



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS”. LA MERCED, AIJA,
2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: FACTORES DE RIESGO Y DETERMINANTES DE LA SALUD

AUTOR

**LEON SILVESTRE, YULY MILAGROS
ORCID:0000-0002-0857-3343**

ASESOR

**ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO
ORCID:0000-0003-1940-0365**

**CHIMBOTE-PERÚ
2024**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0247-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **20:40** horas del día **30** de **Diciembre** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER Presidente
VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Miembro
CANTUARIAS NORIEGA NELIDA Miembro
Dr. ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "VICENTE GUERRERO PALACIOS". LA MERCED, AIJA, 2024**

Presentada Por :
(1212191039) **LEON SILVESTRE YULY MILAGROS**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **14**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el **TITULO PROFESIONAL** de **Licenciada en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER
Presidente

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Miembro

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
Miembro

Dr. ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "VICENTE GUERRERO PALACIOS". LA MERCED, AIJA, 2024 Del (de la) estudiante LEON SILVESTRE YULY MILAGROS, asesorado por ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 14% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 27 de Febrero del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A Dios Por darme la vida y estar siempre conmigo,
guiándome en mi camino.

A mi familia, ya que el esfuerzo y las metas
alcanzadas, reflejan la dedicación, el amor que
invertieron.

A mis padres: Jessica y Gilmer; por su amor y apoyo
incondicional, por ayudarme a salir adelante a pesar
de todas las dificultades, por cuidarme y motivarme a
que pueda lograr mis objetivos propuestos.

A mi hermana y hermano por su apoyo
incondicional, durante todo este proceso, por estar
conmigo en todo momento gracias. A toda mi
familia porque con sus oraciones, consejos y
palabras de aliento hicieron de mí una mejor
persona y de una u otra forma me acompañan en
todos mis sueños y metas.

YULY M. LEON SILVESTRE

Agradecimiento

Gracias a Dios por permitirme tener y disfrutar a mi familia, gracias a mi familia por apoyarme en cada decisión y proyecto, gracias a la vida porque cada día me demuestra lo hermosa que es y lo justa que puede llegar a ser: gracias a mi familia por creer en mí y gracias a Dios por permitirme vivir y disfrutar de cada día.

No ha sido sencillo el camino hasta ahora, pero gracias a sus aportes. a su amor, a su inmensa bondad y apoyo, lo complicado de lograr esta meta se ha notado menos. Les agradezco. y hago presente mi gran afecto hacia ustedes, A Dios, por el regalo de la vida día a día.

YULY M. LEON SILVESTRE

INDICE GENERAL

	Pag
Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Índice general	VI
Lista de tablas.....	VII
Lista de figuras	VIII
Resumen.....	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema.....	1
II. Marco teórico.....	6
2.1 Antecedentes	6
2.2 Bases teóricas	10
2.3 Hipótesis	16
III. Metodología	17
3.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación.....	17
3.2 Población	17
3.3 Operacionalización de las variables.....	19
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	20
3.5 Método de análisis de datos/informacion	21
3.6 Aspectos Éticos.....	22
IV. Resultados	24
V. Discusión.....	27
VI. Conclusiones.....	33
VII. Recomendaciones.....	34
Referencias bibliográficas	35
Anexos	
Anexo 01: matriz de consistencia.....	43
Anexo 02: Instrumento de recolección de información.....	44
Anexo 03: ficha técnica de los instrumentos	47
Anexo 04: Formato de consentimiento informado u otros.....	49

Lista de Tablas

	Pág.
Tabla 1: Operacionalización de las variables.....	.19
Tabla 2: Estilo De Vida En Los Adolescentes.....	24
Tabla 3: Estado Nutricional En Los Adolescentes	25
Tabla 4: Relación De Estilo De Vida Asociado Al Estado Nutricional	26

Lista de figuras

	Pág.
Figura 1: Modelo de promoción de la salud	12
Figura 2: Estilos de vida de los adolescentes.....	24
Figura 3: Estado nutricional	25
Figura 4: Relacion de los estilos de vida y al estado nutricional.....	26

Resumen

Introducción: Los estilos de vida y estado nutricional se están viendo deteriorados en la actualidad, esto debido a la inadecuada calidad de vida que están llevando los adolescentes, así mismo, influenciado por las redes sociales, la moda y los amigos. **Objetivo general:** Determinar la relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024. **Metodología:** Investigación de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional con diseño de corte transversal – no experimental, de doble casilla. La muestra estuvo constituida por 130 adolescentes, a quienes se le aplicó dos instrumentos: La Escala del estilo de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender y Tablas de valoración nutricional, según índice de masa corporal para adolescentes según MINSA. Los datos obtenidos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados en el software SPSSv.25.0, para su respectivo procesamiento. Se presentó los datos en tablas simples de frecuencia, luego se elaboraron sus figuras con porcentajes para su respectivo análisis. **Resultados:** El 70% tienen estilos de vida no saludable y 30% con estilo de vida saludable. Mientras que el estado nutricional indica un 80.7% de normalidad en los adolescentes, seguido de un 11.5% de delgadez y un 3.9% entre sobrepeso y obesidad. **Conclusión:** según la prueba chi² con una significancia de $P= 0,261 >0.05$. no existe relación estadísticamente significativa entre las variables estilo de vida y estado nutricional, con ello se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula.

