

# Revisión 9-10

*por Juana Capillo Mestanza*

---

**Fecha de entrega:** 09-oct-2023 03:30p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2190659452

**Nombre del archivo:** INFORME\_DE\_TESIS\_JUANA\_CAPILLO\_-\_AGOSTO.docx (683.11K)

**Total de palabras:** 13150

**Total de caracteres:** 64217

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
BENEDICTO XVI**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERIA**



**PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES  
EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD JARDINES –  
TRUJILLO, 2022**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

Br. Juana Capillo Mestanza

**ASESORA**

Dra. María Dolores Pimentel Guadamos  
<https://orcid.org/0000-0003-3784-3856>

**LINEA DE INVESTIGACION**

Promoción de la Salud

**TRUJILLO-PERÚ**

**2023**

## **INFORME DE ORIGINALIDAD**





## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

Excmo. Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la Universidad

Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dr. Luis Orlando Miranda Díaz

Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Vicerrectora Académica

Dra. Anita Jeanette Campos Márquez

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Enna Obando Peralta

Vicerrector de Investigación (e)

Dra. Teresa Sofía Reátegui Marín

Secretaria General

## CONFORMIDAD DEL ASESOR

Yo, Dra. María Dolores Pimentel Guadamos, con DNI N° 41536255, como asesor del trabajo de investigación de pregrado titulado: PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “ JARDINES” – TRUJILLO, 2020 desarrollado por la bachiller Juana Capillo Mestanza con DNI 19260279 del programa de estudios de enfermería, considero que dicho informe de trabajo de investigación reúne los requisitos tanto técnicos como científicos y corresponde con la normativa exigida por la facultad de ciencias de salud y norma establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI. Por lo tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por la comisión de clasificación designada por el decano de la Facultad de ciencias de la salud.



---

Dra. María Dolores Pimentel Guadamos

Asesora de Tesis

## **DEDICATORIA**

*Mi alegría, mi esfuerzo y mi deseo de hacer lo mejor por ti, se encienden tanto en la adoración de mi hija como en tu amor. A pesar de tu juventud, me has enseñado y me sigues enseñando mucho sobre la vida. Mi principal fuente de inspiración para terminar mi tesis fuiste tú.*

*Gracias a mis maestros, a quienes adeudo una parte importante de mi saber, porque me han formado para la futura competitividad, no solo fueron los mejores profesionales, también las mejores personas.*

**JUANA**

## **AGRADECIMIENTO**

*Dedico mi tesis a Dios y a mis padres. En primer lugar, al Señor, que me ha acompañado en cada paso y me ha dado fuerzas para seguir avanzando, así como a mis padres, que siempre han dado prioridad a mi bienestar y mi formación a la vez que me han apoyado en todo momento. Gracias a ello, soy quien soy en este momento.*

*Quiero expresar mi gratitud a mis padres, Elena y Daniel, quienes siempre me han alentado y apoyado en mis esfuerzos académicos. Su perseverancia y determinación inquebrantable me han dado un maravilloso ejemplo al que aspirar, y sin ellos no podría haber logrado lo que he logrado hasta ahora.*

**JUANA**

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, JUANA CAPILLO MESTANZA con DNI 19260279, egresada del Programa de Estudios de Enfermería de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Facultad de Ciencias de la Salud, para la elaboración y sustentación del informe de tesis titulado: “PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “JARDINES” – TRUJILLO, 2022, el cual consta de un total de 72 páginas, en las que se incluye 09 tablas y 02 figuras, más un total de 24 páginas en anexos.

Dejo constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de %, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.

El autor

Br. Juana Capillo Mestanza



---

DNI: 19260279

## ÍNDICE DE CONTENIDO

TURNITIN .....	ii
AUTORIDADES .....	iii
CONFORMIDAD DEL ASESOR .....	iv
DEDICATORIA .....	v
AGRADECIMIENTO .....	vi
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD .....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	viii
ÍNDICE DE TABLAS .....	x
ÍNDICE DE GRÁFICOS .....	xii
RESUMEN .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>II. METODOLOGÍA</b> .....	9
2.1 Enfoque y tipo de investigación .....	9
2.2 Diseño de la investigación .....	9
2.3 Población, muestra y muestreo .....	9
2.4 Definición y operacionalización de variables .....	10
2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	10
2.6 Técnicas de procesamiento y análisis de la información .....	11
2.7 Aspectos éticos en investigación .....	12
<b>III. RESULTADOS</b> .....	13
<b>IV. DISCUSIÓN</b> .....	20
<b>V. CONCLUSIONES</b> .....	25
<b>VI. RECOMENDACIONES</b> .....	26
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	27
<b>ANEXOS</b> .....	32
Anexo 1: Cuestionario de Promoción de la Salud .....	32
Anexo 2: Ficha Técnica del cuestionario de Promoción de la Salud .....	38
Anexo 3: Cuestionario de Estilos de Vida .....	39
Anexo 4: Ficha Técnica del Cuestionario de Estilos de Vida .....	41
Anexo 5: Consentimiento informado .....	42
Anexo 6: Matriz de Operacionalización de Variables .....	43

Anexo 7: Muestra Piloto del Instrumento Promoción de la Salud .....	46
Anexo 8: Confiabilidad del Instrumento Promoción de la Salud .....	47
Anexo 9: Muestra Piloto de Instrumento Estilos de Vida .....	49
Anexo 10: Confiabilidad del Instrumento Estilos de Vida.....	50
Anexo 11: Base de Datos Promoción de la Salud .....	51
Anexo 12: Base de Datos de Estilos de Vida .....	54

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1</b> .....	<b>14</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>TABLA 2</b> .....	<b>15</b>
DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>TABLA 3</b> .....	<b>16</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD RELACIONADO A LOS ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>TABLA 4</b> .....	<b>17</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN ALIMENTACIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>TABLA 5</b> .....	<b>18</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN ACTIVIDAD Y EJERCICIO Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>TABLA 6</b> .....	<b>19</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN MANEJO DE ESTRÉS Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022.	

**TABLA 7 .....20**

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN APOYO INTERPERSONAL Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022

**TABLA 8 .....21**

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN AUTORREALIZACIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022

**TABLA 9 .....22**

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA DIMENSIÓN RESPONSABILIDAD EN SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
<b>GRÁFICO 1</b> .....	<b>14</b>
PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LAS JÓVENES EN EDAD FERTIL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	
<b>GRÁFICO 2</b> .....	<b>15</b>
ESTILO DE VIDA DE LAS JÓVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022	

## RESUMEN

La presente investigación es de tipo cuantitativo, correlacional, transversal y no experimental. El objetivo general es: Determinar la relación entre promoción de la salud y los estilos de vida de las jóvenes en edad fértil del centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. La muestra estuvo conformada por 90 jóvenes donde se procedió aplicar los instrumentos, uno para conocer el “nivel de promoción de la salud” el segundo sobre “estilos de vida”. Se obtuvo como resultados: que el 17% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y estilos de vida saludable, el 36% tienen un nivel de promoción de la salud medio y estilos de vida no saludable, en tanto el 20% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 16.569 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo tanto, rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alterna es decir que existe relación significativa entre la promoción de la salud y los estilos de vida de jóvenes en edad fértil a un nivel de significancia de 95% de confiabilidad.

**Palabras claves:** promoción de la salud, estilos de vida, jóvenes

## ABSTRACT

This research is quantitative, correlational, cross-sectional and non-experimental. The general objective is: To determine the relationship between the prevention and promotion of health and the lifestyles of young people who attend the "Los Jardines" Health Center - Trujillo, 2020". The sample consisted of 90 young people where the instruments were applied, one to know the "level of health promotion" the second on "lifestyles". It was obtained as results: that 17% of young people have a high level of health promotion and healthy lifestyles, 36% have a medium level of health promotion and unhealthy lifestyles, while 20 % have a low level of health promotion and unhealthy lifestyles. It is also observed that the value of Chi square  $X^2 = 16.569 > 5.991$  and the value of sig P is  $0.000 < 0.05$ , therefore, we reject the null hypothesis and accept the alternate hypothesis, that is, that there is a significant relationship between health promotion and the lifestyles of young people of childbearing age at a significance level of 95% reliability.

**Keywords:** Promotion of health, lifestyles, youth.

## I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial la Salud es entendida como equilibrio no sólo biológico, también como sistema "de valores", es decir como "noción" con la que las "personas interactúan entre sí y con el orden social" (1) (2).

A nivel Nacional podemos observar que de 8,5 millones de mujeres jóvenes en el Perú y una de cada cinco de ellas vive en familias pobres, es así que, en cuanto a la educación, el 70% de las jóvenes no pobres han terminado la escuela secundaria” y el 36% ha terminado o completó la educación superior, el 13% en educación técnica y 23% en la universidad (3). Condiciones que las vuelven vulnerables a riesgos en salud.

Podemos mencionar que dentro de ellas destacan enfermedades como: hipertensión, depresión, adicción a las drogas, etc. y se encuentran entre las condiciones que los jóvenes tienen cada vez más probabilidades de desarrollar. Su estado de salud se ve significativamente afectadas por estas enfermedades. Ante esta situación es fundamental ofrecer a la población medidas de prevención, las cuales ayuden a identificar a la juventud vulnerable” (4).

