



UNIVERSIDAD DEL SINÚ

Elías Bechara Zainúm
Seccional Cartagena

**INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA EN LA APARICIÓN DE 5 CAUSAS DE
MORBILIDADES**

DIPLOMADO DE ATENCION PRIMARIA EN SALUD

AUTORES

Nicole Cohen Salcedo

María Teresa Moreno Paternina

Andrés Felipe Pérez Coneo

DOCENTE

UNIVERSIDAD DEL SINU ELIAS BECHARA ZAINUM

INTRODUCCION

Este ensayo se realizó a través de una revisión de literatura en bases de datos como Scopus, Pubmed para conocer y analizar los estilos de vida y los posibles riesgos que aumentan las morbilidades ya que actualmente existen diferentes estudios que demuestran la influencia de los estilos de vida en la aparición de morbilidades en las etapas del ser humano puesto que esto influye en determinadas conductas de riesgo, afectando la salud que es un derecho esencial y necesario para el conjunto de la sociedad, pudiendo así establecer el bienestar físico, psíquico y social que conlleva a la mejora continua de las condiciones sociales y personales de una persona, lo cual va permitir llegar a un nivel de calidad de vida mejor¹. El tabaquismo, dieta poco saludable, conducta sedentaria o un excesivo consumo de alcohol contribuyen de forma independiente a incrementar la morbimortalidad. ²

Por esto La salud no solo afecta a individuos, sino que afecta al conjunto de la sociedad. Por lo que se convierte este tema, de gran interés en el campo de la salud pública permitiendo organizar la sociedad para prevenir la enfermedad y promover y restaurar la salud.³ por esto la salud pública juega un papel muy importante en población ya que esta conlleva todo el conjunto de actividades que pueda recuperar el ser humano su calidad de vida, y aunque hay evidencia científica de que las mayores ganancias en salud se deben a la acción de la salud pública, ésta permanece invisible y desconocida en nuestra sociedad.⁴

El aumento de la importancia sobre los estilos de vida y su impacto sobre la salud se debe a las causas de morbilidad y mortalidad ya que estas se están desplazando progresivamente desde los procesos infecciosos a los factores ambientales.⁵ El interés social en auge ha desencadenado la proliferación de investigaciones lo cual predominan en el área de la salud. ⁶

Todo esto se controla con la implementación en la promoción y prevención de la salud, que permite a las personas incrementar el control sobre los determinantes de salud.⁷ Por tanto, esta se basa en un proceso político y social que engloba no

solamente las acciones encaminadas directamente a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también las que modifican las condiciones sociales, ambientales y económicas, con la finalidad de moderar su impacto en la salud pública y en la individual.⁸

INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA

los estilos de vida hoy en día se manejan de una forma generalizada ya que están basada en la interacción entre las circunstancias de la vida y los diferentes patrones de conducta individuales determinados por elementos socioculturales y características personales. Haciendo que en esta se incluya una estructura social la que conlleva una serie de conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y comportamientos en el ser humano, catalogándose, así como el foco principal de la atención primaria de salud.⁹

He aquí donde la atención primaria de salud, aparece ya que con ella se permite una atención básica en salud disponible para todas las personas y familias de la comunidad, con plena participación en la planificación, organización, operación y control de los servicios, sin dejar a un lado los diferentes énfasis o etapas en ella tal como la prevención, promoción, restauración y rehabilitación de la salud. No obstante, es por esto que ellas se basan en el concepto del Marco de salud, ya que incluye políticas definidas y adoptadas en prácticamente todos los países del mundo.¹⁰

el estilo de vida y las actividades diarias pueden afectar la salud y la enfermedad de un individuo, ya sea que esté relacionado con el trabajo, una dieta especial u otras actividades en la vida sexual.¹¹ los residentes en determinadas formas de actividad que conforman un modo de vida pueden brindarnos información que puede ser utilizada para formular estrategias y también se utilizan las actividades del estilo de vida humano y su importancia en el diagnóstico, tratamiento y pronóstico. He aquí que cuando se presentan problemas en una sociedad en particular, el estilo de vida se ve afectado de diferentes maneras, pero en casi todas las sociedades.¹²

En Cartagena, la problemática en cuanto a violencia, pornografía, drogas o el alcoholismo cada vez es mayor haciendo que los niveles de estrés y enfermedades crónico degenerativas aumenten.¹³ estos fenómenos han cambiado la forma de vida en muchos países, independientemente de los deseos y necesidades de las personas, afectando así la calidad de vida, creando un perfil de morbilidad específico caracterizado por parásitos y enfermedades infecciosas, haciendo que por la demanda de esta se incremente la falta de atención médica, haciendo mas vulnerable las patologías.¹⁴

El mismo mecanismo determinante de enfermedad, pero con diferente función y contenido, se puede observar en ciudades densamente pobladas de países altamente desarrollados, donde el estilo de vida también determina el paisaje patológico caracterizado por enfermedades no infecciosas por estrés, vida contra el tiempo, el sedentarismo, la contaminación, la incertidumbre y otras enfermedades afectan al ser humano, alteran la regulación psiconeuroinmunológica y contribuyen a cambios funcionales que predisponen a enfermedades degenerativas y crónico degenerativas.¹⁵

Existe un marco operativo de APS, ya estipulado por las organizaciones de salud la cual se basa en los principios rectores de la atención colaborativa, la equidad y la atención centrada en la persona para lograr la cobertura universal de salud para todos¹⁶.

