



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DEL TERCER
AÑO SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MELCHORITA SARAVIA
CHINCHA 2019**

**TESIS PARA OPTAR TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTOR

**BACH. MENDOZA REDHEAD JANET MADELEINE
BACH. ROMERO NAVARRETE MELINA**

ASESORA

MG. GAMBOA KAN NANCY

LIMA – PERÚ

2019

Dedicatoria

El presente trabajo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fortaleza en este desarrollo de obtener nuestro anhelo más deseado y a nuestros padres: Carmen Rosa Y Eduardo Jesús, Teófilo y Adelina, por ser los principales promotores de nuestros sueños, por confiar y creer en nuestras expectativas, por los consejos, valores y principios que nos han inculcado. A nuestros hermanas (os) e hija por estar siempre presentes, acompañándonos y por el soporte moral, que nos brindaron a lo largo de esta periodo de nuestras vidas.

Agradecimientos

Agradecemos a la Universidad Interamericana para el Desarrollo UNID ciencias de la salud por acogernos y poder desarrollarnos profesionalmente, a nuestros docentes por haber compartido sus conocimientos a lo extenso de la preparación de nuestra profesión, de manera especial. Agradecemos también a la Dra. Nancy Gamboa Kan tutor de nuestro proyecto de investigación quien ha guiado con su paciencia, y su rectitud como docente. Al Director y los alumnos de la I.E. Melchorita Saravia de Chincha por su valioso aporte para nuestra investigación y todas las personas que nos han brindado su apoyo e hicieron que se realice con éxito este trabajo y aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

Resumen

Uno de los retos en la sociedad actual y componentes claves para que los adolescentes tenga una vida plena son los adecuados estilos de vida si lo llevan adecuadamente evitarán que enfermedades crónicas no transmisibles en un futuro no muy lejano. El presente trabajo de investigación tuvo como Objetivo: Determinar la relación entre los estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de la institución educativa Melchorita Saravia de la provincia de chincha, 2019. Metodología: El tipo de estudio es descriptivo correlacional, prospectivo y transversal. Se realizó con una población de 127 adolescentes del 3er año de secundaria que reunieron los criterios de inclusión y exclusión; se utilizó un instrumento para la primera variable del instrumento fantástico, que explora las dimensiones: biológica, social y psicológica en estilos de vida, para la segunda variable se utilizó la tabla Diagnostico Nutricional de acuerdo a lo estipulado por el instituto nacional de nutrición del Perú. Resultados: Los adolescentes del 3er año de secundaria tiene un estilo de vida en zona de peligro 57% (72) algo bajo 28% (36) y Adecuado 8% (10). De acuerdo a las dimensiones se obtuvo: en la dimensión biológica: algo bajo 42%(53) zona de peligro 34%(43), adecuado 19%(24), buen trabajo 3%(4) y felicitaciones 2%(1). Dimensión Social algo bajo 35%(44) zona de pelgro35%(44), adecuado 18%(23), buen trabajo 11%(14) y felicitaciones 1%(2) y en la dimensión Psicológica se obtuvo que zona de peligro 44%(56) algo bajo 42%(53), adecuado 6.3%(8), buen trabajo 4.7%(6) y felicitaciones 3%(4). Conclusión: Existe relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia. Por lo tanto, se acepta la hipótesis planteada.

Palabras claves: Estilo de vida, estado nutricional y estudiantes del 3er año, enfermería, institución educativa.

Abstract

One of the challenges in today's society and key components for adolescents to have a full life are the proper lifestyles if they lead it properly will prevent chronic non communicable diseases in the not too distant future. The objective of this research work was to determine the relationship between lifestyles and nutritional status in students of the Melchorita Saravia educational institution in the province of Chincha, 2019. Methodology: The type of study is descriptive correlational, prospective and transversal . It was carried out with a population of 112 adolescents from the 3rd year of secondary school who met the inclusion and exclusion criteria; an instrument was used for the first variable of the FANTASTIC instrument, which explores the dimensions: biological, social and psychological in lifestyles, for the second variable the Nutrition Diagnostic table was used according to what was stipulated by the National Institute of Nutrition of Peru. Results: The adolescents of the 3rd year of secondary school have a lifestyle in danger zone 57% (72) somewhat below 28% (36) and Adequate 8% (10). According to the dimensions it was obtained: in the biological dimension: something under 42% (53) danger zone 34% (43), adequate 19% (24), good work 3% (4) and congratulations 2% (1) . Social Dimension somewhat below 35% (44) pelgro zone35% (44), adequate 18% (23), good work 11% (14) and congratulations 1% (2) and in the Psychological dimension it was obtained that danger zone 44 % (56) somewhat below 42% (53), adequate 6.3% (8), good work 4.7% (6) and congratulations 3% (4). Conclusion: There is a significant relationship between lifestyles and nutritional status in high school students of the Melchorita Saravia Educational Institution. Therefore, the hypothesis raised is accepted.

Keywords: Lifestyle, nutritional status and students of the third year, nurse, educational institution.

Índice

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Índice.....	vi
Índice de tablas.....	viii
Índice de figuras.....	ix
Introducción.....	1
Capítulo I: Planteamiento del problema.....	2
Descripción de la realidad	
problemática.....	2
1.1 Formulación del problema.....	5
1.1.1 Problema general.....	5
1.1.2 Problemas específicos.....	5
1.2 Objetivos de la investigación.....	5
1.2.1 Objetivo general.....	5
1.2.2 Objetivos específicos.....	5
1.3 Justificación.....	6
Capítulo II: Fundamentos teóricos.....	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.1.1 Nacionales.....	7
2.1.2 Internacionales.....	8
2.2 Bases teóricas.....	8
2.3 Marco conceptual.....	15
2.4 Hipótesis.....	15
2.4.1 Hipótesis general.....	15
2.4.2 Hipótesis específica.....	15
2.5 Operacionalización de variables.....	16
Capítulo III: Metodología.....	17

3.1 Tipo y nivel de investigación.....	17
3.2 Descripción del método del diseño.....	17
3.3 Poblacion y muestra.....	17
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	18
3.5 Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	19
Capítulo IV: Presentación y análisis de resultados.....	20
4.1 Presentación de de resultados.....	20
4.2 Prueba de hipótesis.....	26
4.3 Discusión de resultados.....	31
Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones.....	35
5.1 Conclusiones.....	35
5.2 Recomendaciones.....	35
Referencias bibliográficas.....	36
Anexos:.....	38
Anexo A: Matriz de consistencia.....	38
Anexo B: Instrumentos.....	39
Anexo C: Data consolidado de resultados.....	42
Anexo D: Cronograma del programa experimental.....	53
Anexo E: Testimonio fotograficos.....	58
Anexo F: Juicio de expertos.....	62

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de las variables e indicadores.....	16
Tabla 2. Porcentaje de datos generales de los alumnos según edad.....	20
Tabla 3. Instrumento cuestionario para estudiantes.....	39
Tabla 4. Porcentaje de la primera variable.....	42
Tabla 5. Porcentaje de la segunda variable.....	49
Tabla 6. Porcentaje de la tabla cruzada de relación de variables.....	53

Índice de figuras

Figura1. Porcentaje del estilo de vida de los estudiantes del 3er año secundaria.....	21
Figura2. Porcentaje según la dimensión biológica en estudiantes del 3er año secundaria.....	22
Figura3. Porcentaje según la dimensión social en estudiantes del 3er año secundaria.....	23
Figura4. Porcentaje según la dimensión psicológica en los estudiantes del 3er año	24
Figura5. Porcentaje del estado nutricional de los estudiantes del 3er año secundaria	57
Figura6. Foto propia del ingreso a la institución educativa Melchorita Saravia.....	58
Figura7. Foto propia de la presentación con la directora de la institución educativa.....	58
Figura8. Foto propia de la entrega de encuestas a los alumnos.....	59
Figura9. Foto propia de la orientación a los alumnos.....	59
Figura10. Foto propia de recojo de las encuestas.....	60
Figura11. Foto propia de la evaluación física de los alumnos.....	60
Figura12. Foto propia de la clausura final de la encuesta	61

Introducción

La adolescencia es considerada como el periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce antes de la edad adulta y después de la niñez, así mismo el comienzo de la pubertad marca el pasaje de la niñez a la adolescencia. La adolescencia es considerada una de las etapas de transición más importante en la vida del ser humano, caracterizado por un acelerado de crecimiento y de cambios, superado sólo por lo que experimentan los lactantes.

Los adolescentes que están en los colegios preparándose para una formación académica adecuada, también es necesario que deba conocer y practicar estilos de vida saludables, debiendo existir estrategias que deben ser fomentadas por el sector salud, educación y por los padres, para así prevenir enfermedades que día a día van en aumento como son las enfermedades no transmisibles (diabetes, enfermedades cardiovasculares, obesidad etc.). Empezar en esta etapa de vida con la prevención favorecerá la etapa de vida adulta.

El presente trabajo tiene el objetivo determinar la relación entre los estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes de la institución educativa Melchorita Saravia de la provincia de chincha, 2019. El propósito del presente estudio está orientado para que la institución educativa pueda conocer la forma de cómo se practica los estilos de vida de los adolescentes del 3er año de secundaria, que aportará para el desarrollo de estrategias y programas de prevención por parte del equipo multidisciplinario del sector salud, la dirección educativa.

Capítulo I

Planteamiento del problema

1.1 Descripción de la realidad problemática:

Según la Organización Mundial de la Salud (2019), menciona que en general se considera que los adolescentes (jóvenes de 10 a 19 años) son un grupo sano. Sin embargo, muchos mueren de forma prematura debido a los que tienen problemas de salud o discapacidades. Asimismo, muchas enfermedades graves de la edad adulta comienzan en la adolescencia. Por ejemplo, el consumo de tabaco, las infecciones de transmisión sexual, entre ellas el VIH, y los malos hábitos alimentarios y de la falta de ejercicio, son causas de enfermedad o muerte prematura en fases posteriores de la vida.

Dentro del Programa de Salud Integral del Adolescente propuesto por la Organización Panamericana de la Salud (2018), la familia es considerada como uno de los importantes enfoques integradores que debe aplicarse como estrategia de abordaje, La salud y el desarrollo de los adolescentes son temas que han adquirido gran importancia, especialmente si se trata de abordar problemas tales como la sexualidad desprotegida, embarazos no deseados, uso de alcohol y drogas, accidentes, violencia, problemas nutricionales, etc. Estos problemas de salud derivan de conductas o estilos de vida de los propios jóvenes, tienen factores de riesgo comunes y están interrelacionados en términos de causa efecto.

La Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2017), refiere que en Argentina la salud es considerada un derecho humano y social, y los determinantes sociales como las condiciones de vida, los riesgos ambientales, y los estilos de vida- que pueden afectar La incidencia de adolescentes con sobrepeso y obesidad crece en un 80% (en 2012, el 28,6% de los adolescentes de 13 a 15 años tenía sobrepeso), como así también el sedentarismo (sólo el 16,7% realiza la actividad física adecuada de manera continua). No se debería señalar la culpa del problema sobre los adolescentes, ya que la evidencia científica señala que la obesidad es el resultado del llamado “ambiente Obeso génico”. Esto significa que los adolescentes viven en un entorno que promueve y apoya la obesidad a través de factores

físicos, económicos, legislativos y socioculturales. En 2016, se demostró que los chicos de bajo nivel socioeconómico tienen un 31% más de posibilidades de tener sobrepeso que los chicos de alto nivel socioeconómico.

A nivel latinoamericano según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y la Organización Panamericana de la Salud en el 2017, indica que la obesidad y el sobrepeso ha crecido en América Latina y el Caribe, con mayor énfasis en mujeres y una predisposición mayor en niños y niñas. Siendo el 7% de niños menores de 5 años que viven con sobrepeso, con un total de 4 millones de niños, 3 millones en Sudamérica, 1 millón en Centroamérica y 200 000 en el Caribe.

Según la encuesta de Encuesta Nacional de Salud y Nutrición realizado en México en el 2016, señala que la población de 5 a 11 años tienen un 33% de sobrepeso, siendo las niñas con mayor porcentaje de sobrepeso con 21%, y los niños con 16%, siendo los factores atribuibles tiempo dedicado frente a las pantallas, consumo de frituras, postres, con respecto a la actividad física los niños son más activos que las niñas con un porcentaje 22%, niñas 13%, los niños que pasan 2 horas o menos/ día frente a la pantalla 21%, niñas 25%, en relación a la alimentación en ambos sexos un 27 % consume verduras, 46% frutas, 82% consume bebidas azucaradas, 62 % postres, 53% cereales dulces.

Por otro lado, un estudio realizado en Ecuador en el (2015), en relación a los factores asociados a la obesidad y sobrepeso en los niños de 6 a 12 años, revela que la totalidad de niños con sobrepeso y obesidad es de 14%, apareciendo como factores principales: el sedentarismo, donde el 48% de la población dedica más de 4 horas a ver televisión, 61% no realiza actividad física, así mismo los hábitos alimenticios inadecuados basadas en hidratos de carbono.

