

## Estilos de vida de los internos del Establecimiento Penitenciario, Huancas - Chachapoyas - 2017.

### Lifestyles of inmates of the Penitentiary Establishment, Huancas - Chachapoyas - 2017.

Jovita Vasquez Rubio<sup>1</sup>, Policarpio Chauca Valqui<sup>2</sup>

#### RESUMEN

La presente estudio fue de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo, observacional, prospectivo y transversal el objetivo fue determinar Estilos de vida de los internos del Establecimiento Penitenciario, Huancas - Chachapoyas - 2017. Se tuvo una población muestral de 225 internos, para la recolección de datos se utilizó el método de la encuesta, técnica el cuestionario, escala de estilos de vida, fue validado mediante prueba binomial=8.88, considerado altamente confiable con la fórmula de Alfa de Cronbach de 0.83. Se encontró que del 100% (225) de los internos encuestados, el 69% presentaron estilos de vida saludables, el 31% no saludables; en la dimensión biológica, el 87% presentaron una alimentación saludable, en actividad física, el 74% mostraron actividad física saludable, en higiene personal, el 64% presentaron higiene saludable, en la dimensión social, el 88% mostraron relaciones interpersonales saludables, en consumo de sustancias tóxicas, el 74% presentaron consumo de sustancias tóxicas saludables y en la dimensión psicológica, el 89% obtuvieron sueño saludable, en estrés, el 56% mostraron estrés saludable, en el comportamiento sexual, el 91% presentaron comportamiento sexual saludable. En conclusión los internos del Penitenciaro tienen estilos de vida saludables.

**Palabras clave:** Estilo de vida, interno, establecimiento penitenciario.

#### ABSTRACT

The present study was of a quantitative, descriptive, observational, prospective and cross-sectional approach. The objective was to determine the lifestyles of the inmates of the Penitentiary Establishment, Huancas - Chachapoyas - 2017. There was a sample population of 225 inmates, for the collection of data We used the survey method, questionnaire technique, lifestyle scale, validated by binomial test = 8.88, considered highly reliable with the Cronbach's Alpha formula of 0.83. It was found that of 100% (225) of the interns surveyed, 69% presented healthy lifestyles, 31% unhealthy; in the biological dimension, 87% had a healthy diet, in physical activity, 74% showed healthy physical activity, in personal hygiene, 64% had healthy hygiene, in the social dimension, 88% showed healthy interpersonal relationships, in consumption of toxic substances, 74% had consumption of toxic substances and in the psychological dimension, 89% obtained healthy sleep, in stress, 56% showed healthy stress, in sexual behavior, 91% had healthy sexual behavior. In conclusion, inmates of the Penitentiary have healthy lifestyles.

**Keywords:** Cocoa, positioning, strategic management, Amazonas, Peru.

<sup>1</sup>Licenciada en Enfermería - Facultad de Ciencias de la Salud - UNTRM-A. Email: vitataquezbio14\_@gmail.com

<sup>2</sup>Dr. en psicología. Asesor de tesis, docente principal- UNTRM-A. Email: Policarpio.chauca@untrm.edu.pe

## I. INTRODUCCIÓN

Los estilos de vida se refiere al conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal. Desde esta perspectiva se aborda de manera general los estilos de vida en que se vive en los centros penitenciarios en diferentes lugares y autores. (MINSA, 2006, p. 46).

Al nivel internacional, la realidad de las cárceles muestra una cantidad ilimitada de factores que inciden de manera negativa en la salud integral de estas personas. Además, es conocido que la presencia de hechos de violencia, de conductas adictivas y de riesgo de enfermedades de transmisión sexual son elementos intrínsecos de la vida en prisión, constituyendo una amenaza constante para la calidad de vida de las personas detenidas. Se da a conocer que las relaciones íntimas con parejas son de buena calidad, aunque las modalidades varían según el régimen, de modo que, el 80% refieren haber tenido relaciones con personas que no son sus cónyuges, y ese porcentaje se mantiene para ambos sexos, el principal motivo es por no estar en pareja (47,7%), mientras que el resto es porque no lo vienen a visitar o porque no lo había solicitado (Bergman, Arias y Siano, 2015. p. 40, 42).

