



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE SEGUNDAS ESPECIALIDADES  
ESPECIALIDAD DE ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**“ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES CON DIABETES  
MELLITUS DEL PROGRAMA ADULTO DEL HOSPITAL  
ESSALUD ULDARICO ROCCA FERNÁNDEZ - 2021”**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
ESPECIALISTA EN ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y  
COMUNITARIA**

**AUTOR:**

**Lic. ZUMAETA RIVERA, MARÍA DEL ROSARIO**

**ASESOR:**

**Mg. Mg. MATTA SOLIS, EDUARDO PERCY  
<https://orcid.org/0000-0001-9422-7932>**

**LIMA – PERÚ**

**2021**

## Índice general

I. INTRODUCCIÓN .....	3
II. MATERIALES Y METODOS.....	9
III. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES .....	14
IV. RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO .....	17
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	18
ANEXO .....	22

## **Índice de Anexos**

<b>Anexo A.</b> Operacionalización de la variable o variables .....	24
<b>Anexo B.</b> Instrumentos de recolección de datos.....	26
<b>Anexo C.</b> Consentimiento informado .....	29

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar los estilos de vida de los pacientes con Diabetes que acuden al Programa Adulto del Hospital EsSalud Uldarico Rocca Fernández.

**Materiales y métodos:** El enfoque a emplearse en este estudio es cuantitativo, diseño metodológico no experimental, descriptivo y de corte transversal. La población estará conformada por los pacientes que participan en el programa adulto mayor, los cuales son un aproximado de 650 pacientes.

La técnica que se empleará durante la recolección de datos será la encuesta y el instrumento que se utilizará será un cuestionario, denominado Instrumento para Medir el Estilo de Vida en Diabéticos (IMEVID) consta de 25 preguntas, clasificados en las dimensiones hábitos nutricionales, actividad física, hábitos nocivos, información sobre la enfermedad, estado emocional y adherencia terapéutica. Los resultados se evaluarán como favorable, poco favorable y desfavorable. Cada pregunta tiene tres alternativas de respuesta, con calificación 0, 2 y 4, siendo el puntaje 4 el valor óptimo. Este cuestionario tiene una calificación de cero a 100 puntos. Se califica al estilo de vida como, de 0 – 59 puntos desfavorable, de 60 – 80 puntos poco favorable y de 81–100 favorable.

**Palabras claves:** Estilos de Vida, Diabetes, pacientes (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** To determine the lifestyles of patients with Diabetes who attend the Adult Program of the Hospital EsSalud Uldarico Rocca Fernández.

**Materials and methods:** The approach to be used in this study is a quantitative, non-experimental, descriptive and cross-sectional methodological design. The population will be made up of patients participating in the elderly program, which are approximately 650 patients.

The technique that will be used during the data collection will be the survey and the instrument that will be used will be a questionnaire, called the Instrument to Measure the Lifestyle of Diabetics (IMEVID) consists of 25 questions, classified in the dimensions of nutritional habits, physical activity, harmful habits, information about the disease, emotional state and therapeutic adherence. The results will be evaluated as favorable, unfavorable and unfavorable. Each question has three response alternatives, with a score of 0, 2 and 4, with a score of 4 being the optimal value. This questionnaire has a score of zero to 100 points. Lifestyle is rated as 0 - 59 unfavorable, 60 - 80 unfavorable, and of 81–100 favorable.

**Keywords:** Lifestyles, Diabetes, patients (Source: DeCS).

## I. INTRODUCCIÓN

La Diabetes Mellitus es una enfermedad crónica, caracterizada por altos niveles de glucosa en sangre, causado por un déficit en la elaboración o acción de la insulina. Al pasar el tiempo esta enfermedad puede dañar diversos órganos y sistemas como el corazón, riñones, ojos y nervios (1).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) informa que los casos de personas con Diabetes van en aumento. En el año 1980 esta enfermedad afectó a 108 millones de personas y en el año 2014 aproximadamente a 422 millones. La prevalencia en mayores de 18 años fue de 4,7% en el año 1980 y en el 2014 fue de 8,5%. Alrededor del 50% de muertes por diabetes corresponden a personas menores de 70 años. La OMS en el informe mundial de la diabetes, notifica que en el año 2016, la Diabetes ocupó el séptimo lugar de causa de mortalidad. Asimismo manifiesta que el consumir una alimentación saludable, realizar ejercicios de forma regular, mantener un peso adecuado, evitar fumar, disminuyen el riesgo de padecer Diabetes tipo 2 (2).

