

**UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN**

Escuela de Posgrado

**MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA**

**ESTILO DE VIDA Y AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD  
BUCAL EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL  
PUESTO DE SALUD CALANA, TACNA 2022**

**TESIS**

PRESENTADA POR:

**GERSON ROLANDO PALACIOS MENDOZA**

Para optar el Grado Académico de

**MAESTRO EN CIENCIAS (*MAGISTER SCIENTIAE*)  
CON MENCIÓN EN SALUD PÚBLICA**

**TACNA-PERÚ**

**2024**

# UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Escuela de Posgrado

## MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA

### ESTILO DE VIDA Y AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD BUCAL EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD CALANA, TACNA 2022

Tesis sustentada y aprobada el 28 de diciembre del 2023; estando el jurado calificador integrado por:

PRESIDENTE : .....  
Mgr. Jaime Bárcena Taco

SECRETARIO : .....  
Dr. Alejandro Aldana Cáceres

MIEMBRO : .....  
Mtro. Marian Antonia Anampa Paucar

ASESOR : .....  
Mtro. Marian Antonia Anampa Paucar

## CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, Mtro. Marian Antonia Anampa Paucar, en mi condición de asesora acreditada con Resolución de Escuela de Posgrado N° 10871-2021-ESPG/UNJBG del 21 de diciembre del 2021, del trabajo de tesis titulado: "Estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022", presentado por el Sr. Gerson Rolando Palacios Mendoza, para optar el Grado Académico de Maestro en Ciencias (Magíster Scientiae) con mención en Salud Pública.

Habiendo cumplido con lo establecido en el reglamento de originalidad y de similitud de trabajo de investigación y producción intelectual, considerando que según la revisión, evaluación y análisis realizado a través del software de similitud textual TURNITIN, cuenta con el nivel de similitud permitido cuyo porcentaje es 9%.

Por lo que CERTIFICO LA SIMILARIDAD de la tesis y está de acuerdo con el nivel PERMITIDO, para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio institucional.

Se emite el presente certificado a solicitud del interesado con fines de continuar con los trámites respectivos para la obtención del Grado Académico de Maestro en Ciencias (Magíster Scientiae) con mención en Salud Pública.

Tacna, 13 junio del 2024

FIRMA ASESOR

Nombres y apellidos

Mtro. Marian Antonia Anampa Paucar

DNI N° 44179739



FIRMA TESISTA

Nombres y apellidos

Sr. Gerson Rolando Palacios Mendoza

DNI N° 47416347



## **DEDICATORIA**

A mi madre María y a mi padre Rolando, por haberme brindado su apoyo incondicional durante toda la etapa de la maestría.

A mi hermano Bratzo, por suplirme en las tareas familiares que por motivos académicos y de tiempo no pude realizar.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a todo el personal del Puesto de Salud Calana por haber apoyado la captación de la población estudiada.

A mi asesora, la Mtro. Marian Anampa, por su apoyo y disponibilidad incondicional en todo el proceso de planificación y elaboración de la presente Tesis.

A la Mtro. Karen Paola por guiarme, apoyarme y acompañarme desde el inicio hasta el fin de la obtención del presente grado.

A todos los adultos mayores pertenecientes al Puesto de Salud Calana que participaron en la investigación, espero que este trabajo llegue a ser útil para su bienestar y salud.

## CONTENIDO

DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTOS.....	v
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	7
1.2.1. Problema general.....	7
1.2.2. Problemas específicos.....	7
1.3. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA.....	7
1.3.1. Justificación.....	7
1.3.2. Importancia.....	9
1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES.....	9
1.4.1. Alcances.....	9
1.4.2. Limitaciones.....	10
1.5. OBJETIVOS.....	10
1.5.1. Objetivo general.....	10
1.5.2. Objetivos específicos.....	10
1.6. HIPÓTESIS.....	11
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	12
2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO.....	12
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	12
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	13
2.1.3. Antecedentes locales.....	15

2.2. BASES TEÓRICAS.....	16
2.2.1. Estilo de vida.....	16
2.2.2. Salud Bucal .....	24
2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS .....	32
CAPÍTULO III: MARCO FILOSÓFICO .....	34
CAPÍTULO IV: MARCO METODOLÓGICO .....	36
4.1. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN .....	36
4.2. POBLACIÓN Y MUESTRA .....	36
4.2.1. Población:.....	36
4.2.2. Muestreo: .....	37
4.2.3. Muestra: .....	37
4.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	39
4.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	
41	
4.4.1. Acciones y actividades para la ejecución del proyecto.....	41
4.5. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	47
CAPÍTULO V: RESULTADOS.....	48
5.1. RESULTADOS.....	48
DISCUSIÓN .....	59
CONCLUSIONES .....	63
RECOMENDACIONES .....	64
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	66
ANEXOS.....	76

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.....	48
Tabla 2 Estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.....	50
Tabla 3 Autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al puesto de salud Calana, Tacna 2022 .....	52
Tabla 4 Autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022 .....	54
Tabla 5 Prueba de normalidad .....	57
Tabla 6 Relación entre estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022 .....	58

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.....	49
Figura 2 Estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.....	51
Figura 3 Autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022 .....	53
Figura 4 Autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022 .....	55

## RESUMEN

Actualmente existe un incremento progresivo de la esperanza de vida a nivel mundial, lo que ha ocasionado nuevos retos para conservar la salud bucal y general de los adultos mayores. **Objetivo**, determinar si existe relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022. **Metodología**, estudio de tipo básico o puro, de nivel relacional y diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 246 adultos mayores pertenecientes al Puesto de Salud Calana, a quienes se les aplicó dos instrumentos. **Resultados**, para la variable estilo de vida, el 78,46 % de la población presentó estilo de vida no saludable, y saludable el 21,54 %; según dimensiones del estilo de vida, para la mayoría de dimensiones, entre el 91,87 % al 66,26 % de la población resultó no saludable, excepto en la dimensión apoyo interpersonal con solamente 30,49 % no saludable; para la variable autopercepción de la salud bucal, el 68,70 % de la población auto percibe como bajo, el 27,24 % moderado y alto tan solo el 4,07 %; según dimensiones de autopercepción de la salud bucal, en la dimensión psicosocial el 17,89 % de la población fue alto, a diferencia de las dimensiones dolor y función física en las que solamente el 6,10 % y 4,07 % fueron altos respectivamente; para evaluar la relación entre ambas variables se utilizó la prueba estadística Rho de Spearman, encontrándose que existe relación con un p-valor significativo de 0,000 en las variables estilo de vida y autopercepción de salud bucal, con una fuerza de correlación de 0,413. **Conclusión**, existe relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

**PALABRAS CLAVE:** Adulto mayor, autoimagen, estilo de vida, población, salud bucal.

## ABSTRACT

Currently there is a progressive increase in life expectancy worldwide, which has caused new challenges to maintain oral and general health of older adults. **Objective**, to determine if there is a relationship between lifestyle and self-perception of oral health in older adults who attend the Calana Health Post, Tacna 2022. **Methodology**, basic or pure type study, relational level and non-experimental design. The sample consisted of 246 older adults belonging to the Calana Health Post, two instruments were applied. **Results**, for the lifestyle variable, 78,46 % of the population had an unhealthy lifestyle, and 21,54 % had a healthy lifestyle; according to lifestyle dimensions, for most dimensions, between 91,87 % to 66,26 % of the population was unhealthy, except in the interpersonal support dimension with only 30,49 % unhealthy; for the variable self-perception of oral health, 68,70% of the population perceived it as low, 27,24 % as moderate, and only 4,07 % as high; according to dimensions of self-perception of oral health, in the psychosocial dimension 17,89 % of the population was high, unlike the pain and physical function dimensions in which only 6,10 % and 4,07 % were high respectively; to evaluate the relationship between both variables, Spearman's Rho statistical test was used. It was found that there is a relationship with a significant p-value of 0,000 in the variables of lifestyle and self-perception of oral health, with a correlation strength of 0,413. **Conclusion**, there is a relationship between lifestyle and self-perception of oral health in older adults who attend the Calana Health Post, Tacna 2022.

**KEY WORDS:** Older adults, self-image, lifestyle, population, oral health.

## INTRODUCCIÓN

El aumento en la esperanza de vida ha dado lugar al crecimiento de la población adulto mayor en todo el mundo (1). La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha identificado estos incrementos demográficos como un desafío significativo que plantea nuevos retos en la preservación de la salud bucal de las personas mayores. El estilo de vida de esta población, siendo un determinante de la salud, se convierte en un factor de gran relevancia en este contexto (2).

La evaluación de la salud bucal no se limita exclusivamente a exámenes clínicos, sino que también se realiza a través de la autopercepción de la salud oral, utilizando índices específicos (3). Siendo fundamental comprender cómo las personas mayores piensan, se comportan y se relacionan con otros individuos, ya que la autopercepción engloba los conceptos internamente conscientes y organizados que una persona tiene sobre sí misma (4).

Por otra parte, el concepto de estilo de vida se enfoca en identificar las causas que potencialmente favorezcan el deterioro de la salud general y, en consecuencia, desencadenar enfermedades, contribuyendo al deterioro de la salud bucal y su autopercepción. Esto implica considerar aspectos como la alimentación, la frecuencia de las comidas, la actividad física y la cantidad de ejercicio, la gestión del estrés, el consumo de sustancias nocivas, las relaciones interpersonales y la calidad del sueño (5).

Estos factores mencionados tienen el potencial de ejercer un impacto adverso en la salud bucal, afectando diversos aspectos que abarcan desde la función física y masticatoria hasta la apariencia, la fonación y la satisfacción con la autoestima personal. A raíz de esto, se puede observar una correlación bidireccional entre dichos componentes de la salud bucal, es por ello que se tiene

como finalidad determinar si existe relación entre el estilo de vida con la autopercepción de la salud bucal de los adultos mayores (6).

El presente estudio se compone de seis capítulos que se describen de la siguiente manera:

#### Capítulo I: Planteamiento del Problema

Este capítulo aborda la descripción y formulación del problema de investigación, destacando su importancia y justificación, así como los alcances y limitaciones. También se presentan los objetivos e hipótesis del estudio.

#### Capítulo II: Marco Teórico

En este capítulo se desarrolla el marco teórico, que incluye los antecedentes del estudio y la parte teórica de las variables de investigación, además de la definición de los términos relevantes.

#### Capítulo III: Marco Filosófico

Este capítulo se dedica a explorar el marco filosófico que sustenta el estudio.

#### Capítulo IV: Metodología

Se detalla el tipo de metodología empleada, se define la población de estudio y se describen sus características. Además, se explica la técnica de recolección de datos utilizada y se aborda el procesamiento y análisis de la información recopilada.

## Capítulo V: Resultados e Hipótesis

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos en el estudio y se realiza la contrastación de las hipótesis planteadas en la investigación.

## Capítulo VI: Discusión de Resultados

Este capítulo se dedica a la discusión en profundidad de los resultados obtenidos en el estudio.

Además de los seis capítulos mencionados, se incluyen las conclusiones a las que se ha llegado, las recomendaciones sugeridas, las referencias bibliográficas utilizadas y los anexos.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

La autopercepción de la salud es una concepción personal y subjetiva resultante de la interrelación de diversos factores: biológicos, sociales y psicológicos; los cuales proporcionan una evaluación de manera única y propia del estado de salud general de la persona (7). La Real Academia Española (RAE), define la percepción como “sensación interior que resulta de una impresión material producida en los sentidos corporales” (8), la OMS establece que las personas auto perciben su propia vida en el contexto de la cultura y el sistema de valores en los cuales vive en relación con sus objetivos, expectativas, patrones, preocupaciones y salud (9).

Por otro lado, gracias a los avances de la ciencia, tecnología y los nuevos conocimientos que se van alcanzando en el área de la salud, es evidente que se está teniendo un aumento en la esperanza de vida en todo el mundo. Por lo general, en países que han alcanzado un alto grado de desarrollo, se ha observado que la esperanza de vida incrementa mientras la tasa de natalidad disminuye, lo que conlleva a una problemática en la actualidad: el envejecimiento de la población (10). La OMS ha reconocido que estos incrementos ocasionarán nuevos retos para mantener la salud bucal de los adultos mayores (2). A su vez, diversos estudios dan a conocer que los adultos mayores están auto percibiendo su salud bucal deteriorada, pudiendo esto generar distintas limitaciones y problemas relacionadas con la salud, de la cual existe poca evidencia que relacione el estilo de vida y la autopercepción de la salud.

Al analizar la autopercepción de la salud bucal de los adultos mayores, se encontraron estudios a nivel mundial como el realizado en Portugal donde se analizó a 369 ancianos con una edad media de 74,2 años, obteniéndose una autopercepción moderada de la salud bucal (11). De manera similar, en el Reino Unido se estudiaron a 1277 ancianos, mayores de 65 años, en los que se encontró que la autopercepción de la salud bucal deteriorada se relaciona a enfermedades como caries activa o las consecuencias de éstas al no ser tratadas (1).

En Sudamérica, Brasil, se encontró que de 583 pobladores de Rio Grande do Sul, el 53,1 %, autoevaluaron su salud bucal mala (12). En Colombia se estudió a 292 pacientes en los que encontró que perciben su salud bucal como baja (13). También en Perú se han realizado estudios, en Lima se evaluó a 69 pacientes, donde se encontró que la autopercepción de salud bucal era mala (14). En La Libertad, de 1110 adultos mayores, la mayoría percibió su salud bucal como no saludable (15). En Huancavelica, encontraron que la tercera parte de su población auto percibieron su salud bucal como mala (16). Y en Tacna, de 63 adultos mayores, el 77,8 % presentaban según su autopercepción, una mala salud bucal. (17).

A su vez, según la OMS, el 60 % de los factores relacionados con la salud bucal y general, están relacionados con el estilo de vida, por ello, en las últimas décadas, ha ido en aumento el interés de los investigadores con respecto al estilo de vida como factor importante de salud (18). Así mismo, estudios recientes asociaron de manera sinérgica la variación de los comportamientos y factores individuales de adultos mayores con su autopercepción de la salud bucal. Sin embargo, se tiene poco conocimiento acerca de la manera en que las variaciones en los estilos de vida podrían afectar la experiencia y percepción propia de la salud bucal.

No se han encontrado estudios que relacionen directamente ambas variables en la población adulto mayor, pero si un estudio, el cual evalúa a adultos en general. Espinoza (19), afirma la existencia de una correlación positiva al evaluar la autopercepción de la salud bucal (GOHAI) y estilos de vida. Además, otros estudios evaluaron la relación de autopercepción de salud bucal con las dimensiones del estilo de vida: Hussain (20) y Garnique (21) hallaron relación entre la autopercepción de salud bucal mala con algunas dimensiones del estilos de vida negativos como por ejemplo ser fumador y no buscar atención en los servicios de salud; Alcaina (23) encontró relación significativa con el tipo de alimentación, actividad física, responsabilidad en salud y relaciones intrapersonales; por el contrario, Peramas (22), no encontró una asociación estadísticamente significativa con la alimentación y Bordin (24), encontró una alta relación con los malos hábitos de higiene oral. También, se le asocia a factores biológicos, a determinantes sociales individuales y contextuales. Concluyendo que es necesario evaluar a los estilos de vida como variable y encontrar la relación que existe con la autopercepción de la salud bucal en la población de adultos mayores (25).

Por lo tanto, el problema del presente estudio se enfoca en buscar la relación entre las variables estilo de vida y su relación con la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores, siendo una población que representa un elevado porcentaje y que va en aumento en el distrito de Calana, enfocándose en el área de la salud pública y la prevención de patologías de la cavidad oral, considerándose como una de las fundamentales prioridades respecto a las estrategias públicas y sanitarias del Ministerio de Salud (MINSA), como son: la etapa de vida del adulto mayor y la estrategia de salud bucal.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. Problema general**

- ¿Existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?
- ¿Cuál es el estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?
- ¿Cuál es la autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?
- ¿Cuál es la autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?