CAUSAS DE MORBILIDADES

Existen 5 causas de morbilidades se deben tener en cuenta que todos los comportamientos de un individuo están influenciados en determinantes o factores, por esto la salud conlleva una serie de patrones que lo estimulan tal como lo es la biología humana, que segun Lalonde suele verse afectada cuando hay problemas de constitución, composición genética, crecimiento y desarrollo y envejecimiento, siendo el menos modificable. Sin embargo, existen factores tales como el desarrollo de la ingeniería genética y la implicación en el desarrollo preventivo de enfermedades crónicas, que han adquirido mayor responsabilidad como causas de la salud.¹⁷

Al mismo tiempo se encuentra el Ambiente que esta influenciado por la contaminación física, química, biológica, psicosocial y sociocultural. Cada uno de ellos, individual o colectivamente, afecta a un gran número de condiciones, por lo que el control de sus efectos reduce la morbilidad y la mortalidad. ¹⁸

el estilo de vida y las conductas saludables, también juegan un papel importante en la salud, en esta suelen incluirse las drogas, sedentarismo, dieta, estrés, conductas sexuales no saludables, conducción peligrosa y uso inadecuado de los servicios sociosanitarios. Debemos considerar que ciertas conductas de riesgo pueden tener efectos negativos para la salud. Es una conducta con efectos negativos para la salud, a la que el sujeto se somete voluntariamente y para la cual puede utilizar mecanismos de control. ¹⁹

la atención de la salud trae beneficios de las intervenciones preventivas y curativas, eventos adversos para la salud, listas de espera excesivamente largas y burocratización del sistema de salud. ²⁰

HABITOS NOCIVOS PARA LA SALUD Y ALTERADORES DEL ESTILO DE VIDA

existen diversos hábitos nocivos para la salud y alteradores del estilo de vida, tales como: el tabaquismo que inciden en la aparición de enfermedades, donde el tabaquismo es la principal causa de muerte prevenible por su impacto en la salud y la economía, daños orgánicos en fumadores activos y pasivos, y está asociada a algunas enfermedades comunes y muy comunes en la sociedad, como las enfermedades respiratorias crónicas: enfisema, bronquitis crónica, Enfermedades del sistema circulatorio. problemas, cáncer, etc. ²¹

Esto se aplica tanto al estilo de vida como al estrés, ya que es adictivo, lo que hace que la nicotina sea necesaria para el metabolismo del fumador y muy necesaria para hacer frente a las demandas y restaurar el cuerpo. ²² Fumar es altamente adictivo y la fuerza de voluntad a menudo no es suficiente para garantizar el éxito ya que el cuerpo del fumador se acostumbra a la dosis regular de nicotina que proporcionan los cigarrillos. Los fumadores tienen niveles más altos de ansiedad y

las situaciones que los hacen más propensos a fumar son momentos estresantes, emocionales o difíciles. ²³

Por tanto, el estrés hace parte de este también ya que es un síndrome inespecífico que consiste en cambios inespecíficos provocados por las demandas del organismo. Cierta nivel de estrés en la vida es inevitable y puede ser beneficioso con el tiempo, pero el estrés excesivo a menudo es peligroso para la salud porque el funcionamiento de muchos sistemas del cuerpo se altera a largo plazo y de manera dañina. ²⁴ esto puede dificultar que el cuerpo combata las infecciones, incluida la enfermedad periodontal. Las personas en trabajos de alto estrés tienen más probabilidades que aquellas en trabajos de bajo estrés de desarrollar pérdida de hueso alveolar, un síntoma de la enfermedad periodontal. ²⁵

el alcoholismo es otro factor de riesgo relacionado con el estilo de vida y las condiciones de vida de las personas. Este factor es muy agresivo, ya que no solo afecta directamente a la persona afectada por él, sino que también tiende a desestabilizar a la familia. La Organización Mundial de la Salud denomina al alcoholismo como un Síndrome de Dependencia del Alcohol, así mismo como una condición física y psíquica provocada por el consumo de alcohol. ²⁶ El alcohol es un veneno para el hígado que causa directamente la muerte o el daño de las células hepáticas. Este daño puede causar más estrés y aumentar la necesidad de esta sustancia. El alcohol es una droga que tiene un efecto depresor sobre el sistema nervioso central, provocando dependencia y síndrome de abstinencia. ²⁷

los Malos Hábitos Alimentarios favorecen el desarrollo de trastornos endocrinos y metabólicos y algunas enfermedades. Estos malos hábitos incluyen: no tener comidas regulares, una dieta alta en sal, grasa y azúcar, y una dieta dominada por carbohidratos²⁸.

RELACION ENTRE LA ALIMENTACION Y ESTILO DE VIDA

La alimentación es uno de los elementos más importantes de la calidad de vida, es importante disfrutar de la comida, pero para vivir bien hoy y en el futuro, debemos

cuidar nuestra salud, lo más efectivo y directamente controlable es nuestra alimentación. La dieta recomendada actualmente es la dieta mediterránea, que es sinónimo de dieta en forma, se basa en un alto consumo de verduras, frutas, legumbres y pescado, además de aceite de oliva.²⁹

Una mala dieta es una de las principales causas de morbilidad. Los alimentos procesados, altos en grasas, azúcares y sodio, pueden contribuir a enfermedades crónicas como la diabetes, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares. Además, la falta de una dieta equilibrada y variada puede llevar a deficiencias nutricionales que pueden desencadenar enfermedades.³⁰

Pero las buenas prácticas se han perdido en gran medida y las dietas convencionales se han alejado de la dieta mediterránea tradicional. Es importante intentar comer con regularidad, no saltarse comidas y no cenar demasiado, ya que la digestión puede dificultar el descanso. Es fundamental para los adultos llevar una vida saludable, y más aún para los adultos mayores. El consumo de ciertos tipos de sustancias, como la sal y el azúcar, debe controlarse regularmente; es importante ser proactivo, buscar soluciones que agreguen sabor a los alimentos y evitarlas.³¹

Con relación al Sedentarismo un estilo de vida sedentario puede causar tantas complicaciones de salud a lo largo de la vida que comienza a una edad muy temprana y es evidente incluso en niños de hasta tres años. Esto se debe a comer comida chatarra y no desarrollar suficiente músculo para reducir la función de los órganos, lo que a su vez provoca cambios en el metabolismo de las grasas. Los estudios han demostrado que un estilo de vida sedentario contribuye a la intensidad del hábito de fumar.³²

La falta de ejercicio físico es otra causa importante de morbilidad. La inactividad física puede contribuir a enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer. La falta de actividad física también puede contribuir a la falta de tono muscular y agilidad, aumentando el riesgo de caídas y lesiones.³³

