



**UNIVERSIDAD DE CUENCA  
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS  
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**ESTILO DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO  
FERIA LIBRE “EL ARENAL”, CUENCA, 2018**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA.**

**AUTORAS:**

CORINA ROCIO VERA ENCALADA CI: 0105310882

JESSICA MARISOL TELENCHANA TENELEMA CI: 1804401386

**DIRECTORA:**

LCDA NUBE JANETH CLAVIJO MOROCHO CI: 0105204325

**CUENCA - ECUADOR**

**2018**



## RESUMEN

**ANTECEDENTES GENERALES:** el estilo de vida constituye la forma de vivir, es decir un conjunto de comportamientos que realizan los individuos de una comunidad y se determinan por factores físicos, sociales que dependen del individuo y del entorno, estos pueden ser saludables o no saludables.

**OBJETIVO:** determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca, durante el año 2018.

**MÉTODO Y MATERIAL:** es un estudio de tipo descriptivo, cuantitativo, de corte transversal. Se trabajó con un universo finito de 60 comerciantes de verduras del mercado feria libre “El Arenal”. Se utilizó el instrumento de Díaz, R; Márquez, E; Delgado, R 2008 que permite evaluar el estilo de vida y la encuesta de estratificación del Nivel Socioeconómico INEC. Los resultados están descritos en tablas de frecuencia y porcentaje; utilizando programas como: Microsoft Word, Excel, el paquete estadístico SPSS.22.0

**RESULTADOS:** el estilo de vida de la población estudiada fue: el 100% se alimentan tres veces al día; en actividad física el 87%; en manejo del estrés 62%; en apoyo interpersonal 90%; en autorrealización 95%; en responsabilidad en salud 77%; en higiene 85%; en recreación 52%, tienen momentos de entretenimiento con su familia; en nivel socioeconómico se encuentra en el nivel medio bajo con 55%.

**CONCLUSIONES:** los comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida (97%).

**PALABRAS CLAVES:** ESTILO DE VIDA, COMERCIANTES DE VERDURAS, CONDICION SOCIOECONOMICA, CONDICION SOCIODEMOGRAFICA.



## ABSTRACT

**Background:** lifestyle is a way of life. In other words, a lifestyle consists in people's attitude or daily behaviors defined by physical, social or work factors ruled by the individual itself and his or her surroundings. These attitude/behaviors can either be healthy or not.

**General objective:** decide greengrocers' lifestyle. Specifically, those who work at "El Arenal" Market in the free fair sector located in Cuenca City, during the present year, 2018.

**Method and material:** it's a descriptive, quantitative, cross-sectional study. We worked with sixty greengrocers from "El Arenal" free fair. The instrument of Díaz, R; Márquez, E; Delgado, R 2008 was used to evaluate the lifestyle and the Socioeconomic Level Stratification Survey (Encuesta de estratificación del Nivel Socioeconómico or (INEC) in Spanish). The results are described in frequency and percentage tables; using programs such as: Microsoft Word, Excel, the statistical package SPSS version 22.

**Results:** the lifestyle of the population studied was as follow: 100% of the participants eat three meals per day: breakfast, lunch and dinner; in physical activity, 87% perform daily activities that demands complete movement or use of their bodies; In stress management, 62% of the participants can identify situations that cause them stress or worry in their lives; in interpersonal support, 90% relate to others; in self-realization, 95% feel satisfied with what they have achieved in their lives; in health responsibility, 77% go at least once a year to a health facility for a medical review; in hygiene, 85% wash their hands before and after using the toilet; in recreation, 52% spend time with their families doing recreational activities; the socioeconomic level is at a moderately low average with 55%.

**Conclusion:** 97% of the greengrocers at the free fair, El Arenal, enjoy a good lifestyle.

**Key words:** LIFESTYLE, GREENGROCERS, SOCIOECONOMIC STATUS, SOCIODEMOGRAPHIC CONDITION.



CONTENIDO

RESUMEN..... 2

ABSTRACT.....3

CAPITULO I..... 14

1. INTRODUCCIÓN..... 14

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... 15

1.2.- JUSTIFICACIÓN ..... 16

CAPITULO II..... 18

2.- FUNDAMENTO TEÓRICO ..... 18

2.1 Marco referencial..... 18

2.2 Marco conceptual ..... 19

CAPITULO III..... 26

3.- OBJETIVOS ..... 26

OBJETIVO GENERAL ..... 26

OBJETIVOS ESPECÍFICOS ..... 26

CAPITULO IV ..... 27

4. DISEÑO METODOLÓGICO..... 27

4.4. Criterios de inclusión y exclusión ..... 27

4.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (ver anexo) ..... 27

4.6. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS..... 27

4.7.- PROCEDIMIENTO ..... 28

4.8.- PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS: ..... 29

4.9.- ASPECTOS ÉTICOS: ..... 29

5.- RECURSOS ..... 29

6.- PLAN DE TRABAJO (ver anexo) ..... 29

CAPITULO V ..... 30

RESULTADOS ..... 30

CAPITULO VI ..... 44

DISCUSIÓN..... 44

CAPITULO VII ..... 46

CONCLUSIONES..... 46

RECOMENDACIONES ..... 46

7.- REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS ..... 48

8.- ANEXOS ..... 53



INDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	30
Tabla 2.....	31
Tabla 3.....	32
Tabla 4.....	33
Tabla 5 .....	34
Tabla 6.....	35
Tabla 7.....	36
Tabla 8.....	37
Tabla 9.....	38
Tabla 10.....	39
Tabla 11.....	40
Tabla 12.....	41
Tabla 13.....	42

**LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO  
INSTITUCIONAL.**

Jéssica Marisol Telenchana Tenelema en calidad de autora titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación **“ESTILO DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO FERIA LIBRE EL ARENAL, CUENCA 2018”**, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGANICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de investigación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 114 de la Ley Orgánica de Educación Superior

Cuenca, 4 de octubre del 2018



Jéssica Marisol Telenchana Tenelema  
C.I. 1804401386

## CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Jéssica Marisol Telenchana Tenelema, autora del proyecto de investigación "ESTILO DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO FERIA LIBRE "EL ARENAL". Certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en el presente proyecto de investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 4 de octubre del 2018

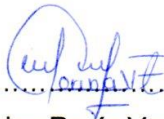
  
.....  
Jéssica Marisol Telenchana Tenelema  
C.I. 1804401386

**LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL.**

Corina Rocío Vera Encalada en calidad de autora titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación **“ESTILO DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO FERIA LIBRE EL ARENAL”**, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGANICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este proyecto de investigación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 114 de la Ley Orgánica de Educación Superior

Cuenca, 4 de octubre del 2018

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Corina Rocío Vera Encalada".

Corina Rocío Vera Encalada

C.I. 0105310882



**CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL**

Corina Rocío Vera Encalada, autora del proyecto de investigación "ESTILO DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO FERIA LIBRE "EL ARENAL". Certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en el presente proyecto de investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 4 de octubre del 2018

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Corina Rocío Vera Encalada', written over a dotted line.

Corina Rocío Vera Encalada

C.I. 0105310882



## DEDICATORIA

*Esta meta alcanzada que me llena de infinita alegría va dedicada para todas las personas quienes me apoyaron con su palabra, su confianza y su amor incondicional; en especial para mis Padres; ANGEL TOBIAS TELENCHANA LAURA y MARIA PIEDAD TENELEMA LAURA, quienes con su perseverancia, humildad y trabajo; me llenaban de fortaleza para seguir a paso firme por este largo y difícil camino, los mismos que a su vez me enseñaron a persistir, a no rendirme por un tropiezo, por una injusticia y entregar todo de mí; siempre con la frente en alto e infinitamente agradecida con el creador. A mi hermana AMPARITO DEL ROCIO TELENCHANA TIBAN quien fue mi confidente, mi guía y ahora me protege desde cielo, la misma que me dio una razón más para aferrarme a mi objetivo con coraje e ilusión y por quien hoy me regala inmensa inspiración ALEXANDER JAVIER TELENCHANA TELENCHANA quien con su existencia me llena de alegría en momentos difíciles. A mi hermano; MARCO VINICIO TELENCHANA TIBÁN que con ejemplo de buen Padre de familia y lucha incansable sobrepasa cada objetivo que plantea, luchando por el bienestar de CRISTINA su alma gemela y mis pequeñas DOMENICA y EMILY. Para mis hermanos con quienes existe recuerdos que se quedarán escritos en el tiempo y a quienes deseo que sus logros sean inalcanzables y eternos: PAOLA, ALEX, MARIA, TATIANA su cariño es mi aliento, su confianza es mi seguridad y su existencia es mi bendición. A mi prometido y compañero de vida ROBERTO por llenar mi vida de felicidad y ayudarme en los momentos que más necesitaba.*

Jessica Telenchana T.



## DEDICATORIA

*A Dios y a la Virgencita del Cisne por ser quien ha estado a mi lado en todo momento dándome las fuerzas necesarias para poder continuar luchando día tras día y seguir adelante saltando todas las barreras que se me presentaron todo este tiempo.*

*Este logro le dedico a mi princesa hermosa mi Hija Aylin Pastuizaca mi vida mi inspiración mi motivo, mi motor, la única razón para no rendirme, para luchar por mis sueños y por los tuyos te amo preciosa este triunfo es para ti y por ti, a mi querida Madre: María Encalada que está en el cielo por darme la vida por su apoyo incondicional, el impulso y por señalarme el camino del éxito, a mi Padre: Jesús Vera por estar ahí cuando más lo necesite y por su inolvidable sacrificio, dándome su apoyo y comprensión en cada momento de mi vida, su lucha y constancia han hecho un ejemplo a seguir, a mi esposo por creer en mi capacidad, por la paciencia brindada porque me enseñó que siempre hay una luz al final del camino a todos mis hermanos: cuyas palabras siempre fueron de aliento para vencer las adversidades de la vida y por su apoyo y comprensión, a mis Suegros porque me apoyaron incondicionalmente a lo largo de esta etapa universitaria, a mis amigas que nos apoyamos mutuamente en nuestra formación profesional y que hasta ahora, seguimos siendo amigas por compartir buenos y malos momentos, finalmente a las Docentes, aquellas que marcaron cada etapa de mi camino universitario.*

*A ellos va dedicado mis esfuerzos y mis metas cumplidas y por cumplir ya que sin ellos no hubiese llegado hasta donde estoy.*

Corina Vera E.



## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, queremos dar gracias a DIOS por habernos otorgado la sabiduría, entendimiento para poder realizar el presente trabajo de investigación, a todas las personas, amigos/as que han sido un apoyo fundamental durante la formación profesional que hemos elegido. Agradecer a nuestras familias, especialmente a nuestros padres por habernos brindado la oportunidad de realizar estudios superiores para nuestro desarrollo profesional.

Agradecemos a la Universidad Estatal de Cuenca por dejarnos ser parte de esta prestigiosa institución como estudiantes de la carrera de Enfermería.

También le agradecemos a las Docentes que compartieron sus conocimientos tanto teóricos como prácticos para seguir cada día aprendiendo cosas nuevas que nos ayuden en nuestra vida profesional.



## CAPITULO I

### 1. INTRODUCCIÓN

El estilo de vida constituye la forma de vivir, una serie de actividades, rutinas o hábitos de los individuos de una comunidad y se determinan por factores físicos, sociales o laborales que dependen del individuo y del entorno (1).

En Chile los Factores biológicos y psicosociales predictores del estilo de vida promotor de salud son un estilo de vida moderadamente adecuada, esto indica que, a nivel local, aún se deberían intensificar las acciones dirigidas a la promoción, para producir un impacto mayor en la salud de las personas, estos hallazgos sugieren que las personas deben asumir un rol más activo en el desarrollo y mantención de conductas saludables, en que se demuestra que las enfermedades no transmisibles (asociadas a estilo de vida) fueron responsables de 60% de las muertes y de 43% de la carga de enfermedad global(.3)

En Brasil para Kosimenko T. en un estudio. El estilo de vida en comerciantes la prevalencia del estilo de vida saludable fue de un 36,9% entre ancianos, un 15,4% entre adultos y un 9,8% entre adolescentes, siendo mayor en el sexo femenino entre ancianos y adultos, entre aquellos con un estilo de vida no saludable, un 51,5% de los ancianos, un 32,2% de los adultos y un 57,9% de los adolescentes. El consumo alimentario fue el principal responsable del estilo de vida no saludable, evidenciando la importancia de intervenciones para la promoción del estilo de vida saludable y principalmente, de una dieta adecuada(2).

En Perú, Otiniano T. en su estudio realizado estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Mercado zonal "santa rosa" urb. El bosque - Trujillo, 2011, concluye que del 100% de personas adultas que participaron en el estudio, el 25,4% tienen un estilo de vida saludable y un 74,6% no saludable(3).



En Perú, Carranza J. señala en su estudio “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en Chimbote 2014”, concluye que el 57,9% de los adultos mayores tiene un estilo de vida saludable y el 42.1%, un estilo de vida no saludable.(4)

## 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) considera que las enfermedades crónicas son factores tanto genéticos como ambientales, su creciente está relacionado con cambios de estilo de vida(5).

En los últimos años, la tasa de desempleo ha incrementado principalmente en América, esta situación ha ocasionado que muchas personas se vean obligadas a participar de la economía comercial, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el Perú, tres de cada cuatro trabajadores laboran en comercio, representando el 74.3% de la masa trabajadora, en los últimos años se ha desarrollado un incremento de enfermedades no trasmisibles dentro de los cuales se encuentra la hipertensión, el sobrepeso, la osteoporosis, el cáncer y los trastornos cardiovasculares, también la condición laboral puede influir en el autocuidado en función a su actividad y escenario laboral(6).

Según la INEC en Ecuador en el 2017 a nivel nacional, del total de personas con empleo el 47,4% estuvo ocupado en el sector formal, mientras que el 46,4% estuvo en el sector informal. Las variaciones a nivel nacional, con respecto a septiembre de 2016, no fueron estadísticamente significativas.(7)

Mesa B. en el año 2011 investigó en Costa Rica sobre “Análisis sobre estilo de vida, ambiente laboral, factores de protectores y de riesgo, teniendo como resultado que la población estudiada (44.8% )no cuenta con estilo de vida saludable ya que tienen horarios regulares de alimentación y también está relacionado a la falta de tiempo, de recursos económicos y la influencia social



que favorece las conductas poco saludables, también se encontró una distribución de las enfermedades en los trabajadores, como la obesidad, la Diabetes Mellitus y la hipertensión(8).

Villacreses N. en el año 2017 investigó en Ecuador los estilos de vida si influyen en el sobrepeso y la obesidad de los comerciantes del mercado 13 de octubre de Jipijapa, se presentaron estilos de vida no saludables según su instrumento de estudio, existe alta incidencia de sobrepeso y obesidad en los comerciantes, la obesidad abdominal fue más prevalente que la obesidad general en los comerciantes especialmente en varones, además se destaca la prevalencia del 66% de las enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes mellitus e hipertensión arterial(9).

En base a lo analizado sobre el estilo de vida de los comerciantes de verduras surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre en la ciudad de Cuenca, ¿en el año 2018?

## 1.2.- JUSTIFICACIÓN

Los comerciantes hoy en día se enfrentan a cambios importantes en su estilo de vida producidos por factores sociales, culturales, ambientales y económicos que afectan su estado de salud. De acuerdo con los resultados, se observa que la mayoría de las adultas mayores del mercado “Nuevo Amanecer” de Nuevo Chimbote mantienen un estilo de vida saludable, debido a un buen autocuidado de su salud, al consumo balanceado de las tres comidas, los deportes que practican fuera o dentro de su centro laboral(10).

En Chile en un estudio se demostró alta prevalencia de sedentarismo, tabaquismo y exceso de peso, especialmente en hombres. Cada trabajador presentó en promedio 2,4 enfermedades crónicas o factores de riesgo, siendo significativamente mayor en hombres, obesos y mayores de 40 años(11).



En Ecuador en un estudio de Villacreses N. en el año 2017 en su trabajo investigativo denominado: "Estilos de vida relacionados con sobrepeso y obesidad en los comerciantes del mercado de Jipijapa" concluyó que tiene un estilo de vida no saludable según la prevalencia de la obesidad abdominal en la población fue de 66%, en hombres y mujeres, debido al aumento consumo de carbohidratos, tabaco y alcohol además la inactividad física (9)

Como personal de enfermería consideramos el nivel de importancia sobre el estilo de vida de los comerciantes, ya que debemos promocionar un estilo de vida saludable como una estrategia encaminada a desarrollar procesos y actividades individuales o grupales con el fin de modificar conductas de riesgo y adoptar estilos de vida saludables. Así como Virginia Henderson propone las 14 necesidades humanas básicas en las que se basa la atención de enfermería, dentro de estas considera; comer y beber adecuadamente, mantener el cuerpo limpio, comunicarse con los demás para expresar las propias emociones, necesidades, miedos y opiniones, entre otras(12)



## CAPITULO II

### 2.- FUNDAMENTO TEÓRICO

#### 2.1 Marco referencial

Kington, Sorenson y Steckler en Estados Unidos en el año 2002, señala que el nacimiento del Consorcio del Cambio de Conducta BCC (Behavioral Change Consortium,), se centra en varias amenazas contemporáneas para la salud, como eran la dependencia al tabaco, la pérdida de actividad física y la alimentación no saludable. En la misma línea, la Fundación Robert Wood Johnson y el Bayer en el proyecto: "Addressing Multiple Behavioral Risk Factors in Primary Care 2004", se centra también en las cuatro conductas de riesgo clásicas (tabaco, alcohol, actividad física y alimentación)(13).

Como se puede apreciar en esta revisión, las investigaciones que se preocupan del análisis múltiple de los estilos de vida se centran sobre todo en las conductas que ponen en riesgo la salud.

Spring, Doran, Pagoto, Schneider, Pingitore y Hedeker en el 2004 encuentran, en una muestra de mujeres adultas pertenecientes a un programa destinado al cambio de múltiples estilos de vida (tabaco, actividad física y alimentación) (14). Sin embargo, Prochaska en 2008, demuestra que las intervenciones destinadas a modificar múltiples conductas de riesgo para la salud son efectivas tanto si se atajan las diferentes conductas de riesgo de manera simultánea como si se hace de un modo secuencial. De cualquier modo, la investigación más actual apoya la eficacia de la intervención sobre múltiples conductas de riesgos, a pesar de la inexistencia de acuerdos sobre el mejor modo de hacer esta intervención múltiple(15).

El doctor Morales Calatayud entiende por estilos de vida al conjunto de comportamientos que un individuo concreto pone en práctica de manera consistente y mantenida en su vida cotidiana, y que puede ser pertinente para el mantenimiento de su salud, o situación de riesgo para la enfermedad. Walkers y otros investigadores en promoción de salud del programa de la



Universidad del Norte de Illinois definieron en 1987 algunas clases de comportamientos que conforman un estilo de vida promotor de la salud y han construido un instrumento consecuente para evaluarlos en la población. Entre los estilos de vida tenemos los comportamientos de autoactualización, responsabilidad con la salud, ejercicios físicos, nutrición, soporte interpersonal y el manejo de estrés (10).