Además la OMS opina que los estilos de vida dependen de las situaciones de vida y las conductas propias de la persona, los cuales están influenciados por causas socioculturales y por las características personales de los individuos. Dentro de los estilos de vida se consideran las actividades relacionadas con la alimentación, ingesta de alcohol, práctica de deporte, consumo de tabaco u otras drogas, interacción interpersonales. El estilo de vida de la persona puede atrasar o prevenir la Diabetes o modificar la historia natural de la enfermedad (3).

En el año 2016, la Organización Panamericana de la Salud (OPS), mencionó que la Diabetes ocupó el cuarto lugar como causa de mortalidad en las Américas. Se presentó 33 fallecimientos por cada 100 mil habitantes, siendo la tasa de mortalidad más elevada en países del Caribe no latino. Asimismo recalcó que si no se controla la Diabetes este puede causar insuficiencia renal, ceguera, accidente cerebrovascular, infarto de miocardio y amputación de miembros inferiores (4).

En el año 2019, según reporte del Ministerio de Salud (MINSA), de cada 100 personas de 15 años a más, cuatro padecen de Diabetes, presentándose con

mayor frecuencia en el sexo femenino (4,3%) y en el sexo masculino (3,4%). Asimismo este porcentaje fue más alto en la clase media alta (5,5%) que en la clase de bajos recursos (1,7%). Del mismo modo MINSA informó que la Diabetes muestra una inclinación epidémica a nivel nacional, donde los casos de mayor registro se presentan en Lima (5).

En el Perú, la Diabetes en el año 2018, ocupó el quinto lugar como causa de defunción a nivel nacional. Esta enfermedad ocasiona muerte prematura y años de pérdida económica debido a la discapacidad que ocasiona. Además se observa que continuamente son los jóvenes y adolescentes diagnosticados con este problema (6).

La Diabetes requiere de atenciones y un tratamiento oportuno para evitar complicaciones, esto genera un elevado costo para la humanidad y para los servicios de salud. Se calcula que para el 2030, la carga económica se incrementa en un 69%, por lo cual es de prioridad realizar actividades de prevención primaria dando énfasis a una buena práctica de hábitos saludables, identidad de personas en alto riesgo, el diagnóstico precoz y trato adecuado, así como optimizar la adherencia al tratamiento farmacológico y no farmacológico (7).

Según la Encuesta Perú Enfermedades Transmisibles y No Transmisibles del año 2019, realizado por MINSA, refiere que la ingesta de alimentos procesados y la carencia del consumo de frutas y verduras hacen más propensos a los individuos a padecer enfermedades como la diabetes (8).

En el modelo de atención Integral de salud, Cartera del Adulto del Hospital II de EsSalud Uldarico Rocca Fernández, ubicado en el distrito de Villa El Salvador, se observa gran número de pacientes asegurados que padecen de Diabetes y cada vez esta cifra va en incremento, en el año 2019 se registró 590 casos y 650 casos en el año 2020; asimismo se visualiza que los pacientes no mejoran los niveles de azúcar (9)

La Diabetes Mellitus (DM) es una alteración metabólica determinada por la presencia de hiperglucemia; sus determinadas complicaciones y la presencia de otros factores originan que esta enfermedad sea uno de los principales problemas de salud. Su cuadro clínico es polifagia, poliuria y polidipsia, también puede causar

agotamiento, extenuación, disminución del peso pese al incremento del deseo de comer (10).

Dentro los tipos de Diabetes, se considera la Diabetes Mellitus tipo 1, en el cuál las células responsables de elaborar insulina se deterioran y dejan de producirla. La Diabetes Mellitus tipo 2, se origina puesto que el organismo no produce o no utiliza bien la insulina. Por último tenemos la Diabetes gestacional, la cual se produce en el embarazo y puede ocultarse posteriormente al momento de dar a luz. Los síntomas a pueden aparecer a niveles igual o superior a 200 mg/dl. En ayunas se muestra niveles de hiperglicemia en niveles superiores a 126 mg/dl (11).

Los estilos de vida, son prácticas de la persona, unas veces es saludable y en otras nocivas, según a ello permitirá tener salud o enfermedad. Entre los estilos de vida que perjudican la salud de los individuos tenemos el consumo de sustancias nocivas, poca actividad física, dieta inadecuada, estrés y descanso inadecuado. Asimismo dentro de los estilo de vida saludable se considera el consumo de alimentos nutritivos, práctica de actividad física, manejo del estado emocional, cumplimiento de tratamiento (12).