Palabras clave: adolescente, estado nutricional, estilo de vida

Abstract

Introduction: Lifestyles and nutritional status are currently deteriorating due to the inadequate quality of life that adolescents are leading, also influenced by social networks, fashion and friends. **General objective:** To determine the relationship between lifestyles and nutritional status in adolescents from the educational institution "Vicente Guerrero Palacios" La Merced, Aija, 2024. **Methodology:** Quantitative, descriptive, correlational research with a cross-sectional - non-experimental, double-box design. The sample consisted of 130 adolescents, to whom two instruments were applied: The Lifestyle Scale prepared by Walker, Sechrist and Pender and Nutritional Assessment Tables, according to body mass index for adolescents according to MINSA. The data obtained were processed in a Microsoft Excel database and then exported in the SPSSv.25.0 software, for their respective processing. The data were presented in simple frequency tables, then their figures were prepared with percentages for their respective analysis. **Results:** 70% have unhealthy lifestyles and 30% have healthy lifestyles. While the nutritional status indicates 80.7% of adolescents are normal, followed by 11.5% of thinness and 3.9% between overweight and obesity. **Conclusion:** according to the chi2 test with a significance of $P= 0.261 >0.05$, there is no statistically significant relationship between the variables lifestyle and nutritional status, thus the alternative hypothesis is rejected and the null hypothesis is accepted.

Keywords: adolescent, nutritional status, lifestyle

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La OMS (organización mundial de salud) en el año 2021, nos dice que los estilos de vida nocivos e inadecuado estado nutricional, manifestaron que en 900 millones de personas se observó que tienen obesidad p sobrepeso, un 462 millones de pobladores presentan desnutrición; así mismo se observó que un aproximado del 45% de muertes en niños son causados por la desnutrición, se observa una gran cantidad en regiones que cuentan con escasos recursos, por la cual agrava el problema en países con bajos recursos en la cual se ha visto un incremento de sobrepeso y obesidad teniendo como consecuencia al sector económico, social y de salud (1).

La adolescencia es considerada como la población más saludable dentro de la población ya que una gran mayoría realizan actividad física y es menos frecuente que ellos asistan a consultas médicas, esta es la etapa que nose brinda demasiada importancia a las necesidades, por lo cual al llegar a la adultes llegan con más ganas de poder superar todos los obstáculos que se le atraviesa, pero tenemos que tener conocimiento de todos los hábitos dañinos que puedan traer resultados negativos a la vida de estos (2).

El fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF), en el dos mil diecinueve, afirma que el sobrepeso y obesidad afecta a la población adolescente teniendo como incidencia un 35%, lo cual es producto de una mala nutrición, así como también de comportamientos negativos en su estilo de vida, también se refiere que la malnutrición en niños adolescentes se da en zonas marginadas y con baja cultura de salud, teniendo una dieta inadecuada y baja actividad física (3).

Un estudio realizado por Bueno M. en España en el 2021, se observa que el impacto de la pandemia del COVID-19 en el estado nutricional de la población, nos dice que durante a cuarentena y aislamiento social hubo un 20,7% de los adolescentes aumento el consumo de bebidas azucaradas , de mismo modo un 64% consumía frecuentemente comidas rápidas, esto llevo afectar a la población teniendo un exceso de peso y ser sedentarias, la cual ocasiona problemas futuros en la salud como la diabetes y enfermedades cardiovasculares (4).

El problema nutricional en adolescentes es ocasionado por irregularidades en los patrones de comidas como es olvidar el desayuno por falta de tiempo, disminución de apetito o no tener el habito de desayunar, uno de los aspectos también es el consumo de snacks, alimentos entre comidas que llegan a proporcionar alta cantidad de energía (5).

De acuerdo a la ONU, el 80% de la población adolescente no realiza suficiente actividad física, que un estimado de cuatro por cada cinco adolescentes a nivel mundial no toman en cuenta la frase “Mente sana en cuerpo sano”, por lo que en general los adolescentes realizan alguna actividad en un tiempo estimado menor a sesenta minutos, el cual es el mínimo que recomienda la OMS, por otro lado, los adolescentes de nacionalidad latinoamericana y del caribe presentan tasas altas de inactividad física, evidenciado por el 84,3%, De los 146 países estudiados, el país latinoamericano mejor ubicado es Costa Rica en el puesto 48), con el 82% de adolescentes inactivos, en el caso de Venezuela ocupa el puesto 139, con el 88,8% de jóvenes haciendo ejercicio menos de una hora al día, el más alto de América Latina (6).

Una mala alimentación hoy en día es un problema muy preocupante que la organización mundial de la salud está haciendo lo posible por disminuir, por lo que nos dice que a nivel mundial el 19% presenta desnutrición y problemas de obesidad. Con respecto a la desnutrición nos dice que esta viene afectando negativamente en la vida de los adolescentes esto a causa de que está abundando los pedidos de forma de delivery y se les hace más rápido a estos jóvenes comer de esa forma poniendo en riesgo su salud. Por lo que se ha propuesto disminuir este porcentaje para el siguiente año por lo cual se deberá fomentar el aumento de empleos (7).

La problemática nutricional en el Perú es muy compleja, ya que afecta a todos los niveles de atención que debe ser abordada con un enfoque preventivo, así mismo la importancia de la nutrición, lamentablemente para las autoridades los problemas de nutrición en el país parecen haber estado retardados en el crecimiento, la problemática de nutrición en el país se ve evidenciado (8).

En el Perú, en las dos últimas décadas se han presentado cambios sociales y económicos que influyen sobre las características epidemiológicas, demográficas y nutricionales de la población; siendo una de sus manifestaciones más notables la modificación de los padrones alimentarios en los adolescentes caracterizado por un alto consumo de grasas, dulces, carbohidratos, alimentos procesados y una disminución del nivel de actividad física (9).