## 2.2 Marco conceptual

### Definición de Estilo de Vida

Arellano R. Menciona que el estilo de vida es “Formas de ser, tener, querer y actuar compartidas por un grupo significativo de personas”, y sería aquel patrón más o menos consistente de comportamiento que caracteriza al individuo en su forma de ser y expresarse, pero su concepto engloba no sólo elementos psicológicos sino también comportamientos y características externas, los cuales son determinados y a su vez determinan la manera de ser y actuar futura de un individuo. (8).

Guerrero L. en Venezuela 2010 menciona el estilo de vida es una construcción humana, producto de la interacción entre factores genéticos, educativos, sociales, económicos y medio ambientales, el ser humano es responsable por la totalidad de la vida, la salud, la enfermedad, inclusive la muerte (16).

Para Dumont y Clua, el concepto “estilo de vida” resulta de “una aproximación del entendimiento entre diferentes dimensiones sociales: cómo los individuos obtienen los recursos necesarios para una actividad concreta, cómo se relacionan con el mundo social y organizan sus actividades, cuáles son sus intereses sociales y cómo se identifican con una actividad”. Resultando que de 238 personas adultas un 78% tienen un estilo de vida no saludable y un 22% tienen un estilo de vida saludable(17).

## **Comerciantes de verduras.**

Un comerciante es todo aquel que ejerza habitualmente el comercio, teniendo la capacidad legal para hacerlo, no tiene limitaciones para desenvolverse dentro de la sociedad, para así extender su práctica en el negocio, realizándolo de diversas maneras. Existe un alto porcentaje en el país que no cuenta con un trabajo estable que garantice todos sus servicios, por tal motivo esta es una medida emergente a la falta de empleo, desempeñar su propio negocio, tal es el caso de las Mujeres Comerciantes que ejercen esta actividad en el Mercado Pequeño Productor, que han visto en el comercio una oportunidad para mejorar su situación económica mediante la ejecución de la actividad comercial(18).

Como resultado de una investigación realizada en la ciudad de México, el comercio más importante es el de verduras, con un total de 272 comerciantes (21.8% en total), abarrotes con 103 comerciantes (8.2%), fruterías con 91 comerciantes (7.3%) y zapaterías con 86 comerciantes (6.2%) (19). En Colombia el programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), nominado "Línea de base socioeconómica de los vendedores informales de Tunja" (2014), las mujeres tienen una alta participación en la actividad comercial en el espacio público (57%) y los hombres (43%), su estado civil, el 23% casado, el 22,7% vive en unión libre, y el 55% solteros, separados, divorciados y viudos. De los cuales el 47.3% de vendedores de Tunja ha cursado la primaria completa y solo el 22% señala tener secundaria completa(20).

Según Espinoza K , en Ecuador 2015 menciona como comercio a las actividades generadas por un grupo de personas, es decir, a aquellas que venden a la ciudadanía objetos, productos de cualquier calidad, como una forma de servicio(21).

Díaz, R; Márquez, E; Delgado, R en el año 2008 dentro de los componentes según la escala del estilo se encuentra: alimentación, actividad y ejercicio,



manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización, responsabilidad en la salud, higiene, recreación.(3)

### **Alimentación**

Según Rios P. en España, con respecto al patrón alimentario, en estudios realizados señalan que 45,5% de la población adulta no desayuna o sólo toma algo líquido y en otro estudio en el 2009 indica que 51% de los ciudadanos nunca desayuna. Esta ausencia del desayuno se pone en relación con la obesidad. Por la misma razón que en la actualidad, se observa un incremento de patologías como hipertensión, diabetes, u obesidad, debidas a factores genéticos, pero cada vez más relacionadas con la mencionada degeneración de los hábitos alimentarios y la tendencia al sedentarismo(22).

Makosso L. afirma que la alimentación ha cambiado satisfactoriamente gracias a su actividad, la mayoría de las familias de las comerciantes comen actualmente tres veces al día (52%). Pero una gran parte, desgraciadamente, todavía come dos veces al día. “Antes del comercio, mi familia y yo sólo comíamos una vez al día, normalmente al mediodía. Ahora en casa, tomamos el desayuno, la comida y la cena todos los días” (23).

Baculima M. y Peralta L. en Ecuador 2015 en un estudio aleatorio elaborado en los comerciantes del mercado Feria Libre “El Arenal” sintetiza los comportamientos que más influyen en el estado óptimo de salud, que afectan tanto físico como mental son: la alimentación, el hábito de fumar y las actividades de trabajo, en el examen céfalo-caudal, encontramos que tienen alteración abdominal un 22%, y un 78% no, pero los factores que ocasionan esta alteración se encadenan con: malos hábitos alimenticios y enfermedades crónicas como gastritis, siendo uno de los principales causantes para problemas abdominales(24).



## Actividad y ejercicio

En Colombia según Moreno H. en el año 2016 en su estudio concluye que la actividad física es una herramienta eficaz y efectiva en la promoción hábitos de vida saludable y en la lucha contra el sedentarismo, siempre y cuando se incluyan aspectos inherentes al ser humano y no solamente la optimización de un espacio físico como elemento primordial de las estrategias de promoción de la actividad física. Se realizó y analizó una encuesta y los test de actividad física determinando el sedentarismo en esta población, se evidenció que solo un 13% de la población si realiza actividad física fuerte en su área de trabajo, y en un 87% no realizan actividad física, la gran parte de la población tiene tendencias de sedentarismo(25).

Según Viñas J. en España en su investigación realizada sobre los hábitos deportivos de los españoles en el ámbito laboral, el 6% de los españoles que practican deporte lo hacen en sus puestos de trabajo. Por el contrario, el 68% de los españoles practica deporte por su cuenta y el 24% lo hace como actividad de un club, asociación, organización o federación(26).

## Manejo de estrés

Espinoza R. en un estudio en Nicaragua en el año 2015 demostró que los factores psicosociales y niveles de estrés que presentan los vendedores en la población de estudio se encontró, que el mayor porcentaje de los participantes presentan un nivel medio de estrés, a mayoría de los vendedores son mujeres, los rangos de edades oscilan entre 20 - 30 años y una antigüedad laboral de 15 años, todos laborando en jornadas de 8 horas diarias. los estudios indican que entre 50% y 60% de las bajas laborales están relacionadas con el estrés (27).

Según Herrera L. en Guatemala en el 2012, en su estudio "Relación del estrés con el desempeño del trabajador según su edad", realizó un estudio con 34 trabajadores, con el objetivo, determinar la relación que tiene el estrés según su edad en el área de ventas. Se comprobó que no hay correlación entre

estrés y edad, como tampoco hubo correlación entre desempeño y edad.

En esta investigación se evidenció que el 88.23% de vendedores tiene un nivel bajo de estrés y un 11.76% maneja un nivel medio de estrés. Asimismo, el 50% de los vendedores tiene un desempeño laboral excelente y el otro %50 un desempeño laboral bueno (28).

### **Apoyo Interpersonal**

Norling S. y Solís N. en Nicaragua en año 2017 en su estudio "Detrás del estigma social: ser comerciante del Mercado Oriental de Managua", señala que es interesante analizar las relaciones entre comerciantes, ya que es un punto de partida para lograr las relaciones sociales que ayuda a la estabilidad en el mercado. La relación entre comerciantes, configura las relaciones sociales internas del mercado, produciendo en algunos casos exclusión social y marginación entre los comerciantes (29).

Morales R. en Ecuador en el año 2014, en su investigación realizada en el mercado 4 de mayo de la ciudad de Babahoyo, sobre la comunicación entre comerciantes. Los resultados reflejan que existe una baja comunicación entre ellos, sumiendo que el 30% es buena, 46% regular y 24% mala. Dentro de ello existe con frecuencia discusiones entre compañeros un 24% dice que se discute todos los días, 50% a veces, un 16% una vez al mes y 10% nunca(30).

### **Autorrealización**

Según Busso y Gorban las ferias comerciales urbanas son, ante todo, un lugar de intercambios comerciales, un espacio de interacción social, de encuentros y socialización, resalta que el espacio es vivido como espacio de placer y socialización no solo por los "clientes". En este sentido, sostiene que "tratar el mercado como un momento de placer es una norma de comportamiento que también se da entre los feriantes. Para seducir al cliente, es esencial que no sea evidente que se está allí para vender"(31).

Según Mézerville en el 2004, La autorrealización consiste en el desarrollo y la expresión adecuada de las capacidades propias, para vivir una vida



satisfactoria que sea de provecho para uno mismo y para los demás. Y los objetivos conllevan a que las personas se proyecten en diferentes áreas tanto de intereses, como de aptitudes realmente significativos. Esto permitirá realizarse, en cosas grandes, así como en pequeñas(32).

### **Higiene**

Alvarez O. en Argentina en el año 2015 en su estudio: "La educación ambiental como alternativa para mitigar los residuos del área de frutas y verduras del mercado de bazurto en cartagena de indias", indica que la mayoría de los sitios donde se comercializan no están en buenas condiciones de aseo. Se pudo obtener como resultado que al preguntarles cómo se encontraba el puesto o local donde habían comprado las frutas y hortalizas, el 47,5 de los encuestados manifestó que sucio, el 37.5% dijo que se encontraba limpio y el 15% que se encontraba un poco sucio(33).