La Organización Panamericana de la Salud revela que el Perú está ocupando el octavo lugar a nivel mundial con respecto a sobrepeso y obesidad infantil seguido de Chile y México. Los más afectados son los niños de la edad de 6 a 9 años. Asimismo la Asociación Peruana

de Estudio de la Obesidad y Aterosclerosis (APOA) manifiesta que el sobrepeso y obesidad ha aumentado de 3% a 19%, en niños y adolescentes.

En el Perú de acuerdo a los datos oficiales del Ministerio de Salud, tanto el sobrepeso como la obesidad han aumentado significativamente en los últimos años. En personas mayores de 15 años, por ejemplo, el sobrepeso aumentó de 33,8% en el 2016 a 35,5% en el 2019

Por otro lado un estudio realizado en Lima en el año 2016 acerca de la evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares, revela que los niños de 6 a 9 años tienen sobrepeso (22%) obesidad (24%) encontrándose como factores el patrón de sedentarismo y el consumo de alimentos con mayor contenido de azúcar, sal y/o grasas, así mismo consumen 2 o más veces por semana galletas saladas ,jugos envasados y/o gaseosas (40%) y son sedentarios (28%) escolares.

Según Dirección Regional de Salud (DIRESA) en el año 2017 revela que en el departamento de Ica existe un 9 % de sobrepeso en escolares, producido por estilos de vida poco saludables, como la inactividad física, alimentación inadecuada, estos factores han contribuido la presencia de obesidad y sobrepeso en los iqueños, por lo que está provocando enfermedades no trasmisibles en temprana edad, como diabetes, problemas cardiovasculares, hipertensión, y otras.

Así mismo un estudio realizado en la Provincia de chincha en el año 2016 acerca de los Factores frecuentes al Sobrepeso y Obesidad en niños de 4 - 7 años de edad en el Hospital San José, revela el 8% de niños presentan sobrepeso, 35% presentan obesidad, donde se refleja como principal factor: antecedentes familiares, 15% de madres tienen antecedentes de ser obesas, el 18% de los niños tienen padres obesos.

Durante las visitas realizadas a familiares a la ciudad de chincha visitamos a los Centros Educativos, observando que los hábitos alimenticios en los estudiantes es una preocupación en la salud en su estado físico por el consumo de exceso de calorías que son provenientes de alimentos que se venden en los quioscos escolares, como hamburguesas, Snack(papitas, chizitos, piqueo, cuates), como su obesidad que presentan los estudiantes, que son inicios a

enfermedades tales como, diabetes, presión arterial, colesterol entre otros, por la poca realización de ejercicios diarios.

La preocupación a la mala alimentación que presentan los estudiantes en los Centros Educativos en la Provincia de Chíncha, es un problema que perjudica a la familia en el estilo de vida.

En la actualidad es una costumbre la mala alimentación que presentan los estudiantes, el siguiente proyecto de investigación es buscar la relación entre los estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes del 3er año de Secundaria de la Institución Educativa “Melchorita Saravia”.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General

- ¿Qué relación existe entre los estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes del 3er año de Secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Qué relación existe entre los estilos de vida en la dimensión biológica con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019?
- ¿Qué relación existe entre los estilos de vida en la dimensión social con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019?
- ¿Qué relación existe entre los estilos de vida en la dimensión psicológica con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

- Determinar la relación entre los estilos de vida con el estado nutricional en estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia

Chincha 2019

1.3.2 Objetivos Específicos

- Identificar la relación entre los estilos de vida en la dimensión biológica con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chincha 2019
- Identificar la relación entre los estilos de vida en la dimensión social con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chincha 2019.
- Identificar la relación entre los estilos de vida en la dimensión psicológica con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chincha 2019.

1.4 Justificación

El estilos de vida que se presentan en los adolescentes en la actualidad se han modificados descontroladamente y se siguen modificando por la presencia y el consumo constante de los productos industrializados y su facilidad de adquirir por parte de los estudiantes que se encuentran en los quiosco escolares a consecuencia, se reportan problemas de sobrepeso y obesidad debido a una inadecuada alimentación y deficiente práctica de la actividad física en los escolares, a pesar que la Provincia de Chincha, es uno de las ciudades con más índice de población, ahora el sobrepeso que presentan los estudiantes viene siendo alarmante.

La finalidad de la tesis de investigación a realizar servirá como referente, para implementar estrategias que mejoren los estilos de vida de los estudiantes de la institución educativa “Melchorita Saravia” y estos sean fortalecidos en mejorar su estilo de vida.

Así mismo esta investigación contribuirá a plantear programas y actividades en busca de la salud de los escolares que sean orientados a tratamiento a los problemas encontrados.

Capítulo II

Fundamentos teóricos

2.1 Antecedentes

2.1.1 Nacionales

Castro. (2018) en Perú refirió “determinar la frecuencia y factores de riesgo del sobrepeso y la obesidad en escolares de la I.E. 0152 José Carlos Mariátegui”. material y método: la muestra fue de 146 escolares y madres, se utilizó como instrumento el cuestionario para la variable factores de riesgo aplicado a las madres y para la variable frecuencia se utilizó un formulario. Resultados: el 25% tienen sobrepeso, 12% obesidad. Como principales factores se obtuvo el factor biológico: 48% antecedentes familiares con sobrepeso, 141% ablactancia materna. Factor conductual: 36% de escolares no practican deporte, 70% dedica de 1 a 2 horas ver tv. 54% consumen comida rápida más de dos veces por semana. Conclusiones: existen pocos escolares con obesidad y sobrepeso. En relación a los factores pre disponente del sobrepeso, se encuentra con mayor porcentaje el factor conductual, mostrando disminución de actividad física, mayor tiempo dedicado a los videojuegos y tv, y aumento de comidas rápidas.

Aymar. (2017) en Perú refirió “relación entre el estado nutricional con hábitos alimenticios y actividad física en escolares de 8 a 11 años I.E.E. san José de artesanos”. Material y método: la muestra estuvo conformada por 104 escolares. se utilizó como técnica la entrevista, y cuestionario como instrumento. resultados: no tienen hábitos alimenticios saludables (58%), dentro del grupo femenino el 66% tiene hábitos alimenticios no saludables; asimismo, son los hombres que mantienen hábitos alimenticios sanos con un 67%, presentan sedentarismo (56%), solo el 46% son activos, siendo sedentarios (61%) hombres y del total de mujeres el 53% se mantienen activas. conclusiones: los hábitos alimenticios y la actividad física esta estadísticamente asociado al estado nutricional en escolares de 8 a 11 años, de dicha institución.

Donayre. (2016) en Perú refirió “publicidad televisiva alimentaria asociada al consumo de alimentos no saludables y sus motivos en escolares de nivel primario de una institución

educativa privada en el distrito de los olivos”. material y método: se utilizó dos encuestas aprobados por jueces expertos y cuestionario como instrumento, con una muestra de 90 estudiantes tanto hombres como mujeres que concurren a clases y tuvieron consentimiento informado por sus padres. se aplicó la encuesta como técnica y resultados: veían tv, diariamente, de una a más horas al día, siendo los más vistos los programas juveniles, las bebidas azucaradas fueron los alimentos más publicitados (78%), seguido de los dulces (galletas, chocolates, snacks) en un 60%, el motivo de consumo fue 90% por “antojo/gusto”, 61% “me invitaron”, 44% “ lo vio en programa tv, 10% “ esta de promoción”. Conclusiones: el consumo de alimentos no saludables está asociado a la publicidad alimentaria en los escolares de la i.e.

Macavilca. (2015) en el Perú refirió. Funcionamiento familiar y estilos de vida en el adolescente en lima, Perú con el objetivo de identificar el funcionamiento familiar y los estilos de vida en adolescentes. Se aplicó un formulario sobre el funcionamiento familiar faces iii de olson y estilos de vida a una muestra de 43 adolescentes seleccionada por muestreo probabilístico aleatorio. los resultados fueron en cuanto estilos de vida el 60% tiene estilo de vida saludable y el 40% tiene estilos de vida no saludable, en la dimensión biológica 58% presentaron estilos de vida saludable y 42% no saludable, en la dimensión psicológica 65% como saludable y 35% no saludable y en la dimensión social 56%

Cangana. (2014) en Perú refirió. Estilos de vida y conductas de riesgo para desarrollar la anorexia nerviosa en adolescentes en lima, Perú con el objetivo de identificar los estilos de vida y las conductas de riesgo para tener anorexia nerviosa. Se usó un cuestionario para hallar los estilos de vida a una muestra de 60 estudiantes. en los resultados se encontró estilo de vida no saludable en 52% y saludable 48% en la dimensión biológica 56% se identificó no saludable y no saludable 44%, en la dimensión social un 59% se identificó no saludable y 41% saludable .la conducta de riesgo para desarrollar anorexia nerviosa en los adolescentes se encuentra ausente en el 54% pero en el aspecto no saludable y un 44% se encontró saludable psicoemocional, están presentes en el 44% de los casos en el aspecto sociocultural, en el 32% por lo que, a pesar de no ser la mayoría implica prestar atención a este grupo en esta etapa de la vida.

2.1.2 internacionales

Reyes, García, Gutiérrez, Galeana. (2016) en México refirió “prevalencia de sobrepeso y obesidad, conocer los hábitos alimenticios y de actividad física en niños escolares de 5 a 11 años de edad en el hospital de especialidades médicas” estudio clínico-epidemiológico, observacional, descriptivo y transversal, se contó con una población de 122 niños, evaluándose a niños de 5 -11 años, aplicándose como técnica la encuesta y el instrumento el cuestionario sobre hábitos alimenticios y actividad física. Resultados: la prevalencia total de obesidad y sobrepeso fue de 37,8%. El 68.9% consume alimentos “chatarra” menos de dos veces por semana; 1,6% ingiere comida rápida más de tres veces por semana; 47,5% consume bebidas azucaradas menos de dos veces a la semana y la mayoría de los niños tiene un horario establecido para jugar o practicar alguna actividad física tres o más veces por semana. Conclusiones: la prevalencia de obesidad y sobrepeso en niños en edad escolar se incrementó significativamente en los últimos años, como consecuencia de los malos hábitos alimenticios y de actividad física.

Vélez y Betancourt. (2015) en Colombia refirió “estilos de vida en adolescentes escolarizados” la población del estudio 812 alumnos de instituciones públicas y privadas. Que valora 10 dimensiones de los estilos de vida; asociarse, entrenamiento físico, alimentación, bebida alcohólica, descanso, ansiedad, carácter, temperamento y eficacia, perfil y aspecto, vigilancia de la salud, sexualidad y orden. Resultados: la media de la edad fue 12,5 años \pm 1,16 años, y el 41,6 % de la población estudiada fue de sexo femenino. En las dimensiones analizadas la media más alta se registró el perfil y aspecto y vigilancia 5,67 \pm 1,36 y la más baja en asociatividad y entrenamiento físico 2,26 \pm 1,2. Conclusiones: los estilos de vida en los adolescentes estudiados se valoran como

Adecuados. Existe la necesidad de un trabajo integral sobre factores protectores más que de riesgo, en las etapas tempranas, sobre todo la afectividad como una dimensión soslayada en el campo de la salud adolescente.

Ferrel, Ortiz, forero, Herrera, Peña. 2014 en Colombia refirió. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a los adolescentes escolarizados en santa Martha el estilo de vida se puede determinar como una forma de vivir, donde se relacionan condiciones de

vida y los modelos de comportamientos propios, definido a su vez por las causas sociales que lo rodean y las características personales, la cual supedita su relación con el ambiente, los vínculos interpersonales y la salud. El presente estudio buscó describir el estilo de vida de adolescentes escolarizados de población vulnerable, de grado 9° y 10° de una institución pública de educación secundaria de la comuna 1, del distrito de santa marta. La metodología utilizada fue cuantitativa de tipo descriptiva, con diseño transversal. la muestra estuvo conformada por 93 estudiantes entre 13-18 años de edad, al cual se les aplicó el cuestionario fantástico para estilos de vida saludables, validado en Colombia. Como resultado se encontró que el 60% de los adolescentes presentan estilos de vida dentro de la “zona de peligro” (presencia de conductas no saludables de riesgo), y el otro en 40% se ubicó en el nivel “algo bajo” en conductas saludables.

Con el objetivo de describir los estilos de vida de los jóvenes escolarizados. El cuestionario que se les entregó fue el fantástico a una población de 93 escolares con edades de 13 y 18 años. Como resultado se observaron que el 60% de los jóvenes tenían vida saludable dentro de la “zona de peligro” y el otro 40% estuvo en el nivel “algo bajo” en conductas saludables.

2.2 Bases teóricas

ESTILO DE VIDA: La organización mundial de la salud (2018) menciona que estilo de vida una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinado por factores socioculturales y características personales.

Pendersen (2007) refiere el estilo de vida “Manifestaciones de dimensiones colectiva y social, determinadas y modelados a su vez por el contexto social, económico y cultural”.

La forma de vivir es una definición que se ha usado de manera universal, en el que se entiende el estilo o hábitos de vivir, estar presente, manifestado en los diferentes aspectos de la conducta, implícitamente en los hábitos y estilos.