Es así que la prevalencia de estilos de vida de los encarcelados no son saludables ya que, el 48.7% y el 62.4%, afectando al 74% de la población que implica un riesgo para la salud de estas personas, es necesario considerar que las pautas nutricionales y los cambios de hábitos marcan la forma de vivir en ese lugar en forma permanente. Es necesario aclarar que no todas las personas que se encuentran en prisión, logran beneficios adecuados para su salud ya que muchos carecen de economía lo que les somete a vivir en una precaria situación económica (Tafur, 2013. p. 65). En tal sentido la presente investigación se realizó debido que existen condiciones no favorables en las instituciones carcelarias. Por consiguiente estos aspectos teóricos se reflejan con datos cuantitativos mediante la medición de una escala de los estilos de vida contundentes y propias de los penitenciarios según opiniones y actitudes de situaciones vividas, teniendo en cuenta estos aspectos se formuló la siguiente interrogante ¿Qué estilos de vida tienen los internos del Establecimiento Penitenciario de Huancas Chachapoyas, 2017?

## II. MATERIAL Y MÉTODO

En el presente estudio se utilizó un enfoque cuantitativo de tipo observacional, prospectivo, transversal y descriptivo (Supo, 2015, p. 6-13).

### Población, muestra y muestreo.

**Universo:** estuvo constituido por 562 internos.

**Población:** estuvo compuesta por 552 internos.

**Muestra:** estuvo conformada por 225 internos.

**Métodos, técnicas e instrumentos de recolección de datos:** Se aplicó el método la encuesta y la técnica el cuestionario (Canales, et al, 1994, p. 234).

**Instrumento de recolección de datos:** se utilizó un "cuestionario escala de estilos de vida" de (Flores, 2010. p. 80), y modificado por la investigadora. El cuestionario constó de 3 dimensiones y un total de 37 ítems. Para medir la variable se utilizó la escala ordinal y para evaluar los ítems, se utilizó la escala Likert. La validez del instrumento fue  $VC=8.88 > VT=1.6449$ . La confiabilidad mediante la fórmula de Alfa de Cronbach de 0.83.

## III. RESULTADOS

**Tabla 01:** Estilos de vida de los internos del Establecimiento Penitenciario Huancas.

Estilos de vida en Internos	fi	%
Saludable	155	69
No saludable	70	31
Total	225	100

**Fuente:** Escala de estilos de vida

En la tabla 01, se observa que del 100% (225) de los internos encuetados, el 69% (155) presentaron estilos de vida saludables, y el 31% (70) estilos de vida no saludables.

**Tabla 02:** Estilos de vida según dimensión biológica en (alimentación, higiene personal, actividad física) de los internos del Establecimiento Penitenciario, Huancas.

Estilos de vida	Dimensión biológica					
	Alimentación		Actividad física		Higiene personal	
	fi	%	Fi	%	fi	%
Saludable	196	87	167	74	144	64
No saludable	29	13	58	26	81	36
Total	225	100	225	100	225	100

**Fuente:** Escala de estilos de vida.

asimismo en higiene personal, el 64% presentan estilos de higiene saludable y el 36% no saludable.

En contraste con (Restrepo y Morales, 2006. p. 12), en su investigación demostró que los estilos de vida en función a la alimentación fueron desfavorable en un 70% y un 30% favorable. Sus conclusiones fueron: que la gran mayoría presentaron estilos de vida en la alimentación desfavorables. Sin embargo hay similitud con la presente investigación y el estudio de (Bergman, Arias y Siano, 2015. p. 13), en los estilos de actividad física y la higiene personal demostró que, el 90% los estilos en higiene son saludables y las actividades que realizan los reclusos en mayor porcentaje es saludable.

Por consiguiente, el estudio de Restrepo y Morales no tienen similitud con la presente investigación, a diferencia de Bergman, Arias y Siano, que demostró resultados positivos o saludables en higiene personal y actividad física. En relación a la alimentación estos resultados son contradictorios con la presente investigación, ya que según estos autores encontraron un alto porcentaje de estilos de vida alimentarios desfavorables. Por concepto se bebe en gran parte al aumento de reclusos en los países donde pone en carencia la alimentación en las cárceles. Estos es un factor de riesgo para la salud de los penitenciarios en estas instituciones. En el Perú, en el centro penitenciario de Huancas los presos tienen estilos de vida alimentarios saludables. Es a saber que la alimentación es una necesidad primordial cuya satisfacción tiene que ser garantizada para cada individuo, ya que alimentarse constituye un requisito esencial para sobrevivir. (OPS, 2003, p.19).