Las medidas para prevenir este factor de riesgo incluyen caminar 3 kilómetros o correr 2 kilómetros al día, lo que puede significar la pérdida de peso y ayudar a controlar la obesidad, que es consecuencia del sedentarismo. La obesidad ha dejado de ser un verdadero problema estético para mujeres y hombres y se ha convertido en un verdadero problema de salud. Aunque la obesidad no es un fenómeno moderno único, se ha convertido en una verdadera epidemia que afecta a niños y jóvenes. La obesidad infantil aumenta el riesgo de que un niño desarrolle diabetes tipo 2 en la adolescencia y luego desarrolle una enfermedad cardíaca, ciertos tipos de cáncer o un derrame cerebral.³⁴

según el Programa de Acción Específico. Promoción de la Salud y Determinantes Sociales, existen cuatro causas comunes de morbilidad que afectan a la sociedad en la actualidad entre ellas las enfermedades cardiovasculares como la hipertensión arterial, el infarto de miocardio y la insuficiencia cardíaca, representan una de las principales causas de muerte en el mundo. Estas enfermedades se relacionan con hábitos de vida poco saludables, como el sedentarismo, el consumo de tabaco y una dieta poco equilibrada.³⁵

Así las enfermedades respiratorias como el asma, la bronquitis crónica y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), son otro grupo de enfermedades que causan morbilidad en la sociedad. Estas enfermedades pueden estar relacionadas con la contaminación ambiental, el tabaquismo y la exposición a sustancias tóxicas.³⁶

Las enfermedades mentales la depresión, la ansiedad y los trastornos psicóticos, también son una estas enfermedades pueden estar relacionadas con factores genéticos, ambientales y psicológicos y las enfermedades infecciosas que entre ellas la influenza, el VIH/SIDA y la tuberculosis, también son una causa importante de morbilidad en la sociedad.³⁷

La influencia del estilo de vida en la morbilidad es, sin embargo, una referencia teórica importante para el sistema de atención primaria de salud, ya que la

prevención y la promoción de la salud son los aspectos principales del sistema de atención primaria de salud.³⁸

CONCLUSIÓN

los estilos de vida tienen un impacto significativo en la aparición de morbilidades en atención primaria en salud. La adopción de un estilo de vida saludable puede reducir el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes, la hipertensión, el colesterol alto y la obesidad. Por otro lado, el sedentarismo, la mala alimentación, el consumo de tabaco y el consumo excesivo de alcohol pueden aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas.

Los estilos de vida saludable incluyen una dieta equilibrada, actividad física regular, y evitar el tabaco y el alcohol. Además, el manejo del estrés y la prevención de enfermedades infecciosas también son importantes para prevenir enfermedades.

Es importante que los profesionales de la salud promuevan la adopción de hábitos de vida saludable en la población mediante programas de educación y asesoramiento. También se pueden recomendar programas comunitarios de ejercicio y nutrición, así como campañas para promover hábitos saludables. Por esto, adoptar un estilo de vida saludable es clave para prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida de las personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cabezas Bolaños DL, Montoya Vélez AB. Estilos de vida y su influencia en el desarrollo de complicaciones de salud pacientes en adultos con diabetes mellitus tipo 2 atendidos en el Centro de Salud Enrique Ponce Luque diciembre 2022 – mayo 2023. [Internet]. Babahoyo: UTB-FCS, 2023; 2023. [citado el 28 de junio de 2023] Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/14314>
2. Garza Rivera RG, Guzmán López S, General S, Vázquez EE, Secretaría F, Celso A, et al. Cantú-Martínez, Pedro César (Editor) VISIÓN SOCIAL DE LA

ESTOMATOLOGÍA / Pedro César Cantú-Martínez (Editor)
[Internet]. Uanl.mx. [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en:
<http://eprints.uanl.mx/22184/1/22184x.pdf>

3. Guerra H, Sandra A. Influencia de los factores de riesgo cardiovascular en la prevalencia de malos hábitos de vida saludable. [Internet]. Universidad César Vallejo; 2021. [citado el 28 de junio de 2023] Disponible en <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/75212>
4. Peña, Diana, Toro C. Los determinantes sociales y su influencia en la enfermedad una perspectiva desde Latinoamérica. [Internet] Caso Colombia. Institución Universitaria Antonio José Camacho; 2022. [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en: <https://revistas.uniajc.edu.co/index.php/sapientia/article/view/117>
5. Soto Cámara R, González Bernal J, González Santos J, Da Silva González Á, Santamaría Peláez M, Collazo Riobo C, et al. Factores de riesgo en el ictus - influencia de la edad. Int J Dev Educ Psychol Rev INFAD Psicol [Internet]. 2019 [citado el 28 de junio de 2023];3(2):217–26. Disponible en: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEPA/article/view/1913>
6. Pozo G, Pillar E. Influencia de los Estilos de Vida en el Desarrollo de Enfermedades No Transmisibles en los Choferes de la Cooperativa de Taxis San Francisco en Milagro de Junio a Diciembre del 2020. 2021. [Internet]. [citado el 28 de junio de 2023] Disponible en: <https://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/handle/123456789/5724>
7. Guerra Uriarte JEN, López Cáceres PL. Influencia de los estilos de vida, características sociodemográficas y clínicas en el control glucémico de pacientes con diabetes mellitus tipo 2. Centro de Salud 4 de Octubre, Socabaya - Arequipa 2022. [Internet]. Universidad Católica de Santa María; 2022. [citado el 28 de junio de 2023] disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/11657>