En un estudio publicado por Rivas en el 2021, en nuestro país se manifiesta que el 41.8% de los adolescentes tienen comportamientos y conductas inadecuadas con respecto al

cuidado de su salud nutricional, así como también el se a incrementado el exceso de peso de forma progresiva esto debido a las conductas inadecuadas, por lo cual es necesario conocer los patrones de estilos de vida en alimentación, actividad física y otros (10).

En Ica en el año 2020, el 31% de la población mayor de 15 años presentaron sobrepeso y obesidad, teniendo como principal factor al bajo nivel de actividad física, alimentación con productos procesados, bebidas azucaradas y más alimentos con alto contenido de calorías (11).

En Huaraz, en el año 2019, el Índice de Masa Corporal (IMC), de los adolescentes a partir de los 15 años fue de 27,0 kg/m², lo que quiere decir, que se encontraban con sobrepeso y obesidad, por otro lado, el IMC, se evidenció más elevado en las mujeres a diferencia de los varones ya que ellas presentaron un 27,9 kg/m² y ellos un 26,1 kg/m² (12). Además, en el año 2022 se promovió una alimentación variada, acertada y sustanciosa con los estilos de vida y la higiene saludable que favorecen de manera positiva tanto en su bienestar y su desarrollo en los niños, las niñas y los adolescentes de las diversas instituciones educativas del ámbito público y privado de la región (12).

El estudio realizado por Bonifacio, Y. en su estudio realizado en el centro poblado de Marian, se obtuvo que en los estilos de vida las de la mitad de los adolescentes presentaron un estilo de vida no saludable, así mismo con respecto a su alimentación fue inadecuada, esto debido al consumo de alimentos procesados, sin embargo en la práctica de actividad física se obtuvo que más de la mitad presentaron una actividad física saludable, la relacion interpersonal es saludable, de mismo modo con respecto a la responsabilidad en salud una gran parte de los adolescentes consume sustancias nocivas la cual genera una preocupación (13).

La I.E. “Vicente Guerrero Palacios” se encuentra ubicado en el barrio de Raramapampa S/N, en el Distrito de la Merced, Provincia de Aija. dicho colegio pertenece a la UGEL – AIJA. Esta I.E. alberga alrededor de 130 estudiantes de los alrededores del distrito de la Merced, cuenta con una buena infraestructura para brindar una educación de calidad, así mismo la I.E. es una institución JEC (Jornada Escolar Completa), (14).

Los adolescentes de dicha institución educativa no cuentan con una alimentación adecuada debido a que ellos prefieren consumir alimentos procesados, pese a que la intuición educativa cuenta con un comedor en donde se les brinda tanto el desayuno como el

almuerzo, los productos para este comedor son obtenidos del programa “Qalli Warma” el cual les brinda: arroz, azúcar, menestras, conservas, avenas, harinas, aceite, leche, la cual el colegio complementa con verduras que son comprados semanalmente para que el personal de cocina prepare los alimentos teniendo en cuenta todas las medidas de bioseguridad.

Pese a esto los adolescentes no consumen adecuadamente dichos alimentos, en varias oportunidades se logró observar que ellos desechan los alimentos en los tachos, este comedor es de suma importancia ya que algunos adolescentes no cuentan con economía para poder pagar un restaurant, así mismo es de suma importancia para los adolescentes ya que ellos estudian hasta las 3:30 pm, esta institución es catalogada como una de las mejores dentro de la provincia de Aija, gracias a las enseñanzas brindadas los alumnos logran ganar grandes concurso de conocimiento tanto a nivel provincial como regional .

En la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios”, se observa que los adolescentes prefieren consumir comidas rápidas, restringiendo comidas principales como el desayuno y almuerzo, por comidas que no son nada saludables, dichos adolescentes son influenciados por la publicidad de los alimentos no saludables, de preferencia aquellos productos que en el empaque tiene información que dice que dicho producto contiene: “proteínas, vitaminas”, que da “energía”.

De lo descrito en líneas arriba, surgió la necesidad de formular la siguiente pregunta de investigación

Enunciado del problema

¿Qué relación existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar la relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

Objetivos específicos

- Identificar los estilos de vida global en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

- Identificar el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

Se abordó el estudio, dado a que en la actualidad el estilo de vida en los adolescentes es un ambiente muy preocupante para el sector salud ya que el consumo constante de los productos envasados que se pueden adquirir en quioscos escolares, debido al consumo de estos alimentos se alcanzan problemas de sobrepeso, obesidad y o delgadas esto consecuencia de una mala alimentación y la falta de actividad física, En esta etapa se puede desarrollar diversas actividades que puedan ser agentes de la promoción de prácticas saludables.

La información obtenida en la investigación permitirá evaluar las condiciones de salud y los estilos de vida de los adolescentes, asimismo pretende concientizar en optar conductas saludables para evitar contraer enfermedades no transmisibles, Asimismo facilitará a los estudiantes a conocer el IMC y la importancia del cuidado de su alimentación diariamente manteniendo algún tipo de actividad física para un óptimo estado de salud física, mental y social.

Los resultados obtenidos servirán como referente, para implementar estrategias que mejoren los estilos de vida de los, adolescentes y se evidencien en un adecuado estado nutricional de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de los adolescentes.