Mesares M. en Perú en el año 2012, menciona que el lavado de manos con jabón es una de las maneras más efectivas y económicas de prevenir enfermedades diarreicas y respiratorias que son responsables de muchas muertes infantiles en todo el mundo. Generalmente las manos siempre están en contacto con innumerable cantidad de objetos y personas, y también con gérmenes que pueden ser perjudiciales para la salud. Así mismo cuando una persona no se lava las manos con jabón pueden transmitir bacterias, virus y parásitos ya sea por contacto directo o indirecto(34).

### **Nivel socioeconómico**

Según la FAO (Fortalecimiento de las ferias libres para la comercialización Agroalimentaria) en Chile en el año 2013 En un estudio realizado, "Características Económicas y Sociales de Ferias Libres", se realizó una investigación con 27 ferias libres, observaron que los comerciantes de ferias libres, pertenecen a diferentes niveles socioeconómicos, los que para este estudio se han clasificado en tres: alto, medio y bajo. Grupos indicados por el 56,9% "bajo", 76,9% "alto", 17% y en menor proporción el grupo "alto". En este



mismo sentido, observarnos que los comerciantes que venden pescados y mariscos, pertenecen a los niveles socioeconómicos altos (35,3%), respecto a los que venden frutas y/u verduras que pertenecen a los niveles socioeconómicos bajos (15,4%)(35).

Según Andrés R, Andrés S en Colombia en el año 2015, en su estudio “Caracterización sociodemográfica de los vendedores ambulantes de la zona céntrica de Santiago de Cali”, se realizó una investigación donde la incidencia de pobreza fue de 21,77 %, y fue mayor a nivel rural (45,18 %) que urbano (14,54 %). Por regiones, la pobreza se distribuyó principalmente en la sierra (47,9 %), seguida de la costa (34,8 %) y la selva (17,2 %). (36).





## CAPITULO III

### 3.- OBJETIVOS

**OBJETIVO GENERAL:** determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras del Mercado “El Arenal” en la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca durante el año 2018.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Caracterizar el grupo de estudio según variables sociodemográficas: edad, sexo, residencia, estado civil, nivel socioeconómico, nivel de instrucción.
2. Identificar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según las siguientes variables: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización, responsabilidad en la salud, higiene, recreación.
3. Establecer la relación entre edad y el estilo de vida en los comerciantes de verduras.

## CAPITULO IV

### 4. DISEÑO METODOLÓGICO

**4.1. Tipo de estudio:** este trabajo de investigación se desarrolló de tipo descriptivo, cuantitativo, transversal.

**4.2. Área de estudio:** el estudio se realizó en el Mercado "El Arenal" mejor conocido como la "Feria Libre" se encuentra ubicada en el sector de las Av. de Las Américas, calles Eduardo Arias y Roberto Crespo, dentro de la parroquia El Batán, en la ciudad de Cuenca. Fue fundado en el año de 1988 en la administración del Alcalde Dr. Ricardo Muñoz Chávez, teniendo una superficie de 21.2014 m<sup>2</sup> con cabida para 1.300 puestos de venta para el abastecimiento al público (37).

**4.3. Universo:** constituido por 60 comerciantes hombres y mujeres de la nave 9 giro verduras que laboran en el Mercado "El Arenal" de la Feria Libre del Cantón Cuenca.

#### 4.4. Criterios de inclusión y exclusión

**4.4.1. Criterios de inclusión:** comerciantes de verduras que realizan sus actividades de comercio en el Mercado "El Arenal", en la Feria Libre de la ciudad de Cuenca.

Comerciantes de verduras que laboran más de 6 meses.

Hayan firmado el Consentimiento Informado para participar en la investigación en edades de 18 años a 64años.

**4.4.2. Criterios de exclusión:** otro tipo de comerciantes.

#### 4.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES (ver anexo)

#### 4.6. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

**4.6.1. Método:** se realizó a través de las encuestas



**4.6.2. Técnicas:** en el presente estudio se utilizó la técnica de la entrevista estructurada y observacional.

**4.6.3. Instrumento:** se utilizó la encuesta escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R.; Reyna Márquez, E. y Delgado, R. y la Encuesta de Estratificación del Nivel Socioeconómico INEC. Mediante la aplicación de la escala “Estilo de Vida” determinamos el porcentaje de cada comerciante, saludable (75 a 100) y no saludable (25 a 74), de acuerdo a los criterios de calificación de la escala (N=nunca (1), V=A veces (2), F=frecuentemente (3), S= siempre (4)), excepto el ítem 25 que tiene su respectiva calificación (4, 3, 2, 1). En la aplicación de encuesta de nivel socioeconómico según la INEC, la suma de puntaje final fue A (alto), B (medio alto), C+ (medio típico), C- (medio bajo), D (bajo).

**PRUEBA PILOTO:** la encuesta se sometió a un pilotaje en el que se aplicó 22 formularios, los datos obtenidos se ingresó al programa SPSS 22 con el alfa de cronbach dando como resultado una fiabilidad de 0,759 (**ver anexo**)

### 4.7.- PROCEDIMIENTO

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

Se informó y pidió consentimiento a los comerciantes de verduras, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.

Se coordinó con los comerciantes su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.

Se procedió a aplicar los instrumentos a cada comerciante.

Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

**AUTORIZACION:** Para realizar esta investigación se solicitó autorización a: Sr. Nino Vintimilla Director del Mercado Feria Libre el Arenal. (**Ver anexo 3**)



**SUPERVISIÓN:** Lcda. Janeth Clavijo. (directora y asesora de tesis)

**4.8.- PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS:** los resultados se tabularon con en el programa estadístico software SPSS.22 y se elaboró tablas de frecuencias y porcentajes. Los resultados se analizaron de manera cuantitativa en la interpretación y análisis de los resultados; la cual se representa la frecuencia y porcentaje ( $f$ , %), además de la comprobación de la asociación de dependencia o independencia entre variables sociodemográficas con Alfa Cronbach con la Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R.; Reyna Márquez, E. y Delgado, R. (2008).

#### **4.9.- ASPECTOS ÉTICOS:**

En este proyecto de investigación respetamos la confidencialidad, y la identidad del participante poniendo en conocimiento que nuestra investigación no tiene fines de lucro, ni pondrá en peligro la personalidad de cada uno de ellos, de esta manera se aplicó la encuesta posterior a la firma libre y voluntaria del consentimiento informado, la información proporcionada por los participantes fue aceptada respetando siempre su autonomía y de manera confidencial, la información fue custodiada y manejada únicamente por las autoras, por consiguiente no atenta contra la vida ni valores de cada uno de los participantes.

#### **5.- RECURSOS**

**RECURSOS HUMANOS:** las personas que participarán en la investigación son: Investigadoras, directora, comerciantes de verduras.

#### **6.- PLAN DE TRABAJO (ver anexo)**

## CAPITULO V

## RESULTADOS

**Resultados del primer objetivo específico:** Caracterizar el grupo de estudio según variables sociodemográficas: edad, sexo, residencia, estado civil, Cuenca 2018.

**Tabla 1.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según edad, sexo, zona residencial y estado civil.**

Edad	Estadística descriptiva	
	#	%
18-39 Años	23	38,3
40-64 Años	37	61,7
<b>Sexo</b>		
Femenino	56	93,3
Masculino	4	6,7
<b>Zona residencial</b>		
Urbana	28	46,7
Rural	32	53,3
<b>Estado Civil</b>		
Casado (a)	27	45,0
Soltero (a)	11	18,3
Divorciado (a)	7	11,7
Viudo (a)	5	8,3
Unión libre	10	16,7
<b>TOTAL</b>	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Según se observa en la tabla 1 del 100% de los comerciantes de verduras, se tiene que el 61,7% tienen edades entre 40 - 64 años, frente a un menor porcentaje 38,3% de 18 - 39 años de edad. En la Tabla 2 expone que del 100%, el 93,3 % de los comerciantes son de sexo femenino; el 6,7% son de sexo masculino, indicando la prevalencia del sexo femenino. Según se observa, en la Tabla 3 del 100%, el 53,3% viven en zona rural; el 46,7% viven en la zona urbana. Por otra parte, en lo que respecta al estado civil, el 45,0% de los comerciantes son casados/as; el 8,3% son viudos/as.

**Resultados del primer objetivo específico:** Caracterizar el grupo de estudio según variables sociodemográficas: nivel socioeconómico, Cuenca 2018.

**Tabla 2.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, *nivel socioeconómico*.

GRUPOS SOCIOECONOMICOS	Estadística descriptiva	
	#	%
A (alto)	0	0%
B (medio alto)	1	2%
C+ (medio típico)	23	38%
<b>C- (medio bajo)</b>	<b>33</b>	<b>55%</b>
D (bajo)	3	5%
<b>TOTAL</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Se puede observar que la población de comerciantes de verduras de la feria libre “El Arenal” se encuentra en el nivel medio bajo con un porcentaje de 55%, sin tener resultados en nivel alto.

**Resultados del primer objetivo específico:** Caracterizar el grupo de estudio según variables sociodemográficas: nivel de instrucción, Cuenca 2018.

**Tabla 3.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según nivel de instrucción.**

NIVEL DE INSTRUCCION	Estadística descriptiva	
	#	%
Sin estudios	4	7
Primaria incompleta	13	22
<b>Primaria completa</b>	<b>25</b>	<b>42</b>
Secundaria incompleta	11	18
Secundaria completa	7	12
Superior	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>60</b>	<b>100</b>

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

En la tabla 3 podemos mostrar que, el 42% tienen un nivel de instrucción primaria completa, el 22% primaria incompleta, no encontrando resultados en estudios superiores.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras, Cuenca 2018.

