

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO

BENEDICTO XVI

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE ENFERMERIA



**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO AL
ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO EN
LA ESPERANZA, 2021**

**TESIS PARA OBTENER EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERIA**

AUTORA

Br. Esparza Vidal, Erika Yolanda

ASESORA

Mg. Aguilar Valiente, Jovanny Soledad

<http://orcid.org/0009-0008-9667-892X>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Promoción y prevención de la salud

TRUJILLO-PERÚ

2023

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señora Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud:

Yo, **MG. AGUILAR VALIENTE, JOVANNY SOLEDAD** con DNI N° 33261976, como asesora del trabajo de investigación titulado “**PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO AL ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO EN LA ESPERANZA, 2021**”, desarrollado por la egresada **ESPARZA VIDAL, ERIKA YOLANDA** con DNI 71441243 del Programa de Enfermería; considero que dicho trabajo reúne las condiciones tanto técnicas como científicos, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de titulación de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de trabajos de graduación de la Facultad de Ciencias de la Salud. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Mg. Aguilar Valiente, Jovanny Soledad
ASESORA

AUTORIDADES UNIVERSITARIAS

Exemo 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

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Vicerrectora académica

Dra. Anita Jeanette Campos Marquez

Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta

Vicerrectora de investigación

Dra. Teresa Sofía Reategui Marin

Secretaria general



CONFORMIDAD DE ASESORA

Yo, Mg. Jovanny Soledad Aguilar Valiente, con DNI 33261976 calidad de asesora de la Tesis de Titulación: **PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO AL ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES DE UN INSTITUTO EN LA ESPERANZA, 2021**, presentado por la Br. Esparza Vidal Erika Yolanda con DNI 71441243, informo lo siguiente:

En cumplimiento de las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, en mi calidad de asesora, me permito conceptuar que la tesis reúne los requisitos técnicos, metodológicos y científicos de investigación exigidos por el programa de estudios de enfermería.

Por lo tanto, el presente trabajo de investigación se encuentra en condiciones para su presentación y defensa ante un jurado.

Trujillo, 30 de octubre de 2023

Mg. Aguilar Valiente, Jovanny S.

Asesora

DEDICATORIA

A Dios que ha guiado mi camino, por bendecirme de una manera tan maravillosa, porque sé que está cumpliendo sus propósitos en mí y está conmigo siempre.

A mis padres por sus valores inculcados, ser mi ejemplo de superación y luchar por nuestros sueños. A mi hermano por llegar a alegrarme la vida. Ellos son mi mayor motivo para salir adelante, y así poder compensarles todo lo que han hecho por mí para llegar a ser lo que soy ahora, una buena persona y una exitosa profesional.

A mis familiares, amigas, mi novio y todas las personas que me brindaron palabras de aliento y que de alguna u otra forma me apoyaron y motivaron siempre a seguir adelante, a no rendirme nunca, a luchar por mis sueños y cumplir mis metas propuestas.

ERIKA

AGRADECIMIENTO

Al director y estudiantes del Instituto “Nueva Esperanza”, por recibirme muy amablemente, permitiéndome conocerlos y por brindarme las facilidades para poder realizar este proyecto de investigación.

A mis padres que me brindan cariño, apoyo durante la vida y en este proceso de mi vida y por enseñarme a ser fuerte, a no rendirme y cumplir con lo que me proponga a pesar de los obstáculos que se puedan presentar en la vida.

A mi asesora por su apoyo y ser mi guía principal durante este proceso con su dirección, conocimiento, enseñanza y colaboración, y brindándome palabras de aliento, cuando a veces algo se me hacía confuso, pero aun así con sus orientaciones me permitió desarrollar esta investigación.