Esta investigación busca ayudar a futuros investigadores, ya que la información obtenida puede ser utilizada en futuras investigaciones y así apoyar a la población que lo necesita, como también contribuirá con el distrito de La Merced para poder mejorar la calidad de vida de la población adolescente.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedente Internacionales

García (15), en su investigación titulada: Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida saludables en adolescentes de la institución educativa Marsella. Bogotá; 2020. Tuvo como Objetivo. Determinar los hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida saludables en adolescentes de la institución educativa Marsella. Bogotá; 2020. Estudio descriptivo de corte transversal. Resultados: El 74.2% de los adolescentes se clasificó con un IMC normal, un 94,3% en normalidad según CC, de igual manera por CB el 62,9%, y pliegue del tríceps 48,6% en exceso. Un 74,1% ingiere alcohol, el 54.1% los estudiantes se cepilla los dientes de 2-3 veces al día. El arroz blanco es el alimento más consumido diariamente con un 82.8%. El 82,9% de los adolescentes duermen de 6-8 horas diarias y un 65,7% realiza actividad física en su tiempo libre. Se concluyó que el 74.2% de adolescentes se clasificó en un IMC normal, y 17,1% en sobrepeso, se presentó un alto consumo de alcohol y un bajo porcentaje que realizan actividad física durante la semana y en su tiempo libre. El 77.1% de los estudiantes desayunan con una frecuencia diaria.

Romero et al (16), En su investigación realizada: “Determinar el estilo de vida y estado nutricional de los estudiantes de octavo a décimo año de educación general básica de la escuela Miguel Andrade Vicuña de cantón La Troncal”, 2021. Tipo de estudio: estudio descriptivo transversal de correlación. Muestra: 180 estudiantes. Técnica: encuesta, estado nutricional se valoró con medidas antropométricas (peso, talla e IMC). Instrumento: ficha de recolección de datos sociodemográficos. Resultados: El 88.9% IMC normal, 3,3% obesidad tipo 1, 2,2 pre obesidad. Estilo de vida 34,4% alimentación entre buena y regular, 47,8% actividad física regular, autocuidado 42,8 malo, empleo del tiempo libre 35% regular, sueño 53,9%, malo, 43% existe peligro de consumo de sustancias, sueño 32,8% malo. La talla solo se relacionó con el sueño 0,038, el IMC se relacionó con alimentación 0,010, con actividad física 0,006. Conclusiones: la mayoría de los adolescentes están dentro de un peso normal, no obstante, existen adolescentes que están en sobrepeso y obesidad, Las dimensiones del test fantástico fueron valoradas como regular y malas.

Campos N, (17), en su estudio denominado “Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del Bio-Bio y Factores relacionados, 2021”. **Objetivo:** Identificar los estilos de vida de adolescentes de algunos establecimientos educacionales públicos de la región del Bio-Bio y su relación con factores personales y del microsistema. **Metodología:** Estudio cuantitativo, transversal en 489 adolescentes, los instrumentos utilizados fueron: estilo de vida “Fantástico” adaptado culturalmente a población adolescente; la escala Kidscreen de Percepción de Salud General. **Resultados:** El 10% obtuvo puntajes muy buenos de estilo de vida, se observó asociación directa y estadísticamente significativa con Percepción de Salud y Apoyo social y una asociación inversa con el año académico cursado y la edad de los/las adolescentes. **Conclusión:** Menos de la mitad presentó estilos de vida saludable.

Antecedente Nacionales

Rojas et al (18). En su investigación: “Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima – 2022”. tuvo como objetivo determinar la relación entre el estado nutricional y estilo de vida en los adolescentes de una Institución Educativa Privada, Lima - 2022. La población se constituyó por 50 estudiantes de ambos sexos, el tipo de estudio fue descriptivo, analítico, no experimental, correlacional simple. De acuerdo, al diseño metodológico, para la identificación de los estilos de vida se utilizó el método descriptivo, la técnica de la entrevista. Como resultados se tiene que el 64.2% adolescentes presentan estilos de vida no saludable y el 35.8% estilos de vida saludable. Respecto al estado nutricional se encontró que el 42.9% adolescentes presentan estado nutricional normal, el 30.0% estado nutricional con sobrepeso, el 21.4% estado nutricional con obesidad y el 4.8% con estado nutricional de delgadez. Se concluye que los estilos de vida estudiados no se relacionan con el estado nutricional de los estudiantes adolescentes de la Institución Educativa Privada San Antonio de Padua.

Rojas et al (19). En su investigación realizada: Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros, Huancayo 2021”, tuvo como objetivo de determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional en los adolescentes de Institución Educativa Privada “José Ingenieros”. La población encuestada fue de 150 estudiantes y no hubo muestra; la

metodología de la investigación que se utilizó fue de tipo aplicada con un nivel correlacional, de diseño no experimental y corte transversal. El diseño metodológico utilizado fue el método descriptivo, la técnica usada fue la entrevista. Los resultados arrojaron que el 94.67% presentaron un estilo de vida saludable y el 5.33% tuvieron un estilo de vida no saludable. En cuanto al estado nutricional mostraron que un 94,67 % tuvieron un IMC normal, el 2,665 % de adolescentes tuvieron un IMC de delgadez y el otro 2,665 % mostraron tener un IMC de sobrepeso; y no se encontró ningún adolescente con obesidad. Existe un grado de significancia igual 0,747 concluyendo que hay una relación significativa y directa entre los estilos de vida y el estado nutricional.