Para poder intervenir oportuna e integralmente con un enfoque preventivo, es fundamental que los jóvenes tengan pase a una atención integral de salud de alta calidad. Deben poder evaluar su estado de salud actual, identificar factores de riesgo y comportamientos desde el principio, así como identificar cualquier problema de salud. También se les debe alentar a adoptar comportamientos protectores mediante la promoción de la salud (4).

La enfermedad renal, es otro problema que afecta a los adultos jóvenes. Debido a su lento crecimiento, es difícil diagnosticarlo temprano y tratarlo de manera efectiva. En la mayoría de los pacientes se encuentra en un estadio avanzado. Por lo tanto, se recomienda realizar exámenes de detección de daño renal de rutina, especialmente en jóvenes que tienen enfermedades familiares hereditarias, diabetes, hipertensión, o que tienen sobrepeso u obesidad (4).

Por ello, el foco principal de la promoción de la salud está en el compromiso cívico, con los sujetos participando en un plan de cambio de sus condiciones de vida,

motivando actividades, planificando y evaluando los resultados de las acciones; debido a que el promocionar la salud implica el desplazamiento de la comunidad y es participativa, fortalece los vínculos entre las intervenciones (5).

Hoy en día en todo establecimiento de salud se trabaja la parte educativa en donde la atención médica se considere una responsabilidad compartida, esto implica establecer acciones para prevenir las diferentes enfermedades en cada ciclo de vida (6).

El objetivo principal en la atención de la salud en Perú es otorgar a los usuarios una atención buena, según el Ministerio de Salud, quien reconoce que la atención es un conjunto de cualidades humanas con las necesidades de los pacientes a la vanguardia. que siempre están trabajando para hacerte feliz (7).

A nivel local, el establecimiento en estudio se estableció el 7 de febrero de 1980 y tiene alrededor de 35 años, ubicada en la comuna de Trujillo, La Región Libertad, atrás de la Avenida América Norte, en un área urbana denominada Urbanización Los Jardines, en el cual se atiende una población de 56.200 (INEI 2018). La fuente de trabajo de la población asistente es el comercio (8). Durante las practicas pre profesionales, se pudo observar que jóvenes a muy temprana edad, acudían al centro de salud a los diferentes consultorios, para hacer uso de un método anticonceptivo, así mismo, jóvenes que estaban gestando, padecían de enfermedades respiratorias, nutricionales; y durante las consejerías, se pudo apreciar que desconocían o conocían al mínimo acciones de prevención en salud, por lo que se planteó la siguiente interrogante:

¿Existe relación entre la <sup>1</sup>promoción de la salud y los estilos de vida de las jóvenes en edad fértil <sup>3</sup>que acuden al Centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2020?, el objetivo general: Determinar la relación entre la promoción de la salud y los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”.

Los objetivos específicos: Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión alimentación de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión actividad ejercicio de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. Identificar de qué manera la <sup>3</sup>promoción de la salud se relaciona con la dimensión manejo del estrés de <sup>1</sup>los estilos de vida de jóvenes en edad fértil que acuden al Centro de Salud

“Los Jardines” – Trujillo, 2020”. Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión autorrealización y estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”. Por otro lado, ante lo expuesto se logró plantear la siguiente hipótesis:

### Hipótesis

- Existe relación significativa entre la promoción de la salud y estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2022
- No existe relación significativa entre la promoción de la salud y estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2022.

La presente investigación se justifica:

Es conveniente por buscar la relación entre las variables, es relevante socialmente pues como aborda el caso de las adultas jóvenes. Tiene valor teórico, ya que tiene como objetivo ver la relación entre las 2 variables en estudio, en jóvenes que se atienden en el establecimiento de salud, fundamentado por teorías previamente comprobadas.

Por otro lado, su implicancia práctica porque los resultados indicaran si es necesario elaborar un programa educativo. Y, por último, metodológicamente, fue guiado por el método científico y puede ser utilizados para otras investigaciones. Tiene relevancia social ya que los hallazgos encontrados servirán para realizar investigaciones de tipo cualitativo y así profundizar en cada una de las variables y sus dimensiones.

Como base de estudio se tomó como referencia investigaciones que aportan credibilidad al tema en estudio; para lo cual se encontramos trabajos internacionales, nacionales y locales. A nivel **internacional** se encontró a: **Herazo, Y.**, estudio que buscó como influyen los factores en los estilos de vida. Estudio descriptivo transversal. Participantes 2203 universitarios. Los hallazgos que se tuvo es que el 9% el estilo de vida es excelente y 46% en bueno. Las mujeres tienen menor calidad del sueño y los

jóvenes consumen tabaco, no duermen y son incapaces de manejar el estrés. Los que tienen bajo nivel económico consumen pocas hortalizas, pero si consumen elevados carbohidratos. Por lo tanto, llegó a concluir que las variables se relacionan entre sí. (9)

**Sánchez, M.**, dentro de su estudio. el propósito: fue determinar la frecuencia de los jóvenes entre 20 y 29 años en Oaxaca de Juárez, Oax. Participan en algún tipo de deporte o actividad física y lo valoran. La población era de 382 personas, de las cuales 206 eran mujeres y 176 hombres. Enfoque mixto, descriptivo y transversal. Conclusiones: Se obtuvo que mayor actividad física son los y las mujeres presentan mayores índices de obesidad, por lo que es más probable que expresen insatisfacción con su peso. (10)

A nivel nacional **Carranza, R.**, este estudio busco si el programa en el modelo de Nola Pender es efectiva en promocionar actividades saludables. Diseño pre experimental. Participaron 869 estudiantes de siete carreras. La duración del estudio fue ocho meses considerado el factor de nutrición, salud emocional y actividad física. Los resultados que se obtuvo en el postest fue mayor al pretest en los factores del modelo de Nola Pender. Concluyendo que es efectivo el programa en los factores iniciales en universitarios de la edad de 16 a 22 años (11).

**Gálvez, K. y Carrasco, L.** Realizaron un estudio cuyo objetivo era determinar cómo se compararon las opciones de “estilo de vida y el estado nutricional de los adultos del Hospital. Metodología: estudio experimental, cuantitativo, descriptivo, correlacional, transversal; población muestral de 139 adultos”, de los cuales el 50,4% tiene entre 20 y 39 años y el 63,3% son mujeres. Inferencia: 79,9% lleva un estilo de vida saludable. El 92 por ciento en términos de autoconciencia, 87 por ciento tiene hábitos alimenticios saludables, el 84,2 por ciento maneja su estrés y el 77 por ciento practica la responsabilidad social. (12)

**Vargas, A. y Uriarte, Y.** Estudio que buscó determinar estilo de vida de los estudiantes en Salud, cuyo enfoque fue cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. Muestra 194. Los hallazgos mostraron etilo de vida no saludable el 51% (99) y saludable el 49% (95). En la dimensión alimentación, saludable el 52.6% (102) y no saludable el 47.4% (92); actividad física saludable el 33.50% (65) y no saludable el 66.50% (129). Se concluyó que predominó estilo de vida no saludable (13).

**Carrión, D.** realizó la investigación para relacionar “el Estilo de vida y los Factores biosocioculturales del adulto joven”. El Método es cuantificar y describir las características de la muestra a través del acceso de los datos en un tiempo, describiendo cada una de ellas, el estudio concluyó el estilo no saludable fue el 84,1% y el resto del porcentaje saludable. De los factores tenemos que la mayoría son femeninas, convivientes, amas de casa, grado de instrucción secundaria, religión católica e ingreso menor a 400 soles. Encontrándose la relación de las variables (14).

**Vega, F.** su tesis factores sociodemográficos y acciones de promoción y la conducta en la salud de los adolescentes. Método cuantitativo, correlacional-transversal, no experimental. Este estudio concluyó que no existe relación con las variables. (15)

**García, A.** Su objetivo fue hallar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto joven. Enfoque cuantitativo – descriptivo correlacional. La conclusión a la que llegó es que no existe relación según el objetivo de estudio. (16)

**Castillo, G.** En su tesis Relación del estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto, en el asentamiento humano. Tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional. Muestra 125 participantes. Los hallazgos fueron que el 100% el estilo de vida es no saludable. En los factores: la mayoría son varones, nivel primario, religión católica y menos de la mitad son solteros, ocupación obrera e ingreso económico de 400 a 650 soles. Por lo tanto, no se relacionan las variables. (17)

**Valdivia, R.** Su investigación halló si el estilo de vida se relaciona con factores socioculturales en el adulto joven. Estudio cuantitativo, corte transversal, correlacional. Participaron 104 jóvenes. Concluyó que solo el 5.8% el estilo es saludable, el resto no saludable. Por lo que no se relacionó con los factores. (18)

**Angaspilco, M.** Su objetivo fue los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud se relacionan al estilo de vida y apoyo social del adolescente. Muestra 100 adolescente. Los resultados fueron: En factores sociodemográficos, más de la mitad son femenino, la edad 12-14 años, nivel secundario y menos del 50% ingreso económico mayor de 1100 soles. La promoción de la salud el 50% es inadecuado y adecuado 50%. El estilo de vida es no saludable el 53% y saludable

47%. Resultados que alcanzaron a obtener la relación con los factores menos apoyo social. (19)

A nivel local **Ramos, J.** El estudio fue evaluar a los adultos atendidos en el Centro de Salud Alto su estado nutricional y forma de vida. Investigación descriptiva correlacional. Muestra 285 personas, con un 54,7% de predominio de género y un 41,5% de distribución por edades entre 20 y 40 años. Conclusiones: La mayoría de los adultos llevan estilos de vida poco saludables, siendo la alimentación con sobrepeso la más común. (20)

En cuanto a las bases teóricas, podemos definir qué adulto es todo aquel que haya sobrepasado el estadio de la niñez y/o adolescencia para conseguir así su desarrollo tanto físico y/o biológico inclusive psicológico en este estadio de vida normalmente ha alcanzado la plenitud de su desarrollo y se presentan relativamente firmes y seguros (21).