8. Cimpeanu LE. Estilo de vida en el paciente con insuficiencia cardiaca. Cuidados enfermeros. Revisión bibliográfica narrativa. . [Internet]. Universidad de Valladolid; 2021. [citado el 28 de junio de 2023] disponible en: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/52158>
9. Marcos N, Alexis J. Estilo de vida y riesgo cardiovascular en pacientes adultos atendidos en un establecimiento del primer nivel de atención, San Martín de Porres 2022. [Internet]. . Universidad Privada San Juan Bautista; 2022. [citado el 28 de junio de 2023] disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3889>
10. García T, Lorena A. Evaluación del estado de nutrición, estilos de vida y su relación con los factores de riesgo de las enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes de la Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco. 2022 [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.xoc.uam.mx/jspui/handle/123456789/26445>
11. Huerta O, Angelica J. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. pueblo joven Miraflores Alto Sector 1- Chimbote, 2017. . [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020. [citado el 28 de junio de 2023] disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/18175>
12. Barrientos M, Laura A. ESTILO DE VIDA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RIESGO CARDIOVASCULAR EN EL PERSONAL MÉDICO DE LA UMF/HGR 220, TOLUCA 2020. 2021 [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/110903>
13. Díaz-Soto MT, Licea Suárez ME, Medina Carbonell A, Beltrán Alfonso A, Calderín-Miranda JM. Hábitos tóxicos y enfermedades crónicas no transmisibles en una población de la tercera edad. Rev Cuba Med Gen Integral [Internet]. 2021 [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000400016

14. Vasquez Osquiano ME, Piscocoya Paredes TV. Estilos de vida y la hipertensión arterial en adultos mayores del AA.HH. de Pamplona Baja, San Juan de Miraflores, 2021. [Internet]. Universidad Interamericana para el Desarrollo; 2022. [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6514770>
15. Dominguez Palomino F. Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilos de vida y/o apoyo social para la salud del adulto del asentamiento humano Froilán Alama - Tambogrande, 2019. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30594>
16. Moreno C, Maricela E. Salud bucal y estilos de vida en adolescentes con adicción al consumo de alcohol. . [Internet]. Universidad Ncional de Chimborazo; 2023. [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10427>
17. Padilla V, Avelina S. Factores biosocioculturales y estilos de vida en pacientes pediátricos con asma en un Instituto Nacional de Salud del Niño Lima, 2023. . [Internet] Universidad Privada Norbert Wiener; 2023. [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6630093>
18. Arroyo Elescano Katherine L. Influencia del estilo de vida saludable en el estado nutricional de la población adulta del distrito de Chilca - 2019. . [Internet] Universidad Peruana Los Andes; 2021. . [citado el 28 de junio de 2023];37(4). Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/3093>

19. Garcia MM, Solis LC, de la Caridad Maceira Delgado I, de Greta Bermudez Linares V. Comportamiento del Síndrome metabólico en niños y adolescentes obesos atendidos en un hospital de especialidades de la ciudad de La Habana. Rev Cuba Aliment Nutr [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023];30(1):241–5. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=96873>
20. Cabezas Ramos JA, Saltos Montesdeoca NR. Estilo de vida como factor desencadenante de la diabetes mellitus tipo 2. 2019. [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/4693>
21. Prado A, Paula D. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. asentamiento humano Santo Domingo_Chimbote, 2018. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2021. [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23150?show=full>
22. Salamanca Wilches MA, Sánchez Vargas JC. Propuesta Pedagógica para promover y sensibilizar en torno al Estilo de Vida Activo y Saludable, en estudiantes de Ingeniería de la Universidad Libre Bosque Popular. [Internet]. 2019. [citado el 28 de junio de 2023]; disponible en: <https://repository.unilibre.edu.co/handle/10901/17676>
23. Castro Camelo MA, Céspedes Hurtado V, Montes Oliver MC. Influencia de las aplicaciones móviles en el monitoreo nutricional de adultos con obesidad. . [Internet]. Universidad del Sinú, seccional Cartagena; 2019. [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <http://repositorio.unisinucartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/123456789/319/1/INFLUENCIA%20DE%20LAS%20APLICACIONES%20MOVILES%20EN%20EL%20MONITOREO%20NUTRICIONAL%20DE%20ADULTOS%20CON%20OBESIDAD.pdf>

24. Flores S, Rebeca F. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/29174>
25. Flores M, Arturo J. El trabajo nocturno y su influencia en la aparición de los riesgos cardiovasculares de trabajadores evaluados en la Clínica Tataje de Ica, año 2019. . [Internet]. Universidad Alas Peruanas; 2020. [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/8754>
26. Zegarra A, Lucero V. Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilos de vida y apoyo social en adolescentes del asentamiento humano Villa España. [Internet]. Chimbote, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2021. . [citado el 28 de junio de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27514>
27. Jiménez Barbosa WG, Baquero Pérez DS, Mora Sánchez MDP, Salinas LR. Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal. Rev médica Risaralda [Internet]. 2019 [citado el 28 de junio de 2023];25(1):15. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672019000100015
28. Astaraki AO, Resumen P. Estilo de vida saludable y su relación con la mente [Internet]. Psicociencias.org. [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en: https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Estilo_de_vida_saludable_y_su_relacion_con_la_mente_A._Ojani.pdf

29. Zapata C, Steysy Y. Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilo de vida y/o apoyo social para la salud de la persona adulta media en el Centro Poblado Jibito-Miguel Checa-Sullana, 2019. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27779>
30. Ruiz-Estigarribia L (liz). Relación entre una escala de estilo de vida saludable y el riesgo de enfermedades crónicas en la cohorte SUN. [Internet] 2020. [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en: <https://dadun.unav.edu/handle/10171/59725>
31. Miranda Vega AY. Conocimiento y aplicabilidad de estilos de vida saludables influyentes para prevenir enfermedades crónicas, adultos, Zambrano [Internet]. Universidad Especializadas de las Américas; 2022 [citado el 28 de junio de 2023]. Disponible en: <http://168.77.210.164/handle/123456789/1100>
32. Torres Damas EL, Machín Parapar E. Caracterización de factores de riesgo aterosclerótico en pacientes con pie diabético en Ecuador. Rev Cuba Angiol Cir Vasc [Internet]. 2021 [citado el 28 de junio de 2023];22(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1682-00372021000300003&script=sci_arttext&tlng=en
33. Calixto V, Soledad K. Estilo de vida según características sociodemográficas en estudiantes de enfermería en una universidad pública. Lima-2019. [Internet] Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2020. [citado el 28 de junio de 2023];22(3). Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/11687>
34. Cruz IEM, Copto AAO, Hernandez DWO, Gomez MJR, Salgado AV. App promotora de hábitos saludables (JIDAAPS Nutrición). Rev Mex Med Forense [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023];5(S1):8–12.

Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=92330>

35. Guillen ETR, Rincón JD, Montoya AB, Molina SG. Estilos de vida saludables y hábitos de sedentarismo percibidos en la población de la Corporación Universitaria Americana entre 17 y 26 años, Medellín, durante el año 2020-2021. Revista CIES Escolme [Internet]. 2022 [citado el 28 de junio de 2023];13(1):65–82. Disponible en: <http://revista.escolme.edu.co/index.php/cies/article/view/387>
36. Ponce Soledispa DDR, Enríquez Caro LC. ESTILO DE VIDA, GÉNERO Y SOBREPESO EN LOS ADOLESCENTES DEL COLEGIO NACIONAL TÉCNICO MANUEL INOCENCIO PARRALES Y GUALE. Revista de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023];5:113. Disponible en: <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/2781>
37. Costa MEH, García SF. Relación de la obesidad con la morbilidad y mortalidad en la COVID-19. Rev habanera cienc médicas [Internet]. 2022 [citado el 28 de junio de 2023];21(5):4927. Disponible en: <https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/4927>
38. De La Guardia Gutiérrez MA, Ruvalcaba Ledezma JC. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. J Negat No Posit Results [Internet]. 2020 [citado el 28 de junio de 2023];5(1):81–90. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081

MATRIZ DE ESTADO DEL ARTE

NO	TITULO	AUTORES	AÑO	PAÍS	TIPO DE ESTUDIO	RESULTADOS
1	Estilos de vida y su influencia en el desarrollo de complicaciones de salud en pacientes adultos con diabetes mellitus tipo 2 atendidos en el Centro de Salud Enrique Ponce Luque diciembre 2022 – mayo 2023.	Cabezas Bolaños, Dayana Lisseth Montoya Vélez, Andamary Belén	2023	Ecuador	mixto cuantitativo, con nivel descriptivo de corte transversal artículo científico	La calidad de vida depende directamente del medio natural y su calidad. La valoración sobre la salud no solo depende de las necesidades y los conocimientos del individuo, sino también de las condiciones de vida y trabajo
2	Visión Social de la Estomatología	Pedro César Cantú-Martínez	2020	México	cualitativo, con nivel descriptivo artículo científico	los cambios vertiginosos que se suceden tanto en la ciencia como en la tecnología y que inciden irremediamente en la atención en salud en una persona. La práctica estomatológica, por lo general, se caracteriza por su servicio y transita a través de un derrotero de responsabilidades sociales y referentes. establecidos por el sistema de salud con la finalidad de promover una práctica clínica responsable y concordante con los principios éticos
3	Influencia de los factores de riesgo cardiovascular en la prevalencia de malos hábitos de vida saludable	Huaman Guerra, Arlen Sandra	2021	PERÚ	Observacional, analítico de corte transversal.	Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables también relacionadas con el estilo de vida-- el tabaquismo, una dieta poco

					artículo científico	saludable y la inactividad física --y que tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente enfermedades del corazón
4	Determinantes sociales y su influencia en la enfermedad, visión latinoamericana, caso Colombia 2020	Diana Carolina Peña Chocué Claudia Marcela Toro Aguirre	2020	Colombia	investigación de enfoque cualitativo artículo científico	es importante que para la generación de políticas, programas, planes y proyectos en salud dirigidos a la comunidad se cuente con un sistema de información que permita tomar decisiones adecuadas y eficaces en intervenciones colectivas en materia de salud pública.
5	ICTUS: Incidencia, factores de riesgo y repercusión	Cristina Martínez Barandalla	2019	España	investigación de enfoque cualitativo artículo de revista	La salud de la población mejoraría de manera importante si se establecieran estrategias en salud considerando las desigualdades sociales, es decir con enfoque de abordaje mediante los determinantes de la salud, esto desde un enfoque multidisciplinario, donde se considere lo biológico, lo social, los estilos de vida y el entorno ambiental, es decir, que los resultados serán positivos
6	Influencia de los Estilos de Vida en el Desarrollo de Enfermedades No Transmisibles en los Choferes de la Cooperativa de Taxis San Francisco en Milagro de Junio a Diciembre del 2020	Guerrero Pozo, Erika Pillar	2020	Ecuador	trabajo de investigación de enfoque cualitativo tesis doctoral	Los estilos de vida son conductas y hábitos adquiridos por el individuo en su interacción con la sociedad la globalización y evolución tecnológica modificaron estos estilos desplazando el estudio de la transición epidemiológica por la transición demográfica de enfermedades no transmisibles
7	Influencia de los estilos de vida,	Guerra Uriarte, Juan	2022	peru	investigación es	Los estilos de vida influyen de forma altamente significativa en el

	características sociodemográficas y clínicas en el control glucémico de pacientes con diabetes mellitus tipo 2. Centro de Salud 4 de Octubre, Socabaya - Arequipa 2022	Estuardo Nelson López Cáceres, Pamela Lisseth			descriptiva correlacional de corte transversal. Artículo original	control glucémico de los pacientes; así también, todas las características sociodemográficas y clínicas influyen de forma altamente significativa en el control glucémico.
8	Estilo de vida en el paciente con insuficiencia cardiaca. Cuidados enfermeros. Revisión bibliográfica narrativa	Cimpeanu, Larisa Elena	2021	Mexico	revisión bibliográfica narrativa artículo original	Se ha demostrado la determinante influencia que tiene el estilo de vida en la salud de los pacientes fomentando un buen pronóstico y evolución de la enfermedad. La clave para lograrlo la tiene la educación al paciente y los familiares. Existe la necesidad de seguir investigando sobre el tema por la falta de evidencia y de estudios.
9	Estilo de vida y riesgo cardiovascular en pacientes adultos atendidos en un establecimiento del primer nivel de atención, San Martín de Porres 2022	Napa Marcos, Junior Alexis	2022	peru	enfoque cuantitativo, diseño no experimental, tipo correlacional transversal trabajo de grado	existe relación significativa entre el nivel de estilo de vida y el riesgo cardiovascular en pacientes adultos atendidos en un establecimiento del primer nivel de atención, San Martín de Porres 2022.
10	Evaluación del estado nutricional y factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en adolescentes de	Castañeda Garzón, Johana Mishelia Chunganá Morocho, Grace Carolina	2019	Ecuador.	tipo descriptivo de corte transversal trabajo de grado	se encontró riesgo de enfermedades cardiovasculares debido a obesidad e inactividad física, consumo de alcohol y cigarrillo, ingesta deficiente de frutas y verduras y un moderado consumo de sal, azúcar y grasas saturadas, sumada a la