Vázquez (20) En su investigación: “Repercusión de los estilos de vida en el estado nutricional en tiempos de pandemia en adolescentes de 14 a 18 años de la I.E. San Martín de Socabaya, Arequipa 2022” tuvo como Objetivo: establecer la repercusión de los estilos de vida en el estado nutricional de los adolescentes. Metodología: es de campo y el nivel de estudio es descriptivo explicativo de corte transversal y relacional. Resultados y conclusiones: los adolescentes se encuentran en el grupo saludable, 16% de ellos presentan un IMC normal, 8% de los estudiantes presentan sobrepeso y ningún estudiante presenta delgadez. Los estudiantes que se encuentran en el grupo poco saludable, 14% de ellos presentan un IMC, el 57% presentan un IMC con sobrepeso y el 5% de los estudiantes presentan un IMC con delgadez. El estilo de vida y el estado nutricional, presentan relación estadística significativa en razón a que los adolescentes presentan un estilo de vida poco saludable y también presentan un estado nutricional en categoría de sobrepeso de acuerdo al IMC. La hipótesis planteada ha sido comprobada

Antecedentes Locales o regionales

Rodríguez (21). En su investigación: “Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes del centro poblado de Marcac – Independencia – Huaraz, 2020”. tuvo como objetivo caracterizar los estilos de vida de los adolescentes del centro poblado de Marcac – Independencia - Huaraz, 2020. Metodología: Es de tipo cuantitativo, diseño descriptivo, de una sola casilla La muestra estuvo constituida por un muestreo no probabilístico. Resultados: más de la mitad de los adolescentes del presentan un estilo de vida no saludable, dimensión de alimentación se presentó que

más de la mitad tiene una alimentación no saludable, dimensión actividad ejercicio, más de la mitad presentan un estilo de vida no saludable, manejo de estrés, la mayoría presentan un estilo de vida no saludable, apoyo interpersonal con un porcentaje significativo presentan un estilo de vida no saludable, autorrealización se presenta que menos de la mitad presentan un estilo de vida no saludable, responsabilidad en salud más de la mitad presentan un estilo de vida no saludable Se concluyó que la gran mayoría de los adolescentes llevan un estilo de vida no saludable.

Espinoza c, (22), en su estudio denominado “Caracterización de los estilos de vida en los adolescentes del centro poblado de Quenuayoc Independencia - Huaraz, 2020”. Objetivo: Determinar la caracterización de los estilos de vida en los adolescentes del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia –Huaraz, 2020. Metodología: Tipo cuantitativo, de nivel descriptivo con diseño no experimental de una sola casilla, muestra constituida por 100 adolescentes, se les aplicó un instrumento de estilos de vida, utilizando la técnica de la encuesta online y llamada telefónica. Resultados: El 93.0% presentan un estilo de vida no saludable, el 7.0% tienen un estilo de vida saludable. Conclusión: los estilos de vida de los adolescentes del Centro Poblado de Quenuayoc Independencia -Huaraz se determinaron que la mayoría de los adolescentes tienen un estilo de vida no saludable.

Lostanau F (23) En su investigación: “Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de Huaychó, distrito de Huayllán, Pomabamba, Ancash - 2020”. Tuvo como objetivo Determinar la caracterización de los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de Huaychó, distrito de Huayllán, Pomabamba, Ancash-2020. La metodología fue de tipo cuantitativo, diseño descriptivo, de una sola casilla estuvo conformada por constituida por 100 adolescentes, aplicándose la encuesta sobre los estilos de vida. Resultados se presentaron en tablas y gráficos ya que más de la mitad de los adolescentes encuestados tienen un estilo de vida no saludable y la quinta parte del total tiene un estilo de vida saludable, conclusión menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable y en su mayoría tienen un estilo de vida no saludable, esto hace referencia a que no tienen una correcta, estas dimensiones tienen más de la mitad un estilo de vida no saludable y la única dimensión con estilo de vida saludable es el de apoyo interpersonal.

2.2. Bases teóricas

La presente investigación está basada en el sustento teórico de Mack Lalonde y Nola Pender. Marc Lalonde, ministro de salud canadiense en 1974, creó el modelo de salud pública sobre los determinantes de salud, que aún sigue vigente, en el cual se reconoce de manera particular al estilo de vida, así como el ambiente incluyendo el social en un sentido más amplio conjunto con la biología humana y la organización de servicios de salud (24).

Estilo de vida: es muy importante en la salud el cual favorece a los adolescentes, así como también depende en gran medida del entorno, como de los hábitos y las conductas que se desarrollen derivados de la promoción en salud que recibe la población de los prestadores de servicios (24).

La biología humana: Al hablar de biología humana nos referimos a la herencia genética que no suele ser modificable actualmente, así como también de la relación de la salud física y mental que repercuten en la salud (25).

Medio ambiente: Son factores que influyen en el adolescente ya que tiene poco control, está relacionado con los factores físicos ambientales, biológicos, de contaminación, factores socioculturales y psicosociales relacionados con la vida (26)

Atención sanitaria: Aquí el adolescente recibe atención de diferentes servicios en el cual se previene y promueve la calidad de vida en diferentes aspectos el cual se define como un sistema de atención de salud (27).

Nola Pender nació el 16 de agosto de 1941, su primer acercamiento que tuvo con la enfermería fue a los 7 años, cuando observó el cuidado que se brindaba a su tía hospitalizada. En 1962 recibió su diploma de la escuela de enfermería, en 1964 completó su licenciatura en la universidad. Su trabajo de doctorado fue encaminado a cambios evolutivos en la codificación de la memoria inmediata en los niños, de la cual surgió un fuerte interés por ampliar sus estudios en la optimización de la salud humana, el cual de origen al modelo de promoción de la salud (MPS) (28).