## **1.3. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

### **1.3.1. Justificación**

#### *1.3.1.1. Justificación Teórica*

Este estudio se justifica teóricamente, debido a la falta de investigaciones previas que aborden la relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en la población adulto mayor de Calana. La ausencia de datos y evidencia científica en estos temas subraya la necesidad de llevar a cabo esta investigación para llenar un vacío en la literatura científica y contribuir al conocimiento en el campo de la salud en adultos mayores.

#### *1.3.1.2. Justificación Práctica*

Desde un punto de vista práctico, este estudio es relevante porque se tiene acceso a las unidades de estudio en el Puesto de Salud Calana, así como a los recursos humanos y financieros necesarios; esta accesibilidad facilita la realización de la investigación y la recopilación de datos. Los resultados de este estudio pueden tener un impacto directo en la mejora de los servicios de salud para la población adulto mayor en Calana, permitiendo la implementación de estrategias efectivas para abordar las necesidades de salud.

#### *1.3.1.3. Justificación Metodológica*

Desde una perspectiva metodológica, se obtendrá información relevante acerca de los estilos de vida y autopercepción de la salud bucal, mediante la aplicación de instrumentos válidos y confiables, obteniéndose nuevos conocimientos y datos que podrán ser utilizados en futuras investigaciones para ser contrastados y replicados en realidades distintas.

#### *1.3.1.4. Justificación Social*

Esta investigación también tiene una relevancia social significativa, ya que el conocimiento de la relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores beneficiará a la comunidad local. Los resultados de este estudio pueden utilizarse para mejorar los servicios de salud y las intervenciones dirigidas a la población adulto mayor en Calana, lo que a su vez puede contribuir a una mejor salud para este grupo.

### **1.3.2. Importancia**

La importancia de esta investigación radica en su carácter pionero en la provincia de Tacna, donde no se ha llevado a cabo un estudio similar enfocado en la población adulto mayor del distrito de Calana. Dado el considerable número de adultos mayores en el distrito y el aumento de enfermedades en esta etapa de la vida, esta investigación busca evidenciar la relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en esta población. Los resultados de este estudio no solo tienen un valor científico al llenar un vacío en la literatura científica, sino que también tienen una relevancia práctica al proporcionar información valiosa para la mejora de los servicios de salud destinados a los adultos mayores en Calana. Además, esta investigación puede influir en la toma de decisiones y en la creación de estrategias que impacten positivamente en la salud de esta creciente parte de la población.

## **1.4. ALCANCES Y LIMITACIONES**

### **1.4.1. Alcances**

El alcance de este estudio se centra en la población de adultos mayores del Puesto de Salud Calana, lo que permite una comprensión más precisa de su estilo de vida deficiente y su percepción negativa de la salud bucal. Los resultados obtenidos tienen la capacidad de orientar la planificación de estrategias más efectivas en la promoción de la salud general de los adultos mayores, con un enfoque especial en la salud bucal.

### **1.4.2. Limitaciones**

Una limitación importante en la presente tesis fue evitar la aglomeración de personas durante el llenado de los instrumentos, a causa, de que la ejecución se realizó cuando aún se estaba en etapa de emergencia del COVID-19, estando indicado el distanciamiento social como medida de seguridad. Esto llevó a que la aplicación de los cuestionarios sea de manera individual dentro del Puesto de Salud Calana, siguiendo estrictamente las medidas de bioseguridad correspondientes para garantizar la salud tanto del investigador, como de la población investigada.

## **1.5. OBJETIVOS**

### **1.5.1. Objetivo general**

- Relacionar estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

### **1.5.2. Objetivos específicos**

- Determinar el estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.
- Determinar el estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.
- Determinar la autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.
- Determinar la autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

## **1.6. HIPÓTESIS**

- H1: Existe relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.
- H0: No existe relación entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. ANTECEDENTES DEL ESTUDIO

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

**Suárez, D.** (26) “Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela Virgen del Carmen – Santa Elena 2021”, Ecuador. Se evaluó a 45 adultos mayores utilizando el instrumento Escala de estilo de vida modificado por Delgado, encontrando como resultado que el 78 % posee un estilo de vida no saludable a diferencia del 22 % de los estudiados, los cuales mantienen los estilos de vida saludable, lo que indica que los adultos mayores poseen estilos de vida no saludables lo cual ocasiona aún más problemas y enfermedades para este grupo longevo. Finalmente se concluyó que varios factores como el tipo de alimentación deficiente, la poca o nula actividad física, las condiciones del medio que los rodea y el vínculo social, no llegarían a ser suficientes para poder vivir saludablemente.

**Batista, et al.** (27) “Autopercepción y condición de salud bucal en el anciano”, Brasil 2019. Tuvo como instrumento al cuestionario GOHAI y cuestionario acerca de factores relacionados a prótesis dental, cáncer oral y datos socioeconómicos. Se evaluó a 63 ancianos de 60 años o más. En cuanto los resultados según el GOHAI, se verificó que el 47,6 % presentó baja percepción de la salud oral. Además, se obtuvieron grados de asociación entre el GOHAI con la última fecha de consulta con el odontólogo, adaptación de la prótesis dental y las lesiones bucales, obteniéndose un p-valor < 0,05. Se concluye que la salud bucal auto percibida y el estado de salud bucal en que se encuentran los pacientes ancianos evaluados se consideraron deficiente.

**Ponce, et al. (28)** “Prevalencia de hipertensión arterial y estilos de vida en adultos mayores”, Ecuador 2020. Metodología: estudio descriptivo de corte transversal. De una población de 500 pacientes hipertensos diagnosticados, se trabajó con una muestra de 126 adultos mayores de 60 a 90 años de edad. Resultados: Los resultados precisaron prevalencia del adulto mayor de 75 a 90 años, de sexo femenino, de convivencia con otros miembros de la familia, hipertensión arterial grado 2, y que el 55,55 % (70) presenta un estilo de vida saludable, el 25,40 % (32) poco saludable, y el 19,04 % (24) muy saludable. Conclusiones: Se requiere estudiar otros factores modificables y no modificables que puedan estar influyendo en la salud de los adultos mayores y continuar con la educación del paciente y de su familia, factor esencial para mantener un adecuado estilo de vida y control de la enfermedad.

**Cárdenas, et al. (3)** “Autopercepción de la salud oral en adultos mayores en la Ciudad de México”, 2017. Fue un estudio de tipo: transversal con datos acerca de salud, dependencia, consulta por el servicio de odontología, uso de prótesis dentales y autopercepción de la salud oral. Con una muestra de 1252 adultos mayores de 60 años a más. Se calcularon las medias de autopercepción con el instrumento GOHAI. Obteniéndose como resultados: la edad promedio de la población fue de  $68,23 \pm 7,0$ , de los cuales el 60,5 % fue de sexo femenino. El 39,0 % de las personas estudiadas indicaron que tenía una buena percepción de su salud bucal, mientras que el 56,8 % regular y solo el 4,2 % como mala. Se concluyó: el concepto de calidad de vida incorpora esencialmente la autopercepción de la salud oral del paciente como una necesidad en la evaluación de resultados en salud.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

**Huamán, F. (29)** “Información preventiva sobre hipertensión arterial y estilo de vida, en adultos mayores del Centro de Salud los Aquijes, Ica 2019”. Metodología: Estudio descriptivo, cuantitativo, transversal, diseño correlacional;

la muestra estuvo conformada por 97 adultos mayores, aplicando la técnica de encuesta y un cuestionario de estilo de vida validado por expertos. Resultados: Los adultos mayores tienen un estilo de vida regular 72,1 %, malo 15,5 %, y bueno 12,4 %. Por dimensiones el estilo de vida es regular en alimentación 60,8 %, actividad física 74,2 %, consumo de sustancias nocivas 80,4 %, y responsabilidad por la salud 79,4 %. No existe relación significativa entre la información preventiva y el estilo de vida que practican los adultos mayores del Centro de Salud Los Aquijes, Ica 2019, al encontrarse un valor  $p=0,080$  según la prueba de Chi cuadrado. Conclusiones: La información preventiva sobre hipertensión arterial es de nivel medio y el estilo de vida es regular. Se acepta la hipótesis nula, al no encontrar relación entre ambas variables.

**Peralta, M.** (30) “Relación entre la salud bucal y su autopercepción, en adultos mayores de una clínica geriátrica de Huancayo – 2018”. Estudio de tipo no experimental, básica, de nivel y diseño correlacional. La población y muestra estuvo conformada por 190 adultos mayores de 68 a 102 años de edad, el muestreo fue no probabilístico. Se utilizó el cuestionario de autopercepción de la salud bucal GOHAI. Se encontró una autopercepción de calidad de vida asociada a la salud dental de 80,5 % de percepción regular. Conclusión existe una correlación inversa y baja, estadísticamente significativa que se da en la variable salud bucal y la autopercepción de la salud bucal.

**Orna, J.** (31) en su estudio “Salud bucal relacionada con la calidad de vida en los adultos mayores de 65 a 70 años en el Centro Médico del Adulto Mayor – ANCIJE - ESSALUD 2018” Lima, la metodología fue de nivel descriptivo, transversal y observacional. La cantidad de pacientes evaluados fue la totalidad de los 150 pacientes. Como resultado se demostró que, de acuerdo con el GOHAI, un 84,0 % de la población percibió tener regular calidad de vida, un 10,7 % percibió como buena a su calidad de vida y en menor cantidad el 5,3 % auto

percibió poseer mala calidad de vida. En conclusión, se obtuvo que existe relación entre calidad de vida y salud bucal en los adultos mayores.

**Vásquez, R.** (32) “Teoría de Dorotea Orem en autocuidado y estilos de vida del adulto mayor en el centro del adulto mayor y programa de hipertensión arterial del Hospital II – ESSALUD – Huaraz”. Metodología: descriptivo correlacional, diseño no experimental, transversal. Muestra: 80 adultos mayores del Centro Adulto Mayor y 100 del Programa de Hipertensión Arterial. Para la recolección de la información se utilizó: la escala de requisitos de autocuidado y la escala de estilos de vida modificado por Delgado. Se aplicó la Prueba de Independencia de Criterios Chi cuadrado. Concluyendo que: más de la mitad de los adultos mayores, del CAM y programa de HTA tienen adecuado cumplimiento de los requisitos de autocuidado. El 76,25 % de los adultos mayores del CAM tienen estilos de vida saludables y el 23,75 % no saludable; El 62 % de los adultos mayores del programa de HTA tienen estilo de vida saludable y 38 % no saludable. No existe relación estadísticamente significativa entre autocuidado y estilo de vida de adultos mayores del CAM. Existe relación estadísticamente significativa entre el autocuidado y el estilo de vida de los adultos mayores del Programa de HTA.

### **2.1.3. Antecedentes locales**

**Lévano, C.** (33) “Relación de calidad de vida y salud bucal de los adultos mayores de los albergues de la ciudad de Tacna, 2018”. Se tuvo como muestra a 63 adultos mayores de 60 años a más, los cuales se evaluaron por medio del Índice CPOD y GOHAI. Se realizó el método estadístico Chi cuadrado con significancia al 95 %. Se obtuvieron como resultados: el 77,8 % de la población estudiada encuentra como baja a la calidad de vida relacionada a su salud oral y el 22,2 % alta. Como conclusión: No existe relación significativa, pero si se

encontró que el aumento del valor CPOD va a disminuir la calidad de vida del adulto mayor relacionada a la salud bucal.

**Hoyos, K.** (34) “Nivel de calidad de vida oral de los adultos mayores en el Centro de atención residencial San Pedro, Tacna-2018”. Fue un estudio de tipo descriptivo y con corte transversal, se tuvo como muestra a 33 personas, se utilizó el Índice de autopercepción de la salud oral geriátrico (GOHAI). Como resultados en la dimensión función física del índice GOHAI se encontró que 73,25 % de los adultos mayores presentaron mayor respuesta, además, se encontró que la autopercepción en salud bucal era alta con 7,23 %, moderada con 14,47 % y baja con 78,30 %. En conclusión: El nivel de calidad de vida oral de los adultos mayores del “Centro de Atención Residencial San Pedro” es bajo.

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1. Estilo de vida**

Lalonde, M., resalta la importancia del estilo de vida como un factor crucial en el ámbito de la salud. Se ha demostrado que el estilo de vida puede ejercer una influencia significativa en la salud de las personas, pudiendo incluso llegar a causar daños. Un estilo de vida adecuado puede contribuir a mantener un nivel de salud favorable, mientras que un estilo de vida desfavorable puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades y afectar la salud en general.

En este sentido, el campo de las ciencias de la salud desempeña un papel fundamental al proporcionar a los individuos las herramientas y el conocimiento necesarios para adoptar un estilo de vida saludable. Esto se logra a través de diversas áreas de estudio, como la biología humana, la comprensión de la población circundante y el entorno en el que se desenvuelven las personas.

Además, la implementación de políticas de atención médica desempeña un papel crucial en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades (35).

Lalonde M., también refiere que el estilo de vida está representado mediante acciones y decisiones que tienen las personas respecto a su salud, acciones y decisiones de las que se tiene cierto nivel de autocontrol. Las decisiones incorrectas junto a maneras perjudiciales en que se cuida una persona conllevarán a promover ciertos peligros causados por sí mismos. Si estos peligros llegan a afectar de manera severa pudiendo causar enfermedades o hasta el fallecimiento, se puede aseverar que su estilo de vida de la víctima influyó a que éstas ocurran (36).

Según Maya L., indica que los estilos de vida saludables son un conjunto de características sociales, tradiciones heredadas, y hábitos de comportamientos tanto de la persona como de la sociedad que encaminan a la satisfacción de los requerimientos de las personas para poder conseguir el bienestar de la salud y vida, lográndose así obtener un correcto sentido promoviendo mejores planes para su vida (37).

Para Martinez el estilo de vida es “un patrón multidimensional de comportamiento en el que una persona se involucra a lo largo de su vida y tiene un impacto directo en su salud”. En el cual se puede distinguir tres áreas como son: experiencias y características individuales, efectos y condiciones conductuales definidos y resultados conductuales.

Según Pino J., define al estilo de vida como “una conducta relacionada con la salud de carácter consistente que está posibilitada o restringida por la situación social de un individuo y sus condiciones de vida” (38).

Desde el punto de vista del enfoque personológico como conceptualización del estilo de vida, indica que se entienda como las cualidades de su expresión externa de la persona, conformado por componentes funcionales y estructurales externos a la persona que forman parte de la expresión psicológica paralelamente a la manera de vida del individuo (37).

El estilo de vida no solamente previene o protege de la enfermedad física, sino que también considera aspectos de la salud psicológica y los comportamientos, actitudes y valores que son característicos de la personalidad general de cada individuo. La persona en el rostro considera un conjunto de condiciones de vida. Permitirles adaptarse al medio ambiente de manera saludable y desarrollarse de manera integral. La manera del comportamiento es fundamental e importante para lograr el bien de las personas, tanto en el enfoque físico como psicológico.

#### *2.2.1.1. Dimensiones de estilo de vida*

### **Alimentación saludable**

La nutrición variada desempeña un papel fundamental en el suministro de energía y nutrientes esenciales necesarios para mantener una buena salud y mejorar la calidad de vida a lo largo de toda la vida. Los nutrientes esenciales incluyen proteínas, lípidos, carbohidratos, vitaminas, minerales y agua, y cada uno de ellos cumple una función vital en el funcionamiento del cuerpo humano.

- **Proteínas:** Son fundamentales para el crecimiento y la reparación de tejidos, así como para la producción de enzimas y hormonas.
- **Lípidos:** Proporcionan energía, actúan como aislantes térmicos y son componentes clave de las membranas celulares.

- Carbohidratos: Son una fuente principal de energía, especialmente para el cerebro y los músculos.
- Vitaminas y minerales: Desempeñan un papel crucial en una variedad de funciones corporales, como la inmunidad, la salud de la piel y la visión, entre otros.
- Agua: Es esencial para la hidratación y para mantener las funciones metabólicas y celulares adecuadas.

Una alimentación saludable que incluye una variedad de alimentos ricos en estos nutrientes esenciales ayuda a prevenir una serie de enfermedades y trastornos, como la desnutrición, la obesidad, las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión, la diabetes, la osteoporosis, la anemia y algunos tipos de cáncer. Además, promueve el bienestar general y contribuye a un sistema inmunológico fuerte.