	bachillerato, Unidad Educativa del Milenio Jatun Kuraka, Otavalo					hipertensión arterial y diabetes mellitus como antecedente familiar de ECNT.
11	Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. pueblo joven Miraflores Alto Sector 1- Chimbote, 2017	Obeso Huerta, Jeniffer Angelica	2020	Ecuador.	tipo cuantitativo y diseño descriptivo correlacional artículo original	Más de la mitad de los adultos mayores presentan un estilo de vida saludable y un porcentaje significativo de estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales: Más de la mitad son de sexo masculino y se dedican a otras ocupaciones, la mayoría tiene grado de instrucción primaria y perciben ingresos económicos de 400 a 650 nuevos soles, menos de la mitad son de religión católica y de estado civil casado.
12	ESTILO DE VIDA Y SU ASOCIACIÓN CON EL RIESGO CARDIOVASCULAR EN EL PERSONAL MÉDICO DE LA UMF/HGR 220, TOLUCA 2020.	Mayorido Barrientos, Ana Laura	2021	México	tipo descriptivo de corte transversal trabajo de grado	El estilo de vida y su impacto en la salud ha sido ampliamente estudiado en las últimas décadas, un estilo de vida saludable conlleva a una mejor calidad de vida, mientras que uno malo se ve reflejado en factores de riesgo, mismos que favorecen la aparición de enfermedades cardiovasculares, siendo éstos evaluados mediante el riesgo cardiovascular. Resulta importante la evaluación al personal médico dado que participan como educadores en salud, además de ser modelos de vida para los pacientes, por lo cual la evaluación de este grupo crea un impacto doble sobre la salud pública.
13	Hábitos tóxicos y enfermedades crónicas no transmisibles en	María Teresa Díaz-Soto	2022	Cuba	estudio descriptivo Artículo original	Las enfermedades crónicas no transmisibles constituyen un problema de salud en la población estudiada. Los hábitos tóxicos detectados se asocian a la

	una población de la tercera edad					presencia de dichas enfermedades en los pacientes estudiados.
14	Estilos de vida y la hipertensión arterial en adultos mayores del AA.HH. de Pamplona Baja, San Juan de Miraflores, 2021	Vasquez Osquiano, Maria Eugenia Piscoya Paredes, Teresa Valentina	2021	Peru	cuantitativo, nivel no experimental, método descriptivo, de corte transversal y diseño correlacional trabajo de grado	Existe relación significativa entre los estilos de vida y la hipertensión arterial en adultos mayores del AA.HH. de Pamplona Baja, San Juan de Miraflores, según la Prueba de Correlación de Rho Spearman de 0.956, con un p-valor de 0.000; es decir, es una relación alta y positiva.
15	Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilos de vida y/o apoyo social para la salud del adulto del asentamiento humano Froilán Alama - Tambogrande, 2019.	Dominguez Palomino, Fabian	2022	Perú	tipo cuantitativo, descriptivo trabajo de grado	menos de la mitad tienen Secundaria completa/incompleta, más de la mitad tienen un ingreso económico menor de 750 soles, como consecuencia de la baja remuneración de las familias hay un aumento de más de la mitad consume carbohidratos, no consume alimentos chatarra, sin embargo, poco consumo de verduras, se sugiere una alimentación variada y saludable
16	Salud bucal y estilos de vida en adolescentes con adicción al consumo de alcohol	Calderón Paz, María Mercedes Carrión Moreno, Evelyn Maricela	2023	Ecuador	descriptivo, transversal y documental artículo original	los estilos de vida más frecuentes en la adicción al alcohol fueron: inadecuada alimentación, malos hábitos orales, descuido de la persona, falta de actividad física y consumo de cigarrillo. Se identificó efectos orales del alcoholismo como: caries, enfermedad periodontal, desgastes dentales, xerostomía, cambios en la mucosa y cáncer. Se sugiere que en la consulta odontológica, se implemente planes de prevención o puntos de información acerca del tema para tener un control con un

						estilo de vida más saludable y óptima.
17	Factores biosocioculturales y estilos de vida en pacientes pediátricos con asma en un Instituto Nacional de Salud del Niño Lima, 2023	Velasquez Padilla, Selah Avelina	2023	Perú	tipo cuantitativo, descriptivo trabajo de grado	Los factores biosocioculturales y los estilos de vida en los pacientes pediátricos con asma son esenciales para evitar su aparición de la crisis, siendo imprescindible que los profesionales de enfermería deben sensibilizar a la familia sobre los cuidados de la enfermedad, debe ser lo más entendible y eficaz, las pautas preventivas de una crisis asmática, se basaran en cumplir con el tratamiento indicado por el médico, mas no dejarse llevar por falsas creencias caseras, lo cual puede traer complicaciones severas que incluso conllevar a la muerte.
18	Influencia del estilo de vida saludable en el estado nutricional de la población adulta del distrito de Chilca	Arroyo Elescano Katherine	2019	Perú	tipo cuantitativo, descriptivo trabajo de grado	esta revisión permite que el lector visualice los diversos enfoques y tópicos de la actividad física, así como su relación con los procesos de sensibilización, empoderamiento y autorregulación en torno a la calidad de vida del individuo y la comunidad, con el simple objeto de interiorizar la práctica de la actividad física como elemento complementario de su vida
19	Comportamiento del Síndrome metabólico en niños y adolescentes obesos atendidos en un hospital de especialidades de la ciudad de La Habana	MAGALY MARRERO GARCÍA, LUCRECIA CABRERA SOLÍS, IBIS DE LA CARIDAD MACEIRA DELGADO, VIVIAN DE GRETA	2020)	Cuba	tipo cualitativo, descriptivo artículo científico	En este estudio se ponen de manifiesto diferencias entre los sexos en las prevalencias de los niveles de actividad física global y en sus factores asociados. En futuros trabajos se deberá establecer, en el contexto de ciudades latinoamericanas, si es pertinente determinar, además de los grados de actividad física