La edad adulta se refiere no solo al crecimiento físico, sino también al crecimiento en términos de responsabilidades adultas, inicia más o menos a los 20 años y culmina a los 40, las habilidades físicas alcanzan su máxima eficacia, existe una velocidad manual y una mayor agudeza visual. Los jóvenes adultos tienen la posibilidad de conservar su salud casi constantemente, por este motivo se preocupan poco o nada por su salud. (21) (22)

Del mismo modo, el desarrollo moral adulto es experiencial, y los adultos viven y aprenden “a través de emociones que les permiten reevaluar lo que es correcto y justo”. A través de estas experiencias, desarrollamos una comprensión más profunda de las perspectivas morales y sociales de los demás. Del mismo modo, los conflictos de valores contrapuestos fuera del hogar lugar de trabajo, universidad. (22).

Llevar una vida saludable es adoptar comportamientos que promuevan su salud. Sin embargo, la mayoría de la población hoy en día lleva estilos de vida sedentarios, que se observan con frecuencia y son factores de riesgo a largo plazo para enfermedades coronarias y metabólicas (23).

Como resultado, las ideas centrales del conocimiento de enfermería se incluyen en el modelo de salud. Las grandes teorías son teorías amplias que abordan muchas cuestiones en un campo. Son construcciones metódicas que describen el propósito de la enfermería, la naturaleza, los cuidados. (24). De manera individual y colectiva, los profesionales de enfermería han estado trabajando en una variedad de temas, como mejorar las barreras de protección, y las percepciones que se tienen sobre su salud (25).

El sustento de la teoría es el modelo de Nola Pender en promoción en la salud, donde describe cómo se comportan las personas cuando se trata de su salud y fomentar comportamientos saludables (26).

Nola Pender considera en su modelo los rasgos individuales, las experiencias y las creencias sobre la salud además de la evaluación de las creencias sobre la salud porque estas últimas son factores para decidir si adoptar un comportamiento arriesgado o saludable para la salud por su alto grado de interiorización-perspectiva del mundo que le rodea (27).

Las siguientes creencias son proporcionadas por esta teoría:

- Deseo de adoptar un comportamiento saludable en el que los beneficios conductuales tengan prioridad motiva a las personas a hacerlo. Luego se destaca este comportamiento entre otros para que puedan imitarlo.
- obstrucciones a la acción que pueden ser ambientales, interpersonales o de naturaleza personal.
- Cada persona tiene emociones, motivaciones, deseos o metas que la impulsan a tomar un curso de acción en particular. La identificación depende en gran medida de si los sentimientos son emocionales y positivos o negativos.
- El entorno en el que trabaja una persona, su familia y sus redes sociales pueden tener un efecto positivo al ser un apoyo para crear comportamientos saludables (27).

Así mismo, se muestra el modelo de Dahlgren y Whitehead. Quienes definen a los factores que afectan la salud de un individuo como estructuras de influencia y niveles que componen la esquematización de estos determinantes. ubicando la biología humana y sus componentes inmutables en el centro. Los determinantes que la rodean pueden cambiarse, empezando por el estilo de vida de un individuo, un área en la que la

promoción de la salud ha tenido éxito durante mucho tiempo. Sin embargo, la comunidad y sus redes sociales tienen un impacto en las personas y sus comportamientos. Esta influencia puede o no ser beneficiosa para la salud de un individuo y, si no se tiene en cuenta, puede ser un desafío desarrollar comportamientos saludables (27)

## 3 II. METODOLOGÍA

### 2.1 Enfoque y tipo de investigación

#### 2.1.1. Tipo de investigación:

Debido a que en la presente investigación se midieron variables y luego se utilizaron métodos estadísticos para establecer los resultados, fue de tipo cuantitativo. (28).

#### 2.1.2. Nivel de investigación

El análisis correlacional transversal mide la importancia de la relación entre dos o más variables teniendo en cuenta cómo se comportan. (29).

Además, fue transversal en el sentido de que se realizó en un momento específico e identificó también la ubicación del estudio. (30).

### 2.2 Diseño de la investigación

Dado que las variables del estudio fueron reportadas en su contexto original e inalterado por el investigador, por lo cual es no experimental. (31).

### 2.3 Población, muestra y muestreo

**Población:** 319 jóvenes.

**Muestra:** Se conformó por 175 jóvenes, con un reajuste de 90 jóvenes, los cuales fueron elegidos de una manera no probabilística por conveniencia.

#### Criterios de inclusión

- Jóvenes asistentes al centro médico en el año 2020 y accedieron a participar del estudio.
- Jóvenes que viven por lo menos más de tres años cerca al centro médico.
- Jóvenes atendidos en los diferentes consultorios.

#### Criterios de exclusión

- Jóvenes opositores a colaborar en el estudio.
- Las jóvenes no residentes más de tres años por la zona.
- Las jóvenes que tuvieron dificultad en expresarse.

**Unidad de análisis:** Joven atendido por el centro médico Los Jardines.

## 2.4 Definición y operacionalización de variables

- **Promoción y Prevención de la salud**

**Definición conceptual:**

Estrategias centradas en lograr que las personas adopten acciones para el cuidado de su salud y sean al mismo tiempo las más accesibles. (32).

**Definición operacional**

Se presentan los siguientes rangos de clasificación para la variable cualitativa ordinal.

- **Nivel bajo:** 70 a 140 puntos.
- **Nivel medio:** 141 a 210 puntos.
- **Nivel alto:** 211 a 280.

- **Estilos de vida**

**Definición conceptual:**

Hábitos, acciones que efectúa la población en atención a sus necesidades y su bienestar personal (33).

**Definición operacional:**

A continuación, se presentan los rangos del estilo de vida como variable cualitativa ordinal.

- **No saludable:** 25 a 63 puntos.
- **Saludable:** 64 y 100 puntos.

## 2.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- **Técnica:** Encuesta.
- **Instrumento**

Los datos fueron recolectados utilizando dos instrumentos, los cuales se describen con más detalle:

### **Instrumento 01**

**Promoción de la salud:** Constó de 70 ítems distribuidos en 8 dimensiones.

### **Instrumento 2**

#### **Estilos de vida**

Cuestionario que se llevó a cabo con base en un diseño de Walker E, Sechrist K y Pender N, al que se hace referencia al estilo de vida con un total 25 ítems. Hay 4 formas posibles de responder a este instrumento: Nunca: 01 punto A veces: 02 puntos Frecuentemente: 03 puntos Siempre: 04 puntos. Cuenta con las siguientes dimensiones: Alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización, y responsabilidad en salud.

- **Validez y Confiabilidad del Instrumento**

**Validez:** El primer instrumento validado por el teórico Nola Pender y el segundo por Delgado R, et al.

#### **Confiabilidad**

Se calculó con el Alfa de Cronbach utilizando una prueba piloto de 35 jóvenes, obteniéndose como resultado para promoción de la salud  $r = 0.927$  (**Anexo 8**) y  $r = 0.954$  (**Anexo 10**) para estilos de vida, resultados que indican que son válidos y confiables para aplicarlos.

Donde el valor a partir de 0,8 es considerado muy bueno por el Coeficiente Kappa, que analiza el grado de similitud entre los entrevistadores (34).

## **2.6 Técnicas de procesamiento y análisis de la información**

### **Procedimiento de recolección de Datos**

Los siguientes factores se tuvieron en cuenta al recopilar los datos:

- Se coordinó con la jefa del establecimiento “Los Jardines” para autorizar la investigación, asimismo se determinó día, fecha y hora para aplicar los instrumentos
- Se entregó el consentimiento informado a los participantes del estudio.

- Se procedió a aplicar las encuestas a las jóvenes, según criterios de inclusión.

#### **Análisis de la información**

Para efectos de esta investigación se utilizó las tablas de distribución frecuencia/porcentaje con sus gráficos correspondientes, utilizando el programa Microsoft Excel.

Lo mismo ocurre con el análisis correlacional, que se realizó para determinar cómo se relacionan entre sí cada variable del estudio. De acuerdo al tipo de correspondencia se aplicó el Chi cuadrado, a través del software SPSS Statistics 27.0.

### **2.7 Aspectos éticos en investigación**

#### **Protección a las personas:**

Este principio es de suma importancia porque no solo protege a la persona, sino que reserva lo comentado a lo que podamos tener acceso de su vida en todos los aspectos, más aún estando en una situación muy susceptible.

