X		X		X		
34	X		X		X		
35	X		X		X		
36	X		X		X		
37	X		X		X		
38	X		X		X		
39	X		X		X		
40	X		X		X		
41	X		X		X		
42	X		X		X		
43	X		X		X		
44	X		X		X		
45	X		X		X		
46	X		X		X		
47	X		X		X		
48	X		X		X		

Luz Miriam Vega Campos
 UG. EN ENFERMERIA
 C. E. P. 75367

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Luz Miriam Vega Campos	Firma:
Fecha:		

Luz Miriam Vega Campos
 LIC. EN ENFERMERÍA
 C. E. P. 75263

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS

Estimado(a): Miguel Vasquez Cereza

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: "Factores Biosocioculturales Y Estilo de Vida en Enfermeras que laboran en los servicios Quirúrgicos del Hospital ESSALUD Chiclayo, 2023"
 Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		


 Lic. Doy. Miguel Vasquez Cereza
 QLP- 68630

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Miguel Vaquez Ciro	Firma:
Fecha:		


 Lic. Dny Miguel Vaquez Ciro
 C.P. 5600

FICHA DE VALIDEZ POR JUECES EXPERTOS .

Estimado (a): Miguel Viquez Cieza

Estimado(a) profesional, usted ha sido invitado(a) a participar en el proceso de validación del instrumento de recolección de datos (IRD) de la tesis: Factores Bioculturales y Estilo de Vida en Enfermeras que Laboran en los Servicios Quirúrgicos del Hospital ESSALUD Chiclayo, 2023. Por ello se le alcanza el instrumento y la ficha de validación que servirá para que nos pueda hacer llegar sus apreciaciones para cada ítem del instrumento. Agradecemos de antemano sus aportes que permitirán validar el instrumento, criterio requerido para toda investigación.

A continuación, se le solicita identificar el ítem y contestar marcando con un aspa (X) en la casilla que usted considere conveniente, además puede hacernos llegar sus valiosas sugerencias en la columna de observaciones.

N° de ítem	Coherencia		Pertinencia		Claridad		Observaciones
	El ítem corresponde a alguna dimensión y/o indicador de la variable a medir.		El ítem permite medir lo que pretende el instrumento.		El ítem se comprende, su redacción es adecuada.		
	Si	No	Si	No	Si	No	
1	X		X		X		
2	X		X		X		
3	X		X		X		
4	X		X		X		
5	X		X		X		
6	X		X		X		
7	X		X		X		
8	X		X		X		
9	X		X		X		
10	X		X		X		
11	X		X		X		
12	X		X		X		
13	X		X		X		
14	X		X		X		
15	X		X		X		
16	X		X		X		
17	X		X		X		
18	X		X		X		
19	X		X		X		
20	X		X		X		
21	X		X		X		
22	X		X		X		
23	X		X		X		
24	X		X		X		
25	X		X		X		
26	X		X		X		
27	X		X		X		
28	X		X		X		
29	X		X		X		
30	X		X		X		
31	X		X		X		
32	X		X		X		
33	X		X		X		
34	X		X		X		
35	X		X		X		
36	X		X		X		
37	X		X		X		
38	X		X		X		
39	X		X		X		
40	X		X		X		
41	X		X		X		
42	X		X		X		
43	X		X		X		
44	X		X		X		
45	X		X		X		
46	X		X		X		
47	X		X		X		
48	X		X		X		


 Lic. Enif. Miguel Viquez Cieza
 CIP: 50000

ESCALA DE CALIFICACIÓN

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI	NO	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	X		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	X		
3. La estructura del instrumento es adecuada.	X		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	X		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	X		
6. Los ítems son claros y entendibles.	X		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación.	X		

1) Opinión de aplicabilidad:

Aplicable	Aplicable después de corregir	No aplicable
X		

2) SUGERENCIAS:

3) Datos del experto:

Nombres y Apellidos:	Miguel Vaquez Ciro	Firma:
Fecha:		