**Tabla 4.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según el estilo de vida.**

ESTILOS DE VIDA	Ítem	%
Saludable	58	97
no saludable	2	3
<b>TOTAL</b>	60	100%

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Los resultados obtenidos en la presente tabla muestran la distribución porcentual sobre el estilo de vida de los comerciantes de verduras de la feria libre “El Arenal”, donde se observa que de las personas encuestadas en el estudio el 97% tiene un estilo de vida saludable y un 3% tiene un estilo de vida no saludable.



**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Alimentación, Cuenca 2018.

**Tabla 5 . Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, según alimentación.**

ALIMENTACIÓN	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Como usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y merienda	0	0	0	0	0	0	60	100	60	100
Todos los días, usted consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos	0	0	3	5,0	1	1,7	56	93,3	60	100
Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	11	18,3	31	51,7	15	25,0	3	5,0	60	100
Incluye entre comidas el consumo de frutas	2	3,3	18	30,0	28	46,7	12	20,0	60	100
Escoge comidas que no contengan ingredientes químicos para conservar la comida	3	5,0	19	31,7	29	48,3	9	15,0	60	100
Lee usted las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes	6	10,0	24	40,0	18	30,0	12	20,0	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

De la totalidad de encuestados 100%, los 60 encuestados consumen siempre las tres comidas diarias, así mismo el 93% incluyen alimentos balanceados tanto como vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos; significativamente el consumo de agua de 4 a 8 vasos diarios el 51,7 % consume a veces.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Actividad -ejercicio, Cuenca 2018.

**Tabla 6.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, *según actividad-ejercicio.*

ACTIVIDAD-EJERCICIO	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Hace usted ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana	25	41,7	17	28,3	9	15,0	9	15,0	60	100
Diariamente usted realiza actividades que incluya el movimiento de todo su cuerpo	1	1,7	2	3,3	5	8,3	52	86,7	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

En la presente tabla podemos observar que del 100% de las personas encuestadas, el 41,7% no realizan ejercicio de 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana, considerando que la actividad y el ejercicio físico mejora la salud ósea y funcional, mientras que un 86,7% realizan actividades que incluye el movimiento de todo su cuerpo diariamente.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Manejo del estrés, Cuenca 2018.

**Tabla 7.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, *según manejo del estrés.*

MANEJO DEL ESTRÉS	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	3	5,0	5	8,3	15	25,0	37	61,7	60	100
Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación	4	6,7	10	16,7	25	41,7	21	35,0	60	100
Usted plantea alternativas de solución frente a la tensión o precaución	3	5,0	12	20,0	19	31,7	26	43,3	60	100
Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración	6	10,0	25	41,7	13	21,7	16	26,7	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

En el manejo del estrés enfocado en el área laboral, del 100% de las personas encuestadas, el 61,7% identifican las situaciones que causan tensión o preocupación en su vida, frente al 41,7% realizan actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración como opción para disminuir la tensión o preocupación.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Apoyo interpersonal, Cuenca 2018.

**Tabla 8.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, *según apoyo interpersonal.*

APOYO INTERPERSONAL	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Se relaciona con los demás	0	0	0	0	6	10,0	54	90,0	60	100
Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás	0	0	1	1,7	9	15,0	50	83,3	60	100
Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas	1	1,7	9	15,0	21	35,0	29	48,3	60	100
Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás	4	6,7	12	20,0	21	35,0	23	38,3	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Según el análisis de la tabla sobre apoyo interpersonal del 100%, el 83.3% mantienen buenas relaciones interpersonales con los demás, mientras que el 6,7% no reciben apoyo de los demás cuando enfrentan situaciones difíciles.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Autorrealización, Cuenca 2018.

**Tabla 9.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según Autorrealización.**

AUTORREALIZACION	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida	1	1,7	1	1,7	1	1,7	57	95,0	60	100
Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	0	0	3	5,0	3	5,0	54	90,0	60	100
Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	0	0	26	43,3	17	28,3	17	28,3	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

En la autorrealización de las 100% de las personas encuestadas se puede observar que, el 95,0% siempre se encuentran satisfechos con lo que ha realizado durante su vida y solo el 43,3% realizan a veces actividades que fomenten su desarrollo personal para mejorar sus condiciones de vida.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Responsabilidad en salud, Cuenca 2018.

**Tabla 10.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según responsabilidad en salud.**

RESPONSABILIDAD EN SALUD	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	1	1,7	2	3,3	11	18,3	46	76,7	60	100
Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud	3	5,0	11	18,3	36	60,0	10	16,7	60	100
Toma medicamentos solo prescritos por el médico	2	3,3	24	40,0	24	40,0	10	16,7	60	100
Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud	1	1,7	22	36,7	18	30,0	19	31,7	60	100
Participa en actividades que fomenten su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud	27	45,0	23	38,3	9	15,0	1	1,7	60	100
Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas	55	91,7	4	6,7	0	0	1	1,7	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Según el análisis con respecto a la responsabilidad en la salud se obtuvo los siguientes resultados del 100% de las comerciantes encuestadas, el 76,6% acuden por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para su revisión médica, mientras que el 36,7% de los encuestados a veces toman medicamentos solo prescritos por el médico y el 6,7% consumen sustancias nocivas tales como cigarrillo y alcohol ya no son beneficiosos para su salud.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Higiene, Cuenca 2018.

**Tabla 11.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según higiene.**

HIGIENE	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Se lava las manos antes y después de usar los servicios higiénicos	0	0	6	10,0	3	5,0	51	85,0	60	100
Se lava las manos antes y después de manipular los alimentos	0	0	5	8,3	7	11,7	48	80,0	60	100
Con que frecuencia se lava los dientes	0	0	8	13,3	27	45,0	25	41,7	60	100
Con que frecuencia se ducha	0	0	6	10,0	27	45,0	27	45,0	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

En la higiene según los resultados obtenidos se puede observar que del 100% de las personas encuestadas, el 85% se lavan las manos antes y después de usar los servicios higiénicos, y un 8,3% a veces se lavan las manos antes y después de manipular los alimentos.

**Resultados del segundo objetivo:** Determinar el estilo de vida que predomina en los comerciantes de verduras según: Recreación, Cuenca 2018.

**Tabla 12.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según recreación.**

RECREACIÓN	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA									
	NUNCA		A VECES		FRECUENTEMENTE		SIEMPRE		TOTAL	
	#	%	#	%	#	%	#	%	#	%
Después de su jornada laboral tiene tiempo libre	4	6,7	18	30,0	27	45,0	11	18,3	60	100
Realiza actividad física en su tiempo libre	25	41,7	15	25,0	18	30,0	2	3,3	60	100
Tiene momentos de entretenimiento con su familia	2	3,3	5	8,3	22	36,7	31	51,7	60	100

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana

Según el análisis sobre recreación se puede observar que del 100% de la población encuestada, el 18.3% tiene tiempo libre después de su jornada laboral, frente al 51,7% tienen momentos de entretenimiento con su familia.



**Resultados del tercer objetivo:** Establecer la relación entre la edad y el estilo de vida en los comerciantes de verduras, Cuenca 2018.

**Tabla 13.** Distribución de 60 comerciantes de la feria libre “El Arenal”, **según la relación entre edad y estilo de vida**

ESTILO DE VIDA			EDAD		TOTAL
ITEM			18-39 años	40-64 años	
	Como usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y merienda	Nunca		0%	0%
A veces			0%	0%	0
Frecuentemente			0%	0%	0
Siempre			38%	62%	60
Hace usted ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana	Nunca		15%	27%	25
	A veces		13%	15%	17
	Frecuentemente		3%	12%	9
	Siempre		7%	8%	9
Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	Nunca		3%	2%	3
	A veces		2%	7%	5
	Frecuentemente		12%	13%	15
	Siempre		22%	40%	37
	Siempre		30%	60%	54
Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás	Nunca		0%	0%	0
	A veces		2%	0%	1
	Frecuentemente		3%	12%	9
	Siempre		33%	50%	50
Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	Nunca		0%	2%	1
	A veces		2%	2%	2
	Frecuentemente		12%	7%	11
	Siempre		25%	52%	46
Se lava las manos antes y después de manipular los alimentos	Nunca		0%	0%	0
	A veces		3%	5%	5
	Frecuentemente		5%	7%	7
	Siempre		30%	50%	48
Tiene momentos de entretenimiento con su familia	Nunca		2%	2%	2
	A veces		0%	8%	5
	Frecuentemente		12%	25%	22
	Siempre		25%	27%	31

**Fuente:** Encuestas

**Elaborador por:** Corina Vera, Jessica Telenchana



En la Tabla 12 se expone la distribución de los comerciantes de verduras evaluados según el estilo de vida y la edad. Dentro de los resultados en la categoría de 40-64 años, encontramos las siguientes características; el 62% de los comerciantes mantienen una alimentación adecuada en relación a las tres comidas durante el día; el 27% no realizan ejercicio de 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana; por otro lado, el 40% identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida, mientras tanto; el 52% acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica; el 50% se lava las manos antes y después de manipular los alimentos y el 27% tiene momentos de entretenimiento con su familia, siendo los valores más representativos.

## CAPITULO VI

### DISCUSIÓN

En el presente trabajo de investigación muestran que la mayoría de los comerciantes de verduras entrevistados tienen entre 40-64 años; donde el sexo femenino prevalece con el 93,3%. Datos similares a los que denota el estudio realizado por Córdova A., en Pillarlo-Tungurahua donde el rango de edad predominante fue de 45 a 64 años con 59,9% del total y el 69,5% corresponde al sexo femenino(38).