#### **Beneficencia y no maleficencia:**

Se le debe brindó confianza a la persona, para que sienta la seguridad necesaria de poder brindarnos información, no causando molestias, y brindando mayor beneficio.

#### **Justicia:**

Se fue justo en toda la intervención con el entrevistado, para ello debemos tener los conocimientos necesarios, tomando las medidas que se ajusten a las condiciones, siendo de manera equitativa.

#### **Integridad científica:**

Las prácticas profesionales intervienen mucho en la parte de la entrevista, para ello el tener presente los valores en la parte científica del estudio, es relevante para establecer dichos resultados de manera óptima.

#### **Consentimiento informado:**

En toda investigación está presente este principio, consta de tener el permiso voluntario, poder aplicar el instrumento y finalmente adquirir los fines específicos establecidos (35).

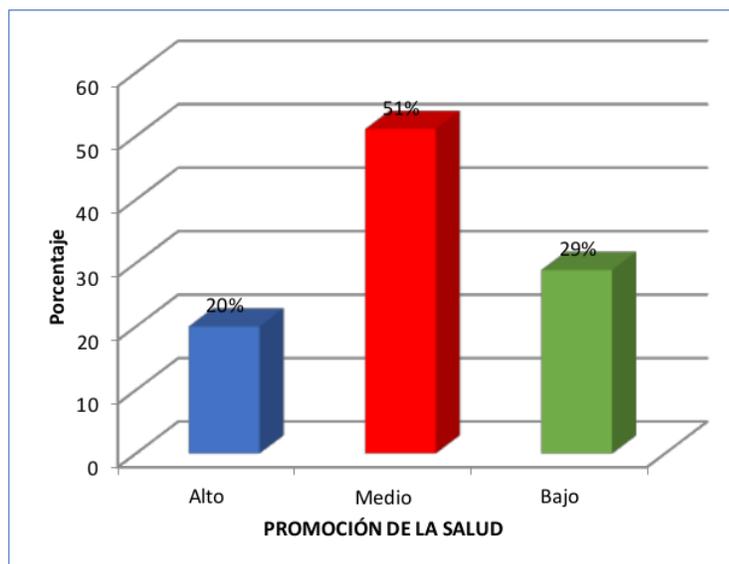
### III. RESULTADOS

**TABLA 1**  
*Nivel de promoción de la Salud de las jóvenes – Trujillo, 2022*

Promoción de la salud		~
Alto	18	20
Medio	46	51
Bajo	26	29
<b>Total</b>	<b>90</b>	<b>100</b>

*Fuente:* Base de datos Anexo 11.

**GRÁFICO 1:** Nivel de promoción de la Salud de las jóvenes – Trujillo, 2022



Fuente: Tabla 1.

**TABLA 2**

*Nivel de estilos de vida de las jóvenes – Trujillo, 2022*

<b>Estilos de vida</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Saludable	37	41
No saludable	53	59
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100</b>

*Fuente:* Base de datos Anexo 12.

**GRÁFICO 2:** Estilos de vida de las jóvenes – Trujillo, 2022



Fuente: Tabla 2.

## PRUEBA DE HIPOTESIS GENERAL

TABLA 3

*Nivel de relación entre promoción de la salud y los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022*

Estilos de Vida	Promoción de la Salud						Total	
	Alto		Medio		Bajo		Nº	%
	Nº	%	Nº	%	Nº	%		
Saludable	15	17	14	16	8	9	37	41
No saludable	3	3	32	36	18	20	53	59
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
<b><math>X^2 = 16.569 &gt; 5.991</math></b>				<b><math>P = 0.000 &lt; 0.05</math></b>				

*Fuente:* Base de datos Anexo 11 y 12.

## PRUEBA DE HIPÓTESIS DE LOS OBJETIVOS ESPECIFICOS

**TABLA 4**

*Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión alimentación de los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022*

Alimentación	Promoción de la Salud						Total	
	Alto		Medio		Bajo		Nº	%
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Saludable	13	14	12	13	7	8	32	36
No saludable	5	6	34	38	19	21	58	64
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
$X^2 = 13.207 > 5.991$				$P = 0.000 < 0.05$				

*Fuente:* Base de datos Anexo 11 y 12.

**TABLA 5**

<sup>3</sup> Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022

Actividad y ejercicio	Promoción de la Salud						Total		
	Alto		Medio		Bajo		N°	%	
	N°	%	N°	%	N°	%			
Saludable	14	16	13	14	7	8	34	38	
No saludable	4	4	33	37	19	21	56	62	
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>	
$X^2 = 15.328 > 5.991$				$P = 0.000 < 0.05$					

Fuente: Base de datos Anexo 11 y 12.

**TABLA 6**

<sup>3</sup> Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil que acuden al Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022

Manejo del Estrés	Promoción de la Salud						Total		
	Alto		Medio		Bajo		N°	%	
	N°	%	N°	%	N°	%			
Saludable	15	17	12	13	6	7	33	37	
No saludable	3	3	34	38	20	22	57	63	
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>	
$X^2 = 21.165 > 5.991$				$P = 0.000 < 0.05$					

Fuente: Base de datos Anexo 11 y 12.

**TABLA 7**

*Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022*

Apoyo Interpersonal	Promoción de la Salud						Total	
	Alto		Medio		Bajo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Saludable	14	16	10	11	5	6	29	32
No saludable	4	4	36	40	21	23	61	68
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
$X^2 = 21.428 > 5.991$				$P = 0.000 < 0.05$				

*Fuente:* Base de datos Anexo 11 y 12.

**TABLA 8**

*Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión autorrealización de los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022*

Autorealización	Promoción de la Salud						Total	
	Alto		Medio		Bajo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Saludable	12	13	9	10	6	7	27	30
No saludable	6	7	37	41	20	22	63	70
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
$X^2 = 14.502 > 5.991$				$P = 0.000 < 0.05$				

*Fuente:* Base de datos Anexo 11 y 12.

**TABLA 9**

*Nivel de promoción de la salud se relaciona con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida de jóvenes – Trujillo, 2022*

Responsabilidad en Salud	Promoción de la Salud						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Saludable	13	14	12	13	7	8	32	36
No saludable	5	6	34	38	19	21	58	64
<b>Total</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>46</b>	<b>51</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>90</b>	<b>100</b>
<b>X<sup>2</sup> = 13.207 &gt; 5.991</b>				<b>P = 0.000 &lt; 0.05</b>				

*Fuente:* Base de datos Anexo 11 y 12.

#### IV. DISCUSIÓN

Luego de obtener los resultados según los objetivos establecidos y conociendo las limitaciones del estudio, como el tiempo y la búsqueda bibliográfica por complicación del tema de interés, se realiza la discusión entre los hallazgos, las teorías y los antecedentes de estudio, en el cual se encontró que guardan relación las dos variables, ello por tener una prueba chi cuadrado menor al 0.05; dejando mayor análisis que cuando una joven al tener un buen acceso a educación en salud adoptará una vida saludable.

En la **tabla 1** el 20% (18) de las jóvenes obtienen un nivel alto en la promoción de la salud, el 51% (46) nivel medio, en tanto que el 29% (26) nivel bajo, datos que discrepan con los encontrados por **Angaspilco, M.** quien encontró que las acciones en prevenir la salud en su población de estudio están divididas en porcentajes iguales, viéndose que el 50% es inadecuado al mismo tiempo que el otro 50% es adecuado.

Es necesario mencionar que la promoción de la salud es un proceso en la cual se fortalece las actitudes referentes al cuidado de la salud de las personas, por ello se debe trabajar en todo contexto y así desarrollar posturas saludables e ir eliminando comportamientos que perjudiquen la salud de la población, de esta manera lograr la reducción de las tasas de mortalidad y morbilidad que afectan ahora a la población mundial.

Así también es fundamental porque busca formar ciudadanos sanos, especialmente en el contexto del cambio demográfico al que nos enfrentamos como consecuencia del envejecimiento de la población. Este proceso se basa que el ser humano goce de bienestar, incrementando el control de salud bajo responsabilidad y educación que asegura un entorno político, físico y social que promueve la salud.

En la **tabla 2**, el 41% (37) obtienen un estilo de vida saludable, en tanto que el 59% (53) no saludable, datos que podemos corroborar con lo encontrados por Vega, F. quien en su trabajo encontró que en cuanto a los estilos de vida la mitad de su población es saludables, (15); por otro lado, tenemos a Herazo, Y, que llegó a concluir que los estilos de vida se relacionan con la salud de los estudiantes universitarios por diversos factores sociodemográficos y académicos. (9). Como también a Ramos, J. (20), quien

indica que la mayoría de los jóvenes llevan estilos de vida poco saludables, siendo la alimentación con sobrepeso la más común.

Otro estudio similar es el de García, A. (16) donde el 94,4 % tuvieron estilo de vida no saludables y el 5,6% saludable. Por su parte, Carrión, D. (14) evidenció que el 84,1% tuvieron estilo de vida no saludable y el 15,9% saludable. Pero difieren por los hallazgos de Gálvez, K. y Carrasco L. (12) encontró que el 79,9% tuvieron un estilo de vida saludable y el 20.1% no saludable.