 Lic. Dyl. Miguel Vaquez Ciro
 C.P. 5600

Anexo N°6

Validación de los instrumentos con la V de Aiken

Para la validez del instrumento factores biosocioculturales y se estilo de vida se aplicó el coeficiente V de Aiken a cada uno de los resultados del juicio de expertos, mediante la formula:

$$V = \frac{S}{(n(c - 1))}$$

Factores Biosocioculturales							Estilos de Vida									
CRITERIOS	J1	J2	J3	J4	J5	SUMA	V de Aiken	CRITERIOS	J1	J2	J3	J4	J5	SUM A	V de Aiken	
1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	
2	1	1	1	1	1	5	1	2	1	1	1	1	1	5	1	
3	1	1	1	1	1	5	1	3	1	1	1	1	1	5	1	
4	1	1	1	1	1	5	1	4	1	1	1	1	1	5	1	
5	1	1	1	1	1	5	1	5	1	1	1	1	1	5	1	
6	1	1	1	1	1	5	1	6	1	1	1	1	1	5	1	
7	1	1	1	1	1	5	1	7	1	1	1	1	1	5	1	
SUMA	7	7	7	7	7	35		SUMA	7	7	7	7	7	35		
							V de Aiken								V de Aiken	1
Interpretación							Interpretación									
El coeficiente de V de Aiken es 1 quiere decir que es un instrumento de recolección de datos que tiene excelente validez.							El coeficiente de V de Aiken es 1 quiere decir que es un instrumento de recolección de datos que tiene excelente validez.									

El coeficiente tiene un valor que va desde 0 hasta 1; mientras más se acerque a la unidad, mejor validez de contenido tendrá el instrumento en este caso al cuestionario evaluado.

Anexo N° 7

Confiabilidad del cuestionario factores biosocioculturales y del estilos de vida

Se aplicó la fórmula el alfa de Cronbach sobre los factores biosocioculturales y estilos de vida

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 - \frac{\sum s^2}{S_T^2} \right]$$

Donde,
 k = El número de ítems
 $\sum s^2$ = Sumatoria de varianzas de los ítems.
 S_T^2 = Varianza de la suma de los ítems.
 α = Coeficiente de alfa de Cronbach

Factores biosocioculturales

N de casos= 15

N de ítems= 8

Alfa de Cronbach	N de elementos
,717	8

Donde $\alpha > 0,5$ por tanto la prueba es confiable

Conclusión: mediante la estadística Alfa de Cronbach 0,717; los datos nos dan la evidencia de que las preguntas en la encuesta se encuentran bien posesionadas; es decir, tiene un grado de confiabilidad alta.

Estilos de vida

N de casos= 15

N de ítems= 48

Alfa de Cronbach	N de elementos
,900	48

Donde $\alpha > 0,5$ por tanto la prueba es confiable

Conclusión: mediante la estadística Alfa de Cronbach 0,900; los datos nos dan la evidencia de que las preguntas en la encuesta se encuentran bien posesionadas; es decir, tiene un grado de confiabilidad de muy alta

Anexo N° 8

Base de datos en SPPS del cuestionario factores biosocioculturales

FICH A	SEX O	EDA D	ESTADO CIVIL	RELIGIÓ N	INGRESO ECONOMIC O	TIEMPO DE SERVICIO	SERVICI O DONDE LABORA	GRADO DE INSTRUCCIÓ N
1	1	1	3	1	3	3	2	2
2	4	1	2	1	2	3	2	1
3	1	1	2	1	3	1	3	2
4	2	1	1	1	3	3	4	1
5	1	1	2	1	3	2	1	2
6	1	1	2	1	2	2	2	3
7	2	1	2	1	3	3	1	2
8	1	1	1	1	2	1	3	4
9	2	1	1	1	3	3	4	2
10	4	1	2	2	3	4	4	4
11	2	1	2	1	3	3	1	2
12	2	1	3	1	3	3	1	2
13	1	1	2	1	3	2	1	2
14	1	1	2	1	3	2	4	3
15	2	1	2	2	3	3	2	3
16	1	1	2	1	3	1	4	2
17	2	1	1	1	3	3	1	2
18	3	1	2	1	3	3	1	2
19	1	1	1	1	2	1	8	1
20	1	1	1	1	3	3	2	2
21	4	1	2	1	3	4	2	1
22	4	2	4	1	3	3	2	2
23	1	1	2	1	3	1	3	1
24	1	2	1	1	3	2	1	1
25	3	2	2	1	3	4	3	2
26	1	1	3	1	3	2	1	2
27	3	1	2	1	3	4	2	2
28	2	1	3	1	3	3	3	2
29	4	1	2	1	3	4	8	4
30	4	1	4	1	3	3	4	2
31	1	1	2	1	3	4	1	2
32	1	1	3	1	3	2	4	2
33	1	1	2	1	3	3	2	2
34	3	1	3	1	3	2	7	2
35	2	1	2	2	3	3	2	1
36	1	2	1	1	3	1	5	1
37	2	1	1	1	3	3	5	2
38	2	1	2	1	3	3	3	2
39	1	2	1	1	2	1	5	1