Es importante destacar que una dieta equilibrada y variada es esencial para mantener una buena salud a lo largo de toda la vida, y que las necesidades nutricionales pueden variar según la edad, el sexo, la actividad física y otras circunstancias individuales. Por lo tanto, es recomendable consultar a un profesional de la salud o un dietista registrado para obtener orientación personalizada sobre la nutrición adecuada (39).

### **Actividad y ejercicio**

La actividad física es un componente esencial para mantener una buena salud. Se refiere a cualquier movimiento del cuerpo que implica la contracción de los músculos y conlleva un gasto de energía. Cuando esta actividad se lleva a cabo de manera estructurada, planificada y repetitiva con el objetivo de mantener o mejorar la salud, se conoce como "ejercicio".

La combinación de ejercicio regular y una alimentación saludable es fundamental para el mantenimiento y la promoción de la salud a lo largo de la vida. El ejercicio aporta una serie de beneficios para el cuerpo, que incluyen:

- Mejora de la digestión: El ejercicio puede estimular la función gastrointestinal y ayudar en la regularidad del tránsito intestinal.
- Salud cardiovascular: El ejercicio fortalece el sistema circulatorio, mejora la circulación sanguínea y puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, como la hipertensión y las enfermedades del corazón.
- Salud ósea: El ejercicio de carga, como el levantamiento de pesas o ejercicios de resistencia, contribuye a la salud ósea, fortaleciendo los huesos y reduciendo el riesgo de osteoporosis.
- Aporte energético y de nutrientes: El ejercicio regular puede mejorar la utilización de nutrientes y la eficiencia energética del cuerpo, lo que ayuda a mantener un equilibrio adecuado de energía y nutrientes.
- Mantenimiento del peso: El ejercicio contribuye a la quema de calorías y puede ayudar en la gestión del peso, previniendo la obesidad.
- Bienestar mental: La actividad física también tiene beneficios psicológicos, como la reducción del estrés y la mejora del estado de ánimo.

La combinación de ejercicio y una dieta equilibrada promueve un estilo de vida saludable y puede prevenir una serie de enfermedades crónicas, como la diabetes tipo 2. Es importante destacar que la cantidad y el tipo de ejercicio adecuado pueden variar según la edad, la condición física y los objetivos

individuales, por lo que es recomendable consultar a un profesional de la salud o un entrenador personal para obtener una orientación personalizada (40).

### **Manejo del estrés**

Lo que estás describiendo se relaciona con el concepto de "estrategias de afrontamiento" o "estrategias de adaptación". Estas estrategias se refieren a los esfuerzos cognitivos y de comportamiento que una persona emplea de manera constante y adaptable para enfrentar situaciones estresantes o desafiantes, con el objetivo de reducir la intensidad de la respuesta emocional, modificar las demandas del entorno o cambiar la percepción de la situación (41).

Las estrategias de afrontamiento pueden variar según la persona y la situación. Algunas personas pueden recurrir a estrategias de afrontamiento activas, como la resolución de problemas o la búsqueda de apoyo social, mientras que otras pueden utilizar estrategias de afrontamiento pasivas, como la evitación o la negación. La elección de una estrategia de afrontamiento particular puede depender de la naturaleza del desafío, la personalidad de la persona y sus recursos emocionales y cognitivos (42).

El objetivo de estas estrategias es ayudar a las personas a lidiar con el estrés, la ansiedad, la presión o las situaciones difíciles de una manera adaptativa, para reducir la angustia y promover el bienestar emocional. Sin embargo, la efectividad de las estrategias de afrontamiento puede variar, y a veces es importante aprender a utilizar estrategias más saludables y efectivas para abordar los desafíos de la vida (41).

### **Apoyo interpersonal**

El apoyo social se refiere a la red de recursos humanos y materiales disponibles para un individuo o una familia con el fin de afrontar y superar crisis o situaciones

difíciles, como enfermedades, rupturas familiares, dificultades económicas, entre otras. Estas redes de apoyo social desempeñan un papel crucial en el bienestar emocional y la capacidad de adaptación de las personas. Las redes de apoyo social pueden incluir:

- Familia: La familia suele ser una fuente de apoyo fundamental. Los miembros de la familia pueden brindar apoyo emocional, práctico y económico en momentos de necesidad.
- Amigos y allegados: Las amistades cercanas y las relaciones personales son otra parte importante de la red de apoyo social. Los amigos y allegados pueden proporcionar apoyo emocional, compañía y consejos.
- Vecinos: En algunas comunidades, los vecinos cercanos pueden formar parte de la red de apoyo social. Pueden ofrecer ayuda en situaciones de emergencia o simplemente ser una fuente de apoyo social.
- Compañeros de trabajo: Las relaciones en el entorno laboral también pueden ser una fuente de apoyo social. Los compañeros de trabajo pueden brindar apoyo emocional y a veces colaboración en situaciones de trabajo.
- Compañeros espirituales: Para algunas personas, la comunidad religiosa o espiritual a la que pertenecen puede ser una fuente significativa de apoyo social. Compartir creencias y valores comunes puede ser reconfortante y proporcionar apoyo emocional.

El apoyo social es esencial para el bienestar psicológico y físico, ya que puede reducir el estrés, aumentar la resiliencia y mejorar la capacidad de afrontar desafíos. Las personas que cuentan con una sólida red de apoyo social a menudo tienen un mejor manejo de situaciones difíciles y una mayor calidad de

vida. Por lo tanto, fomentar y mantener conexiones con estas redes de apoyo es importante para la salud mental y emocional (42).

### **Autorrealización**

Lo que estás describiendo se asemeja a la noción de "autorrealización" o "realización personal". La autorrealización es un concepto que proviene de la psicología humanista, en particular de la teoría de Abraham Maslow, quien la incluyó en su famosa jerarquía de necesidades.

La autorrealización se refiere a la aspiración de una persona a alcanzar su máximo potencial, desarrollar sus talentos, expresar su creatividad, lograr un sentido de propósito en la vida y convertirse en la mejor versión de sí misma. En otras palabras, implica la búsqueda de la plenitud y la satisfacción personal a través del crecimiento y el desarrollo personal.

Este concepto destaca la idea de que cada individuo tiene un potencial único y valioso que puede ser cultivado a lo largo de su vida. Para alcanzar la autorrealización, las personas buscan oportunidades de aprendizaje, desarrollo personal y logro de objetivos tanto en el ámbito personal como profesional.

La autorrealización no se trata solo de logros materiales, sino también de un sentido profundo de cumplimiento y autenticidad en la vida. En última instancia, es un ideal al que muchas personas aspiran en su búsqueda de una vida significativa y satisfactoria (43).

### **Responsabilidad en salud**

Lo que estás describiendo se relaciona con la toma de decisiones informadas y la responsabilidad personal en relación con la salud. Implica elegir conscientemente opciones que sean beneficiosas y saludables en lugar de

aquellas que puedan representar riesgos para la salud. Aquí hay algunos puntos clave relacionados con esta idea:

- **Elecciones saludables:** Se refiere a tomar decisiones conscientes que promuevan la salud y el bienestar en lugar de opciones que puedan ser perjudiciales. Esto podría incluir decisiones sobre la alimentación, la actividad física, el consumo de sustancias, la gestión del estrés y otras áreas de la vida.
- **Control de riesgos:** Reconocer que tenemos la capacidad de influir en factores de riesgo relacionados con nuestra herencia genética, entorno y estilo de vida. Esto implica asumir la responsabilidad de tomar medidas para reducir riesgos para la salud siempre que sea posible.
- **Conciencia de hábitos y dependencias:** Ser consciente de los hábitos y comportamientos que pueden representar riesgos para la salud. Esto puede incluir la identificación de adicciones o dependencias perjudiciales y tomar medidas para abordarlas.
- **Reflexión y transformación:** Significa tomar un tiempo para reflexionar sobre nuestras vidas desde una perspectiva de salud y bienestar. Si identificamos hábitos negativos o conductas de riesgo, se trata de hacer un esfuerzo consciente y dirigido para cambiarlos en favor de hábitos más saludables y positivos (40).

### **2.2.2. Salud Bucal**

Está definida la salud bucodental como la ausencia de dolor orofacial, infecciones, caries, llagas bucales, y enfermedad periodontal (44). Denominada como área determinante de la salud integral de cada persona, en el caso de los adultos mayores, no solamente tienen como objetivo el poder alimentarse o

comer de una manera satisfactoria, también desean tener una buena fonación y comunicación correcta, una apariencia física estéticamente aceptable y más que todo conservar un adecuado estilo y calidad de vida según su edad (45).

Así sea correcto o incorrecto la situación de la salud bucal, los resultados se ven expresados en la forma en que se exterioriza el estado de ánimo y autoestima del individuo. Se dan situaciones en las cuales las patologías sistémicas se exteriorizan y entran en relación con el estado de salud de la cavidad oral (46).

Las patologías orales por su prevalencia e incidencia se presentan con mayor cantidad en las patologías crónicas del cuerpo en general, lo cual produce un aumento en la cantidad de necesidades y problemas que presenta la población respecto a su salud bucal, aumentando los costos y presupuestos del tratamiento en la población. La salud integral de los adultos mayores está relacionada con la deficiente salud bucal, lo cual ha dado motivo para gran número de investigaciones relacionando estas dos áreas logrando así estudios que tratan acerca de:(46)

- Gran cantidad de dientes perdidos.
- Aumento de lesiones cariosas.
- Higiene bucal deficiente produciéndose cálculo dental.
- Enfermedades periodontales y retracción gingival.
- Prótesis parciales y totales removibles desadaptadas.
- Xerostomía por disminución de la producción salival.
- Patologías como tumores benignos o malignos vinculados al cáncer bucal.

Las patologías y problemáticas bucales ya mencionadas, presentan un elevado porcentaje en las personas adultos mayores a comparación con otros

grupos etarios, causando muchas limitaciones y dificultades los cuales afectan su correcta nutrición causando pérdida de peso, inadecuada comunicación, disminuyendo su autoestima y su percepción del bienestar general de su cuerpo, viéndose afectados al no poder realizar sus actividades cotidianas de una manera en los cuales no se sientan reprimidos consigo mismos (44).

#### 2.2.2.1. *La Salud Bucal en el Adulto Mayor*

Se entiende al envejecimiento como un proceso natural de la vida, las principales causas del aumento de la población de la población adulto mayor están dadas, por las migraciones y traslados, disminución del número de personas que nacen anualmente y la actualización del servicio de atención de la salud para su mejora; así, el aumento del envejecimiento se analizaría a mediante el contexto social, cultural y por el predominio presentado en el estilo y calidad de vida (47).

Los problemas de la cavidad bucal se presentan de una manera común en los adultos mayores. Las comorbilidades y sus tratamientos, así como la dependencia, pueden provocar una mala percepción en su salud bucal. En la actualidad se posee mejores herramientas y estrategias para corregir ciertos pensamientos equívocos que logran obtener los adultos mayores de su salud cual a causa de su envejecimiento, el cual es parte del ser humano; asimismo en muchas ocasiones el anciano toma como concepto que poseer una inadecuada salud bucal forma parte del deterioro progresivo del aparato estomatognático, deterioro que se origina y sigue en aumento con relación en lo que avanza la edad (48).

La pérdida de la salud oral en personas de la tercera edad no es causa del aumento de los años, sino que es la consecuencia de la disminución y descuido de la higiene de la cavidad oral y el poco conocimiento y acceso de las personas a recibir consultas y tratamientos odontológicos a tiempo según su edad. Estos males que afectan a la salud bucal del adulto mayor también son

consecuencia de una inadecuada alimentación y una deficiente calidad de los nutrientes que éste consume, que por lo general no serán los más adecuados (47).

#### 2.2.2.2. *Estilo de Vida y Salud Bucal*

En cuanto se refiere al estilo de vida, es la manera en cómo vive una persona o grupo de personas influenciados mediante patrones de comportamiento individuales y características personales, así como los aspectos socioculturales y las condiciones de vida. Las conductas favorables y tipos de hábitos que se tengan en su comportamiento determinarán un patrón para su calidad de vida y su salud. Caso contrario, al poseer un estilo de vida desfavorable, conllevará a tener resultados negativos para la salud en general de la persona (49).

Los distintos estilos de vida relacionados con la salud bucal, como el tabaquismo y los hábitos de higiene bucal domiciliaria, el tratamiento de ortodoncia y las maloclusiones, son modificables, mientras que el estado general de salud del sujeto es otro elemento que puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades bucales. Por ejemplo, las personas con diabetes que no acuden a sus controles de manera periódica podrían llegar a tener un riesgo de hasta tres veces mayor que las personas no diabéticas que desarrollan periodontitis (50).

A consecuencia de lo mencionado se puede precisar que el estilo de vida general está en relación bidireccional con la autopercepción de salud bucal de las personas en las funciones cotidianas.

### 2.2.2.3. *Autopercepción de la salud bucal en el Adulto Mayor*

Se entiende como autopercepción de la salud a la apreciación de sí mismo como sujeto físicamente existente, además del sistema de rasgos físicos que caracterizan a la persona de forma relativamente estable. Está incluida la valoración de lo percibido en forma de aceptación o rechazo de la representación física del individuo. Del mismo modo, es uno de los elementos importantes que conforman el bienestar integral del individuo durante su ciclo de vida (51).

Durante las primeras etapas de vida el adulto mayor adquiere el tipo de comportamiento saludable que estará evidenciado en sus últimos años de vida. Mientras el adulto mayor va envejeciendo, irá obteniendo una serie de cambios propios de la edad, los cuales estarán afectados tanto a nivel de funciones cognitivas, motoras, estado social y de percepción sensorial (3).

A su vez, la persona para poder sentirse satisfecho y feliz, tiene que estar activo y sentirse útil para consigo mismo y la sociedad, por lo tanto, el individuo que ya no siente tener razón de ser estará incómodo e infeliz. El estar inactivo y tener una ausencia progresiva de contactos con la sociedad causará una disminución de la adaptación de los adultos mayores (51).

En esta población a nivel de salud del sistema estomatognático aparecerán cambios a nivel de estructura y funcionalidad de los tejidos y órganos de la cavidad bucal a causa de cambios secundarios originados por factores extrínsecos; las piezas dentarias se irán perdiendo en un gran porcentaje a causa de la gingivitis y periodontitis, también aparecerán caries y lesiones a nivel de mucosa y tejidos blandos. La ausencia de piezas dentales y la falta de uso de prótesis, influye directamente tanto a la salud bucal como a la salud en general, ya que, si el proceso de masticación se realiza de una manera deficiente, sobre todo de alimentos difíciles de triturar durante la masticación, logrará producir deficiencias y daños al proceso de nutrición. Además, se logra afectar el nivel de

aceptación personal y la autorrealización al generarse alteraciones que pueden llegar a causar vergüenza, baja autoestima, problemas de dolor al momento de la alimentación e incomodidad frente a los seres que los rodean durante las comidas y en los tiempos de en qué se vincula con las demás personas de la sociedad, así todo esto puede lograr repercutir negativamente a la salud general de este grupo etario (3).

#### *2.2.2.4. Dimensiones de la autopercepción de la salud bucal*

### **Dimensión Física**

La dimensión física de la autopercepción de la salud bucal se refiere a las acciones relacionadas con las funciones esenciales de la boca y los dientes, que incluyen actividades como comer, hablar y deglutir. Estas actividades están estrechamente relacionadas con la salud bucal y la funcionalidad de la cavidad bucal. Aquí se explican con más detalle:

- **Comer:** La capacidad de comer adecuadamente es esencial para la nutrición y el bienestar general. Una buena salud bucal permite masticar los alimentos de manera efectiva y cómoda, lo que contribuye a una mejor digestión y absorción de nutrientes.
- **Hablar:** La salud bucal también juega un papel en la capacidad de hablar con claridad. Los problemas dentales o de la boca, como la falta de dientes o problemas en la lengua, pueden afectar la pronunciación y la calidad de la comunicación verbal.
- **Deglutir:** La deglución es el proceso de tragar alimentos o líquidos. Una buena salud bucal es importante para una deglución sin problemas y

segura. Problemas como la disfagia (dificultad para tragar) pueden estar relacionados con problemas dentales o de la boca.