		BERMÚDEZ LINARES				global, los indicadores específicos en cada dominio
20	Estilo de vida como factor desencadenante de la diabetes mellitus tipo 2	Alvarez Condo, Graciela Mercedes Cabezas Ramos, Jeferson Ariel Saltos Montesdeoca, Nelson Rafael	2019	Ecuador	tipo descriptiva trabajo de grado	la diabetes mellitus tipo 2 es un problema mundial de salud pública que crece de manera acelerada siendo considerada la patología crónica no transmisible más incidente en la población ecuatoriana con la agravante que si no es tratada desencadena complicaciones graves como el pie diabético la retinopatía la insuficiencia renal e incluso la muerte en el Ecuador es considerada una de las 10 enfermedades que mayor causa de muerte presenta en cuanto a la etiología se relaciona específicamente con los factores de riesgo modificables por ello la presente investigación aborda la búsqueda de estos factores para poder aplicar a tiempo medidas de prevención disminuyendo el sobrepeso obesidad sedentarismo y la forma inadecuada del consumo de alimentos
21	Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. asentamiento humano Santo Domingo_Chimbot e, 2018	Vílchez Reyes, Maria Adriana	2021	Ecuador	tipo descriptiva informe de investigación	en su totalidad tienen estilo de vida no saludable y la mayoría de encuestados son sexo femenino, el nivel de instrucción casi la mitad tienen secundaria incompleta, religión evangélica, más de la mitad tienen estado civil de conviviente, con ingreso económico de 650 a 850 soles mensuales, lo cual no existe relación significativa entre las variables para aplicar la prueba chi cuadrado.

22	Propuesta Pedagógica para promover y sensibilizar en torno al Estilo de Vida Activo y Saludable, en estudiantes de Ingeniería de la Universidad Libre Bosque Popular	Salamanca Wilches, Mónica Andrea Sánchez Vargas, Jonathan Camilo	2019	Colombia	tipo cualitativo, descriptivo trabajo de grado	Esta investigación surge de la necesidad de disminuir las cifras que por morbilidad, discapacidad y mortalidad se presentan en Colombia y en el mundo tal como lo expone la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS) en la publicación Las diez principales causas de defunción (OMS, 2017), evidenciando que el mayor porcentaje de muertes son ocasionadas por Enfermedades Crónicas no Transmisibles (en adelante ECNT) especialmente concentradas en enfermedades cardiovasculares y respiratorias.
23	Influencia de las aplicaciones móviles en el monitoreo nutricional de adultos con obesidad	MARIA ANGELICA CASTRO CAMELO VIRGINIA CESPEDES HURTADO MARIA CAROLINA MONTES OLIVER	2019	Colombia	descriptivo de tipo transversal mixto} artículo científico	La obesidad es una enfermedad crónica no transmisible que se caracteriza por el aumento desmesurado de tejido graso; en Colombia, la ley 1355 de 2009, declara en su primer artículo a la obesidad como “una enfermedad crónica de Salud Pública”, la cual resulta ser causa directa de enfermedades cardiovasculares, dislipidemia, hipertensión, diabetes, estrés y depresión, entre otras, todos ellos aumentando considerablemente la tasa de mortalidad de la población colombiana
24	Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020	Silvestre Flores, Flora Rebeca	2022	Peru	tipo cuantitativo, corte transversal, con diseño descriptivo y correlacional	En la actualidad los adultos tienen estilos de vida inadecuados, cada vez más aumentando las enfermedades crónicas no transmisibles, ya que es la principal causa de morbi-mortalidad, por eso se busca intervenir en la población para promover los estilos de vida saludables

					trabajo de grado	
25	El trabajo nocturno y su influencia en la aparición de los riesgos cardiovasculares de trabajadores evaluados en la Clínica Tataje de Ica, año 2019	Medina Flores, Jimmy Arturo	2020	Peru	enfoque cuantitativo, bajo la perspectiva cuantitativa artículo científico	El trabajo nocturno tiene influencia significativa en la aparición de los factores de riesgos cardiovasculares de los trabajadores evaluados en la Clínica Tataje de Ica, año 2019. Esta influencia se ve reflejada en los diversos condicionantes como son la presión arterial, colesterol, glucosa, triglicéridos, índice de masa corporal, edad y género.
26	Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilo de vida y apoyo social en adolescentes del Asentamiento Humano Miraflores Bajo. Chimbote, 2019	Escajadillo Díaz, Milagros Alexandra	2022	Ecuador	tipo cuantitativo, corte transversal con diseño descriptivo trabajo de grado	los determinantes biosocioeconómicos, la mayoría (69,0%) de adolescentes del Asentamiento Humano Miraflores Bajo tienen estudios secundarios. Más de la mitad (50,8%) son de sexo femenino, relacionado con la vivienda menos de la mitad (35,7%) la frecuencia que pasa el carro recolector es todas las semanas pero no diariamente. Respecto a los determinantes estilo de vida, la mayoría (81,01%) no fuma ni ha fumado de manera habitual. Respecto a los determinantes de apoyo social menos de la mitad (44,4%) tienen seguro SISMINSA
27	Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal	Diana Sofía Baquero Pérez Mora-Sánchez Maria del Pilar Rada-Salinas Liseth	2019	Colombia	tipo cuantitativo, corte transversal con diseño descriptivo trabajo de grado	El estilo de vida es el determinante con mayor influencia y el Sistema de Salud es el determinante con menor influencia sobre las complicaciones en los pacientes hipertensos y diabéticos que presentan insuficiencia renal crónica.
28	Estilo de vida saludable y su	Azita Ojani Astaraki	2019	Estados unidos	descriptivo de tipo	La necesidad de cambiar nuestro estilo de vida y la manera de