40	2	1	2	1	3	3	4	2
41	1	1	2	1	3	2	6	1
42	2	1	2	1	3	3	5	1
43	2	1	2	1	3	3	7	2
44	1	1	4	1	2	1	3	2
45	2	1	1	1	3	3	4	2
46	1	1	2	1	2	1	8	1
47	1	1	4	1	3	1	5	1
48	1	2	1	1	2	1	6	1
49	2	1	2	2	3	3	6	3
50	2	1	1	1	3	3	6	2
51	2	1	1	1	3	3	6	1
52	2	1	2	1	3	3	6	2
53	3	1	1	1	2	3	6	1
54	2	1	3	1	3	3	3	2
55	1	1	2	1	3	2	7	1
56	2	1	4	2	2	3	8	2
57	1	1	4	1	2	1	8	2
58	2	1	2	1	3	3	4	3
59	2	1	1	1	3	2	1	2
60	2	1	1	1	3	3	7	2
61	2	1	4	1	3	3	7	2
62	1	1	2	1	3	2	7	2
63	2	1	2	1	3	3	7	2
64	1	1	2	1	3	2	7	3
65	1	1	1	1	2	1	3	2
66	2	1	2	1	3	3	5	2

Anexo N°9

Base de datos en SPSS del cuestionario estilos de vida

FI C H A	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 21	P 22	P 23	P 24	P 25	P 26	P 27	P 28	P 29	P 30	P 31	P 32	P 33	P 34	P 35	P 36	P 37	P 38	P 39	P 40	P 41	P 42	P 43	P 44	P 45	P 46	P 47	P 48					
1	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4				
2	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3						
3	1	1	1	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	2	1	2	3	4					
4	4	2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	2	1	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	3	3	2	3	1	3	1	1	3	2				
5	1	2	3	1	1	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	2	3	3	2	2	3	1	3	2	3	2	1	1	3	1	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3				
6	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3				
7	1	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	3	3	2	2	4	2	2	1	2	3			
8	3	2	3	2	2	1	4	1	1	2	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	1	2	4	3	4	2	3	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4					
9	4	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	4	1	4	2	2	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	4	2	3	2	2	4				
10	4	3	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3			
11	1	3	4	4	4	1	2	4	4	2	2	4	4	1	2	3	3	2	3	2	4	1	2	3	2	3	3	2	4	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	4					
12	1	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3		
13	1	2	3	2	1	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4			
14	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	3	1	4	3	2	4	3	2	3	4	3	1	2	3	3					
15	2	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3	4	2	3	4	4	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4				
16	4	1	3	2	1	1	3	3	3	1	1	3	1	4	3	3	4	1	3	3	4	1	3	3	3	3	1	2	4	2	2	1	2	3	1	2	3	2	3	3	4	3	1	3	2	4	4	4					
17	1	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	1	4	3	4	2	1	1	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	4	3	2	1	2	2	4	4	4	1	4	2	4					