ERIKA

ÍNDICE

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD	ii
AUTORIDADES UNIVERSITARIAS	iii
CONFORMIDAD DE ASESORA	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLA.....	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT.....	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA	16
2.1. Enfoque/ Tipo de Investigación	16
2.2. Diseño de la investigación	16
2.3. Población y muestra	16
2.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos:	17
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información:	20
2.6. Aspectos éticos:.....	21
III. RESULTADOS	23
IV. DISCUSIÓN	33
V. CONCLUSIONES	41
VI. RECOMENDACIONES.....	42
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
Anexo 1: instrumentos de recolección de la información	53
Anexo 2: Ficha técnica de los instrumento	57
Anexo 3: Matriz de operacionalización de variables	64
Anexo 4: Carta de presentación	68
Anexo 5: Carta de autorización.....	69
Anexo 6: Consentimiento informado	70
Anexo 7: Asentimiento informado	71
Anexo 8: Matriz de consistencia	72
Anexo 9: Informe de originalidad	74

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1: Nivel de promoción y prevención de la salud en los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.....	23
Tabla 2: Estilo de vida en los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021	24
Tabla 3: Nivel de promoción y prevención de la salud relacionado con estilo de vida en los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021	25
Tabla 4: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión alimentación, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	26
Tabla 5: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión actividad física, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	27
Tabla 6: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión responsabilidad en salud, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	28
Tabla 7: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión salud sexual y reproductiva, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	29
Tabla 8: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión higiene, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	30
Tabla 9: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión salud bucal, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021	31
Tabla 10: Nivel de promoción y prevención de la salud en su dimensión salud emocional, relacionado con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021.	32

RESUMEN

Esta investigación es de tipo cuantitativo, correlacional, de corte transversal, no experimental, se llevó a cabo en un instituto en La Esperanza, 2021, teniendo como finalidad la relación entre la promoción y prevención de la salud con los estilos de vida de los estudiantes de un instituto en La Esperanza, 2021, teniendo como muestra a 103 estudiantes. Los instrumentos empleados fueron cuestionario de Promoción y prevención de la salud y el cuestionario de Estilo de vida, utilizando como técnica la entrevista y observación, luego los datos obtenidos pasaron a ser procesados en la base de datos de Excel, luego fueron exportados al software Pasw Statitc version 18.0, donde se elaboró respectivas tablas y gráficos estadísticos permitiendo su respectivo análisis e interpretación. Además, se empleó la prueba de Chi-cuadrado teniendo en cuenta el valor de significancia: Si $p < 0.05$ para determinar si existe relación entre ambas variables. Los resultados obtenidos indicaron que el 55,3% tiene un nivel medio de promoción y prevención de la salud, el 76,7% tienen un estilo de vida no saludable; así mismo el 75% de los estudiantes tienen un nivel alto de promoción y prevención de la salud con un estilo de vida saludable. Mientras que el 1.3% tiene un nivel bajo de promoción y prevención de la salud con un estilo de vida no saludable. En cuanto a la prueba de Chi cuadrado fue $X^2 = 12.530$ y una significancia $p = 0.002$ ($p < 0.05$). Llegando a la conclusión que existe relación entre las variables estudiadas.

Palabras clave: Estilo de vida, estudiantes, promoción y prevención, salud.

ABSTRACT

This research is of a quantitative, correlational, cross-sectional, non-experimental type, was carried out at an institute in La Esperanza, 2021, aiming at the relationship between the promotion and prevention of health with the lifestyles of the students of an institution in La Esperanza, 2021 taking as a sample 103 students. The tools used were the Health Promotion and Prevention questionnaire and the Lifestyle questionnaire, using interview and observation as a technique, then the data obtained went to be processed in the database of Excel, then were exported to the software Pasw Statitc version18.0, where the respective tables and statistical graphs were produced allowing their respective analysis and interpretation. In addition, the Chi-square test was used taking into account the significance value: If $p < 0.05$ to determine whether there is a relationship between the two variables. The results indicated that 55.3% had an average level of health promotion and prevention, 76.7% had an unhealthy lifestyle; likewise, 75% of the students had a high level of promotion and health prevention with a healthy lifestyle. While 1.3% have a low level of health promotion and prevention with an unhealthy lifestyle. As for the test of Chi square was $X^2 = 12.530$ and a significance $p = 0.002$ ($p < 0.05$). Conclusion that there is a relationship between the variables studied.

Keywords: Lifestyle, students, promotion and prevention, health.