Salud y estilo de vida en la adolescencia. La salud ha mejorado y obtenido una

particularidad interdisciplinaria diferentes aportaciones, no solo por parte del sector de salud. Uno de los primeros conceptos hallados es de la OMS en 1946, como un estado de completo comodidad físico - mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad.

Shepard (2006) define la salud: una condición humana con una dimensión física, social y psicológica, caracterizada por poseer un polo positivo y negativo. La salud positiva se asocia con una capacidad de disfrutar de la vida y resistir desafíos; no está meramente asociada a la ausencia de enfermedad. La salud negativa se asocia a la morbilidad y, en extremo, con la mortalidad prematura.

Tipos de estilo de vida

a. Estilo de vida saludable: Son conductas que llevamos en la vida diaria para cubrir nuestras necesidades, siendo consciente de mantener en equilibrio cuerpo y mente para llevar una adecuada salud, como consumir una alimentación variada, tener autoestima, tener una revisión periódica por medicina al menos una vez al año como prevención de enfermedades, tener objetivos en la vida, realizar actividad física al menos tres veces por semana y manejo de estrés.

b. Estilo de vida no saludable: Son las acciones o comportamientos que tiene los individuos en contra de su propia salud y de su mejoría de calidad de vida. No llevar un estilo de vida saludable es lo que provoca en el individuo una declinación de su salud en lo físico, biológico, psicológico y social, afectando su bienestar personal.

Dimensiones de los estilos de vida

El estilo de vida es de acuerdo a las conductas y costumbres de vivir de cada individuo en cualquiera de sus dimensiones; biológica, psicológica y social.

a) Dimensiones biológica: Esta dimensión es donde el individuo se basa en satisfacer sus necesidades básicas como: nutrición, actividad física, descanso y sueño.

Nutrición: La adolescencia es una fase de evolución rápido, con cambios físicos y anatómicos, por eso se le atribuye una etapa de riesgo, por lo tanto, resulta esencial evaluar la parte nutricional ya que en esta edad surgen muchas preocupaciones por la imagen corporal lo que lleva a tener alteraciones alimentarias como la bulimia y anorexia para así

identificar los problemas con mayor frecuencia en esta población. Se requiere de una determinada cantidad de ingesta de energía y nutrientes adecuados para que no se vea afectado el desarrollo, es de mucha importancia que seleccionen alimentos saludables, con fuente de proteínas, vitaminas y minerales, así como también frutas y verduras y la ingesta de agua de 1 a 1.5 litros al día, se observan muchos problemas a esta edad como el sobrepeso, anorexia y bulimia debido a la presión social que ejercen sobre los jóvenes.

Actividad física: Shepard, Gonzales, Navarro en (1994) menciona que la actividad física se enlaza con la definición de salud y calidad de vida, como táctica segura que permite elevar la autoestima; fortalecer las capacidades motrices necesarias para la vida cotidiana, entre ellas la flexibilidad, fuerza, equilibrio, velocidad, resistencia, entre otras; se le atribuye el logro de los aprendizajes; fortalece el sistema inmunológico y por ende, aporta a la disminución de la prevalencia de enfermedades no transmisibles como: sobrepeso, diabetes, dislipidemia y ACV .

Los adolescentes durante la etapa escolar realizan poca actividad física ya que tiene el curso de educación física una vez por semana en el colegio, al llegar a sus casas se dedican a realizar tareas escolares, ver televisión, uso de celulares y videojuegos, esto hace que lleven una vida sedentaria en la actualidad que, traerán posibles problemas de salud posteriormente. En los adolescentes ya se evidencian dificultades como la resistencia a la insulina y riesgos de adquirir enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2. Los factores que causan los cambios en los estilos de vida debido a la mala nutrición y sedentarismo debido a la imponente tecnología de la actualidad, están cada vez más presentes y con una tendencia a incrementarse en el futuro, lo cual hace que la obesidad sea adversa en un futuro. Es por eso la importancia de fomentar una alimentación balanceada y fomentar la actividad física, al menos de 30 minutos al día para estar en un adecuado estado físico.

Sueño: Maslow, citado por Sánchez (2014) refiere que el sueño es una necesidad biológica en las personas. Es un proceso común en todas las personas. Actualmente no existe alguna definición científica sobre el sueño. Las horas de sueño dependen de la edad de cada persona, en los adolescentes deben de ser aproximadamente de 9 horas, es necesario que no sean interrumpidas ya que traen consecuencias, debido a las diferentes actividades que realizan, como el estudio, actividades recreativas durante el día y estas se verán afectadas

si no tienen un adecuado descanso, trayendo inestabilidad en el comportamiento, déficit de atención, irritabilidad y apatía y esto se evidenciara en las relaciones con amigos y familiares.

b) Dimensión social: En esta dimensión se refiere al vínculo que tiene la persona con su entorno, familia y amigos, consumición de sustancias toxicas como: cigarrillo, bebidas alcohólicas y control de la salud.

Familia, amigos: Iglesias Diz. (2016) Menciona La familia cumple funciones fundamentales en la sociedad. Tiene grandes repercusiones en cuanto a las normas y conductas que se siguen en la comunidad. A través de ella la sociedad no sólo se dota de sus miembros, si no que los capacita para que respeten satisfactoriamente el rol social que les debe corresponder. La familia es la fuente primaria para la formación de los valores y costumbres de una generación a otra.

La familia es de mucha importancia debido a que los valores se fomentan desde niños en casa y escuela inculcando de esta manera personas de bien para la sociedad. Los amigos durante esta etapa cumplen también un papel muy importante ya que muchas veces formarán parte de la personalidad del adolescente quien pasará más tiempo con los amigos que con la propia familia, comienzan a socializar, reuniones y grupos de estudio.

Tabaco: El consumo de tabaco es causa de varios tipos de cáncer, siendo un factor prevenible, a pesar de los esfuerzos por el no consumo de tabaco aún las cifras son altas debido al consumo de esta. El 3.9% de los niños entre 8 y 10 años fumaron alguna vez, el 3.6% menores de 15 años están fumando. El 9% de los fumadores comenzó a fumar antes que cumplieran los 20 años y existen más hombres que mujeres fumando, 17 y 15% respectivamente. El consumo de tabaco trae graves consecuencias como la adicción a la nicotina, enfermedades cardiovasculares, respiratorias y cáncer, cada año mueren millones de personas debido a que no toman consciencia sobre los problemas que conduce su consumo, trayendo problemas de salud en edades posteriores.

Alcohol y otras drogas: Según un informe publicado por la OMS, en el (2016) fallecieron más de tres millones de personas a consecuencia de la ingesta excesiva de alcohol, lo que significa 1 de cada 20 muertes. Se evidencia mayormente muertes por esta causa en hombres, más del 75%, el consumo dañino de alcohol causa más del 5% de la carga

mundial de mortalidad. El consumo excesivo de alcohol trae graves consecuencias como accidentes automovilísticos, daño hepático, suicidios, alteraciones en el comportamiento, los adolescentes consumen alcohol ya que alrededor de ellos está la familia y amigos, que lo hacen en reuniones y lo asocian a la diversión, estos adolescentes, al consumir alcohol, lo hacen para integrarse, para pertenecer al grupo ya que de esta manera también suelen olvidarse de sus problemas.

Control de la salud, conducta sexual: Durante la adolescencia es el despertar del interés hacia el sexo opuesto, se preocupan por su imagen corporal, comienzan las relaciones íntimas y como consecuencia es que se surjan los embarazos no deseados en adolescentes y enfermedades de transmisión sexual, que cada vez son a más temprana edad. Se halló que el 11% de mujeres y 6% de hombres con edades menores de los 15 años refieren haber tenido relaciones sexuales, siendo esta proporción mayor en América Latina y el Caribe con el 22% trayendo como consecuencias embarazos a temprana edad, destacando que el 25% de personas está en la adolescencia.

c) Dimensión psicológica: En esta dimensión se explora la interioridad del ser humano, su capacidad para el afrontamiento del trabajo, tipo de personalidad, introspección y otras conductas.

Tipo de personalidad: Gonçalves - de Freitas (2011) menciona que la personalidad en el adolescente es definida como el conjunto de emociones y motivaciones que definirán su comportamiento y asentarán la forma en que dirija su vida. En la adolescencia es donde los jóvenes buscan su identidad, donde ya forman un tipo de personalidad, es donde sientan sus hábitos, ya sean estos malos, como una mala alimentación, sedentarismo, consumo de alcohol y tabaco, así como también buenos hábitos como practicar algún deporte, tener una alimentación balanceada y tener salud mental.

Introspección: Brown (1988) Se refiere al análisis que la persona hace de su propio mundo interior, de sí mismo, de sus conocimientos, emociones, motivaciones, comportamiento y conductas. En la adolescencia es donde buscan una identidad, se

asientan los valores, creencias y tipo de personalidad en ellos, esta inclinación será afectada debido al entorno como la familia, amigos y colegio en donde se desarrolla el adolescente, también debido a las experiencias y convivencias que surjan en este período se obtendrá una conducta y estilos de vida que el adolescente tendrá durante su vida adulta.

Estrés: Gonzales (2009) refiere que la adolescencia es un periodo de mucho estrés, surgen modificaciones biológicos, sociales y psicológicos recaen sobre el adolescente en esta etapa de desarrollo, cambios hormonales, interés hacia el sexo opuesto, independencia con los padres, nuevos amigos, también presiones de grupo por hacer determinadas cosas y surgen nuevas expectativas sociales y culturales.

Teoría de Enfermería: Nola Pender “Modelo de Promoción de la Salud”

Nola Pender enfermera (2000-2011), creó el Modelo de Promoción de la Salud (MPS) manifestó que el deseo de llegar a lograr el bienestar y potencial humano se realizará gracias a la motivación que la persona ponga para llegar a este logro. El MPS se fundamenta en tres teorías de cambio de conducta en los adolescentes: Acción Razonada: Se basa en que depende de la intencionalidad que tenga el adolescente en lograr un cambio en su estilo de vida. Acción Planteada: A parte de la intención, está el manejo y la seguridad que tiene el adolescente hacia determinadas conductas. Teoría Social- Cognitiva: La confianza que tenga el adolescente será determinante para alcanzar con éxito una determinada actividad. Las actitudes y personalidad intervienen de forma contundente en la conducta de los adolescentes ya sea por experiencias vividas, costumbres, factores cognitivos y factores psicológicos esto hará que de acuerdo a estas conductas se lleve un determinado estilo de vida. La intencionalidad tiene mucha importancia para poder alcanzar alguna meta u objetivo en la vida.

2.3 Marco Conceptual

Estilos de Vida: La organización mundial de la salud en el (2018), indica que “los estilos de vida son un conjunto de conductas que el individuo pone en práctica de acuerdo a sus experiencias vividas, son influenciadas por el ambiente en donde se desarrolla y del cual adopta costumbres. Además, la Organización Mundial de la salud recomendó que las prácticas de estilos adecuados sean practicadas de forma continua en todos los grupos

etarios con la finalidad de mantener la salud y evitar la presencia de enfermedades o discapacidades en la ancianidad”.

Estado Nutricional: La organización mundial de la salud (2017) indica que el “El estado nutricional es la situación donde salud y bienestar que determina la nutrición en una persona. Un estado nutricional optimo se adquiere cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos”.

2.4 Hipótesis

2.4.1 Hipótesis General

- Existe relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.

2.4.2 Hipótesis Específica

- Existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión biológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.
- Existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión social y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.
- Existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión psicológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.

Tabla 1**2.5 Operacionalización de la Variables e indicadores**

Variable	Dimensión	Indicadores
Independiente ESTILO DE VIDA	BIOLÓGICA	- Nutrición. - Actividad física. - Sueño.
	SOCIAL	- Familia y amigos. - Tabaco. - Alcohol y otras drogas. - Control de la Salud.
	PSICOLÓGICA	- Trabajo, tipo de personalidad. - Introspección. - Estrés.
Dependiente ESTADO NUTRICIONAL	FÍSICO	PESO TALLA PESO / TALLA IMC

Descripción: Operacionalización de las variables **Fuente:** propia

Capítulo III

Metodología

3.1. Tipo y nivel de investigación:

La investigación es de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de alcance descriptivo, de corte transversal

3.2. Descripción del método y diseño

El presente proyecto de investigación presentará un enfoque cuantitativo

Hernández, Fernández y Baptista (2014) afirman que “el enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías”

El diseño será de tipo no experimental, porque no hay manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observarán los fenómenos en su ambiente para después analizarlos, no se realizarán experimento alguno; es de corte transversal ya que recolecta los datos en un solo momento, en un tiempo único y alcance correlacional cuya finalidad es conocer la relación entre las variables

3.3. Población y muestra:

Población: 189

$$n = \frac{N \times Z^2 \times P \times Q}{E^2 \times (N - 1) + (z^2 \times P \times Q)}$$

$$n = \frac{189 \times (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}{0.05 \times (189 - 1) + ((1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5)}$$

$$n = \frac{189 \times 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}{0.0025 \times 188 + (3.8416 \times 0.5 \times 0.5)}$$

$$n = \frac{726.0624 \times 0.25}{0.47 + 0.9604}$$

$$n = \underline{181.5156}$$

1.4304
 n= 126.898489
 n= 127 muestra

La población estará conformada por 189 alumnos de Secundaria.