Estas dimensiones físicas de la salud bucal son fundamentales para el funcionamiento diario y el bienestar de una persona. La autopercepción de la salud bucal en esta dimensión puede variar según la capacidad de la persona para llevar a cabo estas actividades de manera efectiva y sin dolor. La atención adecuada a la salud bucal, que incluye la higiene dental regular y la atención profesional cuando sea necesario, es esencial para mantener estas funciones en su mejor estado (52).

### **Dimensión Psicosocial**

La dimensión psicosocial de la autopercepción de la salud bucal se refiere a aspectos emocionales, cognitivos y sociales relacionados con la salud oral. Aquí se desglosan algunos de los elementos que componen esta dimensión:

- Preocupación por la salud oral: La persona se preocupa por su salud bucal y se muestra consciente de la importancia de mantener una boca sana. Esto puede incluir la búsqueda de información sobre cuidado dental y visitas regulares al dentista.
- Insatisfacción con la apariencia: La percepción de la propia apariencia oral y facial es un componente importante. Algunas personas pueden sentir insatisfacción con la estética de su sonrisa debido a problemas dentales, como dientes torcidos, decoloración o pérdida de dientes.
- Autoconciencia sobre la salud oral: La persona es consciente de su estado de salud oral, lo que puede incluir la identificación de problemas o la realización de autoevaluaciones regulares de su higiene y salud bucal.

- Dificultad en el contacto social: Problemas orales pueden influir en la vida social de una persona. Esto puede incluir dificultades para hablar con confianza, sonreír o participar en actividades sociales debido a la preocupación por la apariencia o el dolor oral.

La dimensión psicosocial destaca cómo la salud bucal puede afectar la autoestima, la confianza y la interacción social de una persona. La autopercepción en esta dimensión es importante para comprender cómo las cuestiones dentales pueden tener un impacto en el bienestar emocional y la calidad de vida de una persona. La atención odontológica no solo aborda aspectos físicos de la salud bucal, sino que también puede ayudar a mejorar la salud mental y la satisfacción personal en esta dimensión (52).

### **Dimensión Dolor e Incomodidad**

La experiencia sensorial y emocional desagradable de la boca, que en ocasiones lleva al consumo de medicamentos para aliviar el dolor bucal, puede estar relacionada con una serie de problemas y afecciones. Aquí hay algunas de las causas comunes de dolor bucal:

- Dolor dental: Las caries, las infecciones dentales, la sensibilidad dental o problemas en las encías pueden causar dolor en los dientes y la boca.
- Aftas: Las aftas son úlceras dolorosas en la boca que pueden dificultar la alimentación y el habla.
- Herpes labial: El herpes labial es una infección viral que causa llagas dolorosas en los labios y la boca.

- Infecciones orales: Las infecciones orales, como la gingivitis o la periodontitis, pueden provocar dolor en las encías y la boca.
- Traumatismos: Lesiones en la boca, los labios, la lengua o los dientes pueden causar dolor significativo.
- Problemas de muelas del juicio: La erupción o impactación de las muelas del juicio puede causar dolor y molestias en la boca.
- Trastornos de la articulación temporomandibular (ATM): Los problemas en la ATM pueden causar dolor en la mandíbula, el oído y la boca.
- Ortodoncia: En algunos casos, los dispositivos ortodónticos pueden causar molestias y dolor bucal.

El dolor bucal puede ser extremadamente incómodo y afectar la calidad de vida. En algunos casos, las personas pueden recurrir al consumo de medicamentos, como analgésicos de venta libre o recetados, para aliviar el dolor. Sin embargo, es importante abordar la causa subyacente del dolor bucal y buscar atención odontológica o médica si es necesario. El tratamiento adecuado depende de la causa específica del dolor y puede incluir medidas como la eliminación de infecciones, procedimientos dentales, ortodoncia o terapia para el manejo del dolor (52).

### **2.3. DEFINICIÓN DE TÉRMINOS**

**Estilos de vida:** “Modo cotidiano en el cual las personas se desenvuelven y viven, determinada por distintos componentes (físicos, sociales o laborales) los cuales estarán influenciados por la persona y el entorno que la rodea, teniéndose como resultado estilos de vida de mayor o menor salubridad” (53).

**Salud bucal:** “Ausencia de enfermedades periodontales, lesiones cariosas, molestias y de dolor, dientes perdidos, y demás patologías que afectan a la cavidad oral” (54).

**Adulto mayor:** “Individuo perteneciente al grupo poblacional a partir de los 60 años” (1).

**Autopercepción de salud bucal:** “Manera propia de cada persona acerca de cómo percibe su estado de salud oral, sintiéndose uno mismo bien y satisfecho al tener una cavidad oral saludable” (52).

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO FILOSÓFICO**

Este estudio se enmarca en una filosofía humanista aplicada al campo de la Odontología y la atención a la salud. El humanismo coloca al ser humano como el centro de su doctrina, reconociendo su dignidad y derechos. En esta perspectiva, el profesional de la salud, en particular, el odontólogo, asume una responsabilidad ética fundamental centrada en el bienestar del paciente. Se busca garantizar que las innovaciones tecnológicas y las disciplinas de atención a la salud se empleen para mejorar la calidad de vida de las personas (55).

Desde una perspectiva ontológica, se considera que la realidad es un proceso dinámico en el cual los individuos tienen un papel activo. En este contexto, el estilo de vida y la autopercepción se destacan como elementos influyentes en la salud bucal, y se reconoce la capacidad de los adultos mayores en la toma de decisiones relacionadas con estos aspectos de sus vidas (56).

Las corrientes de investigación ofrecen distintos enfoques metodológicos para comprender y abordar el fenómeno estudiado. En este caso, se pueden considerar enfoques positivistas, constructivistas y críticos. La elección de un enfoque se basará en la consideración de que la realidad es dinámica y que las experiencias de los adultos mayores son cruciales para comprender la interacción entre el estilo de vida y la salud bucal.

En el marco epistemológico, se parte de la premisa de que el conocimiento es una construcción social, que emerge a través del diálogo y la interacción entre individuos. Dado que el estilo de vida y la autopercepción son conceptos influenciados por la cultura y la sociedad, la investigación debe incorporar las perspectivas de los adultos mayores en el proceso de conocimiento (57).

La posición filosófica que guiará esta tesis se basa en la noción de que el estilo de vida y la autopercepción son factores complejos que interactúan con la cultura, la sociedad y la individualidad de cada persona. Esta perspectiva enfatiza un enfoque holístico que considera estos factores en su totalidad. Implica la necesidad de comprender a fondo los elementos que influyen en el estilo de vida y la autopercepción de los adultos mayores y promover una participación activa de esta población en el proceso de investigación.

## **CAPÍTULO IV**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **4.1. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

La investigación que se llevó a cabo fue de tipo básica o pura. Este tipo de investigación se centra en la adquisición y recopilación de nuevos conocimientos sin una aplicación inmediata específica. Su objetivo principal es ampliar la comprensión de un fenómeno o teoría sin considerar aplicaciones prácticas inmediatas. El nivel de esta investigación fue relacional, ya que buscó entender el grado de relación o asociación que puede existir entre las variables de estudio. Esto implica analizar cómo los cambios en una variable pueden estar relacionados con los cambios en otra variable, sin necesariamente implicar una relación causal. El diseño de la investigación correspondió a un esquema no experimental. Esto significa que no se realizaron manipulaciones deliberadas de las variables de estudio. En cambio, se observaron y recopilaron datos en situaciones naturales o ya existentes sin intervenir en el entorno de estudio según Hernández R. (58).

#### **4.2. POBLACIÓN Y MUESTRA**

##### **4.2.1. Población:**

La población estuvo compuesta por los pacientes adultos mayores atendidos en el Puesto de Salud Calana del 2022; según la proyección anual del Plan de Salud Local (PSL) del año 2021, son asignados 683 pacientes adultos mayores que acudirán al Puesto de Salud Calana en el año 2022.

#### 4.2.2. Muestreo:

Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que según Hernández R. (58), este tipo de delimitación de la muestra se utiliza cuando se requiere un cuidadoso control en la elección de los casos con ciertas características específicas.

#### 4.2.3. Muestra:

Estuvo constituida por 246 adultos mayores que acudieron al Puesto de Salud Calana en los turnos mañana y tarde entre los meses de enero a marzo en el año 2022 y cumplieron con los criterios de selección.

#### Donde:

**N:** Marco muestral = 683

**$\alpha$ :** Alfa (máximo error tipo I) = 0,050

**$1-\alpha/2$ :** Nivel de confianza = 0,95

**$Z(1-\alpha/2)$ :** Z de  $(1-\alpha/2) = 1,960$

**p:** Prevalencia de la enfermedad = 0,500

**q:** Complemento de p = 0,500

**d:** Precisión = 0,050

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

Remplazamos y tenemos: n= 246 pacientes adultos mayores que acudan al Puesto de Salud Calana en el año 2022.

### **Criterios de Inclusión**

- Adultos mayores hayan sido atendidos en el Puesto de Salud Calana
- Adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana de 60 a 79 años de edad.

### **Criterios de Exclusión**

- Adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana con dificultades comunicativas.
- Adultos mayores que no acepten participar del estudio.

#### 4.3. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>ESTILO DE VIDA</b>	Forma de vivir de las personas, cumpliendo comportamientos saludables.	-Alimentación.	-Tres comidas al día. -Consumo de alimentos balanceados. -Consumo de líquido. -Consumo de frutas. -Comidas sin ingredientes artificiales o químicos. -Identificación de ingredientes.	-Saludable (75-100) -No Saludable (25-74)	Cualitativa	Nominal
		-Actividad y ejercicio.	-Realización de ejercicio semanal. -Movimiento corporal diario.			
		-Manejo del estrés.	-Identificación de origen de preocupación. -Expresión de sentimientos. -Planteamiento de solución frente a la preocupación. -Realización de actividades de relajación.			
		-Apoyo interpersonal.	-Relación con los demás. - Buenas relaciones interpersonales. - Deseos e inquietudes. - Recibimiento de apoyo de los demás.			
		-Autorrealización.	- Satisfacción con lo realizado. - Satisfacción con las actividades actuales. - Actividades de desarrollo personal.			

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALORES FINALES	TIPO DE VARIABLE	ESCALA DE MEDICIÓN
		-Responsabilidad en salud.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acudir al establecimiento de salud.</li> <li>- Acudir cuando presenta molestias.</li> <li>- Toma de medicamentos prescritos.</li> <li>- Toma en cuenta recomendaciones.</li> <li>- Participación de actividades saludables.</li> <li>- Consumo de sustancias nocivas.</li> </ul>			
<b>AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD BUCAL</b>	Forma en que cada persona valora y percibe su estado de salud oral.	-Función física.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambio de alimentación a causa de la dentadura.</li> <li>- Problemas al masticar.</li> <li>- Tragar bien los alimentos.</li> <li>- No poder hablar bien a causa de los dientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Alto (57-60)</li> <li>-Moderado (51-56)</li> <li>-Bajo (12-50)</li> </ul>	Cualitativa	Ordinal
		-Función psicosocial.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Molestias al comer.</li> <li>- Incomodidad al hablar a causa de los dientes.</li> <li>- Conformidad al mirarse al espejo.</li> </ul>			
		-Dolor o incomodidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consumo de medicamentos para aliviar dolores bucales.</li> <li>- Preocupación por dientes en mal estado.</li> <li>- Nervios por problemas dentales.</li> <li>- Incomodidad al comer con otras personas.</li> <li>- Molestias en dientes por frío, calor o dulce.</li> </ul>			

Fuente: elaboración propia

## **4.4. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **4.4.1. Acciones y actividades para la ejecución del proyecto**

#### **Coordinación y autorización para la investigación:**

Se llevó a cabo un proceso de coordinación previa con el gerente del Puesto de Salud Calana y el personal de los diversos servicios de salud. Esta coordinación fue esencial para asegurar una ejecución eficiente de la investigación y así garantizar la colaboración de todas las partes involucradas. Se discutieron los objetivos de la investigación, los procedimientos a seguir y los recursos necesarios.

Posteriormente, se solicitó una autorización formal a la Red de Salud Tacna. Esta autorización es esencial para obtener la aprobación oficial para llevar a cabo la investigación en sus establecimientos de salud. La aprobación puede involucrar consideraciones éticas, legales y administrativas que deben cumplirse antes de iniciar la recolección de datos.

#### **Recolección de datos:**

Una vez obtenida la autorización formal, se procedió a la aplicación de los instrumentos de investigación y la recolección de datos previo consentimiento informado por parte de los investigados, realizándose de manera cuidadosa y metódica, siguiendo los protocolos de bioseguridad.

La colaboración entre el personal de salud y el investigador fue esencial para el logro de la presente investigación, llevándose a cabo de manera ética y respetuosa.

**Técnica:**

En el presente estudio se utilizó de la técnica de la encuesta para ambos instrumentos aplicados, inicialmente se verificó que los participantes cumplan con las características de los criterios de inclusión y exclusión, posteriormente se les informó los objetivos y finalidad del presente trabajo de investigación, indicando la privacidad y protección de datos los cuales serán únicamente utilizados con fines académicos.

Se entregó el consentimiento informado para así proceder a recolectar los datos previa explicación de las instrucciones de cada instrumento y de sus alternativas de respuesta disponibles. Para aplicar los instrumentos se les leyó cada pregunta en voz alta para así registrar la respuesta del participante de manera ordenada. El primer instrumento aplicado fue la Escala de estilo de vida e inmediatamente después, el segundo instrumento, Índice de evaluación de salud oral geriátrico, cada uno de estos dos instrumentos fueron aplicados de manera individual por cada participante.

**MATERIALES Y/O INSTRUMENTOS**

Para la recolección de datos de la investigación se tuvo dos instrumentos, un instrumento por cada variable.

**INSTRUMENTO 1: ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

Fue confeccionado por los autores Walker E, Sechrist K y Pender N en 1986 en la Universidad de Nebraska con su versión en español, publicada en 1996, el cual fue modificado por Delgado, Días y Reyna en el año 2008, es utilizado para determinar el tipo de estilo de vida a través de sus 25 ítems distribuidos en seis dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (59).

1. Alimentación: Ítems del 1 al 6, compuestos por preguntas acerca de los alimentos que ingiere la persona.
2. Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, compuestos por preguntas sobre la periodicidad de ejercicio que ejecuta la persona.
3. Manejo del Estrés: Ítems del 9 al 12, compuestos por preguntas acerca de las actividades que realiza la persona para lidiar los momentos causantes de estrés.
4. Apoyo Interpersonal: ítems del 13 al 16, compuestos por preguntas acerca de las interrelaciones sociales que posee el adulto y le brindan soporte.
5. Autorrealización: ítems del 17 al 19, compuestos por preguntas acerca de acciones que realiza para promover su autosatisfacción.
6. Responsabilidad en Salud: ítems del 20 al 25, compuestos por preguntas acerca de acciones que ejecuta el adulto mayor para mejorar su salud.

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO 1**

El criterio de calificación para cada ítem es:

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

En el ítem 25 se tiene una valoración inversa a diferencia de los demás ítems, con calificación de N=4; V=3; F=2; S=1, conversión que se realiza al momento de realizar los análisis estadísticos. Los puntajes obtenidos para la escala total resultan de la sumatoria de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada subescala (59).

Los indicadores globales de la escala estilo de vida fueron categorizados como:

- Saludable (valores entre 75-100)
- No saludable (valores entre 25-74)

## **VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 1**

Validez:

Walker E, Sechrist K. y Pender N. crearon el instrumento Escala de Estilo y posteriormente fue modificado por Delgado, Reyna y Días en el año 2008, quienes a través de juicio de expertos validaron el instrumento (60).