El nivel socioeconómico que presenta con mayor frecuencia de acuerdo a los resultados es el medio bajo 55% en nuestro estudio, esto puede ser por los ingresos que perciben, sus ingresos son insuficiente para mejorar significativamente su economía y por lo consiguiente su estilo mejora, pero de forma mínima en lo que respecta a los servicios básicos y alimentación. Así mismo menciona Rodríguez M., que el 60% se encuentra en nivel medio(39).

Los estilos de vida son aquellos procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población.

El resultado general de esta variable viene representado por dos categorías, el primero es estilo de vida saludable donde el 97% pertenecen a esta categoría, como segunda categoría tenemos al estilo de vida no saludable donde el 3% presentan esta categoría. Estos resultados son similares a lo encontrado por Cabrera D. 2012 donde muestra que el 100% son adultos que participaron en el estudio, el 96% tienen un estilo de vida saludable y un 4% no saludable(40). Por otro lado, encontramos resultados que difieren con lo obtenido por Ramos C., donde llegó a concluir que el 39,2% de los adultos tienen estilo de vida saludable y el 60,8% tienen estilo de vida no saludable(41).



Sabiendo que la alimentación es primordial para el ser humano, es importante que ésta sea adecuada tanto en cantidad como en calidad, sin embargo, el 100% de los comerciantes de verduras de la feria libre “El Arenal”, se alimentan las tres veces al día: desayuno, almuerzo y merienda. En relación con el estudio de Bermeo S., en el cual los datos tienen mucha similitud de acuerdo a la frecuencia de las comidas ya que el 56% respondieron que consumen alimentos tres veces al día(42).

Las evidencias actuales demuestran que un porcentaje considerable 41,5% de los comerciantes no realiza ejercicio de 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana; resultados que se parecen a los de la ecuatoriana Villacreses N., realizado en jipijapa- Manabí, donde encuentra que el 70% de los empleados no tenían actividad física vigorosa y su actividad física moderada tampoco era favorable (43).

Luego de haber analizado cada una de las preguntas higiene en las comerciantes de verduras de la feria libre “El Arenal” encontramos que el 80% se lavan las manos antes y después de manipular los alimentos, el dato obtenido difiere con Chiriboga M realizado en Quito en el presente año dirigido a los comerciantes del mercado Ñaquito donde se evidencia que existe deficiencias en la higienización, en la aplicación de las buenas prácticas de manipulación de los alimentos por la falta de interés(44).

En el presente estudio en base a una muestra de 60 comerciantes de verduras, el 83,3 mantiene buenas relaciones con los demás, estadísticas similares al que realizó Morales R., sobre la comunicación entre comerciantes. Los resultados reflejan que existe una baja comunicación entre ellos, sumiendo que el 30% es buena, 46% regular y 24% mala(45).



## CAPITULO VII

### CONCLUSIONES

- Los resultados de este estudio permitieron concluir que los comerciantes de verduras de la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida (97%).
- Los comerciantes de verduras encuestados en su mayoría son adultos mayores de entre 40-64 años, en este comprende las siguientes características: de acuerdo con la alimentación, se determina que existe una alimentación adecuada en relación a las tres comidas durante el día. Por otro lado 24 comerciantes identifican las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida. Así mismo 31 comerciantes acuden siempre por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica. Significativamente 30 comerciantes siempre se lavan las manos antes y después de manipular los alimentos, sin embargo, se deja ver una tendencia considerable en los momentos de entretenimiento con su familia y en la actividad física demuestra que no realizan ejercicio de 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana, se percibe por la falta de tiempo disponible.

### RECOMENDACIONES

- Se debe continuar con nuevas investigaciones para determinar los hábitos alimenticios, como por ejemplo en que horario consumen el desayuno, almuerzo y merienda.
- Recomendar a las autoridades del Mercado feria libre “El Arenal” para que realicen campañas de salud, sesiones educativas para concientizar a los comerciantes de verduras que lleven un estilo de vida saludable y de esta manera tener los conocimientos adecuados y así reducir el



riesgo de contraer alguna enfermedad tanto para ellos como para sus familias.

- Dar a conocer los resultados obtenidos a los comerciantes del Mercado feria libre “El Arenal” y a las autoridades encargadas de velar por la salud de la población con el fin de que tomen las medidas pertinentes que reviertan los resultados obtenidos en el estudio.
- Se recomienda que la directiva del mercado y personal de salud implementen talleres de actividad física para sus asociados a fin de prevenir y/o mejorar los problemas de sedentarismo para mejorar la salud ósea y funcional.



## 7.- REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Cid H P, E M, Manuel J, Stieповich B J. Factores biológicos y psicosociales predictores del estilo de vida promotor de salud. Rev Médica Chile. diciembre de 2006;134(12):1491–9.
2. Ferrari TK, Cesar CLG, Alves MCGP, Barros MB de A, Goldbaum M, Fisberg RM, et al. Estilo de vida saudável em São Paulo, Brasil. Cad Saúde Pública [Internet]. 2017 [citado el 7 de julio de 2017];33(1). Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2017000105008&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2017000105008&lng=pt&tlng=pt)
3. Goicohea O, Elizabeth T. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto. Mercado zonal “Santa Rosa”-Urb. El Bosque-Trujillo, 2011. 2013;
4. Benites JEC, Núñez YR. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Urbanización el Carmen, Chimbote. Crescendo. 2014;5(1):23–36.
5. Portillo MZV, Poémape FWM. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer comerciante. Mercado modelo municipal concepción. Crescendo Cienc Salud [Internet]. el 31 de octubre de 2014 [citado el 10 de julio de 2017];1(2). Disponible en: <http://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo-salud/article/view/362>
6. Marcelo V, Mariela E. Estilos de vida en vendedores informales de una asociación de comerciantes en el año 2016. 2017 [citado el 11 de julio de 2017]; Disponible en: <http://200.62.146.130/handle/cybertesis/5908>
7. Carmen Granda, Elizabeth Feijoó. Informe\_Economia\_laboral-sep17.pdf [Internet]. 2017. Disponible en: [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/Informe\\_Economia\\_laboral-sep17.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/Informe_Economia_laboral-sep17.pdf)
8. Benavides MM, Villalobos GM, Agüero NN, Rivera UO, Castro SQ, Arguedas GZ. Análisis sobre estilos de vida, ambiente laboral, factores protectores y de riesgo en [Internet]. Costa Rica; 2005 [citado el 11 de julio de 2017]. Disponible en: <http://www.binasss.sa.cr/revistas/enfermeria/v32n2/art2.pdf>
9. Villacreses Villacreses NX. Estilos de vida relacionados con sobrepeso y obesidad en los comerciantes del mercado de Jipijapa [B.S. thesis]. JIPIJAPA-UNESUM; 2017.
10. Vacas KR, Reyes MAV. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los comerciantes del mercado “Nuevo Amanecer”, Bellamar, Nuevo Chimbote, 2013. Crescendo Cienc Salud. 2016;2(2):98–106.



11. Ratner R, Sabal J, Hernández P, Romero D, Atalah E. Estilos de vida y estado nutricional de trabajadores en empresas públicas y privadas de dos regiones de Chile. *Rev Médica Chile*. noviembre de 2008;136(11):1406–14.
12. Alligood MR, Tomey AM. *Modelos y teorías en enfermería*. Elsevier Health Sciences; 2018. 618 p.
13. Lema M, Guadalupe M. Educación nutricional y estilo de vida de los/as participantes del programa de baile terapia de la ciudad de Ibarra, período 2015 [Master's Thesis]. 2016.
14. PsycNET [Internet]. [citado el 22 de septiembre de 2018]. Disponible en: <http://psycnet.apa.org/buy/2004-19094-006>
15. Keller S, Maddock JE, Hannover W, Thyrian JR, Basler H-D. Multiple health risk behaviors in German first year university students. *Prev Med* [Internet]. el 1 de marzo de 2008;46(3):189–95. Disponible en: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743507004185>
16. Guerrero Montoya LR, León Salazar AR. Estilo de vida y salud. *Educere* [Internet]. 2010 [citado el 12 de junio de 2018];14(48). Disponible en: <http://www.redalyc.org/resumen.oa?id=35616720002>
17. Liendo D, Amalia M. Estilo de vida y factores biosocioculturales de a persona adulta de la asociación de vivienda Virgen Santa María del Distrito Gregorio Albaracín Lanchipa-Tacna, 2014. Univ Católica Los Ángeles Chimbote [Internet]. el 11 de enero de 2016 [citado el 18 de julio de 2017]; Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/169>
18. Sozoranga J, Cecibel S. “La Situación Ocupacional y su Incidencia en el Bienestar Familiar de las mujeres comerciantes del Mercado Pequeño Productor Pitas II, de la Ciudad de Loja y la Intervención del Trabajador Social. 2016 [citado el 11 de julio de 2017]; Disponible en: <http://dspace.unl.edu.ec/handle/123456789/14829>
19. Lailson S. Redalyc.El proceso de diferenciación social y económica entre los comerciantes ded un mercado municipal urbano - 15901907.pdf. VI:131–64.
20. Programa de las Naciones Unidas para el, Desarrollo PNUD. Línea de Base Vendedores Informales.pdf [Internet]. [citado el 27 de julio de 2017]. Disponible en: <http://186.116.13.48/obsocial/documentos/L%C3%ADnea%20de%20Base%20Vendedores%20Informales.pdf>