1	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	4	4	1	2	4	3	2	2	4				
1	9	4	3	3	2	2	2	3	4	3	1	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	4	4	2	4	2	3	3	1	3	2	4	3	3	3	1	3	2	2	3	4			
2	0	3	2	3	1	4	2	2	3	1	2	4	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	1	3	3	4	2	3	1	4	2	2	3	4	3	1	1	3	4	2	3	4	4	4	2	3	3		
2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	4	3	3	2	4	1	4	3	2	4	2	4	1	4	2	1	3	4	2	3	2	1	3	4	2	3	2	3	4	3	4	1	4	3	2	4	4		
2	2	4	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	4	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	4	1	3	2	2	3	2	3	2	2	1	4	2	3	4	4	2	4	2	4	4		
2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	1	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	3	4	3	1	4	3	2	4	3	3		
2	4	1	3	4	4	4	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	1	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4		
2	5	3	2	3	4	2	1	4	1	4	2	3	4	3	3	2	1	4	4	3	2	4	2	1	4	1	2	1	3	2	2	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4		
2	6	1	2	3	1	1	1	2	3	2	1	2	3	1	3	3	2	3	3	2	1	3	1	3	2	3	2	4	1	3	3	2	3	1	2	1	4	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3		
2	7	3	2	3	2	2	1	4	1	1	2	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	1	2	4	3	1	2	3	2	3	3	1	2	1	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4		
2	8	1	2	3	2	1	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	2	4		
2	9	3	3	4	2	1	2	4	4	1	2	1	4	4	2	2	1	4	2	3	3	1	3	1	4	4	2	2	3	3	4	2	2	1	4	2	2	2	3	3	3	4	4	1	1	2	3	2	4		
3	0	4	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	4	1	4	2	2	2	3	2	3	2	1	3	3	1	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	1	2	3	4	
3	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	3	1	4	4	3	1	1	3	4	3	3	1	2	4	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	3	2	4	2	4	3	3	1	1		
3	2	1	2	3	2	1	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	4	1	2	4	1	2	2	4	3	2	2	2	4	1	4	4	3	3	4	4		
3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	2	2	3	1	4	2	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3
3	4	4	2	4	4	4	2	2	3	1	4	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	2	3	4	4	2	3	3	3	4	2	4	2	2	4	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
3	5	1	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	3	

3	6	1	2	1	3	1	3	2	1	2	1	2	3	1	4	2	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3			
3	7	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	3	1	4	4	3	1	1	3	4	3	3	1	2	4	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	4	3	3	1	1				
3	8	1	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	1	4	3	4	2	1	1	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4				
3	9	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	1	3	1	1	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3			
4	0	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	3	1	3	3	2	4	1	4	3	2	4	2	4	1	4	2	1	3	4	2	3	2	1	3	4	2	3	2	4	4	3	4	1	4	3	2	4	4			
4	1	1	3	4	4	4	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	1	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4			
4	2	4	1	3	2	1	1	3	3	3	1	1	3	1	4	3	3	4	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	2	3	2	2	1	2	3	1	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3
4	3	1	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	3	2	2	1	2	2	1	2	3			
4	4	1	2	3	2	1	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	3	3	2	4			
4	5	1	2	3	2	1	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	3	3	2	4			
4	6	1	2	3	2	1	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	4	4	4	3	3	2	4			
4	7	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2	3	1	4	4	3	1	1	3	4	3	3	1	2	4	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	4	3	3	1	4			
4	8	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3			
4	9	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	3	2	2	3	1	4	2	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3			
5	0	3	2	3	2	2	1	4	1	1	2	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	1	2	1	3	1	2	3	2	3	3	4	2	1	2	2	4	3	4	4	3	4	2	4	4			
5	1	1	3	4	4	4	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	3	2	3	2	1	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	1	2	1	3	3	3	1	2	4	2	2	2	3	2	2	2	4			
5	2	1	2	2	1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	4	1	4	3	4	2	1	1	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	2	1	2	2	1	4	4	1	4	2	4			
5	3	3	2	3	2	2	1	4	1	1	2	3	1	3	3	2	4	4	4	3	2	4	2	4	4	1	2	4	3	1	2	1	2	3	3	1	2	1	2	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4			