Nola Pender nombra los rasgos y vivencias personales de cada individuo englobando los conceptos de las conductas relacionadas, así como también da señal a las enseñanzas que adquieran alcances positivos y negativos, en este proyecto se debe establecer cada dimensión en que se presenta con mayor frecuencia, también está relacionado con la

salud y a la vez está orientado a la generación de conductas saludables, Nola Pender es una enfermera, autora del modelo de promoción de salud, expresa que la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano (28).

Modelo de promoción de la salud

Este modelo con la finalidad de formar parte complementaria del modelos de protección a la salud en la cual se define a la salud como un estado dinámico positivo, en sitios en la cual hay ausencia de enfermedades está dirigido para subir los niveles de bienestar de cada una de las personal, así como también expresa que la conducta está motivada por deseos de alcanzar el bienestar y potencial humano, se interesa en la creación de modelos enfermeros que dan respuestas como las personas que adoptan decisiones acerca del cuidado de la salud, el MPS explica de forma clara las conductas de los seres humanos las actitudes y motivaciones que promueve la salud (29).

Nola Pender y su Modelo de Promoción de la Salud (MPS), mencionan que las conductas que acogen las personas individualmente los llevan a tener un comportamiento y participación de la salud, siendo esto características y experiencias propias, como el entendimiento y el efecto que conlleva optar por ciertas conductas de salud. La importancia del autocuidado que expresa la autora son actitudes que le lleva a la acción que suscitara la salud, de mismo modo, para que suceda esto debe haber un compromiso y motivación propia de la persona para llevar en acción un plan de salud con la intervención del enfermero y de esa manera se lograra las metas trazadas (30).

Este modelo de promoción de salud y su teoría del cambio de conducta está dirigido a la toma de decisiones en las conductas saludables de los individuos, esto es fundamental y parte del cuidado de enfermería para mejorar la salud de las personas, asimismo, prevenir las múltiples enfermedades a causa de las conductas. El presente modelo es una herramienta eficaz que es utilizada por los enfermeros para promover y entender la actitud, acción y motivación del individuo mediante la noción de autosuficiencia indicada por Nola Pender valorando la importancia, participación y las observaciones ejecutadas en su propio entorno (31).

En el esquema se pueden ubicar componentes por columnas de izquierda a derecha; la primera trata sobre las características y experiencias individuales de las personas y abarca dos conceptos: conducta previa relacionada y los factores personales.

Figura 01: Modelo de promoción de la salud



Fuente: Modelo de Promoción de la Salud de Nola J. Pender. Alligod, MR. Modelos y teorías en enfermería

Conducta previa relacionada: acá los adolescentes de la institución educativa mediante sus conductas por medio directo o indirecta tienen probabilidades de exponer sus promociones de la salud (31).

Factores personales: esta conducta se caracteriza por los aspectos biológicos, psicológicos y sociocultural de cada adolescente, en la cual el factor biológico en los adolescentes resalta: el aumento de peso, crecimiento de órganos genitales exteriores, inicio de producción de espermatozoides, aparición y crecimiento de vello púbico, axilar, bigote. Así mismo en el factor psicológico los adolescentes tienen autoestima, automotivaciones, de mismo modo el factor sociocultural es identificado por su etnia, cultura y estado socioeconómico (31).

Beneficios percibidos de acción: son aquellas conductas de salud la cual es producida por un motivo muy importante de poder aprender la conducta de promoción de salud positiva (31).

Barreras percibidas de acción: en esta conducta los adolescentes toman opciones de conductas definidas tanto personales, interpersonales o ambientales, en este punto la

promoción de la salud desempeña un papel importante en la cual se permite identificar la dificultad para poder cambiar la conducta de riesgo y así poder mejorar la calidad de vida (31).

Autoeficacia percibida: los adolescentes que tienen capacidades para realizar con éxito diversas tareas con el fin de lograr unas calificaciones altas o aprender en clases, así como también podrán obtener pocas barreras para las conductas de la salud (31).

Efectos relacionados con la actividad: acá se llevan a cabo los sentimientos positivos subjetivos en donde los sentimientos de eficiencia y genera grandes sentimientos positivos, por lo cual es primordial la implementación del programa de actividad dinámica y atractiva (31).

Influencias interpersonales: esto tiene como prioridad la influencia en la familia, amigos, docentes, para que el cuidador de la salud tenga conocimiento de su conducta, creencia y actitudes para poder determinar un estilo de vida (31).

Compromiso con un plan de acción: podrán interactuar para trazar objetivos, estrategias de planificación con la finalidad de desarrollar buenas conductas de salud.

Demandas contrapuestas inmediatas: estos tienen como conducta alternativa baja del control de factores secundarios de los entornos como los trabajos de responsabilidad de los cuidados con su entorno (31).

Conducta promotora de salud: tiene como resultado su conducta como bienestar de salud, realización personal, donde las valoraciones del individuo es el fin del destino del cuidado (31).

Nola Pender define que el estilo de vida saludable está enfocada en una serie de patrones de comportamientos o hábitos que se relacionan con la salud, por lo cual se conocen sus dimensiones:

Metaparadigmas:

Salud: estado completo de bienestar físico, mental y social, que no solamente es la ausencia de afecciones o enfermedades.

Persona: es aquel individuo pensante, sensible, emocional, reflexivo y actuante.

Entorno: Escenario de la vida en el cual se desarrolla el adolescente constituyendo su vida, construyendo vínculos y relaciones sociales, histórica, culturales y políticas.

Enfermería: Esta abarca cuidados autónomos y colaborativos de personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades enfermos o sanos en todos sus entornos (32).