Aunado a ello, se define también como acciones y hábitos que ayudan al ser humano a mantenerse sanos y tener una vida optima, influyendo mucho la alimentación equilibrada, sana y adecuada según edad, también la actividad física, los hábitos de sueño y la higiene, entre otros aspectos. Tener un estilo de vida adecuado proporciona una mejor calidad de vida, en ocasiones los jóvenes ignoran lo que es tener una alimentación a base de frutas y verduras y prefieren ir por lo más rápido que es “la comida chatarra” este tipo de alimento se caracteriza por ser una comida económica pero también es de baja calidad, pero las personas no imaginan que este hábito perjudica su salud en gran proporción.

En la **tabla 3**, el 17% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y estilos de vida saludable, el 36% tienen un nivel de promoción de la salud medio y estilos de vida no saludable, en tanto el 20% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y estilos de vida no saludable, hallazgos que guardan relación con lo expuesto en el estudio de Vargas, A., y Uriarte Y. (13), que refieren que el 51% refiere no tener una buena prevención y promoción de su salud y tienen un estilo de vida no saludable y el 49% un estilo de vida saludable y si refieren tener conocimientos sobre prevención y promoción de la salud. También difieren de los resultados de Valdivia, R. (18) donde encontró al 94,2% no saben sobre cómo prevenir y promocionar su salud y tienen un estilo de vida no saludable y el 5,8% tienen un estilo de vida saludable y si tienen conocimientos sobre prevención y promoción de su salud. No dejando evidencia suficiente para afirmar una relación entre variables ( $p>0.05$ ).

Podemos mencionar que, los estilos de vida están muy relacionados con la prevención y promoción de la salud pues son actitudes que toma el ser humano de forma colectiva o individual para mejorar su desarrollo personal y evitar enfermedades como

la obesidad o el estrés que aparecen por inadecuando hábitos, como por ejemplo, el consumo de sustancias tóxicas (drogas, alcohol), el sedentarismo, el tabaquismo abordados en jóvenes que experimentan o exploran cosas y esta “curiosidad” puede ser permanente en su vidas creando una adicción con consecuencias negativas para él y para familiares cercanos. Por eso es beneficioso consumir las verduras y frutas, es recomendable dejar de consumir alimentos de comida rápida o comida chatarra que pueden ser económicas, pero perjudican la salud humana, evitando estar en un completo bienestar pues el exceso de grasas saturadas en el cuerpo daña el hígado, trae problemas digestivos, puede traer una depresión en los jóvenes.

En la **tabla 4**, el 14% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y la dimensión alimentación de los estilos de vida saludable, el 38% tienen un nivel de promoción de la salud medio y la dimensión alimentación de los estilos de vida no saludable, en tanto el 21% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y la dimensión alimentación de los estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 13.207 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo tanto, se tiene que existe relación significativa entre la promoción de la salud y la dimensión alimentación de los estilos de vida. Hallazgos similares a los encontrados por Herazo, Y. quien llegó a la conclusión que los estudiantes de estratos socioeconómicos bajos tienen mayor probabilidad de bajo consumo de frutas y verduras y elevado consumo de sal, grasas y azúcares. Por lo tanto, los estilos de vida se relacionan con la salud de la población por diversos factores sociodemográficos y académicos. (9). Discrepando con los encontrados por Gálvez, K. y Carrasco, L. quien, en cuanto a sus dimensiones, el 87 por ciento tiene hábitos alimenticios saludables.

En la **tabla 5**, el 16% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida saludable, el 37% tienen un nivel de promoción de la salud medio y la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida no saludable, en tanto el 21% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 15.328 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo tanto, se tiene que existe relación significativa entre la promoción de la salud y la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil a un nivel de significancia de 95% de confiabilidad. Datos que los podemos relacionar con

los encontrados por Sánchez, M. (10). el cual encontró que los hombres realizan más actividad física que las mujeres, como es nuestra población, por lo que es más probable que expresen insatisfacción con su peso.

En la **tabla 6**, el 17% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y la dimensión manejo de estrés de los estilos de vida saludable, el 38% tienen un nivel de promoción de la salud medio y la dimensión manejo de estrés de los estilos de vida no saludable, en tanto el 22% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y la dimensión manejo de estrés de los estilos de vida no saludable. En esta dimensión, nuestros hallazgos discrepan con los estudios de Gálvez, K. y Carrasco, L., quienes encontraron que, el 84,2 por ciento de su población maneja su estrés.

El estrés hoy en día afecta a toda la población interfiriendo en la salud, no solo mental sino física, y se ha demostrado que la mayor parte de las consecuencias están reguladas por el proceso de afrontamiento que se tiene, como la capacidad conductual en cada una de las actividades cotidianas, especialmente en la población joven. Por ello de manera reciente se está trabajando en estrategias de afrontamiento, considerando el hecho de que muchas consecuencias se dan a raíz de que algunos jóvenes no tienen un estilo de vida.

En la **tabla 7**, el 16% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida saludable, el 40% tienen un nivel de promoción de la salud medio y la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida no saludable, en tanto el 23% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 21.428 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo tanto, se tiene que existe relación significativa entre la promoción de la salud y la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil a un nivel de significancia de 95% de confiabilidad.

En la **tabla 8**, el 13% de los jóvenes tienen un nivel de promoción de la salud alto y la dimensión autorrealización de los estilos de vida saludable, el 41% tienen un nivel de promoción de la salud medio y la dimensión autorrealización de los estilos de vida no saludable, en tanto el 22% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y la dimensión autorrealización de los estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 14.502 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo

tanto, se tiene que existe relación significativa entre la <sup>3</sup> promoción de la salud y la <sup>3</sup> dimensión apoyo interpersonal de los <sup>3</sup> estilos de vida de jóvenes en edad fértil a un nivel de significancia de 95% de confiabilidad.

En la tabla 9, se observa que el 14% de los jóvenes tienen un nivel de <sup>3</sup> promoción de la salud alto y la <sup>3</sup> dimensión responsabilidad en salud de los <sup>3</sup> estilos de vida saludable, el 38% tienen un nivel de <sup>3</sup> promoción de la salud medio y la <sup>3</sup> dimensión responsabilidad en salud de los <sup>3</sup> estilos de vida no saludable, en tanto el 21% tienen un nivel de <sup>3</sup> promoción de la salud bajo y la <sup>3</sup> dimensión responsabilidad en salud de los <sup>3</sup> estilos de vida no saludable. También se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 13.207 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ , por lo tanto, se tiene que existe relación significativa entre la <sup>3</sup> promoción de la salud y la <sup>3</sup> dimensión responsabilidad en salud de los <sup>3</sup> estilos de vida de jóvenes en edad fértil a un nivel de significancia de 95% de confiabilidad.

## V. CONCLUSIONES

- Promoción de la salud se relaciona con estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95%. Ya que el valor de Chi cuadrado  $X^2$  es 16.569 lo cual es  $> 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ .
- Promoción de la salud se relaciona con la dimensión alimentación de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% ya que se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2$  es igual a  $13.207 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$
- <sup>3</sup> Promoción de la salud se relaciona con la dimensión actividad y ejercicio de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% ya que se observa que el valor de Chi cuadrado  $X^2$  es igual a  $15.328 > 5.991$  y el valor de sig. P es  $0,000 < 0.05$ .
- <sup>3</sup> Promoción de la salud se relaciona con la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% y un valor de Chi cuadrado  $X^2$  igual a  $21.165 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ .
- Promoción de la salud se relaciona con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% observándose que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 21.428 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$ .
- Promoción de la salud se relaciona con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% observándose que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 14.502 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$
- <sup>3</sup> Promoción de la salud se relaciona con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil con un nivel de significancia de 95% observándose que el valor de Chi cuadrado  $X^2 = 13.207 > 5.991$  y el valor de sig P es  $0,000 < 0.05$

## **VI. RECOMENDACIONES**

- Informar sobre los resultados obtenidos a la institución para que puedan implementar estrategias informativas como por ejemplo repartición de folletos, trípticos, sesiones educativas, charlas informativas y sesiones demostrativas, que incluya la participación del equipo multidisciplinario de salud para fortalecer y mejorar comportamientos en salud.
- Se sugiere se puedan trabajar de una forma preventiva promocional con las jóvenes que acuden a los establecimientos de salud, para evitar consecuencias que puede afectar su salud.
- Se debe realizar investigaciones cualitativas para recoger información acerca de las barreras en la práctica de acciones saludables, así evaluar la conducta de los profesionales de la salud durante la consejería.