En efecto los estilos de vida en la alimentación, actividad física e higiene personal son indispensables para conservar la salud y vitalidad de cada ser humano ya que sin estos medios cada individuo está más expuesto a las enfermedades que luego determina la vida. De tal modo hay que mantener estilos de vida saludables en los centros carcelarios con el cual favorezcan y optimice la salud de estas personas.

Por su parte Flores (2012) indica que la alimentación, la actividad física y una buena higiene aumentada conducen a una vida más larga y una mejoría en su salud no solo de los en penitenciarios sino en la población. En tal sentido la alimentación, el ejercicio ayuda a prevenir las enfermedades del corazón, y muchos otros problemas. Además aumenta la fuerza, genera más energía y puede ayudar a reducir la ansiedad y tensión así como la higiene evita o reduce las enfermedades infecciosas entre otras (Flores,

2012, p.28).

**En la tabla 03:** según dimensión social, se indica que del 100% de los internos encuestados, el 88% presentaron relaciones interpersonales saludables, y el 12% no saludables, respecto al consumo de sustancias tóxicas, el 74% presentaron estilos saludables, y el 26% no saludables.

Comparando con el estudio de (Bergman, Arias, y Siano, 2015. p.9), encontraron que el 60% la relación interpersonal de los reclusos son saludables, mientras que el 83,7% mantiene una conducta saludable a las drogas. Por lo general se concluye con mayor porcentaje los estilos de vida son saludables de los encarcelados.

Estos datos son similares con la presente investigación, donde se afirma que las relaciones interpersonales y la conducta frente a las sustancias tóxicas en ambos estudios demuestran ser saludables. Al respecto mantener relaciones interpersonales favorables y el no consumo de sustancias tóxicas, avala en gran medida sobre la salud y el bienestar de cada ser humano. Es notorio que la salud es parte de las condiciones que la rodea, por lo que se debe mantener los medios necesarios a fin de mantener el potencial de cada ser humano en los centros penitenciarios. De este modo el valor humano y su dignidad serán cada vez más óptimas. (Bergman, Arias, y Siano, 2015. p.9).

En tal sentido Dorlaqui indica, que las relaciones interpersonales son asociaciones entre personas que pueden basarse en emociones y sentimientos, en general el hecho más esperado, deseado y al que se le otorga siempre un valor positivo por parte de los presos porque constituyen su único y mayor vínculo en sí mismo y con el mundo exterior (Dorlaqui et al., p.125).

**En la tabla 04:** según dimensión psicológica se demuestra que, del 100% (225) de los internos encuestados el 89% presentaron estilos de sueño saludables, y el 11% no saludables; en estrés el 56% mostraron estilos saludables, y el 44% no saludables; así mismo en comportamiento sexual, el 91% presentaron estilos saludables, y el 9% no saludables.

Es contundente que los estilos de vida concerniente al sueño y estrés de los internos penitenciarios en esta institución son saludables. Este análisis da entender que sus actitudes ante los factores que causan trastornos son favorables. Es admitido que evitar factores estresantes permite el descanso óptimos, además que las horas de descanso sean necesarias influye en la vitalidad del ser humano, ya que la

En la tabla 02 según dimensión biológica se observa que del 100% (225) de los internos encuestados, el 87% (196) presentaron alimentación saludables, y el 13% (29) no saludables, en actividad física, el 64% (144) mostraron estilos saludables, y el 36% (81) no saludables, así mismo en higiene personal, el 74% (167) presentaron estilos saludables, y el 26% (58) no saludable.a calidad, aunque las modalidades varían según el régimen, de modo que, el 80% refieren haber tenido relaciones con personas que no son sus cónyuges, y ese porcentaje se mantiene para ambos sexos, el principal motivo es por no estar en pareja (47,7%), mientras que el resto es porque no lo vienen a visitar o porque no lo había solicitado (Bergman, Arias y Siano, 2015. p. 40, 42).

**Tabla 03:** Estilos de vida según dimensión social en (relaciones interpersonales, consumo de sustancias tóxicas) de los internos del Establecimiento Penitenciario, Huancas.

Estilos de vida	Dimensión social			
	Relaciones interpersonales		Consumo de sustancias tóxicas	
	fi	%	fi	%
Saludable	197	88	167	74
No saludable	28	12	58	26
Total	225	100	225	100

Fuente: Escala de estilos de vida.