En una investigación exhaustiva, se observó instrumentos referidos a identificar el estilo de vida. Dentro de ellos destacan FANTASTIC e IMEVID. Con respecto al instrumento FANTASTIC, considera las dimensiones relacionadas con la familia, amistades, alimentación, uso de tabaco, alcohol, descanso, uso de cinturón de seguridad, nivel de estrés, profesión, tipo de temperamento, información laboral fuera y dentro del hogar y con relación a IMEVID es un instrumento utilizado para la medición de estilos de vida en diabéticos, incluye 25 preguntas, considera las dimensiones actividad física, hábitos nutricionales, información sobre la enfermedad, hábitos nocivos, adherencia terapéutica y estado emocional (13).

Por la particularidad de este trabajo de investigación se utilizará el IMEVID.

Al realizar la búsqueda de estudios previos a nivel internacional, se encontró un estudio realizado en Ecuador en el año 2019 en donde se menciona que el bajo conocimiento de estilo de vida está asociado a los malos hábitos alimenticios, esto lo relaciona a la escasa información brindada por parte del profesional de la salud



(14). Otro estudio realizado en Ecuador en el año 2015 indican que el mayor porcentaje de pacientes con Diabetes fue de sexo femenino, las cuales dedican su tiempo en los quehaceres domésticos, asimismo encontró que más de la mitad de la muestra estudiada presentaban estilos de vida saludable, seguido por estilos muy saludables (15). Asimismo en un estudio en Costa Rica en el año 2015 mencionan que la mayoría de pacientes poseen hábitos de salud no saludables, sobresaliendo la poca actividad física y el inadecuado estado emocional. Sin embargo al término de la investigación se observó que los pacientes implementaron cambios favorables en sus patrones de vida con el fin de tener o mejorar su salud (16).

En investigaciones referentes al tema a nivel nacional, se encontró un estudio realizado en el distrito de San Juan de Lurigancho en Lima en el año 2019 en donde se resalta un alto porcentaje en alimentación no saludable, seguido por hábitos nocivos, poca actividad física, déficit en su estado emocional y finalmente en adherencia terapéutica. Concluye que los pacientes diabéticos que consideró en su trabajo de investigación presentaron patrones de vida no saludables (17).

Otro estudio realizado en Huánuco en el año 2017, refiere que los factores sociodemográficos, consumo de alcohol, antecedentes familiares, alimentación no saludable, sedentarismo, patologías sin seguimiento médico y sin tratamiento farmacológico son causas de enfermedades crónicas no transmisibles (18).

Por último en un estudio realizado en Chimbote en el año 2016, en su investigación menciona que gran parte de los pacientes diabéticos, presentaron un nivel alto de conocimientos y un estilo de vida saludable y en menor porcentaje con estilo de vida poco saludable. No encontró correlación entre el nivel de conocimiento sobre Diabetes Mellitus y el estilo de vida (19).

La Diabetes es una enfermedad de salud pública, de gran prioridad debido al elevado índice de morbi-mortalidad originadas por inadecuadas prácticas de salud, como conductas alimentarios, poca actividad física, falta en el cumplimiento del tratamiento. Por tal motivo es necesario identificar los estilos de vida que practican los pacientes con diagnóstico de Diabetes del Programa de Adulto del Hospital de Essalud Uldarico Rocca Fernández para prevenir de esta manera las

complicaciones propias de la enfermedad, porque la práctica de un inadecuado estilo de vida hace que se incremente el mal control metabólico, causando muchas veces muertes prematuras.

El estudio se justifica desde el punto de vista teórico puesto que en el hospital de investigación no existen estudios previos. En referencia al valor práctico, los resultados se utilizarán como evidencia científica, que permitirán promover la atención de enfermería en pacientes diabéticos y fortalecerá la atención de todos los profesionales implicados en incentivar hábitos de vida saludables. Además tiene justificación social, ya que los resultados obtenidos permitirán identificar los problemas en la práctica de los estilos de vida, ayudará a controlar la enfermedad y beneficiará en mejorar la atención de los pacientes con Diabetes Mellitus incluidos en el Programa Adulto del hospital en estudio. Por último con respecto a valor metodológico, el presente estudio fortalecerá la línea de investigación promoción de la salud, en vista que aportará evidencias que promuevan ejecutar actividades de prevención y promoción con el propósito de favorecer la salud integral de las personas, previniendo que la enfermedad se complique y pueda ocasionar alguna secuela. El objetivo del estudio es determinar los estilos de vida de los pacientes con Diabetes que acuden al Programa Adulto del Hospital EsSalud Uldarico Rocca Fernández.