La muestra obtenida será de 127 alumnos de secundaria.

Para la selección de la muestra se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión y

N= 189

n= 127

La población estará conformada por 189 alumnos de Secundaria.

La muestra obtenida será de 127 alumnos de secundaria.

Para la selección de la muestra se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Alumnos que estudian en la I.E. Melchorita Saravia
- Alumnos con edades desde los 10 hasta 19 años de edad.
- Alumnos que acepten participar de manera voluntaria en el estudio

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos:

Se aplicó el cuestionario fantástico propuesta chilena validada por el Consejo Nacional para la Promoción de la Salud, vida Chile en el 2006. El cuestionario fue creado en el Departamento de Medicina Familiar de la Universidad Mc Master de Hamilton, Ontario-Canadá en 1984 por Wilson et al. Con el objetivo de medir los estilos de vida en una población particular, ha sido adaptado y evaluado en Chile, Venezuela, Colombia, Cuba y Perú. El instrumento se caracteriza por ser una herramienta breve y sencilla, cuenta con 30 ítems que explora la dimensión biológica, social y psicológica.

. El cuestionario consta con tres opciones de respuesta con valores de 0 a 2 para cada dominio y se califican por medio de una escala tipo Likert, con una cualificación de 0 a

120 puntos, se hace la sumatoria de todos los resultados de las columnas y se multiplica al final por dos. Se miden cinco niveles de comportamiento para estilos de vida.

El instrumento se divide en tres dimensiones de estilos

1. Enfocados a la dimensión biológica: (9 ítems) 2. Enfocados a la dimensión social (12 ítems) 3. Enfocados a la dimensión psicológica (10 ítems)

Las preguntas referidas:

Enfocado en lo biológico 4, 5, 6, 7, 8, 9, 16,17 y 18; enfocados en lo social 1, 2, 3,10, 11, 12, 13, 14, 15, 25, 26 y 27; enfocados en lo psicológico 19, 20, 21, 22, 23, 24, 28, 29 y 30.

Encuesta: se define como una técnica de detectar información a muchas personas para reunir datos importantes a un tema en particular.

3.5. Técnica de procesamiento y análisis de los datos:

Una vez obtenido la información los datos fueron ingresados a una base de datos mediante el uso de un libro de códigos. El análisis se procesará mediante el programa Microsoft Excel o el programa estadístico SPS versión 25. Y cuadrados chí de Pearson.

Se calculará la frecuencia absoluta, para cada una de las variables. Los resultados se presentarán en tablas y gráficos según los objetivos de estudio.

Se procedió a la interpretación de las tablas y gráficos estadísticos que fueron analizados en base a los objetivos formulados y la base teórica correspondiente.

Capítulo IV

Presentación y análisis de resultados

4.1. Presentación de resultados

TABLA 2. VARIABLE ESTADO NUTRICIONAL

DATOS GENERALES DE LOS ALUMNOS DE SECUNDARIA			
DATOS	CATEGORIA	N°	%
EDAD	14 AÑOS	51	40
	15 AÑOS	76	60
GÉNERO	FEMENINO	68	54
	MASCULINO	59	46
CONVIVENCIA	PADRES	69	54
	MAMÁ	46	36
	PAPÁ	12	10
NÚMERO DE	0	6	5
HERMANOS	1	30	24
	2	20	16
	3	30	24
	4	25	19
	5	7	5
	6	9	7

Descripción: De los adolescentes encuestados tienen la mayoría la edad de 15 años 60% (76), en cuanto al sexo femenino 54% (68), viven con sus padres el 54% (69) y número de hermanos 24% (1).

Fuente: SPSS versión 25.

ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. MELCHORITA SARAVIA		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		4	3
Buen trabajo		5	4
Adecuado		10	8
Algo bajo		36	28
Zona de peligro		72	57
Total		127	100

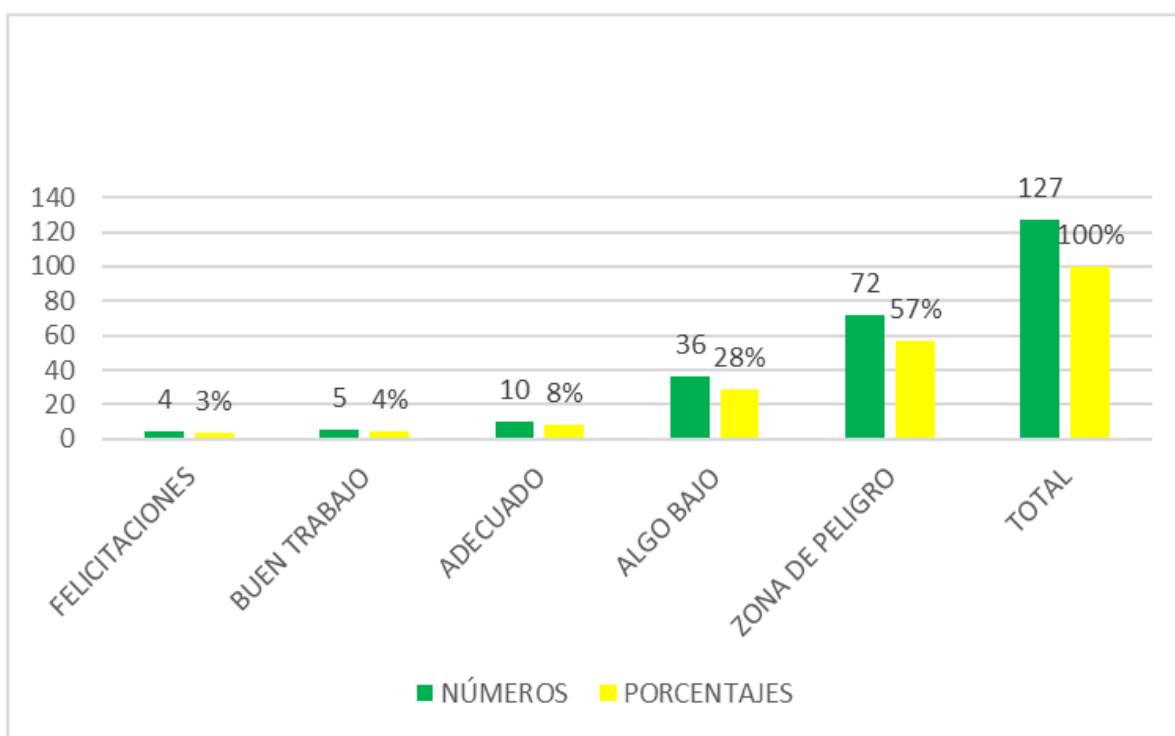


Figura 1 Título: Estilo de vida en estudiantes del 3er año de secundaria de la I. E Melchorita Saravia
Descripción: Los adolescentes del 3er año de secundaria tienen estilo de vida, el 57% (72) está en zona de peligro, el 28% (36) es Algo bajo y el 8% (10) es adecuado. En cuanto al buen trabajo obtuvo 4% (5), el 3% (4) tuvo felicitaciones. **Fuente:** SPSS versión 25

DIMENSION BIOLÓGICA	NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones	3	2
Buen trabajo	4	3
Adecuado	24	19
Algo bajo	53	42
Zona de peligro	43	34
Total	127	100

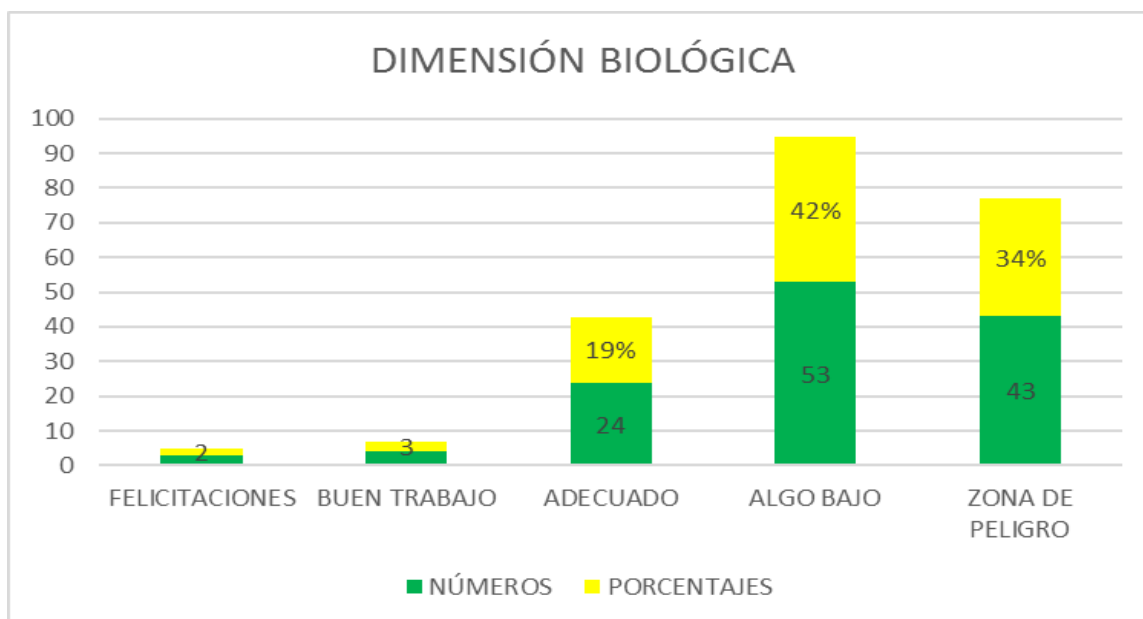


Figura 2 Título: Estilo de vida en la dimensión biológica que tienen los estudiantes del 3er años de secundaria de la I. E Melchorita Saravia. **Descripción:** Los adolescentes del 3er año de secundaria tienen estilo de vida según la dimensión biológica el 42% (53) es Algo bajo, el 34% (43) Zona de peligro, el 19% (24) es Adecuado, el 3% (4) están en Buen trabajo y el 2% (1) está en Felicitaciones. **Fuente:** SPSS versión 25.

DIMENSIÓN SOCIAL	NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones	2	1
Buen trabajo	14	11
Adecuado	23	18
Algo bajo	44	35
Zona de peligro	44	35
Total	127	100

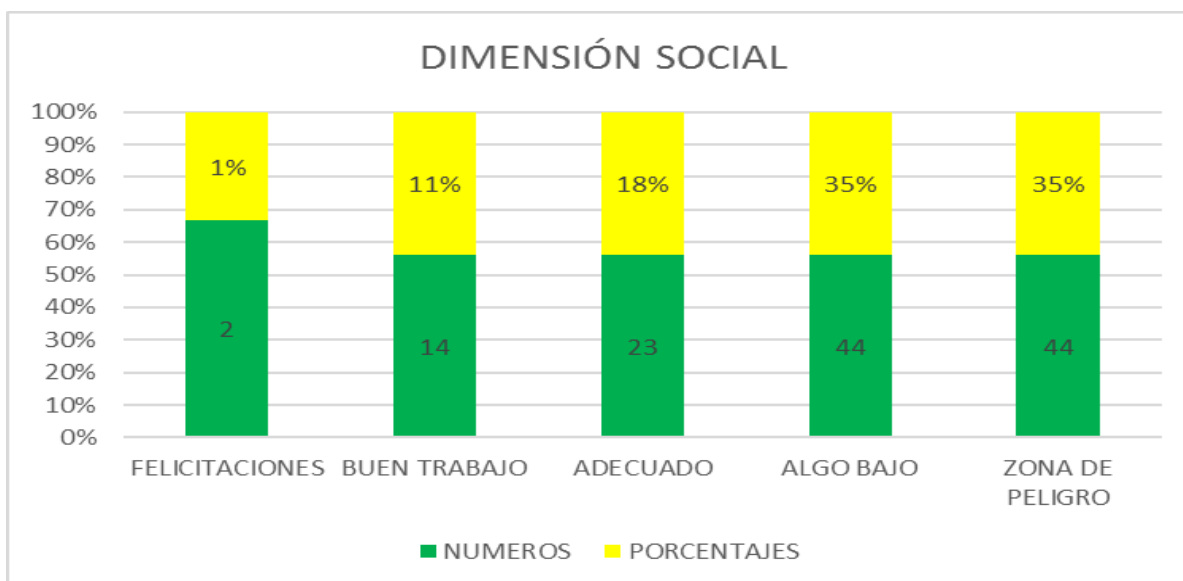


Figura 3 Título: Estilo de vida en la dimensión social que tienen los estudiantes del 3er año de secundaria en la I. E Melchorita Saravia **Descripción:** Los adolescentes del 3er año de secundaria tienen estilo de vida según la dimensión social el 35% (44) es Algo bajo y Zona de peligro, el 18% (23) es Adecuado, el 11% (14) Buen trabajo, y el 1% (2) está en felicitaciones. **Fuente:** SPSS version25.