21. Espinoza Sánchez kl. Estrategia de comunicación para la implementación del programa “la limpieza es de todos” dirigidos a los comerciantes informales de la plazoleta provisional ubicado en el cantón Quevedo, año 2015. [internet]. Universidad de Guayaquil; 2017 [citado el 18 de julio de 2017]. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/14786>
22. Ríos PB. Evolución de los hábitos alimentarios de la salud a la enfermedad por medio de la alimentación. *Trastor Conducta Aliment.* 2009;9:956–72.
23. Salgado Aráuz HR. Caracterización de la población y del hábitat de la salamandra endémica (*Bolitoglossa mombachoensis*) en la Reserva Natural Volcán Mombacho. *Encuentro Rev Académica Univ Centroam.* 2006;(73):77–86.
24. Bacuilima M, Elizabeth L, Peralta Pacurucu LE. Perfil epidemiológico de los vendedores ambulantes de la Asociación el Aventurero Cuenca 2015–2016 [Internet] [B.S. thesis]. 2016 [citado el 13 de julio de 2017]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/25972>
25. Rubiano M, Alejandro H. Diseño de una propuesta pedagógica basada en un programa de actividad física para reducir el sedentarismo en los comerciantes del centro urbano del municipio de Guateque Boyaca. 2016 [citado el 13 de julio de 2017]; Disponible en: <http://repository.pedagogica.edu.co/xmlui/handle/123456789/2130>
26. D. Jordi Viñas Fort. Plan integral para la actividad física y el deporte [Internet]. Disponible en: <http://femede.es/documentos/Laboralv1.pdf>
27. Espinoza Guerrero RM, Varela G, Esteffany R. Factores psicosociales y niveles de estrés que presentan los vendedores del sector ropa del bisne de la ciudad de Chinandega en el periodo marzo-octubre 2015 [Internet]. 2016 [citado el 11 de julio de 2017]. Disponible en: <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/bitstream/123456789/5296/1/231007.pdf>
28. Piedrasanta LMH. Relación del estrés con el desempeño del trabajador según su edad, en el departamento de ventas de una embotelladora de bebidas carbonatadas. [citado el 26 de julio de 2017]; Disponible en: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/43/Herrera-Linda.pdf>
29. Narváez NSS. Detrás del estigma social: ser comerciante del Mercado Oriental de Managua. *Raíces Rev Nicaragüense Antropol.* el 16 de mayo de 2017;1(1):32–48.
30. Villegas Álava D. El emprendimiento en los comerciantes del mercado “4 de mayo” de la ciudad de Babahoyo como estrategia de competitividad.



- [Internet] [B.S. thesis]. Babahoyo: UTB. 2014; 2014 [citado el 17 de julio de 2017]. Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/411>
31. Busso M. Las ferias comerciales: también un espacio de trabajo y socialización. Aportes para su estudio. Trab Soc. junio de 2011;(16):105–23.
  32. Chamorro Suing SP. Autoestima y anodoncia de piezas anteriores en comerciantes del Centro Turístico Mitad del Mundo del Distrito Metropolitano de Quito, julio y agosto 2014. 2015 [citado el 17 de julio de 2017]; Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/3405>
  33. Arboleda Álvarez O, De La Rosa Daza D, Hoyos Zamora A, Acevedo M, Alexandra S. La educación ambiental como alternativa para mitigar los residuos del área de frutas y verduras del mercado de Bazurto en Cartagena de indias d. t y c. ReponameRepositorio Inst FULL [Internet]. el 15 de enero de 2016 [citado el 13 de julio de 2017]; Disponible en: <http://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/382>
  34. Mesares M, Stefania D, Luque R, Nataly L. Efectividad del programa “Cuidando lo que más amo” en la mejora del nivel de conocimientos, actitudes y prácticas sobre la alimentación saludable en los padres de niños de 4 y 5 años de la IE Jardín de Niños N° 115, Chaclacayo, Lima, 2015. 2016 [citado el 13 de julio de 2017]; Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/113>
  35. FAO, ODEPA, ASOF, TCP. Características Económicas y Sociales de Ferias Libres de Chile. Encuesta Nacional de Ferias Libres. - as114s.pdf [Internet]. [citado el 27 de julio de 2017]. Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/019/as114s/as114s.pdf>
  36. Robledo A, Solarte A. Caracterización sociodemográfica de los vendedores ambulantes de la zona céntrica de Santiago de Cali [Internet]. Disponible en: [https://repository.icesi.edu.co/biblioteca\\_digital/bitstream/10906/78172/1/T00377.pdf](https://repository.icesi.edu.co/biblioteca_digital/bitstream/10906/78172/1/T00377.pdf)
  37. Lojano D, Peñaloza, William Aníbal Pacho Morales. TESIS.pdf [Internet]. [citado el 14 de julio de 2017]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/4645/1/TESIS.pdf>
  38. Gamboa RJ, Pacheco ACC, Bedoya M, Naranjo J. Comercio informal: Un estudio en el municipio de Píllaro provincia Tungurahua–Ecuador. Ojeando Agenda. 2016;(44):2.
  39. Rodríguez Morán MG. Los ingresos del sector informal y su incidencia en el nivel de vida de los comerciantes de la parroquia San Lorenzo de la ciudad de jipijapa [B.S. thesis]. JIPIJAPA-UNESUM; 2018.



40. Flores Torres NN. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya–Arequipa, 2018. 2018;
41. Ramos Damazo CR. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Sector VI. Chonta. Santa Maria 2016. 2016;
42. Bermeo S. Perfil epidemiológico de los vendedores ambulantes de la asociación 22 de marzo. Cuenca 2016 [Internet]. [Cuenca]: Univerdidad de Cuenca; 2017 [citado el 20 de septiembre de 2018]. Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/26840/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
43. Villacreses Villacreses NX. Estilos de vida relacionados con sobrepeso y obesidad en los comerciantes del mercado de Jipijapa [B.S. thesis]. JIPIJAPA-UNESUM; 2017.
44. Palacios Naranjo AM. Manual de buenas prácticas de manipulación para el expendio de alimentos en el mercado Ñaquito-Quito [B.S. thesis]. 2018.
45. Villegas Álava D. El emprendimiento en los comerciantes del mercado “4 de mayo” de la ciudad de Babahoyo como estrategia de competitividad. [B.S. thesis]. Babahoyo: UTB. 2014; 2014.



## 8.- ANEXOS

### ANEXO N° 1 Consentimiento Informado

El participante: .....,  
luego de conocer y entender el proyecto de investigación: Estilo de vida de los comerciantes de verduras el Mercado Feria Libre “El Arenal”. Para obtener el título de Licenciatura en Enfermería.

Elaborado por las estudiantes Corina Vera E. y Jessica Telenchana T. cuyo objetivo general es: determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca, durante el año 2018, en los meses de agosto 2017 – septiembre 2018.

Los resultados obtenidos serán utilizados para ampliar nuestros conocimientos, y abrir nuevos caminos para próximas investigaciones.

Procedo a autorizar que mi persona sea incluida como sujeto de estudio en dicha investigación, la misma que consiste en:

Participar con una encuesta relaciona al tema “Estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca, durante el año 2018.”

Una vez que he comprendido todo el proyecto, libre y voluntariamente autorizo a Corina Vera, Jessica Telenchana, para que me consideren como parte de esta investigación, a la vez que autorizo a que mis datos sean motivo de análisis y difusión.

Queda claro que el presente proyecto no representa riesgos de afectación o daño a mi persona ni tampoco a terceros, por lo tanto, me abstengo ahora y en el futuro a solicitar indemnizaciones de ninguna clase.

**Firma de Él o La participante**.....

**Nº Cédula de identidad**.....

ANEXO N°2 Formulario de recolección de datos

**UNIVERSIDAD DE CUENCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**CARRERA DE ENFERMERÍA**  
**ENCUESTAS VALIDADAS, MODIFICADAS Y ADECUADAS PARA**  
**NUESTRO ESTUDIO**

**ENCUESTA DE VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS**

Estimados comerciantes, la presente encuesta nos ayudará a: “determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca, durante el año 2018”. Por lo tanto, de la manera más comedida les solicitamos nos ayude con la información. Esta información que nos proporcione se guardará con absoluta confidencialidad, solo se usará para nuestro estudio y será de conocimiento único y exclusivo para nuestra investigación.

**Instructivo: cómo proceder a la encuesta**

Marque con una x según corresponda.

<b>ESCALA DEL ESTILO DE VIDA</b>	
<b>Autor Walker, Sechrist, Pender</b>	
<b>Modificado por: Diaz, R; Márquez, E; Delgado, R (2008).</b>	
<b>VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS</b>	
<b>EDAD:</b>	18 – 39 años.....      40 – 64 años.....
<b>GENERO</b>	Femenino: .....      Masculino: .....
<b>ZONA RESIDENCIAL</b>	Urbana: .....      Rural: .....
<b>ESTADO CIVIL</b>	Casado (a) ..... Soltero (a) ..... Divorciado (a) ..... Viudo (a) ..... Unión libre .....
A continuación, encierre en un círculo cada una de las siguientes preguntas: siendo Nunca (N), A veces (V), frecuentemente (F), Siempre (S).	
<b>N°</b>	<b>ITEMS</b>
<b>CRITERIOS</b>	

<b>ALIMENTACION</b>					
1	Come Ud. Tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	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 de 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	Lea 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 DEL ESTRÉS</b>					
9	Usted 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>AUTOREALIZACION</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 medico	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
<b>HIGIENE</b>					
26	Se lava las manos antes y después de usar los servicios higiénicos	N	V	F	S
27	Se lava las manos antes y después de manipular los alimentos	N	V	F	S
28	Con que frecuencia se lava los diente	N	V	F	S
29	Con que frecuencia se ducha	N	V	F	S
<b>RECREACION</b>					
30	Después de su jornada laboral tiene tiempo libre	N	V	F	S
31	Realiza actividad física en su tiempo libre	N	V	F	S
32	Tiene momentos de entretenimiento con su familia	N	V	F	S