Las dimensiones del estilo de vida consideradas para la presente investigación son: alimentación, actividad y ejercicio, manejo de estrés, apoyo, autorrealización y responsabilidad.

Alimentación: Es la que proporciona los nutrientes necesarios al cuerpo, así mantener en funcionamiento el organismo conservando o restableciendo la salud, disminuyendo el riesgo de que el adolescente pueda enfermarse, esta alimentación debe de estar equilibrada en donde se incluyan proteínas, grasa, carbohidratos, sales minerales y agua en cantidades necesarias para el cuerpo (33).

Actividad y ejercicio: Es todo movimiento del cuerpo que necesita energía para realizar diferentes actividades planificadas, estructuradas y repetitivas que buscan un objetivo claro las cuales pueden ser: bailar, correr, bailar, montar bicicletas, etc (34).

Manejo del estrés: Es el esfuerzo que hace el adolescente para controlar y reducir alguna tensión que ocurre durante situaciones estresantes conllevando a cambios emocionales y físicos (35)

Apoyo interpersonal: El adolescente requiere de suma importancia apoyo social y familiar para establecer una conversación, participar en actividades, pedir o ofrecer ayuda y expresar afecto ya que son la base para una comunicación satisfactoria en nuestro entorno (36).

Autorrealización: Es el afán de cada adolescente para descubrir cuáles son sus objetivos y metas de la vida en una constante lucha, es decir una serie de aspiraciones y el potencial para conseguirlo (37).

Responsabilidad en salud: Es un derecho del adolescente de cuidar su salud la cual implica escoger y decidir sobre alternativas saludables correctas, en vez de aquellas que ponen en riesgo su salud (38).

El estado nutricional es el resultado de aquel balance entre las necesidades, el gasto de energía alimentarias y otros nutrientes necesarios, secundariamente aquel resultado de una cantidad de determinantes en un espacio dado representados por factores, estos factores dan lugar a una ingestión insuficiente o excesiva de nutrientes (39)

Podemos definir el estado nutricional del adolescente como aquel resultado de aporte nutricional y sus demandas nutritivas, así permitiendo que utilizan nutrientes para mantener las reservas y compensar las pérdidas, el adolescente al momento de ingerir una menor cantidad de calorías o nutrientes requeridos reducen existencia de distintos comportamientos corporales ya su cuerpo se vuelve ms sensible a descompensaciones, así como también al momento de ingerir más de lo necesario se llega a incrementar reservas de energía para su organismo (40).

Los métodos antropométricos en el adolescente es evaluar el tamaño, las proporciones y la composición del cuerpo humano, así como también monitorear el crecimiento, mediante una correcta valoración nutricional (41).

Medidas antropométricas: son aquellas mediciones físicas y composición del cuerpo.

Peso: Es una de las medidas más usadas frecuente mente para evaluar es estado nutricional del adolescente, es la medida de masa corporal evidenciado en kilogramos esto también esta influenciado en la edad del adolescente (42).

Talla: Es la altura que mide el tamaño de estatura del adolescente desde la coronilla de la cabeza hasta los pies, el cual refleja el crecimiento alcanzado del adolescente para su edad por lo tanto podemos evidenciar si existe retardo en el crecimiento debido al aporte insuficiente de nutrientes o enfermedades recurrentes (42).

Índice de masa corporal (IMC): Es aquella medida que está asociada al peso y talla del adolescente, este es usado como uno de los indicadore para poder evaluar el estado nutricional, teniendo como formula: $IMC = \text{peso (kg)} / \text{estatura (m}^2)$ (43).

Delgadez: En adolescente se denomina delgadez cuando el índice de masa corporal para la edad es menor a -2 desviación estándar (44).

Normal: Los adolescentes se encuentran en un peso y talla ideal para su edad el cual quiere decir que su estado nutricional está dentro del IMC mayor que 18.5 y menor que 25, el cual el adolescente debe encontrarse en ese rango (45).

Obesidad: Es definida como la acumulación excesiva de grasa que son perjudiciales para la salud, siendo uno de los principales factores de riesgo para numerosas enfermedades crónicas (45).

Adolescente: Persona joven que inicia la pubertad y que aún no es adulta. Durante la adolescencia, un niño presenta cambios físicos, hormonales y del desarrollo que marcan la transición a la edad adulta. Por lo general, la adolescencia ocurre entre los 10 y 19 años de edad (46).

2.3. Hipótesis

Hi: Existe relación significativa entre los Estilos de Vida y el Estado Nutricional en adolescentes de la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

Ho: No existe relación significativa entre los Estilos de Vida y el Estado Nutricional en adolescentes de la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

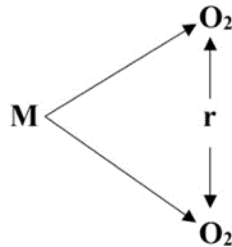
III. METODOLOGIA

3.1. Tipo, Nivel y diseño de investigación

Tipo: Cuantitativo: fue un método estructurado de recopilación y análisis de información que fue obtenida de diversas fuentes, el cual se llevó a cabo con el uso de herramientas estadísticas y matemáticas con el propósito de cuantificar el problema de la investigación (47).

Nivel: Descriptivo correlacional: tuvo como propósito describir situaciones o eventos, como es y cómo fue manifiesta determinado fenómeno, estas buscaron especificar las propiedades importantes de las personas, etc (48).