Confiabilidad:

El instrumento Escala de Estilo de vida modificado por Delgado Reyna y Días (2011), para evaluar su confiabilidad se realizó una prueba piloto en cual se evaluó a 20 participantes, datos con los cuales se realizó la prueba estadística Coeficiente Alfa de Cronbach, obteniéndose un alto nivel de confiabilidad, con un valor de 0,837.

## **INSTRUMENTO 2: ÍNDICE DE EVALUACIÓN DE SALUD ORAL GERIÁTRICO**

Atchison et al. Establecieron a la definición de salud oral como “la ausencia de dolor e infección que da como consecuencia un correcto estado de la dentición y tejidos que permite a la persona una correcta funcionalidad de la cavidad bucal”. Tuvieron como fundamentos tres parámetros: como primer parámetro fue la salud de la cavidad oral se determina al tener la evaluación propia del individuo, el segundo que el estado de salud bucal es heterogéneo en cada persona y se consigue demostrarlo al efectuar una evaluación de

autopercepción, y finalmente el tercer postulado, que la autopercepción es un rol fundamental de la salud bucal (52).

El presente instrumento, que es nombrado Índice de evaluación de salud oral geriátrico (GOHAI), lo elaboraron Atchison y Dolan en el año 1990.(43) Para este informe de tesis se toma la versión del GOHAI en español de Colombia se considera específica para ancianos latinoamericanos debido a que usa terminología coloquial traducida al español de ese país, que facilita la comprensión entre personas latinoamericanas (52).

Índice GOHAI: Instrumento validado por Pinzón–Pulido en el año 1999. Conformado por 12 preguntas, y 3 dimensiones:

1. Función física: Ítems del 1 al 4.
2. Función psicosocial: Ítems del 5 al 7.
3. Dolor o incomodidad asociados al estado bucodental: Ítems del 8 al 12.

El total de ítems estuvieron conformados por 12 preguntas, con alternativas de opción múltiple, valoradas por medio de la escala tipo Likert con posibilidad de 5 respuestas de niveles distintos (51,52).

## **CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO 2**

El valor total del GOHAI, se establece sumando las respuestas de los 12 ítems, pudiendo variar de cero a sesenta, el criterio de evaluación de cada ítem es:

- Siempre: S = 1
- Frecuentemente: F = 2

- Algunas veces: AV = 3
- Rara vez: RV = 4
- Algunas veces: AV= 5

En el ítem 3, 5 y 7 se tiene una valoración inversa a diferencia de los demás ítems, con calificación de S=5; F=4; AV=3; RV=2; AV=1, conversión que se realiza al momento de realizar los análisis estadísticos. Los puntajes obtenidos para la escala total resultan de la sumatoria de las diversas respuestas a los 12 ítems, de la misma manera se procede en cada subescala.

Los indicadores globales del GOHAI fueron categorizados como:(52)

- Alto (valores entre 57-60)
- Moderado (valores entre 51-56)
- Bajo (valores entre 12 a 50)

## **VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO 2**

Validez:

La valides de criterios fue dada mediante el análisis discriminante y de convergencia: el análisis discriminante mostro diferencias significativas con las variables grupo de edad, color de piel, nivel educativo, estrato socioeconómico, regímenes de salud y autopercepción de necesidad de prótesis dental; el análisis de convergencia con la variable autopercepción en salud general mostró diferencia significativa entre grupos (p - valor = 0,0001). Dicha validación de criterios fue realizada por Gutiérrez et al. (52)

Confiabilidad:

La confiabilidad del instrumento se obtuvo a través de una prueba piloto que se llevó a cabo con 63 adultos mayores en Bogotá, Ubaté y Soledad. Los resultados

mostraron un correcto entendimiento de las preguntas, por parte de los participantes. El Alfa de Cronbach fue de 0,74, lo que refleja una consistencia interna aceptable, realizada por Gutiérrez et al.(52)

#### **4.5. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS**

El procesamiento de la data estadísticas se realizará en base al paquete software estadístico SPSS v25 y Excel 2019, una vez recolectado los datos, se procederá a efectuar las siguientes técnicas estadísticas:

- Cuadro de resultados tabulados.
- Estadística descriptiva e inferencial.
- Tablas.
- Figuras.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS

#### 5.1. RESULTADOS

**Tabla 1**

*Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
<b>NO SALUDABLE</b>	193,00	78,46
<b>SALUDABLE</b>	53,00	21,54
<b>TOTAL</b>	246,00	100,00

*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

Escala de valoración de la variable estilo de vida

<b>No saludable</b>	25 a 74 puntos
<b>Saludable</b>	75 a 100 puntos

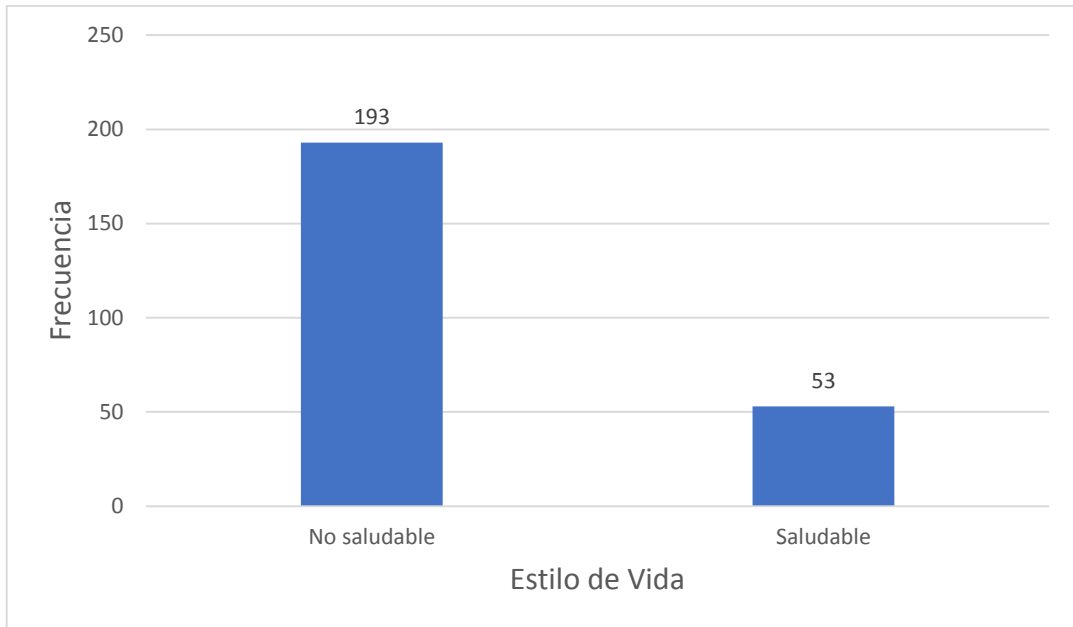
*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

#### INTERPRETACIÓN

Según la Tabla 1, de los 246 adultos mayores que participaron en el estudio, el 78,46% presentó estilo de vida no saludable y 21,54% presentó estilo de vida saludable.

**Figura 1**

*Estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*



*Fuente: Tabla 1*

**Tabla 2**

*Estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*

Dimensiones	Estilo de vida					
	Saludable		No saludable		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>Alimentación</b>	25,00	10,16	221,00	89,84	246,00	100,00
<b>Actividad y ejercicio</b>	20,00	8,13	226,00	91,87	246,00	100,00
<b>Manejo del estrés</b>	55,00	22,36	191,00	77,64	246,00	100,00
<b>Apoyo interpersonal</b>	171,00	69,51	75,00	30,49	246,00	100,00
<b>Autorrealización</b>	83,00	33,74	163,00	66,26	246,00	100,00
<b>Responsabilidad en salud</b>	59,00	23,98	187,00	76,02	246,00	100,00

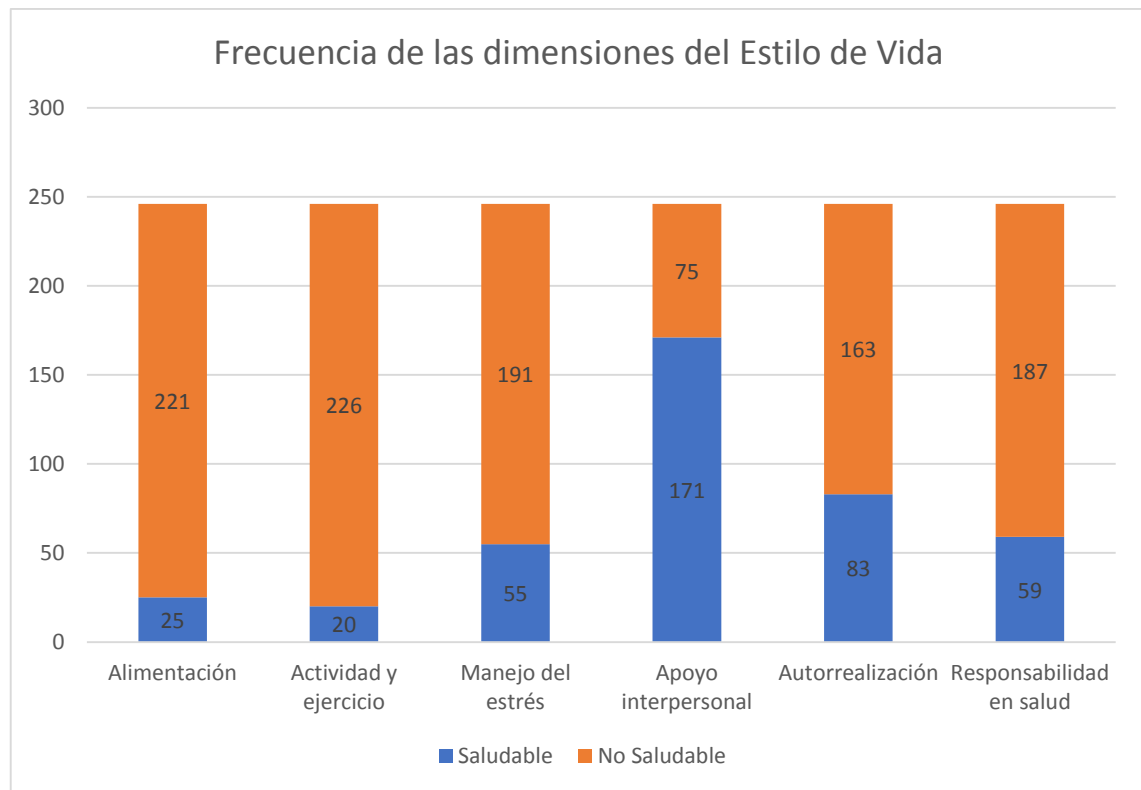
*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

## **INTERPRETACIÓN**

Según la Tabla 2, el estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores es no saludable en la mayoría de las dimensiones, entre el 91,87 % al 66,26 % de la población; excepto en la dimensión apoyo interpersonal con un 30,49 % no saludable.

**Figura 2**

*Estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*



*Fuente: Tabla 2*

**Tabla 3**

*Autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*

<b>NIVELES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>BAJO</b>	169	68,70
<b>MODERADO</b>	67	27,24
<b>ALTO</b>	10	4,07
<b>TOTAL</b>	246	100

*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

Escala de autopercepción de salud bucal.

<b>Bajo</b>	12 a 50 puntos
<b>Moderado</b>	51 a 56 puntos
<b>Alto</b>	57 a 60 puntos

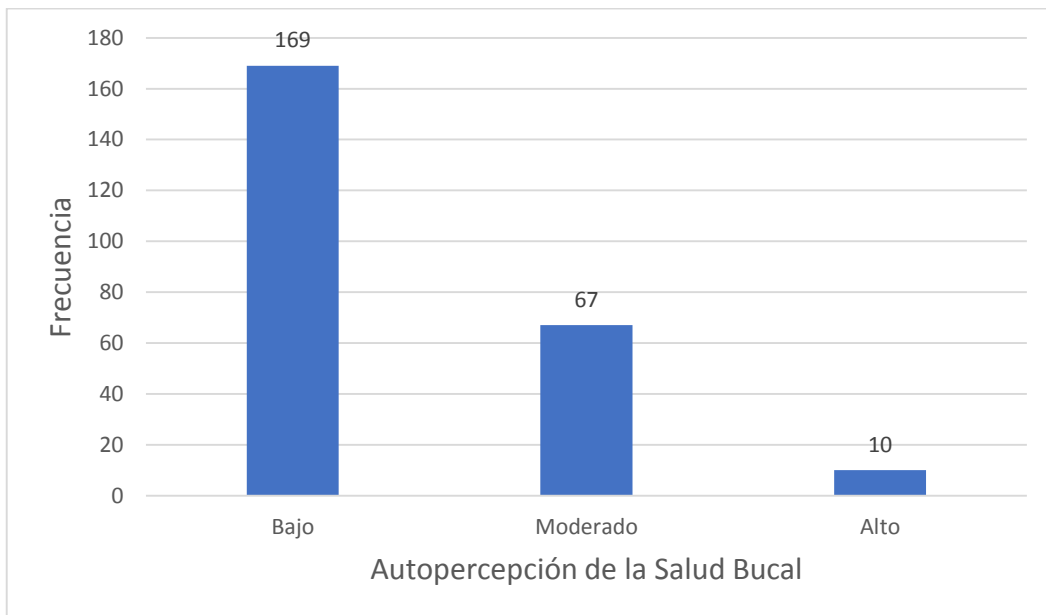
*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

### **INTERPRETACIÓN**

Según la Tabla 3, de los 246 adultos mayores que participaron en el estudio, el 68,70 % presentó la autopercepción de su salud bucal baja, el 27,70 % presentó la autopercepción de su salud bucal moderada, mientras que el 4,07 % presentó la autopercepción de su salud bucal alta.

### Figura 3

*Autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*



*Fuente: Tabla 3*

**Tabla 4**

*Autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*

Dimensiones	Autopercepción de la salud bucal							
	Bajo		Moderado		Alto		total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
<b>Función física</b>	177,00	71,95	59,00	23,98	10,00	4,07	246,00	100,00
<b>Función psicosocial</b>	153,00	62,20	49,00	19,92	44,00	17,89	246,00	100,00
<b>Dolor</b>	169,00	68,70	62,00	25,20	15,00	6,10	246,00	100,00

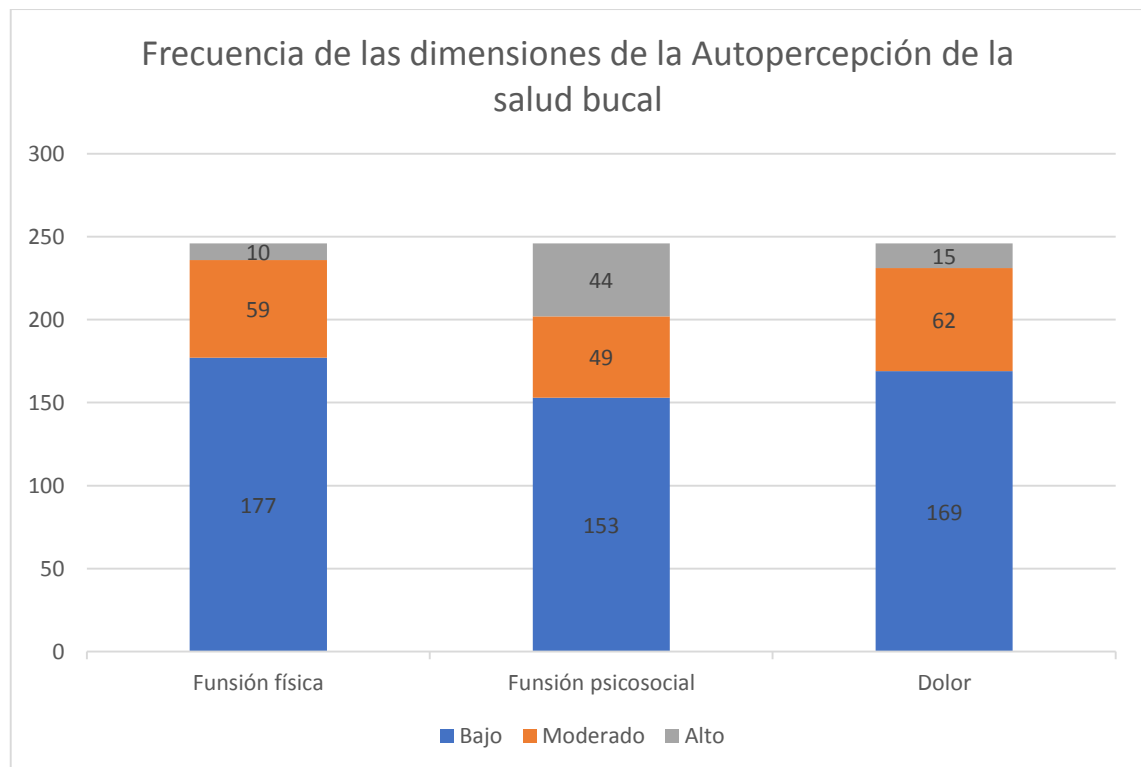
*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

## **INTERPRETACIÓN**

Según la Tabla 4, para la autopercepción de salud bucal según dimensiones se encontró en la dimensión psicosocial el 17,89 % de los adultos mayores lo perciben alto, a diferencia de las dimensiones dolor y función física en las que solamente el 6,10 % y 4,07 % los perciben altos respectivamente.