## II. MATERIALES Y MÉTODOS

### 2.1 ENFOQUE Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El trabajo de investigación, es de enfoque cuantitativo, puesto que utilizará la recolección y análisis de datos para responder las preguntas de investigación. Es de diseño no experimental y descriptivo puesto que utiliza la variable sin ejecutar alguna intervención y por qué considera a la variable en su medio original y será de corte transversal porque la recolección de datos se realizará en un momento determinado (20)

### 2.2 POBLACIÓN, MUESTRA Y MUESTREO

La población estará conformada por los pacientes que participan en el programa adulto mayor, los cuales son un aproximado de 650 pacientes. La muestra ha sido calculada según fórmula para poblaciones finitas considerando la variable de naturaleza cualitativa, de la siguiente fórmula:

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

$$n = \frac{650 \times 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}{0.0025 (649) + 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{624.26}{1.6225 + 0.9604}$$

$$n = \frac{624.26}{2.5829}$$

$$n = 241.68$$

**Donde:**

n= muestra

N= población

Z= Nivel de confianza 1,96

d= Resto de confianza 0,05

p= Certeza 0,5

q= Error 0,5

Substituyendo los valores, considerando un nivel de confianza de 95% y un error muestral de 1.96 (k), la muestra estará conformada por 242 pacientes que participan al programa adulto mayor.

El muestreo que se empleará será de tipo probabilístico aleatorio simple, por el cual se hará un sorteo de entre toda la población de pacientes, para elegir a los 242 que participarán en esta investigación.

Con respecto a los criterios de inclusión se considerará que el participante sea paciente diabético que asista al Programa Adulto del hospital en estudio y debe haber firmado el consentimiento informado.

### **2.3 VARIABLE DE ESTUDIO**

Esta investigación considera a los estilos de vida como variable principal, según su naturaleza, es una variable cualitativa y su escala de medición es nominal

**Definición conceptual:** Los estilos de vida, son conductas o hábitos que practica la persona, unas veces es saludable y en otras nocivas, según a ello permitirá tener salud o enfermedad (12).

**Definición operacional:** Son los estilos de vida que tienen los pacientes con diabetes mellitus incluidos en el programa adulto del Hospital Essalud Uldarico Rocca Fernández, los cuales pueden saludables o no saludables, relacionados con actividad física, prácticas nutricionales, información sobre la enfermedad,

hábitos nocivos, adherencia terapéutica y estado emocional, el cual será medido a través de un instrumento para medir el estilo de vida en Diabéticos (IMEVID)

## **2.4 TÉCNICA DE INSTRUMENTO DE MEDICIÓN**

La técnica que se empleará durante la recolección de datos será la encuesta, que consiste en recoger datos de una muestra del cual se desea investigar, esta información se obtendrá a través de un cuestionario (20).

El instrumento que se utilizará será un cuestionario, denominado Instrumento para Medir el Estilo de Vida en Diabéticos (IMEVID), este incluye un total de 25 preguntas, clasificados en las dimensiones actividad física, hábitos nutricionales hábitos nocivos, estado emocional, adherencia terapéutica e información sobre la enfermedad. Este instrumento es la interpretación transcrita y aprobada en el año por Cuauhtémoc Raúl Ariza Andraca, Juan Manuel López Carmona, Catarina Munguía Miranda y José Raymundo Rodríguez Moctezuma (21).

## **2.5 PROCEDIMIENTO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **2.5.1. Autorización y coordinaciones previas para la recolección de datos**

Para la recolección de datos se requerirá la carta de presentación correspondiente a la Universidad María Auxiliadora, con ella se solicitará la autorización del director médico del Hospital Essalud Uldarico Rocca Fernández, para poder abordar a los usuarios diabéticos que participan en el programa adulto de dicha institución.

## **2.6. MÉTODOS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICOS**

Los resultados de los instrumentos serán registrados en una base datos en Excel utilizando un libro de códigos.

Los resultados del instrumento que mide la variable estilos de vida serán interpretados según puntajes establecidos (se evaluará como favorable, poco favorable y desfavorable). Cada pregunta tiene tres alternativas de respuesta, con calificación 0, 2 y 4, siendo el puntaje 4 el valor óptimo. Este cuestionario tiene una calificación de cero a 100 puntos. Se califica al estilo de vida como, de 0 – 59 puntos desfavorable, de 60 – 80 puntos poco favorable y de 81–100 favorable.

El análisis estadístico de los datos será realizado a través del software spss versión 26.

Se emplearán los estadísticos descriptivos como frecuencia, porcentaje, media, entre otros. También se hará el cruce de variables y las pruebas de hipótesis utilizando la estadística paramétrica o no paramétrica según corresponda.

Los resultados se presentarán en tablas y figuras.