## VII. <sup>1</sup> REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Comisión sobre los determinantes sociales de la salud. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020] Disponible en: [http://www.who.int/social\\_determinantes/resources/esdh\\_framework\\_action\\_05\\_07.pdf](http://www.who.int/social_determinantes/resources/esdh_framework_action_05_07.pdf)
2. Martínez J, Gispert E, Castell P, Alfonso C, Diago, H. Consideraciones sobre el concepto de salud y su enfoque en relación a la salud bucal. 2014. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020] Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242014000500015&lng=e](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000500015&lng=e)
3. Franco A, Ñopo H. Ser joven en el Perú: educación y trabajo. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.grade.org.pe/wp-content/uploads/AI37.pdf>
4. Ministerio de Salud. Orientaciones para la atención integral de salud en la etapa de vida joven. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3788.pdf>
5. Aliaga E. Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342016000200017&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342016000200017&script=sci_abstract)
6. Redondo P. Prevención de la enfermedad. Costa Rica. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: [https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo\\_07\\_-\\_niveles\\_de\\_preencion.pdf](https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo_07_-_niveles_de_preencion.pdf)
7. Ministerio de salud. Estándares de calidad para el primer nivel de atención en salud. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/342586/Est%C3%A1ndares\\_de\\_calidad\\_para\\_el\\_primer\\_nivel\\_de\\_atenci%C3%B3n\\_en\\_salud\\_20190716-19467-124sntz.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/342586/Est%C3%A1ndares_de_calidad_para_el_primer_nivel_de_atenci%C3%B3n_en_salud_20190716-19467-124sntz.pdf)
8. Del Perú. Los Jardines – Trujillo. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.deperu.com/salud-nacional/establecimientos-de-salud-gbno-regional-minsa/los-jardines-trujillo-5038>

9. Herazo, Y. (2020). Estilos de vida relacionados con la salud en estudiantes universitarios. *Retos*, 38, 547-551. [https://www.researchgate.net/profile/Yaneth-Herazo-Beltran-2/publication/340063240\\_Estilos\\_de\\_vida\\_relacionados\\_con\\_la\\_salud\\_en\\_estudiantes\\_universitariosARTICULO\\_FINAL/links/5e74ebcf92851c6a838c44c7/Estilos-de-vida-relacionados-con-la-salud-en-estudiantes-universitariosARTICULO-FINAL.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Yaneth-Herazo-Beltran-2/publication/340063240_Estilos_de_vida_relacionados_con_la_salud_en_estudiantes_universitariosARTICULO_FINAL/links/5e74ebcf92851c6a838c44c7/Estilos-de-vida-relacionados-con-la-salud-en-estudiantes-universitariosARTICULO-FINAL.pdf)
10. Sánchez M. Hábitos deportivos y actividad física en jóvenes de 20 a 29 años de edad: Propuesta del marketing deportivo como herramienta empleada por el Gobierno Federal para hacer frente al problema de sobrepeso y obesidad. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: [http://jupiter.utm.mx/~tesis\\_dig/11617.pdf](http://jupiter.utm.mx/~tesis_dig/11617.pdf)
11. Carranza, R. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. 35(4). Ciudad de la Habana oct.-dic. 2019. Epub 01-Dic-2019. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192019000400009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400009)
12. Gálvez, K. y Carrasco, L. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto (a), atendidos en el Hospital II – 2 Tarapoto, febrero – junio 2018. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <https://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/3182>
13. Vargas, A. y Uriarte, Y. Estilos de vida de los jóvenes estudiantes de ciencias de la salud de la universidad Norbert Wiener [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Lima, 2018 [Citado 29 de septiembre de 2020] Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/2390?locale-attribute=en>
14. Carrión, D. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa Del Sur\_ Nuevo Chimbote, 2020 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Chimbote, 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/16932>
15. Vega, F. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Pueblo Joven El Progreso Chimbote, 2019. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/26985>

16. García, A. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento humano Sánchez Milla - Nuevo Chimbote, 2015. 2018. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/5710>
17. Castillo G. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano, Vista al Mar II\_ Nuevo Chimbote, 2015. 2018. <http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl/vufind/Record/oai:localhost:123456789-1525333>
18. Valdivia R. Estilo de vida y factores socioculturales del adulto joven del Centro Poblado Menor de Cambio Puente Chimbote 2015. 2018. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/2225>
19. Angaspilco, M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Urbanización Los Pinos Chimbote, 2019. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/26778>
20. Ramos J. Estilo de vida y estado nutricional en adultos de salud Alto Trujillo, 2017-2018. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/25739>
21. EcuRed. Adulto. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <https://www.ecured.cu/Adulto>
22. Cursos de Psicología del desarrollo: edad adulta. La etapa del adulto joven. [Internet]. [citado 26 de abril de 2020]. Disponible en: <http://cursos.aiu.edu/Obst%C3%A1culos%20al%20Desarrollo/Sesi%C3%B3n%206.pdf>
23. Ministerio de Salud. Modelo de abordaje para la Promoción de la Salud. [Internet]. 2016 [citado 4 de mayo de 2020]. Disponible en: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203\\_prom30.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf).
24. Ponce B, Fantín M, Bertone C. Análisis espacial de los determinantes socioeconómicos de la salud en el Gran Resistencia. [Internet]. [citado 4 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://hum.unne.edu.ar/revistas/geoweb/Geo22/archivos/ponce22.pdf>
25. Giraldo A, Toro M, Macías A, Valencia C, Palacio S. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. [Internet]. [citado 4

- de mayo de 2020]. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>
26. Hernán M. Promoción de la Salud, salud comunitaria y determinantes sociales. [Internet]. [citado 4 de mayo de 2020]. Disponible en:  
<https://www.easp.es/web/blogs/2017/11/20/promocion-de-la-salud-salud-comunitaria-y-determinantes-sociales-2/>
27. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Internet]. [citado 4 de mayo de 2020]. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es). 27
28. Corona J. Apuntes sobre métodos de investigación. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en:  
<http://www.medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/2977>
29. Marroquín R. Metodología de la investigación. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en:  
<http://www.une.edu.pe/Titulacion/2013/exposicion/SESION-4-METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTIGACION.pdf>
30. Hoyos M, Espinosa E. Estudios descriptivos. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en:  
<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3132/TESIS%20Espinosa%20Y%20E9sica%20-%20Hoyos%20Luisa.pdf?sequence=3>
31. Botero J, Puerta E, Schwarstzhaupt J, García R, Cerva R, Fanner C. Perspectivas teórico – prácticas sobre promoción de la salud en Colombia, Cuba y Costa Rica: Revisión integrativa. [Internet]. [aceptado 8 de octubre de 2016]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en:  
<http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v21n2/v21n2a05.pdf>
32. De la Peña A, Amezcua J, Hernández A. La promoción de estilos de vida saludable aprovechando los espacios públicos. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-74592017000300201&lng=es.%20http://dx.doi.org/10.19136/hs.a16n3.1878](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592017000300201&lng=es.%20http://dx.doi.org/10.19136/hs.a16n3.1878).

33. Rusu C. Metodología de la Investigación. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en: [http://zeus.inf.ucv.cl/~rsoto/cursos/DII711/Cap6\\_DII711.pdf](http://zeus.inf.ucv.cl/~rsoto/cursos/DII711/Cap6_DII711.pdf)
34. Marroquín R. Confiabilidad y Validez de Instrumentos de Investigación. [Internet]. [citado 7 de mayo de 2020]. Disponible en: [http://www.une.edu.pe/Titulacion/2013/exposicion/SESSION-4-Confiabilidad y Validez de Instrumentos de investigacion.pdf](http://www.une.edu.pe/Titulacion/2013/exposicion/SESSION-4-Confiabilidad_y_Validez_de_Instrumentos_de_investigacion.pdf)
35. Ministerio de Salud. Modelo de abordaje para la Promoción de la Salud. [Internet]. 2016 [citado 4 de mayo de 2020]. Disponible en: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203\\_prom30.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf).

## ANEXOS

### Anexo 1: Cuestionario de Promoción de la Salud



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL NIVEL PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES EN EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” – TRUJILLO, 2022

Nº	Comportamientos del usuario	CALIFICACIÓN			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>DIMENSIONES</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?				
04	¿Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables?				

	(No refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
06	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
07	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
08	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente fruta?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				
12	¿Realiza el baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia su vivienda?				
18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene limpio su baño o letrina?				

20	¿Realiza el mantenimiento de sus servicios higiénicos o letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta (o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta (o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria (o)?				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿Confía en el grupo y estimula las decisiones de grupo?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				

37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de persona?				
<b>ACTIVIDAD FÍSICA</b>					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿Practicas deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva?				
<b>SALUD BUCAL</b>					
47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
48	¿Usa hilo dental?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				

50	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirse orgulloso/a?				
57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por sí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacia sí mismo/a?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				

65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	Si usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminan en fila?				

Anexo 2: Ficha Técnica del cuestionario de Promoción de la Salud

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario para determinar el nivel promoción de la salud y estilos de vida de jóvenes en edad fértil del centro de salud “los jardines” – Trujillo, 2022
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> Nola Pender <b>Adaptación:</b> JUANA CAPILLO MESTANZA
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Determinar el nivel promoción de la salud de jóvenes en edad fértil del centro de salud “los jardines” – Trujillo, 2022
<b>Usuarios:</b>	Jóvenes en edad fértil
<b>Forma de Administración o Modo de aplicación:</b>	Se coordinó <sup>1</sup> vía llamadas telefónicas a las jóvenes para ver la disponibilidad de tiempo, fechas y hora para aplicar los instrumentos Se autorizó mediante el consentimiento informado presencialmente. Se aplicaron las encuestas a las jóvenes, según criterios de inclusión.
<sup>3</sup> <b>Validez:</b> (Presentar la constancia de validación de expertos)	Nola Pender
<sup>3</sup> <b>Confiabilidad:</b> (Presentar los resultados estadísticos)	La confiabilidad del instrumento se realizó a través de la prueba estadística de alfa de Cronbach, obteniendo un $r = 0.927$ , considerando a este instrumento válido y confiable para su aplicación.