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		4	3
Buen trabajo		6	4.7
Adecuado		8	6.3
Algo bajo		56	44
Zona de peligro		53	42
Total		127	100

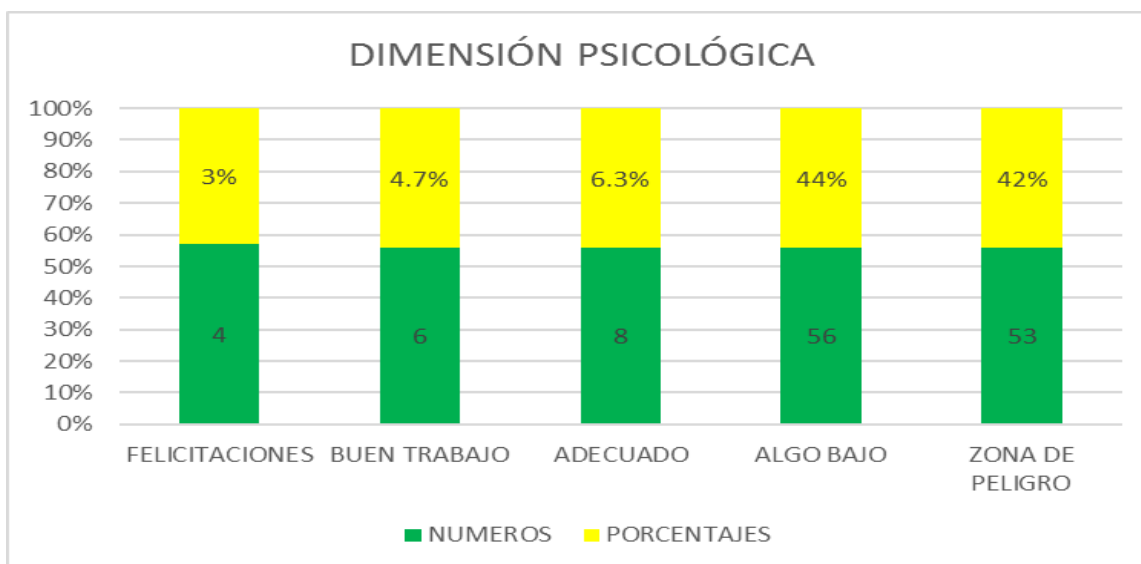


Figura 4 Título: Estilo de vida en la dimensión psicológica en los estudiantes del 3er año de secundaria de la I. E Melchorita Saravia. **Descripción:** Los adolescentes del 3er año de secundaria tienen estilo de vida según la dimensión psicológica el 44% (56) es algo bajo, el 42% (53) Zona de peligro, el 6.3% (8) es adecuado, el 4.7% (6) tienen Buen trabajo y el 3% (4) está en felicitaciones. **Fuente:** SPSS version25.

ESTADO NUTRICIONAL										
Físico	Bajo peso		Normal		Sobrepeso		Obesidad		Total	
Adecuada	5	4%	47	37%	4	3%	0	0%	56	44%
Inadecuada	8	6%	50	40%	10	8%	3	2%	71	56%
Total	13	10%	97	77%	14	11%	3	2%	127	100%

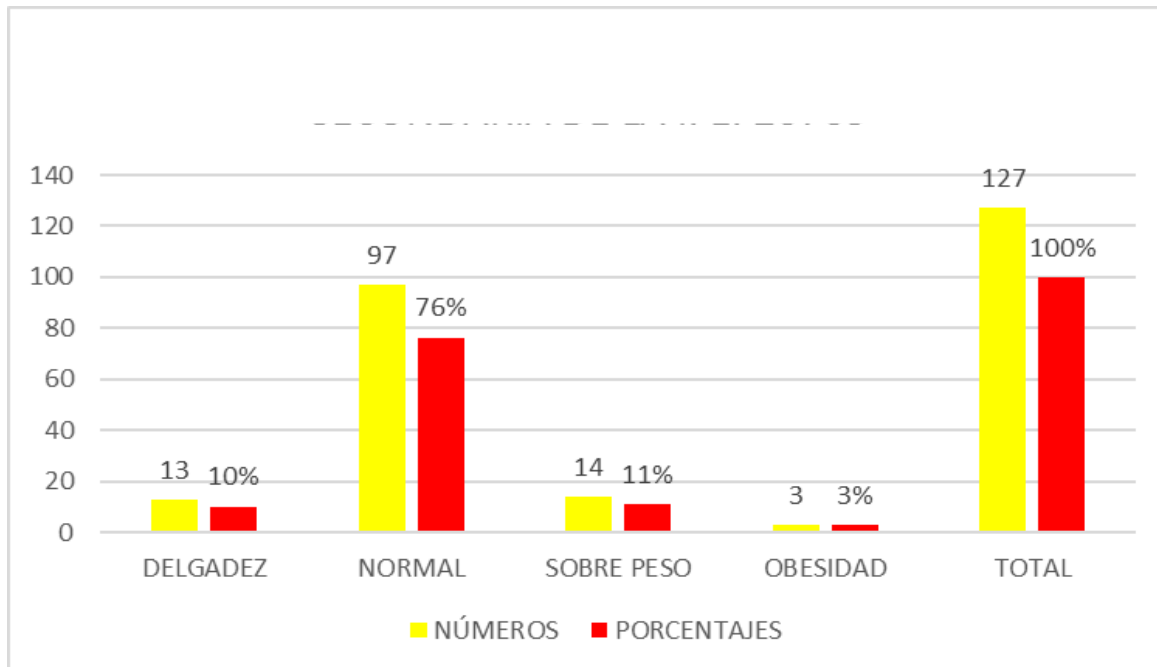


Figura 5 Título: Estado nutricional en estudiantes de secundaria de la I.E. Melchorita Saravia. **Descripción:** se obtuvo que del 100% (127) de escolares del 3er grado de secundaria de la I.E. Melchorita Saravia, en cuanto al índice de masa corporal, el 76% (97) presentan un peso normal, el 14% (11) presentan sobre peso, y el 13% (10) presentan delgadez y el 3% (3) está con obesidad. Estos datos difieren a los encontrados por Castro (2018), el 25% tienen sobre peso y el 12% obesidad.... **Fuente:** SPSS. Versión 25.

4.2 Prueba de hipótesis

H1 Existe relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019

H0 No existe relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019

ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E. MELCHORITA SARAVIA		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		4	3
Buen trabajo		5	4
Adecuado		10	8
Algo bajo		36	28
Zona de peligro		72	57
Total		127	100

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	620,716 ^a	456	,000
Razón de verosimilitud	183,444	456	1,000
N de casos válidos	127		

A. 539 casillas (100,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,01.

Como el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 entre los estilos de vida se relaciona significativamente con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019

Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,910	,000
N de casos válidos		127	

Como el coeficiente de contingencia es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 existe una relación fuerte entre los estilos de vida con el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019.

Hipótesis específicas 1:

H1 Existe una relación directa significativa entre los estilos de vida en la dimensión biológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019.

H0 No existe una relación directa significativa entre los estilos de vida en la dimensión biológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chíncha 2019.

DIMENSION BIOLÓGICA		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		3	2
Buen trabajo		4	3
Adecuado		24	19
Algo bajo		53	42
Zona de peligro		43	34
Total		127	100

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	620,716 ^a	456	,000
Razón de verosimilitud	183,444	456	1,000
N de casos válidos	127		

A. 539 casillas (100,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,01.

Como el nivel de significancia es menor que 0,05($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 entre los estilos de vida en su dimensión biológica se relaciona significativamente con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la institución educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.

Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,910	,000
N de casos válidos		127	

Como el nivel de significancia es menor que 0,05($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 existe una relación fuerte entre los estilos de vida en su dimensión biológica con el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chinchá 2019.

Hipótesis específicas 2:

H1 Existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión social y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

H0 No existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión social y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

DIMENSIÓN SOCIAL		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		2	1
Buen trabajo		14	11
Adecuado		23	18
Algo bajo		44	35
Zona de peligro		44	35
Total		127	100

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	308,127 ^a	72	,000
Razón de verosimilitud	61,320	72	,811
N de casos válidos	127		

A. 84 casillas (92,3%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,01.

Como el nivel de significancia es menor que 0,05($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de

0,05 entre los estilos de vida en su dimensión social se relaciona significativamente con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la institución educativa Melchorita Saravia chincha, 2019.

Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,840	,000
N de casos válidos		127	

Como el nivel de significancia es menor que 0,05($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 existe una relación fuerte entre los estilos de vida en su dimensión social con el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

Hipótesis específicas 3:

H1 Existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión psicológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

H0 No existe una relación significativa entre los estilos de vida en la dimensión psicológica y el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

DIMENSIÓN PSICOLÓGICA		NÚMEROS	PORCENTAJES
Felicitaciones		4	3
Buen trabajo		6	4.7
Adecuado		8	6.3
Algo bajo		56	44
Zona de peligro		53	42
Total		127	100

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	292,382 ^a	66	,000
Razón de verosimilitud	60,437	66	,670
N de casos válidos	127		

A. 78 casillas (92,9%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,01.

Como el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 entre los estilos de vida en su dimensión psicológica se relaciona significativamente con el estado nutricional de los estudiantes del 3er año de secundaria de la institución educativa Melchorita Saravia chincha 2019.

Medidas simétricas

		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coefficiente de contingencia	,833	,000
N de casos válidos		127	

Como el nivel de significancia es menor que 0,05 ($0,000 < 0,05$) rechazamos la hipótesis nula y aceptamos la hipótesis alternativa, pudiendo concluir que a un nivel de significancia de 0,05 existe una relación fuerte entre los estilos de vida en su dimensión psicológica con el estado nutricional en los estudiantes del 3er año de secundaria de la Institución Educativa Melchorita Saravia Chincha 2019.

4.3. Discusión de los resultados

Del total de los adolescentes encuestados en la tabla 2 tienen la mayoría la edad de 15 años 60% (76), en cuanto al sexo femenino 54% (68), viven con sus padres el 54% (69) y número de hermanos 24% (1). Estos hallazgos son similares a los encontrados por Ferrel F et. al. en su estudio Estilos de vida y factores.

Sociodemográficos asociados a los adolescentes quien tuvo en su población el 54% de sexo femenino. Según la OMS, la adolescencia es la etapa de transformación y crecimiento en la persona que ocurre entre los 10 y 19 años, entre la niñez y la adultez. Para los licenciados de enfermería los resultados son de vital importancia puesto que los alumnos se encuentran cursando el 3er año de secundaria faltándole 2 años para culminar los estudios, tiempo suficiente para que los enfermeros en coordinación con la gestión educativa puedan trabajar con esta población cautiva a través de la sensibilización, concientización para poder lograr cambios de gran envergadura en sus estilos de vida y así tener a futuro una población saludable.

-Los adolescentes del 3er año de secundaria en la figura 1 tienen estilo de vida, el 57% (72) está en zona de peligro, el 28% (36) es Algo bajo y el 8% (10) es adecuado. En cuanto al buen trabajo obtuvo 4% (5), el 3% (4) tuvo felicitaciones. Estos hallazgos son similares con

los encontrados por Macavilca en su estudio Funcionamiento familiar y estilos de vida como resultado se encontró que el 60% era Saludable y 40% No saludable en estilos de vida.

La OMS define el estilo de vida como “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales” OMS (2006) pag.2. Para el profesional de enfermería la promoción de la salud es un pilar fundamental e indispensable para difundir estilos de vida saludables a través de la atención integral.

- Según los resultados que los adolescentes del 3er año de secundaria en la figura 2 tienen estilo de vida según la dimensión biológica el 42% (53) es Algo bajo, el 34% (43) Zona de peligro, el 19% (24) es Adecuado, el 3% (4) están en Buen trabajo y el 2% (1) está en Felicitaciones. Estos resultados son similares a los encontrados por Cangana D. (2014) en su estudio Estilos de vida y conductas de riesgo para desarrollar la anorexia nerviosa. Halló en la dimensión biológica 56% como no saludable y 44% como saludable.

Según la OMS (2019) Los determinantes biológicos en la etapa de vida del adolescente son prácticamente universales; en cambio, la duración y las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo, entre unas culturas y otras, y dependiendo de los contextos socioeconómicos. Así, se vienen registrando durante el pasado siglo muchos cambios en relación con esta etapa vital, en particular el inicio más temprano de la pubertad.

Para el profesional de enfermería estos indicadores serán trascendentales en los estilos de vida de los adolescentes puesto que ya que esta dimensión va a satisfacer sus necesidades básicas del adolescente, esto es importante tomarlo en cuenta para estar atentos a la vanguardia de su salud y evitar a posterioridad que adquiera enfermedades.

- Según el objetivo específico 2, Los adolescentes del 3er año de secundaria en la figura 3 tienen estilo de vida según la dimensión social el 35% (44) es Algo bajo y Zona de peligro, el 18% (23) es Adecuado, el 11% (14) Buen trabajo, y el 1% (2) está en felicitaciones. Estos hallazgos son similares con lo reportado por Cangana D. (2014), en su estudio Estilos

de vida y conductas de riesgo para desarrollar la anorexia nerviosa⁶ halló en la dimensión social 59% No saludable y 41% Saludable.

Así mismo la OMS (2019) refiere que muchos adolescentes se ven sometidos a presiones para consumir alcohol, tabaco u otras drogas y para empezar a tener relaciones sexuales, y ello a edades cada vez más tempranas.