## **2.7 ASPECTOS ÉTICOS**

El estudio considerará los principios bioéticos de no maleficencia, beneficencia, autonomía y justicia. Para resguardar a las personas que participarán en esta investigación se aplicará el consentimiento informado.

### **Principio de Autonomía**

Este principio, valora la independencia de la persona en decidir, la cual se respeta y es considerada como objeto de investigación (22).

En este trabajo de investigación, el principio de autonomía será considerado, al solicitar el consentimiento informado a los pacientes diabéticos incluidos en el programa adulto del hospital, quienes podrán aceptar o rechazar su participación en el estudio. Toda información es confidencial, se respetará el anonimato de las personas que participarán en este estudio.

### **Principio de beneficencia**

Valora el no ocasionar daño a los demás, está relacionada a evitar el perjuicio y hacer lo apropiado a los demás (23).

El estudio respetará el principio de beneficencia, ya que se busca promover las prácticas de vida saludables en las personas que padecen de diabetes.

### **Principio de no maleficencia**

Considera a no dañar y tener el compromiso de reducir el peligro de originar algún daño (24).

El estudio empleará el principio de no maleficencia, puesto que no implicará de forma negativa en la salud o bienestar integral de los participantes.

**Principio de justicia**

Valora la no distinción en la elección de los participantes de investigación (25).

Este trabajo de investigación, tomará en cuenta este principio, puesto que a todos los participantes de este estudio se les tratará a todos por igual, no existirá distinción alguna.

### III. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	2020								2021											
	Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identificación del problema a investigar			x	x																
Recolección de información del tema			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x						
Redacción de la sección Introducción: Situación problemática, marco teórico							x	x	x											
Redacción de la sección Introducción: Antecedentes de estudio, justificación de la investigación.							x	x	x	x	x									
Redacción de la sección Introducción: Objetivos							x	x	x	x	x									
Elaboración de la sección Material y Métodos: Enfoque y diseño de investigación											x									



Elaboración de la sección Material y Métodos:  Identificación de población y aplicación de fórmula para muestra y muestreo										x										
Preparación de la sección Material y Métodos:  Elaboración de Técnicas e instrumentos de recolección de datos											x									
Redacción de la sección Material y Métodos:  Principios bioéticos de la investigación												x								
Elaboración de la sección Material y Métodos:  Identificación de Métodos para el análisis de la información													x							
Formulación de los procesos administrativos del proyecto														x						
Redacción de los Anexos  (Operacionalización de variables e instrumentos)															x		x			

Aprobación del proyecto de investigación															x	x				
Redacción del informe final																	x	x		
Sustentación final																			x	

#### IV. RECURSOS A UTILIZARSE PARA EL DESARROLLO DEL ESTUDIO

MATERIALES	2020		2021			TOTAL
	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO	MARZO	S/.
Laptop	1500.00					1500.00
USB	30.00					30.00
Lapicero	1.00	0.50	0.50	0.50	0.50	3.00
Papel bond	12.00			12.00	12.00	36.00
Impresiones					100.00	100.00
Espiralado					15.00	15.00
Movilidad					50.00	50.00
Imprevistos					300.00	300.00
Total	1543.00	0.50	0.50	12.50	477.50	2034.00

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud. Diabetes [sede Web]. Washington – Estados Unidos: OPS; 2020 [acceso el 17 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/diabetes>
2. Organización Mundial de la Salud. Diabetes [sede Web]. Ginebra - Suiza: OMS; 2020 [acceso el 17 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
3. Romero R, Díaz G, Romero H. Estilo y calidad de vida de pacientes con diabetes mellitus tipo. Rev Med Inst Mex Seguro Soc. [revista en Internet] 2011 [acceso 20 diciembre de 2020]; 49 (2): 125-136. Available from: <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2011/im112f.pdf>
4. Organización Panamericana de la Salud. Diabetes [sede Web]. Washington – Estados Unidos: OPS; 2019 [acceso el 20 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=category&id=4475&layout=blog&Itemid=40610&lang=es&limitstart=15](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=category&id=4475&layout=blog&Itemid=40610&lang=es&limitstart=15)
5. Hanco J. Hospitales reportaron más de 8 mil nuevos casos de diabetes tipo 2[Sede Web]. Lima - Perú: ANDINA; 2013 [acceso el 23 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: <https://andina.pe/agencia/noticia-hospitalesreportaron-mas-8-mil-nuevos-casos-diabetes-tipo-2-732716.aspx>
6. Hanco J. La diabetes es quinta causa de muerte en Perú [Sede Web]. Lima - Perú: RPP; 2018 [acceso el 23 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: <https://rpp.pe/peru/actualidad/la-diabetes-es-quinta-causa-de-muerte-en-peru-noticia-1163048>
7. Carrillo R, Bernabé A. Diabetes mellitus tipo 2 en Perú: una revisión sistemática sobre la prevalencia e incidencia en población general. Rev. Perú. Med. Exp. Salud pública. [revista en Internet] 2011 [acceso 20 diciembre de 2020]; 36 (1) ]. Available from: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1726-46342019000100005](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342019000100005)