**Criterios de calificación del ítem 1 al 24; 26 al 32:**

Nunca N = 1

A veces V = 2



Frecuentemente F = 3

Siempre S = 4

**Calificación en el ítem 25:**

N = 4

V = 3

F = 2

S = 1

**Puntaje máximo:** 100 puntos

75 a 100 Saludable

25 a 74 no Saludable

**Ítems por Aspectos:**

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y ejercicio: 7, 8

Manejo del Estrés, 9, 10, 11, 12

Apoyo interpersonal: 13, 14, 15, 16

Autorrealización: 17, 18, 19,

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25

Higiene: 26, 27, 28, 29

Recreación: 30, 31, 32



<b>NIVEL SOCIOECONÓMICO DE SU HOGAR</b>	
Marque una sola respuesta con una (x) en cada una de las siguientes preguntas.	
<b>CARACTERÍSTICAS DE LA VIVIENDA</b>	<b>Puntajes finales</b>
• Cuál es el tipo de vivienda	
Suite de lujo	59
Cuarto(s) en casa de inquilinato	59
Departamento en casa o edificio	59
Casa/ villa	59
Mediagua	40
Rancho	4
Choza/ Covacha/ otro	0
• El material predominante de las paredes exteriores de la vivienda es de:	
Hormigón	59
Ladrillo o bloque	55
Adobe/ Tapia	47
Caña revestida o Bahareque/Madera	17
Caña no revestida/ Otros materiales	0
• El material predominante del piso de la vivienda es de:	
Duela, parquet, tablón o piso flotante	48
Cerámica, baldosa, vinil o marmetón	46
Ladrillo o cemento	34
Tabla sin tratar	32
Tierra/ Caña/ Otros materiales	0
• ¿Cuántos cuartos de baño con ducha de uso exclusivo tiene este hogar?	
No tiene cuarto de baño exclusivo con ducha en el hogar	0
Tiene 1 cuarto de baño exclusivo con ducha	12
Tiene 2 cuartos de baño exclusivo con ducha	24
Tiene 3 o más cuartos de baño exclusivo con ducha	32
• El tipo de servicio higiénico con que cuenta este hogar es:	
No tiene	0
Letrina	15
Con descarga directa al mar, río, lago o quebrada	18
Conectado a pozo ciego	18
Conectado a pozo séptico	22
Conectado a red pública de alcantarillado	38
<b>ACCESO A TECNOLOGIA</b>	<b>Puntajes finales</b>
• Tiene este hogar servicio de internet	
No	0
Si	45
• Tiene computadora de escritorio	
No	0
Si	35
• Tiene computadora portátil	
No	0
Si	39
• ¿Cuántos celulares activados tienen en este hogar?	
No tiene celular nadie en el hogar	0
Tiene 1 celular	8
Tiene 2 celulares	22
Tiene 3 celulares	32
Tiene 4 o más celulares	42
<b>HABITOS DE CONSUMO</b>	<b>Puntajes finales</b>
• ¿Alguien en el hogar compra vestimenta en centros comerciales?	
No	0
Si	6





• ¿En el hogar alguien ha usado internet en los últimos 6 meses?		
No		0
Si		26
• ¿En el hogar alguien utiliza correo electrónico que no es del trabajo?		
No		0
Si		27
• ¿En el hogar alguien está registrado en una red social?		
No		0
Si		28
• Exceptuando los libros de texto o manuales de estudio y lecturas de trabajo. ¿Alguien del hogar ha leído algún libro completo en los últimos 3 meses?		
No		0
Si		12
<b>NIVEL DE EDUCACIÓN</b>		<b>Puntajes finales</b>
• ¿Cuál es el nivel de instrucción del jefe del hogar?		
Sin estudios		0
Primaria incompleta		21
Primaria completa		39
Secundaria incompleta		41
Secundaria completa		65
Hasta 3 años de educación superior		91
4 o más años de educación superior (sin post grado)		127
Post grado		171
<b>ACTIVIDAD ECONOMICA DEL HOGAR</b>		<b>Puntajes finales</b>
• ¿Alguien en el hogar está afiliado o cubierto por el seguro del IESS (general, voluntario o campesino) y/o seguro del ISSFA o ISSPOL?		
No		0
Si		39
• ¿Alguien en el hogar tiene seguro de salud privada con hospitalización, seguro de salud privada sin hospitalización, seguro internacional, seguros municipales y de Consejos Provinciales y/o seguro de vida?		
No		0
Si		55
• ¿Cuál es la ocupación del jefe del hogar?		
Personal directivo de la administración pública y de empresas		76
Profesionales científicos e intelectuales		69
Técnicos y profesionales de nivel medio		46
Empleados de oficina		31
Trabajador de los servicios y comerciantes		18
Trabajador calificados agropecuarios y pesqueros		17
Oficiales operarios y artesanos		17
Operadores de instalaciones y máquinas		17
Trabajadores no calificados		0
Fuerzas armadas		54
Desocupados		14
Inactivos		17
Según la suma de puntaje final (umbrales)		
• Identifique a que grupo socioeconómico pertenece su hogar:		
<b>GRUPOS SOCIOECONOMICOS</b>	<b>UMBRALES</b>	
A (alto)	De 845,1 a 1000 puntos	
B (medio alto)	De 696,1 a 845 puntos	
C+ (medio típico)	De 535,1 a 696 puntos	
C- (medio bajo)	De 316,1 a 535 puntos	
D (bajo)	De 0 a 316 puntos	



**ANEXO N°3 Autorización del Director General de Mercado y Comercio**

**Autónomo**



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Cuenca, 03 de julio del 2017

Sr. NINO VIVITIMILA  
DIRECTOR GENERAL DE MERCADO Y COMERCIO AUTÓNOMO

Presente.

Nosotras, Corina Rocío Verá Encalada con cedula de CI. 0105310882 y Jessica Marisol Telenchana Tenelema con cedula de CI. 1804401386, estudiantes de Enfermería de la Universidad de Cuenca nos dirigimos a usted para solicitarle de la manera más comedida se nos permita realizar un estudio investigativo en el Mercado Feria libre "El Arenal" y acceso a la misma con fines de obtener información que nos permitan desarrollar nuestro proyecto de Investigación denominado "ESTILOS DE VIDA DE LOS COMERCIANTES DE VERDURAS DEL MERCADO FERIA LIBRE EL ARENAL, CUENCA, 2017".

Razón por la cual espero contar con su autorización para llevar a cabo la actividad antes mencionada, sin más por el momento me despido en espera de su respuesta.

De antemano le agradecemos por su amable acogida a esta solicitud.

Atentamente:

Corina Verá Encalada  
ID 0105310882

Jessica Telenchana Tenelema  
ID 1804401386

Ext. 23354 - 2017

04 JUL. 2017

**ANEXO N° 4 Operacionalización de variables**

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA
SOCIODEMOGRÁFICO	Incorpora distintos niveles de análisis, alcanzando los mismos a Individuos, Hogares y familias, Grupos poblacionales de interés.	Edad	Biológico	Adulto joven 20 – 40 años Adulto mayor 40 – 60 años (Numeral)
		Género	Cédula de identidad	Femenino Masculino (Nominal)
		Zona de residencia	Especificación de la zona donde reside.	Urbana Rural (Nominal)
		Estado civil	Cédula de identidad	Casado (a) Soltero (a) Divorciado (a) Viudo (a) Unión libre (Nominal)
		Actividad económica del hogar	A Alto B Medio alto C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos) C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
		Grupo socioeconómico	A Alto B Medio alto C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos) C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
		Características de la vivienda	A Alto B Medio alto C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos) C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
		Acceso a tecnología	A Alto B Medio alto	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos)



			C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
		Hábitos de consumo	A Alto B Medio alto C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos) C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
		Nivel de educación	A Alto B Medio alto C+ Medio típico C- Medio bajo D Bajo	A (de 845,1 a 1000 puntos) B (de 696,1 a 845 puntos) C+ (de 535,1 a 696 puntos) C- (de 316,1 a 535 puntos) D (de 0 a 316 puntos)
ESTILO DE VIDA	Es el 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.	Alimentación	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Actividad/Ejercicio	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Manejo del estrés	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Apoyo interpersonal	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Autorrealización	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Responsabilidad en salud	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
		Higiene	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable
Recreación	Saludable No Saludable	75 a 100 Saludable 25 a 74 No Saludable		



**ANEXO N° 5 Recursos materiales**

RUBROS	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
<b>EQUIPOS</b>			
Tiempo de internet	600 horas	0,80	480,00
Gastos de recarga telefónica	50	1,00	50,00
<b>MATERIALES / INSUMOS</b>			
Carpetas	15	0,60	9,00
Copias	150	0,05	7,50
Esferos	15	0,40	6,00
Impresiones a blanco negro	300	0,10	30,00
Impresiones a color	250	0,25	62,50
Anillados	20	2,00	40,00
<b>TRANSPORTE</b>			
Bus	90	0,25	22,50
<b>TOTAL</b>			<b>707.5 (Dólares)</b>



ANEXO N° 6 Plan de trabajo

ACTIVIDADES	Tiempo en meses			Responsables
	1	2	3	
1. Elaboración del marco teórico y el estado del arte	X			CORINA VERA Y JESSICA TELENCHANA
2. Aplicación de la prueba piloto		x		
4. Aplicación, tabulación y análisis de encuestas		x		
5. Elaboración de la discusión y revisión del marco teórico			x	
6. Elaboración y presentación de la investigación			x	



ANEXO N° 7 Fiabilidad de Alfa de Cronbach

**Resumen de procesamiento de casos**

	N	%
Casos Válido	22	100,0
Excluido <sup>a</sup>	0	,0
Total	22	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticas de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
,758	36