La socialización es una pieza angular clave para poder integrar a los jóvenes a la sociedad y ser parte de ella, la socialización más estrecha con este grupo etéreo, los comprometerá más a cuidar no solo su salud, sino involucrarse con cuidar la casa que es el medio ambiente donde habita.

- Según el objetivo específico 3 los resultados en la figura 4. Los adolescentes del 3er año de secundaria tienen estilo de vida según la dimensión psicológica el 44% (56) es algo bajo, el 42% (53) Zona de peligro, el 6.3% (8) es adecuado, el 4.7% (6) tienen Buen trabajo y el 3% (4) está en felicitaciones. Estos resultados difieren a los hallazgos encontrados por Macavilca J.(2015), en su estudio Funcionamiento familiar y estilos de vida en el adolescente al encontrar en la dimensión psicológica 65% Saludable y 35% No saludable.

Estos resultados difieren a los hallazgos encontrados por Macavilca J.(2015), en su estudio Funcionamiento familiar y estilos de vida en el adolescente al encontrar en la dimensión psicológica 65% Saludable y 35% No saludable.

La OPS (2018), refiere que la adolescencia es un periodo de preparación hacia la edad adulta donde se producen varias experiencias de desarrollo de gran importancia como la transición hacia la independencia social y económica, el desarrollo de la identidad, la adquisición de las aptitudes necesarias para establecer relaciones de adulto y asumir funciones adultas y la capacidad de razonamiento abstracto.

El profesional de enfermería en conjunto con su familia, comunidad, escuela son muy importantes para que el adolescente en esta edad vaya adquiriendo competencias importantes que pueden ayudarles a hacer frente a las presiones que experimentan y hacer una transición satisfactoria de la infancia a la edad adulta.

- Según el objetivo específico 4 en la figura 5 se obtuvo que del 100% (127) de escolares del 3er grado de secundaria de la I.E. Melchorita Saravia, en cuanto al índice de masa corporal, el 76% (97) presentan un peso normal, el 14% (11) presentan sobre peso, y el

13% (10) presentan delgadez y el 3% (3) está con obesidad. Estos datos difieren a los encontrado por Castro K. (2018), el 25% tienen sobre peso y el 12% obesidad.

El MINSA (2018), refiere que el apoyo en la nutrición saludable en adolescentes se tiene que tomar en cuenta cambios propios en el desarrollo de la personalidad como la seguridad en la autonomía, en la investigación de nuevos modelos de socializarse, la preocupación por la apariencia corporal, etc. Que condicionan nuevos estilos de vida y nutrición saludable, la específica atención que ponen los adolescentes por su apariencia corporal, los subordina en riesgo a llevar dietas restrictivas para acercarse a un modelo perfecto de belleza, afectado por ejemplos sociales de la actualidad que da lugar a graves alteraciones nutricionales (anorexia, bulimia, vigorexia y otros trastornos nutricionales).

El profesional de enfermería como parte del equipo multidisciplinario del sector salud viene trabajando con las familias y direcciones educativas respecto a la autoestima, integridad, estímulo y la alimentación saludable de los adolescentes.

Capítulo V

Conclusiones y recomendaciones

5.1 Conclusiones

- El estilo de vida se relaciona con el estado nutricional con un nivel de correlación.
- La dimensión biológica se relaciona con el estilo de vida y el estado nutricional con un nivel de correlación.
- La dimensión social se relaciona con el estilo de vida y el estado nutricional con un nivel de correlación.
- La dimensión psicológica se relaciona con el estilo de vida y el estado nutricional con un nivel de correlación.

5.2 Recomendaciones

- Entregar resultados al director y su equipo de gestión para que pueda socializar los resultados de la comunidad educativa para que, a partir de los resultados de esta investigación, se pueda hacer extensivo el presente cuestionario a los demás alumnos y poder hallar datos significativos.
- Se sugiere trabajar los aspectos de los resultados encontrados en la dimensión biológica por ello, es muy importante trabajar de escuela y familia, aspectos relacionados con la autoestima, el respeto y amor por su cuerpo, al mismo tiempo adoptar adecuados hábitos alimentarios y de vida.
- Se sugiere trabajar a través de alianzas estratégicas, el sector salud con educación para realizar talleres asertivos, cursos charlas, para generar un estado de conciencia y por ende cambios profundos en las conductas de los adolescentes así se lograra que ellos sean más asertivos creativos e integrales.

Referencias bibliográficas

- Betancourt D, Vélez C, Jurado L. (febrero de 2016). *Validación de contenido y adaptación del cuestionario Fantástico por técnica Delphi. Salud Uninorte*.2015;31(2):214-227. [revista virtual]. [fecha de acceso 5 de marzo del 2019]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/817/81742138002.pdf>.
- Campoverde Rodríguez, G. Zevallos Daza, C. (febrero de 2015). *factores asociados a la obesidad y sobrepeso*. obtenido de obtener título de lic en enfermería: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/4106/1/t-ucsg-pre-med-enf-177.pdf>
- Delgado, Candu. (2000). Desarrollo de una cultura de calidad. 2° ed. Mexico:Ed S.A. DGSP/MINSA. (2011). Resolución Ministerial. Obtenido de [http://www.sanbartolome.gob.pe:8080/Transparencia/Publicacion2014/Direccion/No mras Legales/RM022-2011.PDF](http://www.sanbartolome.gob.pe:8080/Transparencia/Publicacion2014/Direccion/No%20mras%20Legales/RM022-2011.PDF) DiCaprio, N. (2011).
- GONZALEZ CEBALLOS, A.M., & Palacios Lenis, J. (03 de febrero de 2017). *estilos de vida y salud percibida en estudiantes de un*. obtenido de http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7984/Estilos_vida_salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y Hernández R, Fernández Baptista P, Metodología de la investigación.6°Ed. México: McGraw W-Hill/interamericana editores; 2014.
- Reyes Cepeda, J. I., García Jiménez, E., Gutiérrez Sereno, J. J., Galeana Hernández, M.Gutiérrez-Saucedo, M. E. (2016). Prevalencia de obesidad. *Sanid Milit Mex*, 70: 87-94.
- (FAO), F. D. (ENERO de 2017). *necesidades nutricionales*. Obtenido de <http://www.fao.org/3/am401s/am401s03.pdf> Aparco Pablo, J., Bautista Olórtegui, w., Astete Robilliard, L., & Pillaca, J. (octubre de 2016). *Evaluación del estado nutricional, patrones de consumo alimentario y de actividad física en escolares del Cercado de Lima*. Obtenido de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000400005
- Aymar Pacheco, r. (julio de 2017). *estado nutricional su relación con hábitos alimenticios y actividad física en escolares*. Obtenido de <https://docplayer.es/61139401-Facultad-de-obstetricia-y-enfermeria-escuela-de-enfermeria.html>
- Castro Garay, k. (diciembre de 2017). *Frecuencia y factores de riesgo de sobrepeso y*. Obtenido de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7604/Castro_gk%20-%20Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Donayre Tello , M. (DICIEMBRE de 2016). *Publicidad televisiva alimentaria asociada al consumo*. Obtenido de https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/186/Donayre_tm.pdf?sequence=1
- ENSANUT. (ABRIL de 2016). *encuesta de salud y NUTRICIÓN*. Obtenido de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/209093/ENSANUT.pdf>

- Ferrel Ortega, F. R., Ortiz Gonzales, A. L., Forero Ortega, L. P., Herrera Ospino, M. I., & Peña Serrano, Y. P. (29 de enero de 2015). *Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados en adolescentes escolarizados del distrito de Santa Marta, Colombia*. Obtenido de <http://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/817>
- GONZALES VARGAS, G. (JUNIO de 2016). *estilos de vida de los adolescentes del 4to de*. obtenido de <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/2275/t-ple-GUILIANA%20ZOILA%20GONZALES%20VARGAS.pdf?sequence=1> isAllowed ICA, D. R. (20 de julio de 2018). *obesidad y sobre peso*. obtenido de <http://www.diresaica.gob.pe/>
- INEI. (2017). Perú: *Enfermedades no transmisibles y transmisibles, 2016*. Recuperado de: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/doc_salud/Enfermedades_no_transmisibles_y_transmisibles_2016.pdf
- MACAVILCA MACAVILCA, J. (2015). *funcionamiento familiar y estilos de vida en*. Obtenido de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/3657/Macavilca_mj.pdf;jsessionid=368e6767619d22d1f8a78d31a941e7cf?sequence=1
- Martínez B, Céspedes N. Metodología de la investigación. Estrategias para investigar. 1ra ed. Lima: Libro amigo 2008.
- NOGUCHI, I. D. (2014). *estadísticas de salud mental en el Perú*. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/230741986/estudio-epidemiologico-de-salud-mental-en-cajamarca-2003-pdf>
- OMS. (julio de 2018). Obtenido de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- OMS. (15 de junio de 2018). *salud adolescentes*. Obtenido de https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=3189:salud-del-adolescente-familias&Itemid=2420&lang=es
- OMS. (16 de julio de 2019). Obtenido de http://www.who.int/topics/adolescentes_health/es/.
- Papalia D, Wendkods S, Duskin R. Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia. 11ava ed. México DF. Ed. Mcgrawhill 2009
- Salud, O. P. (mayo de 2018). *manejo integral del adolescente*. obtenido de https://www.paho.org/par/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=publicaciones-con-contrapartes&alias=384-manual-clinico-de-la-adolescencia&Itemid=253
- UNICEF. (enero de 2017). *Oportunidad para cada adolescente*. Obtenido de https://observatoriosocial.unlam.edu.ar/descargas/6_UNICEF.pdf

Anexo B: Instrumento

Cuestionario para estudiantes:

I. Somos bachilleres de la facultad de enfermería de la universidad interamericana para el desarrollo y le proporcionamos este cuestionario para obtener información sobre su estilo de vida que tiene como finalidad recoger información para nuestro trabajo de investigación cuyo objetivo es dar a conocer el nivel de Estado Nutricional de los estudiantes de la I.E Melchorita Saravia Chincha 2019.

La información obtenida servirá solo para fines de estudio, ruego a usted dar su consentimiento, para la realización del presente estudio, así mismo les informo que los resultados serán utilizados en estudio y se mantendrá la confidencialidad, la encuesta es anónima.

II. Datos preferenciales:

Edad:

Sexo:

Con quien vive: padres () hermanos () papa solo () mama sola ()

Numero de hermanos: 0 () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ()

III. Cuestionario: estilos de vida de estudiantes de secundaria de la I. E. Melchorita Saravia Chincha 2019.

N°	primera variable: vida	Estilo de	Siempre	A veces	Nunca
	BIOLÓGICA				
	Nutrición				
1	Consumo 3 porciones de vegetales y frutas al día?				
2	Consumo alimentos altos en azúcar, sodio y grasa?				
3	Ingiero 8 vasos de agua al día?				
4	Mi peso ideal es de 0a5 k. – 5 a 10 k. – 10 a más?				
	Actividad física				
5	Realizo actividad física al menos 30 minutos al día?				
6	Realizo carreras, instrucción y adiestramiento?				
7	Realizo caminatas de 30 minutos a mas al día?				
	Sueño				

8	Duermo mis 8 horas completas?			
	SOCIAL			
	Familia amigos			
9	Tengo a quien contar de las cosas que son muy íntimas para mí?			
10	Doy y recibo afecto de mi familia?			
11	Me cuesta escuchar y pedir disculpas a mis amigos?			
12	Tabaco dependencia			
13	Fumo cigarros?			
14	Cuantos cigarros fumo al día?			
15	Uso fármacos sin receta médica?			
	Alcohol y drogas			
16	Yo tomo bebidas alcohólicas?			
17	Bebo un promedio de 0 a 5 – 6 a 10 – 10 a más?			
18	Bebo infusiones de 1 a 2 veces al día?			
	Control de la salud.			
19	Me efectúo chequeos médicos cada año?			
20	Durante mi actividad sexual cuidó de mí y de mi pareja?			
	PSICOLÓGICA			
	Trabajo y tipo de personalidad			
21	Me comunico con mi familia?			
22	Me siento furioso e impetuoso? :			
23	Me siento satisfecho con mis actividades?:			
	Introspección			
24	Yo soy intelectual?			
25	Me siento afligido o acongojado?			
	Estrés			
26	Me siento apto de manejar mi estado de tensión ¿			
27	Me siento estresado al realizar mis actividades del colegio?			

Cuestionario de la Segunda variable: físico

Introducción

Somos bachilleres de la facultad de enfermería de la universidad Interamericana para el desarrollo y le proporcionamos esta ficha realizada para medir su índice de masa corporal es totalmente confidencial.