8. Nacional. Más del 60% de peruanos tiene riesgo de padecer diabetes por sobrepeso [Sede Web]. Lima - Perú: NACIONAL; 2020 [acceso el 23 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from:  
<https://www.radionacional.com.pe/noticias/locales/mas-del-60-de-peruanos-tiene-riesgo-de-padecer-diabetes-por-sobrepeso>
9. Oficina de Estadística Hospital Uldarico Rocca Fernández. Informe Estadístico; 2020
10. Saltos M. Estilos de vida y factores de riesgo asociados a Diabetes Mellitus tipo 2. Revista Ciencia UNEMI [revista en Internet] 2012 [acceso 20 diciembre de 2020]; 7(7): 8 – 19 Available from:  
<file:///D:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-EstilosDeVidaYFactoresDeRiesgoAsociadosADiabetesMe-5210354.pdf>
11. Valle A. Diabetes Mellitus. [Sede Web]. España: Fundación Española del Corazón; 2020 [acceso el 23 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from:  
<https://fundaciondelcorazon.com/prevencion/riesgo-cardiovascular/diabetes.html>
12. Torrejón C, Márquez R. Estilo de vida y Estado nutricional del Adulto Mayor. In Cres. [revista en Internet] 2012 [acceso 20 diciembre de 2020]; 3(2): 267 – 276 Available from:  
<https://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo/article/view/116/80>
13. Treviño G. Comparación del estilo de vida general y de salud oral entre pacientes con y sin diabetes mellitus tipo 2. [tesis de grado]. Monterrey – México: Universidad Autónoma Nuevo León; 2014. [Internet]. Available from:  
<http://eprints.uanl.mx/4358/1/1080259405.pdf>
14. Sánchez L. Estilos de vida y su influencia en la Diabetes Mellitus tipo II, en adultos mayores del Centro de Salud Aguas Frías de Medellín Ventanas, Los Ríos, octubre 2018 – abril 2019 [proyecto de tesis]. Babahoyo - Ecuador: Universidad Técnica de Babahoyo; 2019. [Internet]. Available from:  
<http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/5852/P-UTB-FCS-ENF-000130.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
15. Álvarez M, Bermeo P. Estilos de Vida en pacientes diabéticos que acuden a la consulta en la Fundación Donum, Cuenca, 2015 [tesis de titulación]. Cuenca - Ecuador: Universidad de Cuenca; 2015. [Internet]. Available from:

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/24216/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>

16. Cantú P. Estilo de vida en pacientes adultos con Diabetes mellitus tipo 2. Rev. Enfermería Actual en Costa Rica. [revista en Internet] 2015 [acceso 20 diciembre de 2020]; 27: 1 - 14 Available from: <file:///D:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-EstiloDeVidaEnPacientesAdultosConDiabetesMellitusT-4895861.pdf>
17. Ayte V. Estilos de vida en usuarios con diabetes mellitus tipo II, de los consultorios externos del Hospital San Juan de Lurigancho 2018 [tesis de titulación].Lima - Perú: Universidad Norbert Wiener; 2018. [Internet]. Available from: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2579/TESIS%20Ayte%20Veronica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Calderón M. Estilos De Vida De Los Pacientes Con Diabetes Mellitus Tipo 2, que acuden al Centro De Salud Pillco Marca 2017[tesis de titulación].Huánuco - Perú: Universidad de Huánuco; 2017. [Internet]. Available from: [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UDHR\\_ee1e30d5abf645810e6a37f1ada79125](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UDHR_ee1e30d5abf645810e6a37f1ada79125)
19. Giraldo Y, Santisteban P. Estilos de vida y su relación con el nivel de conocimiento del paciente diabético. Hospital la Caleta. Chimbote 2016 [tesis de titulación].Chimbote - Perú: Universidad Nacional del Santa; 2016. [Internet]. Available from: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2584/42714.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación [Internet].México:McGraw – Hill Interamericana;2014 [revisado 16 enero 2021]. Available from: [http://docs.wixstatic.com/ugd/986864\\_5bcd4bbbf3d84e8184d6e10eecea8fa3.pdf](http://docs.wixstatic.com/ugd/986864_5bcd4bbbf3d84e8184d6e10eecea8fa3.pdf)
21. Cruz F, Yañez D, Sánchez N, Villegas E. Estilos de vida en personas con diabetes tipo 2 en la Unidad Médica Rural (UMR) de Sasaltitla, Chicontepec, Ver. [Sede Web]. [acceso el 23 de diciembre de 2020]. [Internet]. Available from: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/2702/2726>