Anexo 3: Cuestionario de Estilos de Vida



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“CUESTIONARIO PARA DETERMINAR EL ESTILO DE VIDA”

“N: nunca V: a veces F: frecuentemente S: siempre”

Nº	ITEMS	CRITERIOS			
	<b>ALIMENTACIÓN</b>				
01	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y cena.	N	V	F	S
02	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
03	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
04	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
05	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
06	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, En latadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
	<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>				
07	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres Veces a la semana.	N	V	F	S
08	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el Movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
	<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>				
09	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 adecuadamente con los demás.	N	V	F	S

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

Anexo 4: Ficha Técnica del Cuestionario de Estilos de Vida

<b>Nombre original del instrumento:</b>	Cuestionario para determinar el nivel de estilos de vida de jóvenes en edad fértil del centro de salud “los jardines” – Trujillo, 2022.
<b>Autor y año:</b>	<b>Original:</b> Walker E, Sechrist K y Pender N <b>Adaptación:</b> JUANA CAPILLO MESTANZA
<b>Objetivo del instrumento:</b>	Determinar el estilos de vida de jóvenes en edad fértil del centro de salud “los jardines” – Trujillo, 2022
<b>Usuarios:</b>	Jóvenes en edad fértil
<b>Forma de Administración o Modo de aplicación:</b>	Se coordinó vía llamadas telefónicas a las jóvenes para ver la disponibilidad de tiempo, fechas y hora para aplicar los instrumentos Se autorizó mediante el consentimiento informado presencialmente. Se aplicaron las encuestas a las jóvenes, según criterios de inclusión.
<b>Validez:</b> (Presentar la constancia de validación de expertos)	Walker E, Sechrist K y Pender N
<b>Confiabilidad:</b> (Presentar los resultados estadísticos)	La confiabilidad del instrumento se realizó a través de la prueba estadística de alfa de Cronbach, obteniendo un $r = 0.954$ , considerando a este instrumento válido y confiable para su aplicación.

Anexo 5: Consentimiento informado

ANEXO 05



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES EN  
EDAD FERTIL DEL CENTRO DE SALUD “LOS JARDINES” –  
TRUJILLO, 2022

Yo, .....acepto participar voluntariamente en el presente estudio, Conociendo el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas planteadas. El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

-----  
FIRMA

Anexo 6: Matriz de Operacionalización de Variables

<p><b>Título: “PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE JOVENES EN EDAD FÉRTIL DEL CENTRO DE SALUD “JARDINES” – TRUJILLO, 2022</b></p> <p><b>Autora: Capillo Mestanza Juana</b></p>		<p><b>VARIABLES E INDICADORES</b></p>				
<p><b>PROBLEMA</b></p>	<p><b>OBJETIVOS</b></p>	<p><b>HIPÓTESIS</b></p>		<p>Variable 1: PROMOCIÓN DE LA SALUD</p>		
		<p><b>Dimensiones</b></p>	<p><b>Indicadores</b></p>	<p><b>Ítems</b></p>	<p><b>Niveles o rangos</b></p>	
<p>¿Existe relación entre la promoción de la salud y los estilos de vida de las jóvenes en edad fértil del Centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2022?</p>	<p><b>Objetivo General:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Determinar la relación entre la promoción de la salud y los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2022.</li> </ul> <p><b>Objetivo Específico:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión alimentación de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud “Los Jardines” – Trujillo, 2022”.</li> </ul>	<p><b>Hipótesis general:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Existe relación significativa entre la promoción de la salud y los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud Los Jardines – Trujillo, 2022.</li> </ul>	<p>Alimentación y nutrición</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hábitos alimenticios adecuados.</li> <li>En proceso de adquisición de hábitos alimenticios adecuados.</li> <li>Hábitos alimenticios inadecuados.</li> </ul>	<p>01 al 10</p>	<p><b>Nivel de Promoción de la salud bajo:</b> si se obtiene un puntaje de 70 a 140 puntos.</p>
			<p>Higiene</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Higiene en proceso de adecuación</li> <li>Higiene casi siempre en adecuadamente</li> <li>Higiene en una minoría a veces</li> </ul>	<p>11 al 20</p>	
			<p>Habilidades para la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Casi siempre es adecuado</li> <li>En algunas veces es adecuado</li> <li>Casi siempre no es adecuadamente</li> </ul>	<p>21 al 37</p>	<p><b>Nivel de Promoción de la salud medio:</b> si se obtiene un puntaje de 141 a 210 puntos.</p>
			<p>Actividad Física</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Casi siempre realizan actividad física</li> <li>Debes en cuando</li> <li>Y una minoría de veces nunca</li> </ul>	<p>38 al 41</p>	
			<p>Salud sexual y reproductiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Casi siempre utilizan algún método</li> <li>Debes en cuando no utilizan métodos</li> </ul>	<p>42 al 46</p>	<p><b>Nivel de Promoción</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión actividad ejercicio de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud "Los Jardines" – Trujillo, 2022".</li> <li>Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión manejo del estrés de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud "Los Jardines" – Trujillo, 2022".</li> <li>Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión apoyo interpersonal de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud "Los Jardines" – Trujillo, 2022".</li> <li>Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión autorrealización de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro</li> </ul>		<table border="1"> <tr> <td data-bbox="245 835 427 1003">Salud bucal</td> <td data-bbox="245 422 427 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre mantienen una buena salud bucal.</li> <li>Casi siempre mantiene una buena salud bucal</li> <li>En algunos de los casos mantiene una buena salud bucal</li> </ul> </td> <td data-bbox="245 327 427 422">47 al 52</td> <td data-bbox="245 140 427 327">de la salud alto: si se obtiene un puntaje de 211 a 280 puntos.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="427 835 557 1003">Salud mental y cultura de paz</td> <td data-bbox="427 422 557 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre y casi siempre cuentan con una buena salud</li> <li>En algunos casos</li> <li>Como también hay personas que no tiene buena actitud.</li> </ul> </td> <td data-bbox="427 327 557 422">53 al 61</td> <td></td> </tr> <tr> <td data-bbox="557 835 662 1003">Seguridad vial y cultura de tránsito</td> <td data-bbox="557 422 662 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre respetan la seguridad vial</li> <li>Casi siempre respetan la seguridad vial</li> <li>En algunos casos respetan la seguridad vial</li> </ul> </td> <td data-bbox="557 327 662 422">62 al 70</td> <td></td> </tr> </table> <p>Variable 2: ESTILOS DE VIDA</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="711 835 760 1003">Dimensiones</th> <th data-bbox="711 422 760 835">Indicadores</th> <th data-bbox="711 327 760 422">Ítems</th> <th data-bbox="711 140 760 327">Niveles o rangos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="760 835 878 1003">Alimentación</td> <td data-bbox="760 422 878 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con una alimentación balanceada siempre</li> <li>Cuentan con una alimentación frecuentemente balanceada</li> <li>No cuentan con una buena alimentación</li> </ul> </td> <td data-bbox="760 327 878 422">1 al 6</td> <td data-bbox="760 140 878 327"> <p>3 Estilo de vida saludable: si obtuvo un puntaje de 64 a 100 puntos</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="878 835 959 1003">Actividad y ejercicio</td> <td data-bbox="878 422 959 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Muy pocas veces realizan actividad física</li> <li>Actividad física frecuente</li> <li>No realiza actividad física</li> </ul> </td> <td data-bbox="878 327 959 422">7 al 8</td> <td data-bbox="878 140 959 327"> <p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="959 835 1078 1003">Manejo del estrés</td> <td data-bbox="959 422 1078 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Su manejo de estrés es frecuente mente manejado</li> <li>Adquieren técnicas adecuadas para manejar el estrés.</li> <li>No cuentan con un manejo de un buen estrés</li> </ul> </td> <td data-bbox="959 327 1078 422">9 al 12</td> <td data-bbox="959 140 1078 327"> <p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="1078 835 1185 1003">Apoyo interpersonal</td> <td data-bbox="1078 422 1185 835"> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con apoyo interpersonales adecuadas con los demás.</li> <li>En algunas ocasiones cuentan con apoyo interpersonales.</li> <li>Apoyo interpersonal inadecuado.</li> </ul> </td> <td data-bbox="1078 327 1185 422">13 al 16</td> <td data-bbox="1078 140 1185 327"></td> </tr> </tbody> </table>	Salud bucal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre mantienen una buena salud bucal.</li> <li>Casi siempre mantiene una buena salud bucal</li> <li>En algunos de los casos mantiene una buena salud bucal</li> </ul>	47 al 52	de la salud alto: si se obtiene un puntaje de 211 a 280 puntos.	Salud mental y cultura de paz	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre y casi siempre cuentan con una buena salud</li> <li>En algunos casos</li> <li>Como también hay personas que no tiene buena actitud.</li> </ul>	53 al 61		Seguridad vial y cultura de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre respetan la seguridad vial</li> <li>Casi siempre respetan la seguridad vial</li> <li>En algunos casos respetan la seguridad vial</li> </ul>	62 al 70		Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos	Alimentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con una alimentación balanceada siempre</li> <li>Cuentan con una alimentación frecuentemente balanceada</li> <li>No cuentan con una buena alimentación</li> </ul>	1 al 6	<p>3 Estilo de vida saludable: si obtuvo un puntaje de 64 a 100 puntos</p>	Actividad y ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muy pocas veces realizan actividad física</li> <li>Actividad física frecuente</li> <li>No realiza actividad física</li> </ul>	7 al 8	<p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p>	Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su manejo de estrés es frecuente mente manejado</li> <li>Adquieren técnicas adecuadas para manejar el estrés.</li> <li>No cuentan con un manejo de un buen estrés</li> </ul>	9 al 12	<p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p>	Apoyo interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con apoyo interpersonales adecuadas con los demás.</li> <li>En algunas ocasiones cuentan con apoyo interpersonales.</li> <li>Apoyo interpersonal inadecuado.</li> </ul>	13 al 16	
Salud bucal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre mantienen una buena salud bucal.</li> <li>Casi siempre mantiene una buena salud bucal</li> <li>En algunos de los casos mantiene una buena salud bucal</li> </ul>	47 al 52	de la salud alto: si se obtiene un puntaje de 211 a 280 puntos.																																
Salud mental y cultura de paz	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre y casi siempre cuentan con una buena salud</li> <li>En algunos casos</li> <li>Como también hay personas que no tiene buena actitud.</li> </ul>	53 al 61																																	
Seguridad vial y cultura de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siempre respetan la seguridad vial</li> <li>Casi siempre respetan la seguridad vial</li> <li>En algunos casos respetan la seguridad vial</li> </ul>	62 al 70																																	
Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos																																
Alimentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con una alimentación balanceada siempre</li> <li>Cuentan con una alimentación frecuentemente balanceada</li> <li>No cuentan con una buena alimentación</li> </ul>	1 al 6	<p>3 Estilo de vida saludable: si obtuvo un puntaje de 64 a 100 puntos</p>																																
Actividad y ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>Muy pocas veces realizan actividad física</li> <li>Actividad física frecuente</li> <li>No realiza actividad física</li> </ul>	7 al 8	<p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p>																																
Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su manejo de estrés es frecuente mente manejado</li> <li>Adquieren técnicas adecuadas para manejar el estrés.</li> <li>No cuentan con un manejo de un buen estrés</li> </ul>	9 al 12	<p>Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 2,5 a 63 puntos.</p>																																
Apoyo interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuentan con apoyo interpersonales adecuadas con los demás.</li> <li>En algunas ocasiones cuentan con apoyo interpersonales.</li> <li>Apoyo interpersonal inadecuado.</li> </ul>	13 al 16																																	