I. Año del estudio: 3er año de secundaria

II. Edad:

- a) 10 – 12
- b) 13 – 15
- c) 16 – 19
- d) +20

III. Sexo:

- a) Femenino
- b) Masculino

IV. Dx de acuerdo al IMC

Datos	Valor de evaluación antropométricos		
T/E			
PESO/TALLA	P:	T:	IMC
PERÍMETRO CEFÁLICO			

- a. Normal..... (1) punto
- b. Delgadez(2) puntos
- c. Riesgo o sobrepeso(3) puntos
- d. Sobrepeso.....(4) puntos
- e. Obesidad.....(5) puntos

3	1	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	5					
1													0													7																0	9	8			
3	1	1	1	2	0	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	6			
2													1														8																	0	1	2	
3	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	0	0	0	1	0	1	2	1	0	0	9	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	4			
3													2														2																	2	1	2	
3	2	2	1	4	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	0	0	0	0	0	2	2	0	2	0	1	0	1	2	2	0	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	5	
4													4														0																	2	6	2	
3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	6		
5																											0																		7	1	2
3	1	1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	0	8	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	8	2	4					
6																											1																			1	2
3	1	2	1	3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	0	0	8	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	6	1	3							
7																																														5	0
3	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	5			
8														3													4																		2	7	4
3	1	1	1	2	1	0	2	1	1	0	1	2	2	1	1	2	2	0	0	0	0	2	2	1	2	0	1	1	0	2	1	0	0	2	1	2	9	2	4								
9														0													2																		4	8	
4	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	0	0	0	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	2	2	2	2	1	2	5						
0														5													1																		2	8	6
4	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	0	0	0	1	2	0	1	2	9	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	1	3							
1																																													8	6	
4	1	1	1	2	0	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	0	0	0	0	1	1	2	1	1	1	9	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4			
2														1																															0	2	4
4	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	0	0	0	1	0	1	2	1	0	0	9	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	4						
3														2																															2	3	6
4	2	2	1	4	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	0	0	0	0	2	2	0	2	0	1	0	1	2	2	0	1	2	2	2	2	2	1	2	4							
4														4													0																		2	4	8
4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	2	1	2	0	0	0	0	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	8	2	4								
5																											3																			2	4
4	1	1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	0	8	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	8	1	3							
6																											1																			9	8
4	1	2	1	3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	0	0	8	1	1	0	1	1	1	0	0	1	6	1	3								
7																																														7	4
4	1	2	1	3	2	2	1	0	1	1	0	0	0	7	0	0	2	2	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	2	0	0	2	1	0	0	0	6	2	5								
8																											7																			6	2
4	1	2	2	2	0	1	1	1	1	2	0	1	0	7	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	7	2	5								

6 8	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	0	0	0	0	2	2	1	2	0	1	1	1	1	2	1	0	2	1	2	1	2	5	1	2	5					
													5														2														1	9	8				
6 9	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	0	0	1	9	0	1	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	4	2	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	7	1	2	3	6			
7 0	1	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	2	1	0	0	6	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	8	6
7 1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	9	1	2	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	0	2	2	1	0	2	1	2	1	2	1	2	4	1	4	8		
7 2	1	1	1	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	8	8	1	2
7 3	1	1	1	2	0	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	0	1	0	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	4	3	4	8	
7 4	2	2	2	3	0	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	0	0	0	0	1	2	2	0	2	1	1	2	1	1	1	1	1	0	2	1	2	1	2	1	2	5	1	6	2		
7 5	1	2	1	1	1	2	2	1	0	0	1	2	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	0	2	1	2	1	2	1	2	4	1	4	8			
7 6	1	1	1	2	1	0	2	1	1	0	1	2	2	1	1	2	2	0	0	0	0	2	2	1	2	0	1	1	0	2	1	0	0	2	1	2	9	2	4	4	8						
7 7	2	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	0	0	0	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	2	2	2	1	2	5	2	6	2				
7 8	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	0	0	0	1	2	0	1	2	9	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	8	1	3	6	2					
7 9	1	1	1	0	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	0	0	0	0	0	2	2	0	2	0	1	0	1	2	2	0	1	2	2	2	2	1	2	4	2	4	8				
8 0	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	2	1	2	0	0	0	0	1	2	2	2	1	1	1	2	2	1	0	0	0	1	1	8	2	4	4	8						
8 1	1	2	1	3	1	1	2	1	0	1	1	1	0	8	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	8	2	4	1	2					
8 2	2	2	1	4	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	0	0	8	1	1	0	1	1	1	0	0	1	6	1	3	7	4						
8 3	2	1	2	2	1	2	2	1	0	0	1	2	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	0	2	1	2	1	2	4	1	4	8						
8 4	1	1	1	2	1	0	2	1	1	0	1	2	2	1	1	2	2	0	0	0	0	2	2	1	2	0	1	1	0	2	1	0	0	2	1	2	9	2	4	4	8						
8 5	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	0	0	0	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	0	2	2	2	1	2	5	2	8	6					
8	1	2	1	3	1	0	1	0	1	1	1	1	1	7	1	1	1	0	0	0	0	1	2	0	1	2	9	1	1	1	1	1	1	0	1	1	8	1	3								

23	1	1	1	3	1	0	0	0	1
24	1	1	1	0	0	2	0	0	2
25	1	1	1	2	0	0	0	4	4
26	1	1	1	2	0	2	0	0	2
27	2	2	2	3	0	2	0	0	2
28	1	2	1	1	0	2	0	0	2
29	1	1	1	2	0	2	0	0	2
30	2	1	1	2	1	0	0	0	1
31	1	1	1	0	0	2	0	0	2
32	1	1	1	2	0	2	0	0	2
33	1	2	1	3	0	0	3	0	3
34	2	2	1	4	0	2	0	0	2
35	2	1	2	2	0	2	0	0	2
36	1	1	1	2	0	2	0	0	2
37	1	2	1	3	0	0	0	4	4
38	1	2	1	1	1	0	0	0	1
39	1	1	1	2	0	2	0	0	2
40	2	1	1	2	0	2	0	0	2
41	1	1	1	0	0	2	0	0	2
42	1	1	1	2	0	2	0	0	2
43	1	2	1	3	0	2	0	0	2
44	2	2	1	4	0	0	3	0	3
45	2	1	2	2	1	0	0	0	1
46	1	1	1	2	1	0	0	0	1
47	1	2	1	3	0	2	0	0	2
48	1	2	1	3	0	2	0	0	2
49	1	2	2	2	0	2	0	0	2
50	1	1	1	4	0	2	0	0	2
51	1	1	3	0	0	2	0	0	2
52	1	2	1	3	0	2	0	0	2
53	1	2	1	5	0	2	0	0	2
54	1	2	2	2	0	2	0	0	2
55	1	1	1	3	0	2	0	0	2
56	1	1	1	2	0	0	3	0	3
57	1	1	1	2	0	0	3	0	3
58	1	2	1	4	0	2	0	0	2

59	1	2	2	3	0	2	0	0	2
60	1	2	1	4	0	2	0	0	2
61	1	2	1	2	0	2	0	0	2
62	1	1	1	5	0	2	0	0	2
63	1	1	1	3	0	2	0	0	2
64	1	1	2	3	1	0	0	0	1
65	1	1	1	2	0	2	0	0	2
66	1	2	1	3	0	2	0	0	2
67	1	2	2	4	0	2	0	0	2
68	1	1	1	2	0	2	0	0	2
69	1	1	1	3	0	0	3	0	3
70	1	1	1	3	0	2	0	0	2
71	1	1	1	0	0	2	0	0	2
72	1	1	1	2	0	2	0	0	2
73	1	1	1	2	0	2	0	0	2
74	2	2	2	3	0	2	0	0	2
75	1	2	1	1	0	2	0	0	2
76	1	1	1	2	0	2	0	0	2
77	2	1	1	2	0	0	0	4	4
78	1	1	1	0	1	0	0	0	1
79	1	1	1	0	1	0	0	0	1
80	1	1	1	2	0	2	0	0	2
81	1	2	1	3	0	2	0	0	2
82	2	2	1	4	0	2	0	0	2
83	2	1	2	2	0	2	0	0	2
84	1	1	1	2	0	2	0	0	2
85	1	2	1	3	0	2	0	0	2
86	1	2	1	3	0	2	0	0	2
87	1	2	2	2	0	0	3	0	3
88	1	1	1	4	0	2	0	0	2
89	1	1	3	0	0	2	0	0	2
90	1	2	1	3	0	2	0	0	2
91	1	2	1	5	0	2	0	0	2
92	1	2	2	2	0	2	0	0	2
93	1	1	1	3	0	2	0	0	2
94	1	1	1	2	0	2	0	0	2

95	1	1	1	2	1	0	0	0	1
96	1	2	1	4	0	2	0	0	2
97	1	2	2	3	0	2	0	0	2
98	1	2	1	4	0	2	0	0	2
99	1	2	1	2	0	2	0	0	2
100	1	1	1	0	0	2	0	0	2
101	1	1	1	2	0	0	3	0	3
102	1	2	1	3	0	0	3	0	3
103	2	2	1	4	0	2	0	0	2
104	2	1	2	2	0	2	0	0	2
105	1	1	1	2	0	2	0	0	2
106	1	2	1	3	0	2	0	0	2
107	1	2	1	3	0	2	0	0	2
108	1	2	2	2	0	2	0	0	2
109	1	1	1	4	0	2	0	0	2
110	1	1	3	0	0	2	0	0	2
111	1	2	1	3	0	2	0	0	2
112	1	2	1	5	0	2	0	0	2
113	1	2	2	2	0	2	0	0	2
114	1	1	1	3	0	2	0	0	2
115	1	1	1	2	0	2	0	0	2
116	1	1	1	2	1	0	0	0	1
117	1	2	1	4	0	2	0	0	2
118	1	2	2	3	1	0	0	0	1
119	1	2	1	4	0	2	0	0	2
120	1	2	1	2	0	2	0	0	2
121	1	2	1	3	0	2	0	0	2
122	1	2	1	3	0	0	3	0	3
12	1	2	2	2	0	0	3	0	3

3									
12 4	1	1	1	4	0	2	0	0	2
12 5	1	1	3	0	0	2	0	0	2
12 6	1	2	1	3	0	2	0	0	2
12 7	1	2	1	2	0	2	0	0	2
	VARA				0.09886 264	0.7754030 7	0.889763 78	0.491938 51	0.378702 66
	PROMEDIO				0.11023 622	1.4803149 6	0.330708 66	0.125984 25	2.047244 09

RELACIÓN DE VARIABLES

		DIG NUTRICIONAL							Total
		0	BAJO PESO	NORMAL	SOBRE PESO	OBESIDAD	V2		
ADFG43TYEST ILO DE VIDA	Recuento	1	0	0	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,8 %	0,0 %	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
101	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
102	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
103	Recuento	0	0	1	2	0	0	0	3
	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,8%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%
105	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
109	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
110	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
111	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
113	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
115	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 %	0,0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%

			%						
1	Recuento	0	0	1	1	0	0	0	2
1	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
6	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
1	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
8	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	0	0	1	0	1
1	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
9	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,8%
1	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
2	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
1	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
1	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
2	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
2	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
2	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
5	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
2	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
6	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
2	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
8	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
2	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
9	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
3	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
0	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
1	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
3	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
2	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%

		0	0%					0%	
1	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
3	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
3	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
1	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
3	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
4	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
2	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
4	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
2	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
5	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
2	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
6	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
2	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
9	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
3	Recuento	0	0	0	4	0	0	0	4
0	Recuento esperado	,0	,0	,4	2,9	,4	,1	,0	4,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	3,1%	0,0%	0,0%	0,0%	3,1%
3	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
1	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
3	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
3	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
3	Recuento	0	0	0	3	0	0	0	3
4	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%
3	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
5	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0

	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
3	Recuento	0	0	2	3	0	1	0	6
6	Recuento esperado	,0	,0	,7	4,4	,7	,2	,0	6,0
	% del total	0,0%	0,0%	1,6%	2,3%	0,0%	0,8%	0,0%	4,7%
3	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
7	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
3	Recuento	0	0	0	2	1	0	0	3
8	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,8%	0,0%	0,0%	2,3%
3	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
9	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
4	Recuento	0	0	0	1	1	0	0	2
0	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	1,6%
4	Recuento	0	0	1	1	0	0	0	2
1	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
4	Recuento	0	0	0	4	1	0	0	5
3	Recuento esperado	,0	,0	,5	3,6	,5	,2	,0	5,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	3,1%	0,8%	0,0%	0,0%	3,9%
4	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
4	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
4	Recuento	0	0	0	1	1	0	0	2
6	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	1,6%
4	Recuento	0	1	0	0	0	0	0	1
7	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
4	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1

8	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
49	Recuento	0	0	1	1	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
51	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
54	Recuento	0	0	1	1	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
55	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
56	Recuento	0	0	0	1	1	1	0	3
	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,8%	0,8%	0,0%	2,3%
58	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
62	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
63	Recuento	0	0	0	1	0	1	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,8%	0,0%	1,6%
64	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
65	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%

6	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
6	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
7	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
7	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
8	Recuento	0	0	1	0	0	0	0	1
	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%

			%						
8	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
1	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
8	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
2	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
8	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
3	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
8	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
5	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%
8	Recuento	0	0	0	1	2	0	0	3
7	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,8%	1,6%	0,0%	0,0%	2,3%
9	Recuento	0	0	0	3	0	0	0	3
0	Recuento esperado	,0	,0	,3	2,2	,3	,1	,0	3,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	2,3%	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%
9	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
1	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
9	Recuento	0	0	0	1	1	0	0	2
3	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,8%	0,8%	0,0%	0,0%	1,6%
9	Recuento	0	0	0	0	1	0	0	1
4	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,8%
9	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
5	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0,0%	0,8%
9	Recuento	0	0	0	2	0	0	0	2
6	Recuento esperado	,0	,0	,2	1,5	,2	,1	,0	2,0
	% del total	0,0 0 %	0,0 0 %	0,0%	1,6%	0,0%	0,0%	0,0%	1,6%

			0 %	0%					0%	
	9	Recuento	0	0	0	1	0	0	0	1
	8	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
		% del total	0, 0 %	0, 0 %	0,0%	0,8%	0,0%	0,0%	0, 0 %	0,8%
	V	Recuento	0	0	0	0	0	0	1	1
	1	Recuento esperado	,0	,0	,1	,7	,1	,0	,0	1,0
		% del total	0, 0 %	0, 0 %	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0, 8 %	0,8%
Total		Recuento	1	1	14	94	14	4	1	129
		Recuento esperado	1, 0	1, 0	14,0	94,0	14,0	4,0	1, 0	129,0
		% del total	0, 8 %	0, 8 %	10,9%	72,9%	10,9%	3,1%	0, 8 %	100,0 %

Anexo E: TESTIMONIOS FOTOGRÁFICOS

Figura 6: Título: Identificación de la IE
Descripción: Ingreso a la I. E “Melchorita Saravia”.
Fuente: foto propia.