En la tabla 03: según dimensión social se observa que, del 100% (225) de los internos encuestados, el 88% (197) sus relaciones interpersonales fueron saludables, y el 12% (28) no saludables, en el consumo de sustancias tóxicas, el 74% (167) presentaron estilos saludables, y el 26% (58) no es saludables.

**Tabla 04:** Estilos de vida según dimensión psicológica en (sueño, estrés, comportamiento sexual) de los internos del Establecimiento Penitenciario, Huancas.

Estilos de vida	Dimensión Psicológica					
	Sueño		Estrés		Comport sexual	
	fi	%	fi	%	fi	%
Saludable	201	89	125	56	205	91
No saludable	24	11	100	44	20	9
Total	225	100	225	100	225	100

Fuente: Escala de estilos de vida

**En la tabla 04:** según dimensión psicológica se observa que del 100% (225) de los internos encuestados, el 89% (201), presentaron estilos de sueño saludables, y el 11% (24) no saludables, así mismo el estrés, el 56% (125) presentaron estilos de estrés saludables, y el 44% (100) no saludables, en el comportamiento sexual, el 91% (205) presentaron estilos de comportamiento sexual saludables, y el 9% (20) no saludables.

#### IV. DISCUSIÓN

**En la tabla 01:** se demostró que del 100% (225) de los internos encuestados, el 69% (155) presentaron estilos de vida saludables, es decir las conductas, hábitos y comportamiento de los internos está siendo compensadas según su necesidad de vida, así mismo, el 31% (100) presentaron estilos de vida no saludables.

Los resultados en ambos estudios muestran que los estilos de vida de los internos en las cárceles son saludables en sus diferentes dimensiones. Es decir, las dimensiones biológica, social y psicológica dentro de las instituciones en los reclusos son favorables, esto da entender que los penitenciarios obtienen y muestran actitudes, comportamientos y hábitos en los estilos de vida saludables que favorece y mejora las situaciones de vida de estas personas. A tal caso los estilos de vida saludable son altamente significativo, básico y como principios inherentes dentro de la vida diaria de cada individuo, estos actúan como medios protectores de la salud y evitan a la aparición o reducen las enfermedades; estos medios son: realizar ejercicios, alimentación saludable, consumo de agua servidas, evitar factores estresantes, reducir o evitar los hábitos de sustancias tóxicas que son consecuentes a degenerar la salud del ser humano. Por consiguiente la OPS refiere, que los factores que inciden en la configuración de un estilo de vida saludable nos referimos higiene personal, entorno, actividad física y prevención de enfermedades (tabaco) entre otros en relación a estos, los estilos de vida favorables o comportamientos saludables que al asumirlos responsablemente ayudan a prevenir de ajustes biopsicosociales, espirituales y mantener el bienestar de la calidad de vida de las personas (OPS, 2003, p.19).

**En la tabla 02:** según la dimensión biológica, se demuestra que del 100% de los internos encuestados, el 87% presentaron estilos de alimentación saludable, y el 13% alimentación no saludable; respecto a la actividad física, el 74% presentaron estilos de actividad física saludable y el 26% no saludable;

recuperación de energías y/o desgaste de los sistemas orgánicos, físicos e intelectuales es básicamente el logro a través de este, sin la cual el deterioro del mismo sería consecuente grave de la salud. En tal sentido los estilos de vida del ser humano en la parte psicológico son básicos para cada individuo, debido que determina o mejora el desempeño del trabajo y ser productivo y a la vez tener mejores condiciones de vida. Por lo tanto las cárceles saludables son necesarias donde favorezca las condiciones de estilos de vida más estables con una adecuada alimentación, espacios recreativos adecuados, ambientes saludables, saneamientos básicos entre otros, y eviten trastornos o daños en la salud de los encarcelados. (Muñoz, V. (2010).

Además se demuestra datos saludables concerniente al comportamiento sexual de los penitenciarios ya que presentaron un porcentaje óptimo. La necesidad de afecto y fisiológica sexual del ser humano son prácticamente indispensable en la especie humana; ya que al tener patrones de comportamiento sexual satisfactorios garantiza el bienestar de la persona. Esto se compone como el acercamiento, caricias, sentimientos y emociones expresadas como seguridad de la heterosexualidad con el cual estos internos penitenciarios están manteniendo, estos son favorables mediante las visitas familiares y amigos a los reclusos. En efecto se debe mantener y facilitar la llegada de sus cónyuges a los reclusos con la finalidad de propiciar el bienestar de su salud. (OPS, 2003, p.19).