	<p>de Salud "Los Jardines" – Trujillo, 2022".</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar de qué manera la promoción de la salud se relaciona con la dimensión responsabilidad en salud de los estilos de vida de jóvenes en edad fértil del Centro de Salud "Los Jardines" – Trujillo, 2022".</li> </ul>		<p><b>Autorrealización</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adecuadamente se encuentran satisfecho en las actividades que realiza.</li> <li>- Frecuentemente se encuentra satisfechos.</li> <li>- No se encuentran satisfechos con sus actividades.</li> </ul>	<p>17 al 19</p>	
			<p><b>Responsabilidad en salud</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Participan en actividades que fomenten su salud frecuentemente.</li> <li>- En algunas oportunidades acude para una revisión médica.</li> <li>- Muy pocas son las veces visitan un establecimiento.</li> </ul>	<p>20 al 25</p>	

Anexo 7: Muestra Piloto del Instrumento Promoción de la Salud

SUJETOS	HEMS																													
	Alimentación					Actividad y ejercicio					Manejo del estrés					Apoyo interpersonal					Autorrealización					Responsabilidad en salud				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25					
1	1	3	1	1	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	3	1					
2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3					
3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2					
4	3	3	3	3	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	2	4	4	2	4	3	4	3	3	4	3					
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2					
6	3	2	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3					
7	1	3	1	1	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	3	1					
8	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3					
9	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4					
10	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3					
11	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	1	3	1					
12	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2					
13	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	4	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2					
14	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2					
15	2	3	2	2	3	2	3	4	1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2					
16	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
17	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2					
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
19	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3					
20	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3					
21	2	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	2	3	2					
22	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4					
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3					
24	2	3	2	2	3	2	4	1	3	4	3	1	3	4	3	2	4	4	1	2	3	2	2	3	2					
25	1	3	1	1	3	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	1	1	3	1					
26	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3					
27	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	2	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3					
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3					
29	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					
30	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	3	2	3	2	1	2	1	3	3	3	1	1	3					
31	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2					
32	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	2	4	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3					
33	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3					
34	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4					
35	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	4					

Anexo 8: Confiabilidad del Instrumento Promoción de la Salud

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,927	,927	46

**Estadísticos total-elemento**

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
ITEM25	136,89	253,163	,456	.	,925
ITEM26	136,26	253,844	,420	.	,925
ITEM27	136,34	251,114	,534	.	,924
ITEM28	136,29	264,387	-,021	.	,928
ITEM29	136,91	253,139	,484	.	,925
ITEM30	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM31	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM32	136,60	251,424	,597	.	,924
ITEM33	136,29	264,387	-,021	.	,928
ITEM34	136,91	253,139	,484	.	,925
ITEM35	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM36	136,51	250,257	,527	.	,924
ITEM37	136,40	250,188	,536	.	,924
ITEM38	136,91	253,139	,484	.	,925
ITEM39	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM40	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM41	136,60	251,424	,597	.	,924
ITEM42	136,29	264,387	-,021	.	,928
ITEM43	136,91	253,139	,484	.	,925
ITEM44	136,09	253,198	,555	.	,924
ITEM45	136,51	250,257	,527	.	,924
ITEM46	136,40	250,188	,536	.	,924
ITEM47	136,37	259,005	,370	.	,926
ITEM48	136,29	250,151	,557	.	,924
ITEM49	136,71	252,092	,512	.	,925
ITEM50	136,37	253,652	,338	.	,927
ITEM51	136,80	245,165	,656	.	,923

ITEM52	136,71	253,092	,468	.	,925
ITEM53	136,71	252,092	,512	.	,925
ITEM54	136,37	253,652	,338	.	,927
ITEM55	136,37	253,652	,338	.	,927
ITEM56	136,80	245,165	,656	.	,923
ITEM57	136,71	253,092	,468	.	,925
ITEM58	136,80	245,165	,656	.	,923
ITEM59	136,71	253,092	,468	.	,925
ITEM60	136,40	259,129	,159	.	,928
ITEM61	136,89	253,163	,356	.	,926
ITEM62	136,66	252,703	,426	.	,925
ITEM63	136,51	254,139	,444	.	,925
ITEM64	136,09	254,904	,336	.	,926
ITEM65	136,43	250,193	,547	.	,924
ITEM66	136,37	252,240	,468	.	,925
ITEM67	136,34	251,938	,530	.	,924
ITEM68	136,29	252,798	,472	.	,925
ITEM69	136,51	258,492	,286	.	,926
ITEM70	136,37	259,064	,253	.	,927



Anexo 10: Confiabilidad del Instrumento Estilos de Vida

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	N de elementos
,954	,954	25

**Estadísticos total-elemento**

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
ITEM1	68,77	194,064	,841	.	,951
ITEM2	68,37	206,887	,468	.	,954
ITEM3	68,71	198,798	,717	.	,952
ITEM4	68,71	196,269	,796	.	,951
ITEM5	68,37	206,299	,465	.	,954
ITEM6	68,80	193,635	,852	.	,950
ITEM7	68,37	203,299	,522	.	,954
ITEM8	68,34	201,055	,613	.	,953
ITEM9	68,63	199,829	,587	.	,953
ITEM10	68,66	197,761	,616	.	,953
ITEM11	68,57	203,487	,555	.	,954
ITEM12	68,66	194,761	,685	.	,952
ITEM13	68,63	201,946	,573	.	,953
ITEM14	68,71	196,916	,657	.	,953
ITEM15	68,49	203,022	,590	.	,953
ITEM16	68,74	197,491	,629	.	,953
ITEM17	68,60	192,659	,830	.	,951
ITEM18	68,74	202,138	,588	.	,953
ITEM19	68,63	199,123	,615	.	,953
ITEM20	68,77	194,064	,841	.	,951
ITEM21	68,37	207,240	,448	.	,954
ITEM22	68,80	194,576	,846	.	,951
ITEM23	68,86	193,067	,865	.	,950
ITEM24	68,40	205,247	,470	.	,954
ITEM25	68,94	197,526	,732	.	,952













# Revisión 9-10

## INFORME DE ORIGINALIDAD

20%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

19%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1

Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

9%

2

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

6%

3

repositorio.uct.edu.pe

Fuente de Internet

5%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 2%

Excluir bibliografía

Activo