Figura 7: Título: Coordinación para la encuesta
Descripción: propuesta de la encuesta al director de la I. E “Melchorita Saravia”.
Fuente: Foto propia.



Figura 8: Título: Encuesta
Descripción: Entrega de la encuesta a los alumnos de la I. E “Melchorita Saravia”.
Fuente: Foto propia

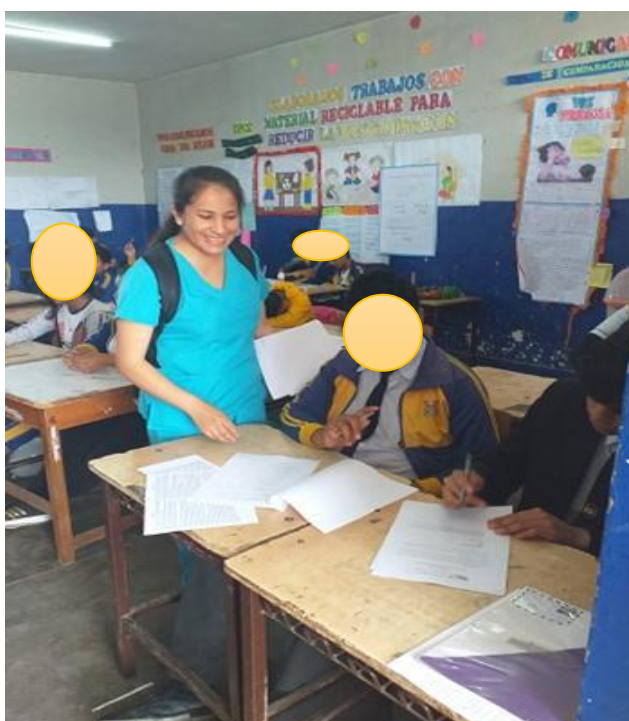


Figura 9 Título: Encuesta
Descripción: Orientación de la encuesta a los alumnos de la I. E “Melchorita Saravia”.
Fuente: foto propia



Figura 10. Título: Encuesta

Descripción: Recajo de la encuesta a los alumnos de la I. E “Melchorita Saravia”.

Fuente: Foto propia



Figura 11 Título: Peso, talla

Descripción: Evaluación física a los alumnos de la I. E “Melchorita Saravia”.

Fuente: Foto propia



Figura 12. Título: Clausura

Descripción: Clausura final de la encuesta con los alumnos de la I. E “Melchorita Saravia”.

Fuente: Foto propia

Anexo F: JUICIO DE EXPERTOS

JUICIO DE EXPERTO

Hoja de validación del instrumento de Estilo de Vida y el Estado Nutricional en Adolescentes del 3er año de Secundaria de la Institución Educativa "Melchorita Saravia". Chincha 2019.

I. DATOS GENERALES:

Apellido y Nombre del informante: Guipo Padilla Luis

Cargo e Institución donde Labora: Departamento de Enfermería - Hospital San José - Chincha

Nombre del Instrumento a Evaluar: Cuestionario

II. INSTRUCCIONES:

En el siguiente cuadro, para cada ITEMS del contenido del instrumento que revisa, marque Usted con un Chek () o con una (X) la opción SI o NO que elija según el criterio de CONSTRUCTO O GRAMÁTICA.

El criterio de CONSTRUCTO tiene en cuenta si el ITEMS corresponde al indicador de la Dimensión o Variable que se quiere medir, mientras que el criterio de GRAMÁTICA se refiere así el ITEMS esta bien redactada gramáticamente, es decir, si tiene sentido lógico y no se presta a ambigüedad.

Le agradecemos que se sirva a observar o dar sugerencia de algún cambio de alguno de los ITEMS.

VARIABLES	Nº ITEMS	CONSTRUCTO		GRAMÁTICA		OBSERVACIONES
		SI	NO	SI	NO	
INDEPENDIENTE						
ESTILO DE VIDA	Biológico					
	NUTRICIÓN					
	ITEMS 1	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 2	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 3	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ACTIVIDAD FÍSICO					
	ITEMS 1	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 2	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 3	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	SUENO	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 1	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	SOCIAL					
	FAMILIA					
	ITEMS 1	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
	ITEMS 2	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
ITEMS 3	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>			

	TABACO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ALCOHOL DROGA				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	CONTROL DE SALUD				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	PSICOLOGICO				
	TRABAJO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	INTROSPECCIÓN				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ESTRES				
	ITEMS 1				
DEPENDIENTE					
	FÍSICO				
ESTADO NUTRICIONAL	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ITEMS 4	✓		✓	
	ITEMS 5	✓		✓	

III. APORTES Y SUGERENCIAS

.....

.....

.....

Chincha, 10 de Noviembre del 2019

UNIDAD EDUCATIVA DE SALUD CHINCHA
HOSPITAL "SAN JUAN" - CHINCHA

Mg. MARGARITA PADILLA
Jefa de Unidad de Nutrición

Firma del experto.....

N° de DNI..... 21808913.....

N° de Teléfono..... 956644625.....

JUICIO DE EXPERTO

Hoja de validación del instrumento de Estilo de Vida y el Estado Nutricional en Adolescentes del 3er año de Secundaria de la Institución Educativa "Melchorita Saravia". Chincha 2019.

I. DATOS GENERALES:

Apellido y Nombre del informante:

Lic. Violeta Flores Fernández.

Cargo e Institución donde Labora:

Mg. Universidad Interamericana para el Desarrollo

Nombre del Instrumento a Evaluar:

Cuestionario

II. INSTRUCCIONES:

En el siguiente cuadro, para cada ÍTEMS del contenido del instrumento que revisa, marque Usted con un Chek () o con una (X) la opción SI o NO que elija según el criterio de CONSTRUCTO O GRAMÁTICA.

El criterio de CONSTRUCTO tiene en cuenta si el ÍTEMS corresponde al indicador de la Dimensión o Variable que se quiere medir, mientras que el criterio de GRAMÁTICA se refiere así el ÍTEMS esta bien redactada gramáticamente, es decir, si tiene sentido lógico y no se presta a ambigüedad.

Le agradecemos que se sirva a observar o dar sugerencia de algún cambio de alguno de los ÍTEMS.

VARIABLES	Nº ÍTEMS	CONSTRUCTO		GRAMÁTICA		OBSERVACIONES	
		SI	NO	SI	NO		
INDEPENDIENTE							
		BIOLÓGICO					
		NUTRICIÓN					
	ÍTEMS 1	✓		✓			
	ÍTEMS 2	✓		✓			
	ÍTEMS 3	✓		✓			
		ACTIVIDAD FÍSICO					
	ÍTEMS 1	✓		✓			
	ÍTEMS 2	✓		✓			
	ÍTEMS 3	✓		✓			
	SUEÑO	✓		✓			
	ÍTEMS 1	✓		✓			
		SOCIAL					
		FAMILIA					
	ÍTEMS 1	✓		✓			
	ÍTEMS 2	✓		✓			
	ÍTEMS 3	✓		✓			

	TABACO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ALCOHOL DROGA				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	CONTROL DE SALUD				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	PSICOLÓGICO				
	TRABAJO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	INTROSPECCIÓN				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ESTRES				
	ITEMS 1	✓		✓	
DEPENDIENTE					
	FÍSICO				
ESTADO NUTRICIONAL	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ITEMS 4	✓		✓	
	ITEMS 5	✓		✓	

III. APORTES Y SUGERENCIAS

.....

.....

.....

Chincha, 4 de Diciembre del 2019

Firma del experto.....

N° de DNI..... 0.80.30.412.....

N° de Teléfono..... 99.656.7493.....

JUICIO DE EXPERTO

Hoja de validación del instrumento de Estilo de Vida y el Estado Nutricional en Adolescentes del 3er año de Secundaria de la Institución Educativa "Melchorita Saravia". Chíncha 2019.

I. DATOS GENERALES:

Apellido y Nombre del informante:

..... Mucha Vivanco Jenny Yolanda

Cargo e Institución donde Labora:

..... Lic. Hospital N. Edgardo Rebagliati Martínez

Nombre del Instrumento a Evaluar:

..... Cuestionario

II. INSTRUCCIONES:

En el siguiente cuadro, para cada ITEMS del contenido del instrumento que revisa, marque Usted con un Chek () o con una (X) la opción SI o NO que elija según el criterio de CONSTRUCTO O GRAMÁTICA.

El criterio de CONSTRUCTO tiene en cuenta si el ITEMS corresponde al indicador de la Dimensión o Variable que se quiere medir, mientras que el criterio de GRAMÁTICA se refiere así el ÍTEMS esta bien redactada gramáticamente, es decir, si tiene sentido lógico y no se presta a ambigüedad.

Le agradecemos que se sirva a observar o dar sugerencia de algún cambio de alguno de los ITEMS.

VARIABLES	Nº ITEMS	CONSTRUCTO		GRAMÁTICA		OBSERVACIONES	
		SI	NO	SI	NO		
INDEPENDIENTE							
		BIOLÓGICO					
		NUTRICIÓN					
	ITEMS 1	✓		✓			
	ITEMS 2	✓		✓			
	ITEMS 3	✓		✓			
		ACTIVIDAD FÍSICO					
	ITEMS 1	✓		✓			
	ITEMS 2	✓		✓			
	ITEMS 3	✓		✓			
	SUÑO	✓		✓			
	ITEMS 1	✓		✓			
		SOCIAL					
		FAMILIA					
	ITEMS 1	✓		✓			
	ITEMS 2	✓		✓			
	ITEMS 3	✓		✓			

	TABACO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ALCOHOL DROGA				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	CONTROL DE SALUD				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	PSICOLÓGICO				
	TRABAJO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	INTROSPECCIÓN				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ESTRES				
	ITEMS 1	✓		✓	
	DEPENDIENTE				
ESTADO NUTRICIONAL	FÍSICO				
	ITEMS 1	✓		✓	
	ITEMS 2	✓		✓	
	ITEMS 3	✓		✓	
	ITEMS 4	✓		✓	
	ITEMS 5	✓		✓	

III. APORTES Y SUGERENCIAS

.....

Chincha, 04 de Diciembre del 2019

Firma del experto.....

 LIC. JENNY MUCHA VIVANCO
 C.E.P. 31855
 N° de DNI..... 07450801
 N° de Teléfono..... 942760106



UNIVERSIDAD INTERAMERICANA
PARA EL DESARROLLO

UNID

EXPERTOS FORMANDO PROFESIONALES

MINISTERIO DE EDUCACIÓN	
I.E. MELCHORITA SARAVIA	
Grado - Prácticas	
Expediente:	1912
Fecha de Ingreso:	2019-11-18
N° de Folios:	01
Fecha de Recepción:	7/5/19

SOLICITO: permiso para realizar mi trabajo
De investigación

CARTA N°01-2019/EAP/ENF. UNID-LIMA

SEÑOR: BERNARDO VILLA ARTEAGA
DIRECTOR DE LA I.E "MELCHORITA SARAVIA" CHINCHA

DE MI MAYOR CONSIDERACIÓN:


Por la presente es grato dirigirme a usted en Nombre de la Universidad interamericana para el desarrollo y el nuestro deseándole éxitos en su gestión

Yo Melina Romero Navarrete y Madeleine Mendoza redhead estudiantes con bachiller, quienes nos encontramos realizando el trabajo de investigación (tesis)

ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE
3ER AÑO DE SECUNDARIA DE LA I.E "MELCHORITA SARAVIA" DE
CHINCHA, AÑO 2019

En ese, sentido solicitamos a su digna persona otorgarnos el permiso y brindar las facilidades a fin de poder desarrollar nuestro trabajo de investigación en la I.E Que Usted representa. Los resultados de la presente serán alcanzados a su despacho, luego de finalizar la misma.


MADELINE MENDOZA REDHEAD
DNI: 70190592


MELINA ROMERO NAVARRETE
DNI: 45655091