	relación con la mente				transversal mixto} artículo científico	conseguirlo son dos de las preocupaciones fundamentales de la política actual, especialmente de la política sanitaria de los países desarrollados. Varios de los grandes problemas que hoy afrontamos serán imposible de resolver, mientras no se diseñen e implanten estrategias que sean capaces de convencer a la gente para
29	Caracterización de los determinantes biosocioeconómicos, estilo de vida y/o apoyo social para la salud de la persona adulta media en el Centro Poblado Jibito-Miguel Checa-Sullana, 2019	Calderon Zapata, Yerlina Steysy	2022	Peru	tipo cuantitativo, descriptivo trabajo de grado	En los determinantes de estilos de vida la mayoría no se han realizado ningún examen médico periódico, no realizan ninguna actividad física. En cuanto a su dieta consumen: huevos, frutas, toman refresco con azúcar a diario; menos de la mitad consumen frituras, pan y cereales, embutidos y enlatados. En los determinantes de redes sociales y comunitarias la mayoría no recibe apoyo social natural y organizado; se atienden en el puesto de salud, tienen seguro del SISMINSA.
30	Relación entre una escala de estilo de vida saludable y el riesgo de enfermedades crónicas en la cohorte sun	Ruiz-Estigarribia, L. (Liz)	2020	Colombia	tipo cualitativo, descriptivo Tesis doctoral.	Las enfermedades crónicas, definidas como aquellas que requieren atención médica continua o limitan las actividades de la vida diaria o ambas, constituyen la causa de muerte más frecuente en el mundo y representan más de la mitad de la carga global de enfermedad, con una tendencia en aumento. Son el resultado de una combinación de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y comportamiento.
31	Conocimiento y aplicabilidad de estilos de vida saludables influyentes para prevenir enfermedades crónicas, adultos, Zambrano	Miranda Vega, Aracelly Yissel	2021	Peru	enfoque cuantitativo, diseño no experimental y de tipo descriptivo – correlacional .	como conclusión se identificó cuáles son los hábitos que le permiten a los adultos de Zambrano, Bijagal, David prevenir enfermedades crónicas. Dentro de ellos se destacan no consumir alcohol ni fumar en la mayoría de encuestados.

32	Estilo de vida según características sociodemográficas en estudiantes de enfermería en una universidad pública. Lima-2019	Vara Calixto, Katherine Soledad	2020	Peru	tipo cuantitativo, nivel aplicativo, método descriptivo y corte transversal artículo original	En relación al estilo de vida se encontró de manera general que el 89% de los estudiantes tiene un estilo de vida saludable; con respecto a las dimensiones de la variable que presentaron estilo de vida saludable fueron: hábitos alimenticios, descanso-sueño, tiempo libre, consumo de tabaco-alcohol con 83%, 52%, 50% y 100% respectivamente a excepción de la dimensión actividad física. Se evidenció que el estilo de vida de los estudiantes es saludable en su mayoría. Asimismo es saludable en las dimensiones hábitos alimenticios, descanso y sueño, tiempo libre, consumo de tabaco y alcohol a excepción de la dimensión actividad física que resultó no saludable.
33	Caracterización de factores de riesgo aterosclerótico en pacientes con pie diabético en Ecuador	Esther Lilia Torres Damas	2021	Cuba	Estudio observacional descriptivo ARTÍCULO ORIGINAL	Los factores de riesgo de mayor incidencia encontrados fueron: hipertensión arterial, hábito de fumar, dislipidemia y alcoholismo; así como la asociación de más de tres factores de riesgo.
34	App promotora de hábitos saludables	Montiel Cruz, Iván Edir Oliveros Copto, Alexis Alfredo	2020	Mexico	Estudio observacional descriptivo ARTÍCULO ORIGINAL	La utilización de JIDAAPS Nutrición promoverá los estilos de vida saludable, beneficiando a la población como medio de comunicación de información práctica, verídica e inclusiva, mediante tips de nutrición (mitos y realidades), el fomento a la actividad física, el respetar horarios de comida, calendario de frutas y verduras de temporada, sustentabilidad alimentaria, lactancia materna y demás temas de interés y que son una problemática de salud pública
35	Estilos de vida saludables y hábitos de sedentarismo percibidos en la	vellin Tatiana Rodríguez Guillen, Jhon Daniel Rincón, Andrea	2022	Colombia	enfoque cuantitativo no experimental	La falta de actividad física, una mala alimentación, el estrés y la falta de descanso, son algunos modos de vida sedentarios que aumentan todas las causas de

	población de la Corporación Universitaria Americana entre 17 y 26 años, Medellín, durante el año 2020-2021	Bedoya Montoya, Sergio Gómez Molina			de tipo descriptiva. Artículo original	mortalidad, duplican el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad, entre otras.
36	Estilo de vida, género y sobrepeso en los adolescentes del colegio nacional técnico manuel inocencio parrales y guale	Diana del Rocío Ponce Soledispa	2020	Ecuador	tipo descriptiva con un estudio transversal Artículo original	Los resultados corroboran estudios anteriores sobre la correlación entre el estilo de vida sedentario y los trastornos de peso, no se presentaron diferencias significativas en relación con el género y el índice de actividad física.
37	Relación de la obesidad con la morbilidad y mortalidad en la COVID-19	Hevia Costa, Manuel Ernesto , Fernández García, Sergio	2020	Colombia	tipo descriptiva con un estudio transversal Artículo original	La obesidad es un factor de riesgo de mortalidad en los pacientes con COVID-19. Las comorbilidades asociadas, insulino resistencia, hipercoagulabilidad y estado protrombótico, limitaciones de las funciones respiratorias y el déficit de vitamina D, entre otros constituyen factores que conllevan a una peor evolución y mortalidad.
38	La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria	<u>De la guardia gutierrez,</u> <u>mario</u> <u>alberto</u> y <u>ruva lcaba ledezma,</u> <u>jesús carlos.</u>	2020	México	tipo descriptiva con un estudio transversal Artículo original	El reconocimiento del valor de esa actividad es cada vez mayor, debido a la eficacia y al costo-eficacia con que reduce la carga de morbilidad y mitiga el impacto social y económico de las enfermedades. Existe un amplio consenso en cuanto a la relación existente entre Promoción de la Salud, salud y desarrollo humano y económico.