Por lo anterior, los estilos de vida de cada ser humano en todas sus esferas son indispensable, sin importar las condiciones y/o aspecto de la vida. El delito de una persona puede generar límites de no ser participe en plenitud del bienestar, sin embargo se debe propiciar condiciones saludables y a la vez estos centros carcelarios pueden ser formadores y educadores de los penitenciarios con el cual se espere un mundo con mejores valores y aspectos sociales (OMS.2010).

## V. CONCLUSIONES

Los Internos del Establecimiento Penitenciario de Huancas, con un 69% presentaron estilos de vida saludables.

Según las dimensiones biológica, social y psicológica de los estilos de vida de los internos del Establecimiento Penitenciario de Huancas, presentaron estilos de vida saludables.

## VI. AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento muy especial a los internos del Establecimiento Penitenciario Huancas por haber permitido y facilitado la ejecución del trabajo de investigación.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Canales, M., et al. (1994). Metodología de la investigación. (2da. Ed). Washington. Edit. Mac Graff Gill.
- Flores, L., & Hernández, L. (2008). Evaluación del estilo de vida. Boletín Latinoamericano de psicología de la salud. (Sd). Washington. Ed. Interamericano.
- Lemus, J. (2000). Condiciones de vida y de salud en Argentina. Argentina. Ed. Lau Sao.
- Marriner, A., et al. (2007). Modelos y teorías en enfermería. México. Ed. Mac Graff Gill.
- Ministerio de Salud. (2006). Lineamientos para la Atención Integral de Salud en función a los estilos de vida de las Personas. Perú. Editorial Sinco editores.
- Muñoz, V. (2010). "Estilo de vida y estado nutricional en el adulto mayor en el A.H. "Esperanza Baja". Chimbote, s, Ed.
- Supo, J. (2015). Metodología de la investigación científica. Salud. España.
- Tafur, R. (2013). Vida en las Cárceles del mundo. Perú. Ed. Mantaro. Soto, H, et al., (1995). Relación de los estilos de vida y nutrición de los internos penitenciarios de la cárcel de Mar de Plata. Tesis de licenciatura. Universidad de mar de Plata. Recuperado desde: <http://www.lavaluaatualcance.com/llel%60saludcarcel%50es%30lo%10primero.htm>
- Restrepo, M., Morales, G. (2006). "Los hábitos alimentarios en el presos de la cárcel José Pardo de Colombia y su relación con los procesos protectores". Colombia.
- Cesarsan, A. (2013). Un Estilo de vida Saludable en las cárceles. Blogger Developersq=cache:cesarsan16.blogspot.com/ Natwo. Colombia. Recuperado desde: <http://74.125.47.132/search>
- Dorlaqui et al. (2006). Mujeres y jóvenes encarcelados en la Argentina. Una investigación sociojurídica. Argentina. Recuperado desde: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Argentina/iiguba/20161111044343/Voces.pdf>.
- Martínez, M. (2003). El Penal de El Puerto de Santa María. Estilos de vida de los internos. México. Recuperado desde: <http://www.lasaludatualcance.com/la%20sal>

- ud%20es%20lo%20primero.htm.
- Méndez, F., & Olivares, J. (2001). Técnicas de modificación de conducta. Madrid. Biblioteca nueva. Recuperado desde: .
- Organización Mundial de la Salud. (2010). Promoción de la salud: glosario. Ginebra; Recuperado desde: <http://www.msc.es/profesionales/saludPublicacion/docs/glosario.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. (2003). Cárcenes saludables Promoviendo la salud para todos. Argentina. Recuperado desde: <http://publicaciones.ops.org.ar/publicaciones/saludAmbiental/carceles%20saludables.pdf>.
- Restrepo, M., Morales, G. (2013). Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud. Recuperado desde <http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sciartte&d>
- Rodríguez, M (2001). Sexualidad en las cárceles. Chile. Recuperado desde: <https://www.minterior.gub.uy/webs/INACRI/Sexualidad%20en%20las%20Cárceles.doc>
- Sotelo, J. (2008). Estilos de vida en las cárceles del Estado de Texas. Recuperado desde: <http://www.Representante OPS/OMS en Argentina Buenos aires>.