



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA

ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INFORME DE INVESTIGACIÓN:

**ESTILOS DE VIDA QUE INFLUYEN EN LA LONGEVIDAD DEL PACIENTE QUE
ASISTE AL PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR. CENTRO DE SALUD QUIÑONES.**

CHICLAYO 2013

AUTORES:

AGURTO RAMÍREZ ANA CAROLINA.

ARROYO BERNAL GREISY MIREILLY.

ASESOR:

DRA. NORMA DEL CARMEN GÁLVEZ DÍAZ.

LIC. ENF. MARIELA CASTRO LIMO.

Pimentel, 25 de Noviembre del 2013

RESUMEN

La presente investigación es de naturaleza cuantitativa de corte transversal, de nivel correlacional; tuvo como objetivo general Determinar los estilos de vida que influyen en la longevidad del paciente que asiste al Programa del adulto mayor. Centro de Salud Quiñones. Chiclayo 2013. La población estuvo conformada por los adultos mayores que asisten al Programa del Adulto Mayor del Centro de Salud Quiñones, la muestra fue poblacional constituido por 120 adultos mayores, sin exclusión de ningún adulto ya que de acuerdo a la Valoración del nivel intelectual con el Test de Pfeiffer obtuvimos resultados de un nivel intelectual normal y deterioro intelectual leve. La información se obtuvo mediante la técnica de la encuesta, cuyo instrumento fue el Cuestionario Estilo de Vida del Adulto Mayor, adaptado y construido para cumplir con los objetivos de la investigación. El tratamiento de los resultados fue a través del análisis porcentual; originándose las siguientes conclusiones:

En el comportamiento de Auto observación se encontró que el 59.2% del total de los adultos mayores se realizan autoexámenes (mama y testículos). En la Actividad Física se encontró que los adultos mayores no realizan ejercicio físico 65%, siendo mayor en los hombres 75%. En los Hábitos Alimenticios, se encontró que los adultos mayores mantienen prácticas nutricionales no saludables, predominando la poca ingesta de líquidos, una alimentación rica en grasas y consumo de sus comidas fuera de sus horarios. 65% y 63.3% respectivamente. En los Hábitos Nocivos (cigarrillos, bebidas alcohólicas) se encontró que la mayoría de los adultos mayores no los practican, a excepción del consumo de café con un 63.3% y la automedicación con un 61.7%. En los Hábitos de Higiene encontramos que la mayoría de los adultos mayores de ambos sexos practican en alto porcentaje conductas saludables con respecto a higiene personal, de alimentos y de vivienda.