22. Velasco J. La Bioética y el Principio de Autonomía. Revista Facultad de Odontología [revista en Internet] 2013 [acceso 20 diciembre de 2020]; 1(2):72 – 78 Available from: file:///D:/Users/USUARIO/Downloads/1651-4390-1-PB.pdf
23. Aparisi J. Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural. Veritas [revista en Internet] 2010 [acceso 20 diciembre de 2020]; 22:121 – 157. Available from: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-92732010000100006](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-92732010000100006)
24. Arias S, Peñaranda F. La investigación éticamente reflexionada. Rev. Fac. Nac. Salud Pública [revista en Internet] 2015 [acceso 20 diciembre de 2020]; 33(3):444 – 451. Available from: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-386X2015000300015](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2015000300015)
25. Mendoza A. La relación médico paciente: consideraciones bioéticas. Rev Perú Ginecol Obstet [revista en Internet] 2017 [acceso 20 diciembre de 2020]; 63(4):555 – 564. Available from: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-386X2015000300015](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2015000300015)

## **ANEXOS**



## ANEXO A Operacionalización de variables

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE								
VARIABLE	TIPO DE VARIABLE SEGÚN SU NATURALEZA Y ESCALA DE MEDICIÓN	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	NÚMERO DE ÍTEMS E ÍTEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
Estilos de vida	Tipo de variable según su naturaleza: Cualitativa  Escala de medición: Nominal	Los estilos de vida, son conductas o hábitos que que práctica la persona, unas veces es saludable y en otras nocivas, según a ello permitirá tener salud o enfermedad (12).	Son los estilos de vida que tienen los pacientes con diabetes mellitus incluidos en el programa adulto del Hospital Essalud Uldarico Rocca Fernández, los cuales pueden saludables o no saludables, relacionados con hábitos nutricionales, actividad física, consumo de tabaco y alcohol, información sobre la enfermedad, estado emocional y adherencia terapéutica, el cual será medido a	Hábitos Nutricionales	Consumo de alimentos nutritivos y no nutritivos	9 ítems	Estilo de vida favorable  Estilo de vida poco favorable  Estilo de vida desfavorable	Las dimensiones del IMEVID se obtuvieron a partir de las puntuaciones de la escala de Likert con tres alternativas de respuesta. Las puntuaciones son:  Estilo de vida favorable: 81 -100  Estilo de vida poco favorable: 60 -80  Estilo de vida desfavorable: 0 -59
				Actividad física	Práctica y frecuencia de actividad física	3 10,11,12		
				Hábitos nocivos	Consumo de alcohol y tabaco	(4) 13,14,15,16		
				Información sobre diabetes	Interés del paciente en obtener información sobre su enfermedad	(2) 17,18		
				Estado emocional	Estado emocional si es negativo o positivo	(3) 19,20,21		
				Adherencia terapéutica	Paciente sigue las indicaciones médicas.	(4) 22,23,24,25		

			través de un cuestionario Instrumento para Medir el Estilo de Vida en Diabéticos (IMEVID)					
--	--	--	--	--	--	--	--	--

## **Anexo A. Instrumentos de recolección de datos**

### **CUESTIONARIO IMEVID (INSTRUMENTO DE MEDICIÓN DE ESTILO DE VIDA EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2)**

#### **I. PRESENTACIÓN**

Buenos días, soy estudiante de la Universidad María Auxiliadora, estoy realizando un estudio, cuyo objetivo es determinar los estilos de vida en pacientes diabéticos del Hospital II-I de Essalud Uldarico Rocca Fernández. Solicito su colaboración para que nos facilite datos que nos permitirán llegar al objetivo de estudio ya mencionado. Recuerde no hay respuestas correctas o incorrectas. le pido su colaboración asegurándole que sus datos e información brindada se mantendrán en total discreción.

#### **II INSTRUCCIONES**

Le agradeceré que lea cuidadosamente las preguntas y conteste la que usted considere mejor su estilo de vida en los últimos tres meses. Elija una sola opción marcando con una cruz X en el cuadro que contenga la respuesta elegida. Le solicito responder todas las preguntas.