**Figura 4**

*Autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*



*Fuente: Tabla 4*

## **VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS GENERAL**

**H<sub>1</sub>**: Existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

**H<sub>0</sub>**: No existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

Para determinar el análisis estadístico a utilizar para la verificación de hipótesis, se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk en ambos instrumentos para determinar si provienen de una distribución normal, en donde:

**H<sub>0</sub>**: “Los datos provienen de una distribución normal”

**H<sub>1</sub>**: “Los datos no provienen de una distribución normal”

Condición: “SIG o p-valor < 0,05: Se rechaza H<sub>0</sub>”

**Tabla 5***Pruebas de normalidad*

N	Variables y dimensiones	Kolmogorov-smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-wilk		
		Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
V1	Estilo de vida	0,253	246	0,000	0,820	246	0,000
D1	Alimentación	0,197	246	0,000	0,936	246	0,000
D2	Actividad y ejercicio	0,175	246	0,000	0,904	246	0,000
D3	Manejo del estrés	0,158	246	0,000	0,963	246	0,000
D4	Apoyo interpersonal	0,216	246	0,000	0,925	246	0,000
D5	Autorrealización	0,156	246	0,000	0,949	246	0,000
D6	Responsabilidad en salud	0,219	246	0,000	0,920	246	0,000
V2	Autopercepción de la salud bucal	0,188	246	0,000	0,877	246	0,000
D1	Función física	0,181	246	0,000	0,923	246	0,000
D2	Función psicosocial	0,194	246	0,000	0,898	246	0,000
D3	Dolor	0,139	246	0,000	0,931	246	0,000

Fuente: Matriz de sistematización de datos

**INTERPRETACIÓN**

Según la prueba de normalidad el p-valor es de 0,000, menor que 0,05, entonces los datos de las variables y sus respectivas dimensiones no presentan distribución normal; por lo cual se tomará como prueba estadística “Rho de Spearman” para la verificación de hipótesis.

**Tabla 6**

*Relación entre estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022*

		<b>ESTILO DE VIDA</b>	<b>AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD BUCAL</b>
<b>RHO DE SPEARMAN</b>	Estilo de vida	Coeficiente de correlación	0,413**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	246

\*\* , La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral),

*Fuente: Matriz de sistematización de datos*

### **INTERPRETACIÓN**

Según la tabla 6, se obtuvo un p – valor significativo de 0,000 y con una fuerza de correlación de 0,413\*\*. Por tanto, existe relación entre estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.

## DISCUSIÓN

La presente investigación "Estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022" destaca la singularidad de la investigación, ya que no se encontraron referencias previas que vinculen ambas variables, es decir, estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores, pero si se encontró el estudio de Espinoza (19) donde se evaluó a adultos en general, pero con ambas variables. No obstante, es importante mencionar que, al analizar cada variable por separado, se encontró información de relevancia que contribuye al estudio en esta población adulto mayor.

En cuando la variable estilo de vida, se reportó que el 78,46 % de adultos mayores presentan estilo de vida no saludable, mientras que el 21,54 % saludable. Estos resultados difieren de lo encontrado por Ponce (28) Ecuador, quien encontró que el 55,55 %, siendo casi la mitad de su muestra estudiada presentó estilos de vida saludable, seguido del 25,40 % poco saludable y en menor cantidad el 19,04 % muy saludable; difieren también de los datos obtenidos por Huamán (29), en Ica, ya que este último describió que el 72,1 % de su población tuvo estilo de vida regular, a diferencia del estilo de vida malo y bueno con 15,5 % y 12,4 % respectivamente, en este estudio también se analizaron dimensiones como alimentación, actividad física, consumo de sustancias nocivas y responsabilidad en salud, obteniendo nivel regular en todas estas dimensiones con 60,8 %, 74,2 %, 80,4 % y 79,4 % respectivamente. También difiere con los resultados de Vásquez (32), en Huaraz, quien en su tesis doctoral encontró que el 76,25 % y 62 % de la población del Centro del Adulto Mayor y del Programa de Hipertensión Arterial obtuvieron estilos de vida saludable respectivamente a diferencia del estilo de vida no saludable con un 23,75 % y 38 %.

Así mismo, los resultados obtenidos del estilo de vida son muy similares a lo encontrado por Suárez (26) en Ecuador, quien encontró que el 78 % de su población tuvo estilo de vida no saludable y el 22 % saludable, pero teniéndose una menor muestra de solo 45 adultos mayores a partir de 65 años.

Siendo así que el 78,46 % de los adultos mayores presentan estilo de vida no saludable, esto implicaría que muy probablemente la atención brindada en el Puesto de Salud Calana se vea mermada por los hábitos y costumbres desfavorables que tienen los adultos mayores; a su vez los pronósticos de planes de tratamientos se verían afectados ya que podrían empeorar o no ser tan exitosos como se espere.

La variable autopercepción de la salud bucal obtuvo puntajes en el que prevaleció el nivel bajo con 68,70 % de la población, seguido del nivel moderado con 27,24 % y en menor cantidad el alto con 4,07 %. Resultados similares a los hallados en Tacna donde también fue aplicado el instrumento GOHAI, por Lévano (33) quien reportó el predominio del nivel bajo con 77,8 % y por Hoyos (34) quien obtuvo que el 78,30 % de su muestra obtuvo el nivel bajo, indicando así que la mayoría de la población de estos estudios en Tacna autoperciben su salud bucal baja.

De manera distinta se encontró a nivel nacional a Orna (31) en Lima, quien reportó que 84,0 % de su población autopercibió su salud bucal regular, seguido del 10,7 % con buena y solamente el 5,3 % mala, similar a Peralta (30) en Huancayo, quien encontró que el 80,5 % obtuvo regular su autopercepción, seguido de buena con 10 %, y mala 9,5 %. Los resultados obtenidos también difieren a nivel internacional con Cárdenas (3) en México, quien reportó que el 56,8 % de su población autopercibió a su salud bucal regular, seguido del poco saludable con 25,40 % y en menor cantidad muy saludable con 19,04 %; de

manera similar Batista (27) en Brasil encontró que el mayor porcentaje de su población presentó baja autopercepción de su salud bucal con 47,6 %, cantidad que no sobrepasa la mitad de los estudiados.

A nivel de dimensiones se encontró que para la variable estilos de vida, 5 de las 6 dimensiones analizadas presentaron estilo de vida no saludable, siendo estas alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, autorrealización y responsabilidad en salud, la única dimensión que obtuvo estilo de vida saludable fue el apoyo interpersonal con un 69,51 % de la población quienes presentaron saludable; estos datos difieren con los reportados por Huamán (29), en Ica, quien encontró que su población presentó un nivel regular en sus dimensiones alimentación, actividad, física, consumo de sustancias nocivas y responsabilidad en salud, pudiéndose dar estas diferencias ya que realizó su estudio con escalas de valoración distintas.

En las dimensiones de la variable autopercepción de la salud bucal se encontró que la función física el 71,95 % de la población la autopercibió bajo, seguido del 23,98 % moderado y solamente el 4,07 % alto, valores que son muy similares a la dimensión dolor la cual obtuvo que el 68,70 % de la población la autopercibió bajo, seguido del 25,20 % moderado y solamente el 6,10 % alto; a diferencia de la función psicosocial la cual presentó un incremento del nivel alto llegando al 17,89 % de los analizados, lo cual indica que los adultos mayores que acuden al Puesto de salud Calana presentan autoestima, confianza e interacción con las personas que los rodean de una manera más favorable a diferencia de las demás dimensiones.

Lévano (33), en dos albergues de Tacna, también analizó la autopercepción de salud bucal según dimensiones, pero con un enfoque distinto donde encontró que el mayor valor promedio lo presentó la función psicosocial

con 21,68, seguido de la función física con valor promedio de 14,67 y en menor promedio dolor e incomodidad con 6,47; de manera similar Hoyos (34) realizó su estudio en un albergue de Tacna, en la cual analizó la mayor respuesta encontrada de cada dimensión, encontrando en la función física que el 73,25 % de los adultos mayores presentaron mayor respuesta: ALGUNAS VECES pudieron comer lo que querían sin sentir molestias en sus dientes o prótesis dentales, en la función psicosocial el 71,24 % de la población presentó mayor respuesta: NUNCA se sintieron insatisfechos con la apariencia de sus dientes, encías o prótesis dentales y en la función dolor el 66,47 % de la población presentó mayor respuesta: FRECUENTEMENTE sienten en sus dientes o encías sensibles a alimentos calientes, fríos o dulces; evidenciándose así el interés por realizar el análisis de dichas dimensiones pero con distintos enfoques.

## CONCLUSIONES

1. Existe relación significativa entre el estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que asisten al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022. Esta relación, respaldada por un p-valor significativo de 0,000 y una fuerte correlación de 0,413.
2. El estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022, es no saludable en el 78,46 % de la población, y el 21,54 % presenta estilo de vida saludable.
3. El estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022 es no saludable en la mayoría de las dimensiones entre el 91,87 % al 66,26 % de la población, excepto en la dimensión apoyo interpersonal con un 30,49 % no saludable.
4. La autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022, es baja en el 68,70 % de la población, seguido del 27,24 % quienes son moderados, y en menor cantidad la autoperciben alta en 4,07 %.
5. La autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022, en la dimensión psicosocial el 17,89 % de la población es alta, a diferencia de las dimensiones dolor y función física en las que solamente el 6,10 % y 4,07 % son altas respectivamente.

## RECOMENDACIONES

1. A los investigadores, realizar estudios con ambas variables en áreas geográficas similares, según sexo y grupos de edad, para así fortalecer y evidenciar los valores obtenidos; sin olvidar mencionar como autopercepción de salud bucal a la variable medida por el instrumento GOHAI.
2. A la Municipalidad Distrital de Calana, implementar programas de promoción de la salud dirigidos a adultos mayores, enfocados en fomentar un estilo de vida más saludable mediante la promoción de una dieta equilibrada, la incorporación de ejercicio regular y la gestión del estrés. Así también incentivar a la concientización de la población mediante grupos de apoyo y eventos relacionados con la salud.
3. A los familiares, brindar apoyo a los adultos mayores para la mejora de sus hábitos de alimentación cumpliendo sus tres comidas al día, con alimentos balanceados incluyendo el consumo de frutas entre comidas y una adecuada hidratación, evitando el consumo de alimentos con conservantes y aditivos artificiales; a su vez se recomienda estimular la actividad física del adulto mayor realizando ejercicios de 20 a 30 minutos aproximadamente 3 veces por semana y actividades diarias que permitan el movimiento de todo su cuerpo.
4. Al Ministerio de Salud, realizar campañas de prevención en salud bucal dirigidas especialmente a la población adulto mayor, dando a conocer los tratamientos que se brindan en el servicio de odontología en cada establecimiento de salud para así promover y facilitar el acceso a estos.
5. A los adultos mayores, asistir a sus respectivos establecimientos de salud para realizarse sus controles anuales y respectivos tratamientos

odontológicos, logrando prevenir y mejorar problemas bucales que causen dolores, incorrecta alimentación y masticación, inadecuada estética e insatisfacción al momento de interrelacionarse con las demás personas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Masood M, Newton T, Bakri N, et.al. The relationship between oral health and oral health related quality of life among elderly people in United Kingdom. *J Dent.* 2017 Jan 1;56(1):78–83.
2. Petersen P, Yamamoto T. Improving the oral health of older people: the approach of the WHO Global Oral Health Programme. *Community Dent Oral Epidemiol.* 2005;81–92.
3. Cárdenas Á, Velázquez L, Falcón J, et al. Autopercepción de la salud oral en adultos mayores de la Ciudad de México. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc.* 2018;56(1):54–63.
4. Palenzuela L, Duarte G, Gómez J, et.al. International Comparison of Self-Concept, Self-Perception and Lifestyle in Adolescents: A Systematic Review. Vol. 67, *International Journal of Public Health.* Frontiers Media S.A.; 2022. p. 1–11.
5. Friedman S. Estilo de vida (medicina) y envejecimiento saludable. *Clínica Geriatria Med.* 2020;36(4):645–53.
6. Bannwart L, Melo C, Goiato M, et al. Oral Health-Related Quality of Life, Dry Mouth Sensation, and Level of Anxiety in Elderly Patients Rehabilitated with New Removable Dentures. *Eur J Dent.* 2022 May 1;16(2):351–9.
7. Andrade G, Loch M, Silva A. Changes in health-related behaviors as predictors of changes in health self-perception: Longitudinal study (2011-2015). *Cad Saude Publica.* 2019;35(4):1–15.

8. Real Academia Española. Percepción. RAE. [Internet]. [cited 2023 Jan 19]. Available from: <https://dle.rae.es/percepci%C3%B3n?m=form>
9. Ju Y, Han K, Lee T, et al. Does relationship satisfaction and financial aid from offspring influence the quality of life of older parents? A longitudinal study based on findings from the Korean longitudinal study of aging, 2006-2012. *Health Qual Life Outcomes*. 2016 Jul 26;14(1):3–8.
10. Iraizoz A, Santos J, García V, et al. The Family Role in the Older Adult's Self-Perception of Quality of Life. *Revista Cubana de medicina general integral*. 2022;38(3):19–34.
11. Carvalho C, Manso A, Escoval A, et al. Self-perception of oral health in older adults from an urban population in Lisbon, Portugal. *Revista de saude publica*. 2016 Aug 22; 50:50–3.
12. Bidinotto A, D'Ávila O, Martins A, et al. Autopercepção de saúde bucal em comunidades quilombolas no Rio Grande do Sul: Um estudo transversal exploratório. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2017;20(1):91–101.
13. Cárdenas D. Impact of oral injuries on the quality of life in patients. *Av Odontoestomatol*. 2016;11–20.
14. Roncal I. Relación entre la autopercepción y el estado de salud de los adultos mayores de los centros residenciales gerontológicos de la beneficencia pública de Lima Metropolitana. [Tesis de Maestría]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2016. 67p.
15. Espinoza L, Esperanza Z, Ramos F, et al. Caracterización del estado de salud de los adultos mayores en la región La Libertad

(Perú). Salud Uninorte [Internet]. 2017;33(3):32–35. Available from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81753881007>

16. Vargas A, Alfaro M. Calidad de vida asociada a la salud bucal y xerostomía en adultos mayores de la provincia de Churcampa–Huancavelica –Perú 2019. [Tesis de Pregrado]. Huancayo: Universidad privada de Huancayo Franklin Roosevelt; 2019. 85p.
17. Lévano C. Relación de calidad de vida y salud bucal de los adultos mayores de los albergues de la ciudad de Tacna, 2018. [Tesis de Maestría]. Tacna: Universidad Jorge Basadre de Grohmann; 2019. 89p.
18. Zeki A, Ramadan A, Zeb F. Impact of life-style on health and physical capability: A aata mining approach. Med PRAI. 2018; 33(3):31–45.
19. Espinoza G. Salud bucal y estilos de vida en pacientes del servicio odontológico de un puesto de salud, Lima – Perú 2023 [Internet]. [Perú]: Universidad Cesar Vallejo; 2023 [cited 2024 May 19]. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/121538/Espinoza\\_GGB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/121538/Espinoza_GGB-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
20. Hussain A, Jaimes S, Crizzle A. Predictors of self-rated oral health in Canadian Indigenous adults. BMC Oral Health. 2021 Dec 1;21(1).
21. Garnique G. Evaluación de la autopercepción de la salud oral en pacientes adultos mayores que acudieron al Hospital Central FAP 2019 [Internet]. [Perú]: Universidad Científica del Sur; 2020 [cited 2024 May 19]. Available from: <https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/2176>

22. Peramas C. Asociación entre autopercepción de la salud bucal y alimentación en una población urbana del Perú [Internet]. [Perú]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2023 [cited 2024 May 19]. Available from: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13450/Asociacion\\_PeramasGutierrez\\_Camila.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/13450/Asociacion_PeramasGutierrez_Camila.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Alcaina A, Saura V, Pérez A, et al. Salud oral: influencia de los estilos de vida en adolescentes. *Rev Pediatr Aten Primaria* [Internet]. 2020 [cited 2024 May 19];22(87). Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1139-76322020000400005&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1139-76322020000400005&script=sci_arttext&lng=pt)
24. Bordin D, Fadel C, Moimaz S, et al. Characterization of the self-perception of oral health in the Brazilian adult population. *Ciencia e Saude Coletiva*. 2020;25(9):3647–56.
25. Silva J, Costa A. Individual and contextual factors associated to the self-perception of oral health in Brazilian adults. *Rev Saude Publica*. 2018;52(1), 29.
26. Suárez D. Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela Virgen del Carmen – Santa Elena 2021. [Tesis de Pregrado]. La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena; 2021. 60p
27. Batista A, Do R, Herrera B, et al. Autopercepción y condición de salud bucal en el anciano. *Rev Cubana Estomatol* [Internet]. 2021 [cited 2022 Jul 8];58(3). Available from:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75072021000300005&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072021000300005&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

28. Ponce J, Mendoza N. Prevalencia de hipertensión arterial y estilos de vida en adultos mayores. Dom Cien [Internet]. 2020 [cited 2023 Sep 9];6(4):977–86. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8638174.pdf>
29. Huamán F. Información preventiva sobre hipertensión arterial y estilo de vida, en adultos mayores del Centro de Salud Los Aquijes, Ica 2019. Rev enferm vanguard. 2021;9(1):10–6.
30. Peralta M. Relación entre la salud bucal y su autopercepción, en adultos mayores de una clínica geriátrica de Huancayo – 2018. [Tesis de Maestría]. Huancayo: Universidad Peruana los Andes; 2020. 107p.
31. Orna J. Salud bucal relacionada con la calidad de vida en los adultos mayores de 65 – 70 años en el Centro Médico del Adulto Mayor – Ancije - Essalud – 2018. [Tesis de Pregrado]. Lima: Universidad Peruana los Andes; 2018. 58p.
32. Vásquez R. Teoría de Dorotea Orem en autocuidado y estilos de vida del adulto mayor en el centro del adulto mayor y programa de hipertensión arterial del hospital II- Essalud- Huaraz, 2014. [Tesis de Doctorado]. Huaraz: Universidad Santiago Antúnez de Mayolo; 2016. 97p.
33. Lévano C. Calidad de vida y salud bucal de los adultos mayores de los albergues de la ciudad de Tacna, 2018. [Tesis de Maestría]. Tacna: Universidad Jorge Basadre de Grohmann; 2019. 89p.

34. Hoyos K. Nivel de calidad de vida oral de los adultos mayores en el Centro de atención residencial San Pedro, Tacna 2018. [Tesis de Pregrado]. Tacna: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2019. 92p
35. Gil L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta previo diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2 en el Hospital Hipólito Unanue Tacna 2015. [Tesis de Pregrado]. Tacna: Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2016. 92p
36. Lalonde M. Una nueva perspectiva sobre la salud de los canadienses al y bienestar. Ciencia versus promoción de la salud. [Internet]. 1974 [cited 2023 Jan 18]; 1(1):1–74. Available from: <http://www.hc-sc.gc.ca/hcs-sss/altformats/hpb->
37. Maya L. Los estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida. Enfermera Gerontóloga. [Internet]. 1997 [cited 2023 May 5]; 1(1). Available from: [https://www.insp.mx/resources/images/stories/Centros/nucleo/docs/estilos\\_saludables.pdf](https://www.insp.mx/resources/images/stories/Centros/nucleo/docs/estilos_saludables.pdf)
38. Cruz E, Pino J. Estilo de vida relacionado con la salud. [Internet]. [cited 2023 Jan 18]. p. 1–9. Available from: <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/6616/1/estilo%20de%20vida%20y%20salud.pdf>
39. Ministerio de Salud y Protección Social. ¿Qué es una alimentación saludable? Gov.co. [Internet]. [cited 2023 May 5]. Available from: <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx>

40. Stonerock G, Blumenthal J. Role of Counseling to Promote Adherence in Healthy Lifestyle Medicine: Strategies to Improve Exercise Adherence and Enhance Physical Activity [Internet]. 2017 [cited 2023 May 7]; 59(5): 455–462. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5350064/pdf/nihms824122.pdf>
41. Ortiz L, Sandoval E, Adame S, et al. Manejo del estrés; resultado de dos intervenciones: cognitivo conductual y yoga, en estudiantes irregulares de medicina. *Investigation Educ Médica*. 2019;30(2):9–17.
42. Brown R, Maslen H, Savulescu J. Responsibility, prudence and health promotion. *J Public Health*. [Internet]. 2019 [cited 2023 May 7];41(3):561–5. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6785701/>
43. Rodríguez S. Intervención con enfoque gestalt para el cuidado de sí mismo y la autorrealización en personal de salud. *La Revista Electrónica de Psicología Iztacala* [Internet]. 2020 [cited 2023 May 5];23(3):1015–49. Available from: <file:///C:/Users/Karen/Downloads/w175n572,+77004-225744-1-CE.pdf>
44. Morata J, Morata L. Salud bucodental en los niños: ¿debemos mejorar su educación? *Pediatría Atención Primaria* [Internet]. 2019 [cited 2023 May 9]; 21(84):173–8. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322019000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322019000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
45. Lauritano D, Moreo G, Vella F, et al. Oral health status and need for oral care in an aging population: A systematic review. *Int J Environ*

Res Public Health. 2019;16(22):4558. Available from:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31752149/>

46. Fiorillo L. Oral Health: The First Step to Well-Being. *Medicina (Kaunas)*. 2019;55(10):2–5. Available from:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31591341/>

47. Berg A, Schiffman K, Zusman S, et al. Oral health of the 65+ age group in Israel-2020. *Isr J Health Policy Res [Internet]*. 2021 [cited 2023 May 10];10(1):2–10. Available from:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8543889/>

48. Khoury C, Samot J, Helmer C, et al. The association between oral health and nutritional status in older adults: a cross-sectional study. *BMC Geriatr [Internet]*. 2022 [cited 2023 May 10]; 22(1):2–7. Available from:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9188061/>

49. Alcaina A, Saura V, Pérez A, et al. influencia de los estilos de vida en adolescentes. *Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]*. 2020 [cited 2023 May 14];22(87):251–61. Available from:  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322020000400005&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322020000400005&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

50. Isola G. The impact of diet, nutrition and nutraceuticals on oral and periodontal health. *Nutrients [Internet]*. 2020 [cited 2023 May 13]; 12(9):1–6. Available from:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7551041/>

51. Sabando V, Albala C. Calidad de Vida Relacionada con Salud Oral y Autopercepción de Salud: Encuesta Nacional de Calidad de Vida y Salud 2015-2016 en Chile. *Int J Odontostomat [Internet]*.

2019 [cited 2023 May 13];13(3):338–44. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/ijodontos/v13n3/0718-381X-ijodontos-13-03-00338.pdf>

52. Gutiérrez B, Calzada M, Fandiño A. Cultural adaptation and validation of the geriatric oral health assessment index - GOHAI - Colombian version. *Colomb Med.* 2019;50(2):102–14.

53. Córdoba R, Camarellas F, Muñoz E, et al. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2018. Elsevier España. [Internet]. 2018;50(1):29–40. Available from: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-recomendaciones-sobre-el-estilo-vida--S0212656718303615>

54. Instituto Nacional de Salud. Salud Bucal. MINSA. [Internet]. 2021 [cited 2022 Oct 21]. Available from: <https://web.ins.gob.pe/es/salud-publica/ent/salud-bucal>

55. Baraona M. Humanismo. *Revista del centro de estudios general nuevo humanismo.* [Internet]. 2023 [cited 2022 Oct 21];11(2):1–5. Available from: <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/nuevohumanismo/article/view/19453/29665>

56. Navarro J. ¿Qué es Ontológico? [Internet] [cited 2022 Oct 21]; Available from: <https://significado.com/ontologico/>

57. Segundo J. ¿Qué es la epistemología? [Internet] [cited 2022 Oct 21]; Available from: <https://humanidades.com/epistemologia/>

58. Hernández R. Metodología de la investigación. 6th ed. Vol. 6. México; 2014. 1–600 p.

59. Cuellar A. Estilo de vida y la adherencia al tratamiento en pacientes con Esquizofrenia que acuden al Servicio de Psiquiatría del Hospital Hipólito Unanue, Tacna 2018 [Tesis de Pregrado]. Tacna: Universidad Privada de Tacna; 2019. 105p
60. Aparicio P, Delgado R. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. urbanización Casuarinas, Nuevo Chimbote. [Tesis de Pregrado]. Ancash: Universidad Católica de Chimbote; 2011. 105p.

## **ANEXOS**

## Anexo 1

### Análisis cruzado del objetivo general

			AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD BUCAL			TOTAL
			Bajo	Moderado	Alto	
<b>ESTILO DE VIDA</b>	No saludable	Recuento	154,00	39,00	0,00	193,00
		% del total	62,60	15,85	0,00	78,46
	Saludable	Recuento	15,00	28,00	10,00	53,00
		% del total	6,10	11,38	4,07	21,54
<b>TOTAL</b>		Recuento	169,00	67,00	10,00	246,00
		% del total	68,70	27,24	4,07	100,00

Fuente: Matriz de sistematización de datos

### INTERPRETACIÓN

La baja autopercepción de salud bucal con el estilo de vida no saludable posee el valor más predominante con 62,60%, mientras que no se encuentra población con estilos de vida no saludables que tengan una alta autopercepción de salud bucal.

## Anexo 2

### ESCALA DE ESTILO DE VIDA DE WALKER E, SECHRIST K Y PENDER N

#### MODIFICADO POR DELGADO R, REYNA E, DÍAZ R (2008)

N°	ÍTEMS	CRITERIOS			
		1	2	3	4
	<b>ALIMENTACIÓN</b>				
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno, almuerzo y cena.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consume 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
	<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>				
7	Hace Ud. ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
	<b>MANEJO DE ESTRÉS</b>				
9	Ud. Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. Plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S

12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	<b>APOYO INTERPERSONAL</b>				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	<b>AUTORREALIZACIÓN</b>				
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
	<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

### Anexo 3

#### ÍNDICE DE EVALUACIÓN DE LA SALUD ORAL GERIÁTRICA (GOHAI)

Índice de evaluación de la salud oral geriátrica (GOHAI)						
Encuestador:						
Haga las preguntas tal como se encuentran escritas en el cuestionario y tenga en cuenta lo siguiente:						
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se entiende como dentadura a los dientes y a las muelas naturales.</li> <li>• Se entiende como prótesis a la caja de dientes, a los a las prótesis dentales o las chapas.</li> <li>• Para cada ítem lea las opciones de respuesta, (escala)</li> </ul>						
(E: Mencione los nombres de los meses previos a la aplicación de la encuesta)						
En los últimos 3 meses:		siempre	casi siempre	con frecuencia	casi nunca	nunca
1	Tuvo que cambiar la cantidad y toda clase de alimentos por problemas con su dentadura o prótesis.	1	2	3	4	5
2	Fue difícil morder o masticar algún alimento duro.	1	2	3	4	5
3	Pudo pasar o tragar los alimentos sin problemas	5	4	3	2	1
4	La dentadura o prótesis no lo dejaba hablar bien.	1	2	3	4	5
5	Pudo comer cualquier cosa sin molestias.	5	4	3	2	1
6	Limitó relacionarse o tener contacto con la gente debido al estado de su dentadura o prótesis.	1	2	3	4	5
7	Le gustó como se ve su dentadura o prótesis.	5	4	3	2	1

8	Usó medicinas para calmar el dolor o molestias en la boca.	1	2	3	4	5
9	Tuvo preocupación por problemas con su dentadura o prótesis.	1	2	3	4	5
10	Se sintió tímido o cohibido por problemas con su dentadura o prótesis.	1	2	3	4	5
11	Le es incómodo comer delante de otras personas por problemas con su dentadura o prótesis.	1	2	3	4	5
12	¿Sintió molestias en su dentadura, al comer o beber cosas calientes, frías o dulces?	1	2	3	4	5

## Anexo 4

### AUTORIZACIÓN DE LA RED DE SALUD TACNA



Nº 002-2022-AFDST-UGRH-OA-DE-REDS.T.-

## AUTORIZACION

LA DIRECCION EJECUTIVA DE LA RED DE SALUD, DE LA DIRECCION REGIONAL DE SALUD TACNA, AUTORIZA A:

**GERSON ROLANDO PALACIOS MENDOZA**

EGRESADO DE LA MAESTRIA EN SALUD PUBLICA DE LA ESCUELA POSGRADO - UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN, QUIEN APLICARA INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS - CUESTIONARIO DE SATISFACCION EN EL PUESTO DE CALANA DE LA RED DE SALUD TACNA, A FIN DE EJECUTAR EL PROYECTO DE TESIS TITULADO: "ESTILO DE VIDA Y AUTOPERCEPCION DE LA SALUD BUCAL EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD CALANA, TACNA 2022" DURANTE LOS MESES DE ENERO Y FEBRERO DEL 2022; POR LO QUE SIRVASE BRINDAR LAS FACILIDADES NECESARIAS.

La Red Tacna

TACNA, 12 DE ENERO DEL 2022

GOBIERNO REGIONAL DE TACNA  
DRST-RED DE SALUD TACNA

MED. MARUJA RUTH GARCIA MAMANI  
DIRECTOR EJECUTIVO RED DE SALUD  
CMP: 27272

MRGM/JJIC/JESG/KGS/mhz

Av. Bohemia Tacneña s/n  
direccion@redsaludtacna.gob.pe  
Tacna - Perú

## Anexo 5

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, .....,  
de sexo ..... y ..... años, identificado con DNI  
..... declaro:

Haber sido informado de forma clara, precisa y concreta sobre los fines y objetivos de la presente investigación “ESTILO DE VIDA Y AUTOPERCEPCIÓN DE LA SALUD BUCAL EN ADULTOS MAYORES QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD CALANA, TACNA 2022” así como en qué consiste mi participación.

Estos datos que yo otorgue serán acopiados por el C.D. Gerson Rolando Palacios Mendoza (investigador), además serán procesados y custodiados con respeto a mi intimidad y opinión, manteniendo el anonimato de la información y la protección de datos desde los principios éticos de la investigación científica. Sobre estos datos me asisten los derechos de acceso, rectificación o cancelación que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable.