#### **DATOS GENERALES:**

**Edad:** \_años

**Sexo:** Femenino ( ) Masculino ( )

**Estado civil:** ( ) Soltero(a) ( ) Conviviente ( ) Casado(a) ( ) Separado(a) ( ) Divorciado (a) ( ) Viudo(a) ( ) Otros

**Nivel de instrucción:** ( ) Sin instrucción ( ) Inicial ( ) Primaria completa ( ) Primaria Incompleta ( ) Secundaria completa ( ) Secundaria Incompleta ( ) Superior completo ( ) Superior Incompleto

**Ocupación:** ( ) Trabajador estable ( ) Eventual ( ) Sin Ocupación ( ) Jubilado ( ) Estudiante

### III. CUESTIONARIO

**MARQUE UNA SOLA RESPUESTA:**

1	¿Con qué frecuencia come verduras?	Todos los días de la semana	Algunos días	Casi nunca
2	¿Con qué frecuencia come frutas?	Todos los días de la semana	Algunos días	Casi nunca
3	¿Cuántas piezas de pan como al día?	0 a 1	2	3 ó más
4	Cuántas tortillas como al día?	0 a 3	4 a 6	7 o más
5	¿Agrega azúcar a sus alimentos o bebidas?	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente
6	¿Agrega sal a los alimentos cuando los está comiendo?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
7	¿Come alimentos entre comidas?	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente
8	¿Come alimentos fuera de casa?	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente
9	¿Cuándo termina de comer la cantidad servida inicialmente, pide que le sirvan más?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
10	¿Con qué frecuencia hace al menos 15 minutos de ejercicio? (Caminar rápido, correr o algún otro)	3 o más veces por semana	1 a 2 veces	Casi nunca por semana
11	¿Se mantiene ocupado fuera de sus actividades habituales de trabajo?	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
12	¿Qué hace con mayor frecuencia en su tiempo libre?	Salir de casa	Trabajos en casa	Ver televisión
13	¿Fuma?	No fumo	Algunas veces	Fumo diario
14	¿Cuántos cigarrillos fuma al día?	Ninguno	1 a 5	6 o más
15	¿Bebe alcohol?	Nunca	Rara vez por semana	1 vez o más
16	¿Cuántas bebidas alcohólicas toma en cada ocasión?	Ninguna	1 a 2	3 o más
17	¿A cuántas pláticas para personas con diabetes ha asistido?	4 o más	1 a 3	Ninguna
18	Trata de tener información sobre la diabetes?	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
19	¿Se enoja con facilidad?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
20	¿Se siente triste?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
21	¿Tiene pensamientos pesimistas sobre el futuro?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
22	¿Hace su máximo esfuerzo para tener controlada su diabetes?	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca

23	¿Sigue dieta para diabético?	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca
24	¿Olvida tomar sus medicamentos para diabetes o aplicarse insulina?	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre
25	¿Sigue las instrucciones médicas que se les indican para su cuidado?	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca

Gracias por su colaboración

## **Anexo B. Consentimiento informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN MÉDICA**

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

**Título del proyecto:** Estilos de vida en pacientes con diabetes mellitus del programa adulto del hospital de Essalud Uldarico Rocca Fernández-2021

**Nombre del investigador principal:**

MARÍA DEL ROSARIO ZUMAETA RIVERA

**Propósito del estudio:** Determinar los estilos de vida de los pacientes con Diabetes del Programa Adulto del Hospital de Es Salud Uldarico Rocca Fernández

**Beneficios por participar:** Los resultados se utilizarán como evidencia científica, que permitirán promover el cuidado de enfermería en el paciente con diabetes mellitus y fortalecerá la atención de todos los profesionales implicados en incentivar las prácticas de estilos de vida saludables.

**Inconvenientes y riesgos:** Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

**Costo por participar:** Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

**Renuncia:** Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

**Consultas posteriores:** Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede dirigirse al correo electrónico: mariadelrosariozumaeta@gmail.com

**Contacto con el Comité de Ética:** Si usted tuviese preguntas sobre sus derechos como voluntario, o si piensa que sus derechos han sido vulnerados, puede dirigirse al

....., Presidente del Comité de Ética de la ....., ubicada en la ....., correo electrónico: .....

**Participación voluntaria:**

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

**DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO**

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

Nombres y apellidos del participante o apoderado	Firma o huella digital
Nº de DNI:	
Nº de teléfono: fijo o móvil o WhatsApp	
Correo electrónico	
Nombre y apellidos del investigador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono móvil	
Nombre y apellidos del responsable de encuestador	Firma
Nº de DNI	
Nº teléfono	
Datos del testigo para los casos de participantes iletrados	Firma o huella digital
Nombre y apellido:	
DNI:	

Teléfono:	
-----------	--

**\*Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

.....  
Firma del participante