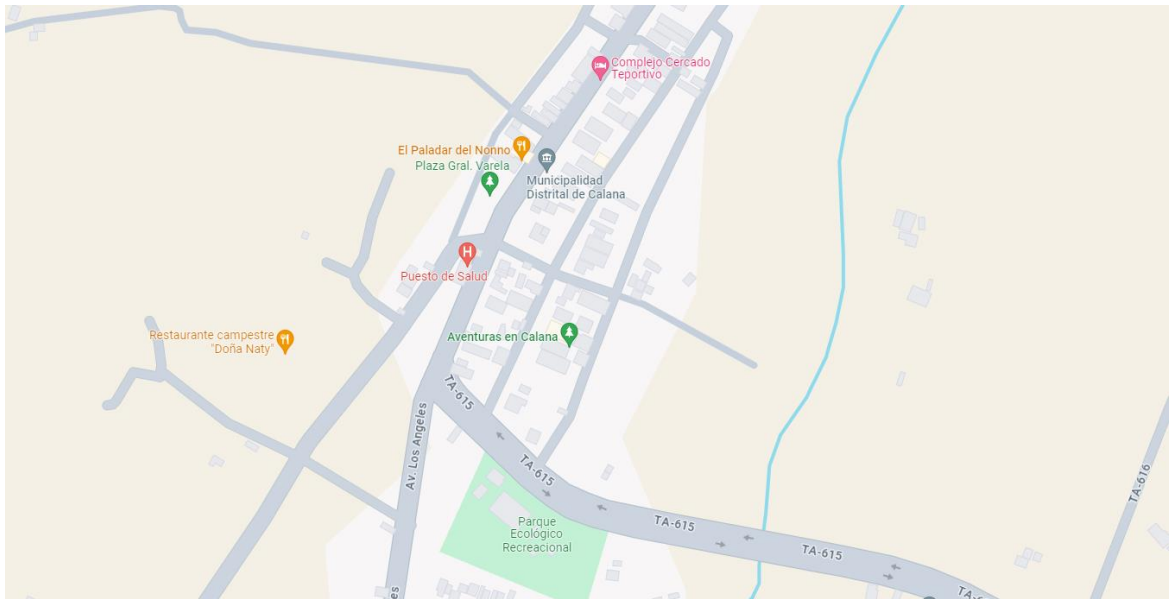
Por lo expuesto otorgo mi consentimiento de forma voluntaria para que se me realice la encuesta que permita contribuir con los objetivos de la investigación.

Firma o huella del paciente: .....

Tacna, ..... de ..... del 2022

## Anexo 6

### MAPA DE UBICACIÓN DEL PUESTO DE SALUD CALANA



#### Leyenda:

 Puesto de Salud Calana

 Municipalidad Distrital de Calana

 Plaza Gral. Varela

## Anexo 7

### FOTOGRAFÍAS

#### FOTOGRAFÍA DEL SERVICIO DE ODONTOLOGÍA DEL P.S. CALANA



Servicio de Odontología del Puesto de Salud Calana, el cual sirvió de centro de planificación y captación de pacientes adultos mayores y cómo área de acopio de instrumentos recolectados

## FOTOGRAFÍA DE LLENADO DE INSTRUMENTOS



Realizando la ejecución de instrumentos Escala de Estilo de vida y GOHAI en adultos mayores del P.S. Calana.

## Anexo 8

### Población adulta asignada según Programa de Salud Local de la Microred Frontera año 2021

#### GRUPO DE EDADES DE LA POBLACIÓN ADULTA

**Establecimientos**

	18	19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80 +
<i>Microred Frontera</i>	183	185	1102	1130	1203	1205	1313	1173	1078	1144	935	800	573	429	394
<i>P.S. Pocollay</i>	117	120	697	787	836	822	884	737	662	666	564	456	287	213	189
<i>P.S. Calana</i>	33	33	219	186	201	228	234	244	240	304	204	201	154	124	103
<i>P.S. Pachía</i>	15	15	89	68	79	68	93	92	88	85	85	72	69	47	49
<i>P.S. Palca</i>	6	6	32	34	31	34	35	34	28	29	24	22	18	14	18
<i>P.S. Caplina</i>	4	3	20	15	17	15	20	20	19	19	19	16	15	10	11
<i>P.S. Vilavilani</i>	4	4	20	21	18	20	21	21	17	18	15	13	11	8	11
<i>P.S. Toquela</i>	2	2	15	11	13	11	16	15	14	14	14	12	11	8	8
<i>P.S. Higuerani</i>	2	2	10	8	8	7	10	10	10	9	10	8	8	5	5

## Anexo 9

### MATRIZ DE LA PRUEBA PILOTO

N°	Estilo de vida																									Autopercepción de la salud bucal												
	ALIMENTACION						ACTIVIDAD Y EJERCICIO		MANEJO DEL ESTRÉS					APOYO INTERPERSONAL				AUTOREALIZACION			RESPONSABILIDAD EN SALUD					Función física				Función psicosocial			Dolor					
	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	i21	i22	i23	i24	i25	ii1	ii2	ii3	ii4	ii5	ii6	ii7	ii8	ii9	ii10	ii11	ii12	
1	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5
2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2	
3	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	
4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	3	3	2	3	3	4	
5	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	3	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	
6	1	1	2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	5	5	3	2	3	5	
7	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	
8	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	
9	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	5	2	4	3	3	4	
10	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
11	3	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	5	
12	2	3	2	3	3	2	2	2	1	1	3	4	3	4	2	3	4	2	2	4	3	3	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	
13	1	2	1	2	1	1	1	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	1	3	4	2	2	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	2	4	3	3	4	
14	3	1	2	1	2	3	2	1	1	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	2	1	2	1	4	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	
15	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	4	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	
16	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5		
17	3	1	1	2	2	3	1	1	1	2	3	4	4	3	3	2	3	2	3	4	1	2	1	1	3	2	2	2	3	4	4	4	4	2	3	3	2	
18	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2	
19	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4	
20	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4	

## Anexo10

### MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

N°	Estilo de vida																									Autopercepción de la salud bucal												
	Alimentación						Actividad y ejercicio		Manejo del estrés				Apoyo interpersonal				Autorealización			Responsabilidad en salud					Función física				Función psicosocial			Dolor						
	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	i21	i22	i23	i24	i25	ii1	ii2	ii3	ii4	ii5	ii6	ii7	ii8	ii9	ii10	ii11	ii12	
1	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	3	2	3	3	3	2
2	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4	
3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4	
4	1	2	1	2	1	2	1	2	3	1	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	
5	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5		
6	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	
7	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	5	3	4	2	3	3	3	
8	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	1	4	1	1	3	2	4	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	
9	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	4	3	2	3	3	2	1	2	4	2	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	
10	1	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	5	4	4	5	4	3	
11	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	
12	1	2	1	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	3	
13	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	
14	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	4	3	
15	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	2	4	3	3	2	1	4	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4	
16	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	
17	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	3	5	4	5	
18	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	5	
19	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	5	4	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4	
20	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	3	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	5	
21	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5	2	4	5	4	3	4	
22	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	5	

23	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	4	2	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	5		
24	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4		
25	2	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3		
26	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2		
27	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	5		
28	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	1	3	2	3	4	1	1	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4		
29	3	1	2	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	1	4	2	2	1	3	4	4	5	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	
30	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4
31	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2		
32	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	2	2	1	3	4	3	2	3	3	4	5	3	4	4	3	5	3		
33	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	
34	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4		
35	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	2	4	3	1	4	1	2	2	3	4	3	2	3	4	4	2	5	4	4	3	4	3		
36	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	4	3	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4		
37	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	4	2	2	1	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	3	4	3	4	4	4		
38	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5		
39	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4		
40	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	
41	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2		
42	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3		
43	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	3	3	2	3	3	4		
44	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	3	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5		
45	1	1	2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	5	5	3	2	3	5		
46	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2		
47	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3		
48	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	5	2	4	3	3	4		
49	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	
50	3	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	5

51	2	3	2	3	3	2	2	2	1	1	3	4	3	4	2	3	4	2	2	4	3	3	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2		
52	1	2	1	2	1	1	1	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	1	3	4	2	2	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	2	4	3	3	4		
53	3	1	2	1	2	3	2	1	1	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	4	2	1	2	1	4	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3		
54	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	1	4	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4		
55	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5		
56	3	1	1	2	2	3	1	1	1	2	3	4	4	3	3	2	3	2	3	4	1	2	1	1	3	2	2	2	3	4	4	4	4	2	3	3	2		
57	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2		
58	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4		
59	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4		
60	1	2	1	2	1	2	1	2	3	1	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3		
61	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5		
62	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2		
63	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	5	3	4	2	3	3	3		
64	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	1	4	1	1	3	2	4	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4		
65	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	4	3	2	3	3	2	1	2	4	2	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4		
66	1	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	5	4	4	5	4	3		
67	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4		
68	1	2	1	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4		
69	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4
70	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	4	4	3	
71	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	2	4	3	3	2	1	4	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4		
72	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2		
73	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	3	5	4	5	
74	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	5		
75	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	5	4	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4		
76	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	3	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	5		
77	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5	2	4	5	4	3	4		
78	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	3	2	1	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	5		

79	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	4	2	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	5	
80	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	
81	2	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	
82	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	
83	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	5	2	3	4	3	5	3	4	4	4	4	5	
84	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	1	3	2	3	4	1	1	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
85	3	1	2	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	1	2	2	2	1	3	3	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
86	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4
87	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
88	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	1	3	4	3	2	3	3	4	5	3	4	4	3	5	3	
89	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	
90	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	
91	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	2	4	3	1	4	1	2	2	3	4	3	2	3	4	4	2	5	4	4	3	4	3	
92	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	4	3	3	1	1	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	
93	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	4	2	2	1	2	3	4	1	2	3	2	2	3	3	2	1	2	4	3	4	3	4	4	4	
94	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	
95	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4	
96	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
97	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2	
98	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	
99	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	3	3	2	3	3	4	
100	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	3	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	
101	1	1	2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	5	5	3	2	3	5	
102	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	
103	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	
104	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	5	2	4	3	3	4	
105	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	5	3	
106	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	

107	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2	
108	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4	
109	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4	
110	1	2	1	2	1	2	1	2	3	1	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	
111	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	
112	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	
113	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	5	3	4	2	3	3	3	
114	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	1	4	1	1	3	2	4	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	
115	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	4	3	2	3	3	2	1	2	4	2	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	
116	1	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	5	4	4	5	4	3	
117	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	
118	1	2	1	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4	
119	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	
120	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	4	3	
121	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	2	4	3	3	2	1	4	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4	
122	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	
123	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	4	5	4	5	4	4	4	4	5	5	3	5	4	5
124	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	5	
125	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	5	4	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4	
126	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	3	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	5	
127	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5	2	4	5	4	3	4	
128	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	5	
129	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	4	2	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	5	
130	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	
131	2	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	
132	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	
133	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	5	
134	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	1	3	2	3	4	1	1	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	

135	3	1	2	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	1	4	2	2	1	3	4	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
136	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4
137	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
138	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	2	2	1	3	4	3	2	3	3	4	5	3	4	4	3	5	3	
139	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	
140	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	
141	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	2	4	3	1	4	1	2	2	3	4	3	2	3	4	4	2	5	4	4	3	4	3	
142	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	4	3	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	
143	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	4	2	2	1	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	3	4	3	4	4	4	
144	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	
145	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4	
146	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	
147	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2	
148	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	
149	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	3	3	2	3	3	4	
150	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	3	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	
151	1	1	2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	5	5	3	2	3	5	
152	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	
153	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	
154	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	5	2	4	3	3	4	
155	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	4	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
156	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	
157	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2	
158	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4	
159	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4	
160	1	2	1	2	1	2	1	2	3	1	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	
161	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	
162	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	

163	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	5	3	4	2	3	3	3	
164	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	1	4	1	1	3	2	4	4	3	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4
165	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	4	3	2	3	3	2	1	2	4	2	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	
166	1	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	5	4	4	5	4	3	
167	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	
168	1	2	1	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4	
169	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	
170	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	4	3	
171	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	2	4	3	3	2	1	4	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4	
172	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	
173	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	4	5	4	5	4	4	4	5	5	3	5	4	5	
174	1	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	2	2	4	1	2	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	5	
175	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	5	4	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4	
176	3	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	3	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	5	
177	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5	2	4	5	4	3	4	
178	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	5	
179	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	4	2	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	5	
180	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	
181	2	3	2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	4	3	3	4	2	3	4	1	2	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	
182	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	
183	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	5	
184	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	1	3	2	3	4	1	1	3	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	
185	3	1	2	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	1	4	2	2	1	3	4	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	2	
186	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	
187	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
188	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	2	2	1	3	4	3	2	3	3	4	5	3	4	4	3	5	3	
189	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5
190	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4		

191	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	2	4	3	1	4	1	2	2	3	4	3	2	3	4	4	2	5	4	4	3	4	3
192	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	4	3	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4
193	1	3	2	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	4	2	2	1	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	2	1	2	4	3	4	3	4	4	4
194	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5
195	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4
196	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
197	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2
198	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3
199	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	5	3	3	2	3	3	4
200	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	1	3	4	4	3	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5
201	1	1	2	1	3	3	2	1	2	2	3	4	3	4	2	3	2	2	1	4	3	3	2	2	4	2	1	4	2	3	3	5	5	3	2	3	5
202	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2
203	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4
204	2	1	1	1	3	3	1	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	3	5	2	4	3	3	4
205	4	3	2	4	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	2	3	2	2	4	4	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4
206	4	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	4	3	2	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	3	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5
207	1	2	1	4	1	2	1	4	1	2	3	3	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	3	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	3	3	3	2
208	2	3	1	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	5	4	3	3	4
209	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	4	3	4	4	3	3	4	5	5	4	5	4	5	5	4
210	1	2	1	2	1	2	1	2	3	1	3	3	4	4	2	2	3	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3
211	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	4	3	3	3	3	4	2	3	3	1	2	3	2	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5
212	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2
213	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	1	4	3	2	3	3	4	5	3	4	2	3	3	3
214	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	1	4	1	1	3	2	3	4	3	5	5	4	5	4	5	5	4	4	4
215	3	2	2	2	4	2	2	2	3	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	3	2	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4
216	1	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	3	2	4	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	4	3	2	3	4	2	2	5	4	4	5	4	3
217	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4
218	1	2	2	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	3	3	2	2	1	2	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	4

219	4	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4					
220	3	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	1	3	4	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	4	3	
221	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	2	4	3	3	2	1	3	5	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	4	
222	2	3	1	4	1	2	2	4	3	3	1	3	4	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	3	3	3	2	
223	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	2	5	4	5	4	4	4	5	5	3	5	4	5	
224	1	2	1	2	3	4	2	2	2	2	3	3	2	4	2	2	4	1	2	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	5	
225	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	5	4	5	4	3	5	5	4	4	5	4	4	
226	3	1	1	1	2	1	2	2	4	1	2	3	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	5	
227	1	2	2	2	4	3	1	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	2	5	2	4	5	4	3	4	
228	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	1	3	4	4	2	2	3	2	3	4	1	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	5	
229	3	3	1	2	2	1	2	1	1	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	
230	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	5	
231	4	2	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	5	4	4	5	4	4	4	
232	3	1	2	1	2	4	1	3	1	2	2	2	3	3	3	4	3	3	1	4	2	2	1	3	4	4	5	3	4	5	4	5	4	4	5	5	4	
233	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4
234	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	
235	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	2	2	1	3	4	3	2	3	3	4	5	3	4	4	3	5	3	
236	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5
237	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	
238	2	1	2	1	2	2	2	1	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	1	4	2	3	1	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	
239	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	4	3	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	
240	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	4	3	4	2	3	2	3	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	
241	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	
242	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4	
243	2	3	2	3	1	3	2	3	3	3	1	3	4	3	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
244	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	3	3	4	3	1	4	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	2	
245	4	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	
246	2	3	1	3	1	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	

## Anexo 11

### Matriz de consistencia

TEMA	PROBLEMA	PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS GENERAL
Estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022	¿Existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuál es el estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?</li> <li>- ¿Cuál es el estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?</li> <li>- ¿Cuál es la autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?</li> <li>- ¿Cuál es la autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022?</li> </ul>	Relacionar estilo de vida y autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Determinar el estilo de vida de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.</li> <li>-Determinar el estilo de vida según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.</li> <li>-Determinar la autopercepción de salud bucal de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.</li> <li>-Determinar la autopercepción de salud bucal según dimensiones de los adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022.</li> </ul>	<p>H1: Existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022</p> <p>H0: No existe relación entre estilo de vida y la autopercepción de la salud bucal en adultos mayores que acuden al Puesto de Salud Calana, Tacna 2022</p>