Diseño: la investigación es de corte transversal – no experimental, donde se realizó la recolección de información que se tomó en un solo periodo de tiempo sin manipular deliberadamente las variables. De doble casilla, porque se estudió dos variables: estilos de vida y estado nutricional del adolescente de la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024. Se esquematiza de la siguiente manera:



M: Adolescentes

O1: Estilo de Vida

O2: Estado nutricional

3.2. Población

Población muestral:

Estuvo constituida por 130 adolescentes de la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024 quienes aceptaron participar en el estudio y que cumplen los criterios de inclusión.

Unidad de análisis:

Cada adolescente que estudia en la Institución Educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024.

Criterio de inclusión:

- Adolescentes que estuvieron matriculados en la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024.
- Adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” que aceptaron participar en el estudio.

Criterio de exclusión:

- Adolescentes que no estuvieron matriculados en la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024.
- Adolescentes que presentaron problemas de comunicación de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

3.4 Técnica e instrumentos de recolección de datos

En el presente trabajo se llevó a cabo el método de encuesta para obtener la información necesaria.

Instrumentos.

En el presente informe de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

INSTRUMENTO N° 01

Escala del estilo de vida Instrumento elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna, E. y Díaz, R. para fines de la presente investigación y poder medir el Estilo de Vida a través de sus dimensiones como son: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera. Se asegurará la validez externa presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos. Para la validez interna se aplicó la fórmula de Pearson en cada ítem, se obtuvo $r > 0.20$, lo cual indica que el instrumento es válido. Para la confiabilidad de un total de 29 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento se obtuvo para la escala total un índice de confiabilidad Alfa de Crombach de 0.794, lo cual indica que la escala para medir el estilo de vida del adulto es confiable.

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y Ejercicio: 7,8,

Manejo del Estrés: 9, 10, 11, 12

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16

Autorrealización: 17, 18, 19

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

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación: NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1 Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos. Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos.

INSTRUMENTO N° 02

Tablas de valoración nutricional:

Tablas de valoración nutricional antropométricas, según índice de masa corporal para adolescentes. Se utilizó para la clasificación nutricional rápida es la tabla de valoración nutricional antropométricas según índice de masa corporal para el adulto mujer y hombre, elaborado por el ministerio de salud, contiene valores de pesos para la respectiva talla y puntos de corte de IMC recomendados para ambos sexos. Consiste en un sobre rectangular con una abertura central, por donde se visualizan los valores referenciales correspondientes a los valores límites de clasificación nutricional según IMC, contenidos en un encarte o lámina interior movable. Los valores se muestran en la tabla. (49)

3.5. Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos:

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

- Se solicitó la carta de recojo de datos a la escuela profesional de enfermería para realizar el trámite correspondiente a la I.E. “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija.
- Se informó y se pidió el consentimiento a los padres de los adolescentes de la I.E. “Vicente Guerrero Palacios” la Merced, Aija, haciendo hincapié que los datos que sean recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adolescentes de la I. E. “Vicente Guerrero Palacios” la Merced, Aija, su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del instrumento.
- Se procedió a aplicar el instrumento a cada adolescente de la I. E. “Vicente Guerrero Palacios” la Merced, Aija.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de los instrumentos a cada adolescente de la I. E. “Vicente Guerrero Palacios” la Merced, Aija.

- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa por el adolescente de la I. E. “Vicente Guerrero Palacios” la Merced_Aija.

CONTROL Y CALIDAD DE DATOS

Validez externa:

Se aseguro la validez externa por juicio de expertos, presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos. (50) (51).

Validez interna:

Para realizar la validez interna se realizó la prueba ítem por ítem e ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio. (51)

Confiabilidad:

Se midió y garantizo mediante la prueba de Alfa de Cronbach, luego de aplicar una prueba piloto; y con el método de división en mitades.

Análisis y procesamientos de datos:

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el SPSS/info/software versión 25.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construirá tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. sí como sus respectivos gráficos estadísticos.

3.5 Aspectos éticos

Los principios éticos que guían la presente investigación están considerados en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación V001, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (52).

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: La dignidad, privacidad y diversidad cultural de todos los participantes fueron protegidos a través de la codificación de los participantes, protegiendo el anonimato y la aplicación de los instrumentos de recolección de la información en un ambiente cómodo y seguro. Toda la información relacionada al estudio fue almacenada de forma segura. Toda la información de los participantes fue almacenada en bases de datos protegidas por contraseñas en computadoras accesibles solo a investigadores del estudio. Toda la información que resulto del presente estudio fue tratada con estricta confidencialidad, y

solamente la investigadora mencionada en el presente estudio, autoridades regulatorias locales, comités de ética, y aquellos que estas designen tuvieron acceso a esta información.

Cuidado del medio ambiente: Se respeto el entorno, la protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza del entorno, utilizando material reciclable (papel) y eliminando de manera adecuada los residuos sólidos.

Libre participación por propia voluntad: Los participantes tienen el derecho de estar informados acerca de los propósitos y la finalidad de la investigación en la cual fueron partícipes a voluntad propia, a través de la firma del Formato de Consentimiento Informado de la Universidad.

Beneficencia, no maleficencia: Todos los hallazgos que se encontraron en la investigación no causaron daño de ningún modo a los participantes de la investigación, los resultados de la investigación serán descriptivos y permitirán implementar estrategias que mejoren su salud y calidad de vida. El participante no tuvo beneficios ni retribuciones para su participación.

Integridad y honestidad: Se aseguro la objetividad, imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación en revistas científicas, ponencias o eventos científicos.

Justicia: Se brindo un trato equitativo a todos los participantes durante todo el proceso a realizar en esta investigación.

IV. RESULTADOS

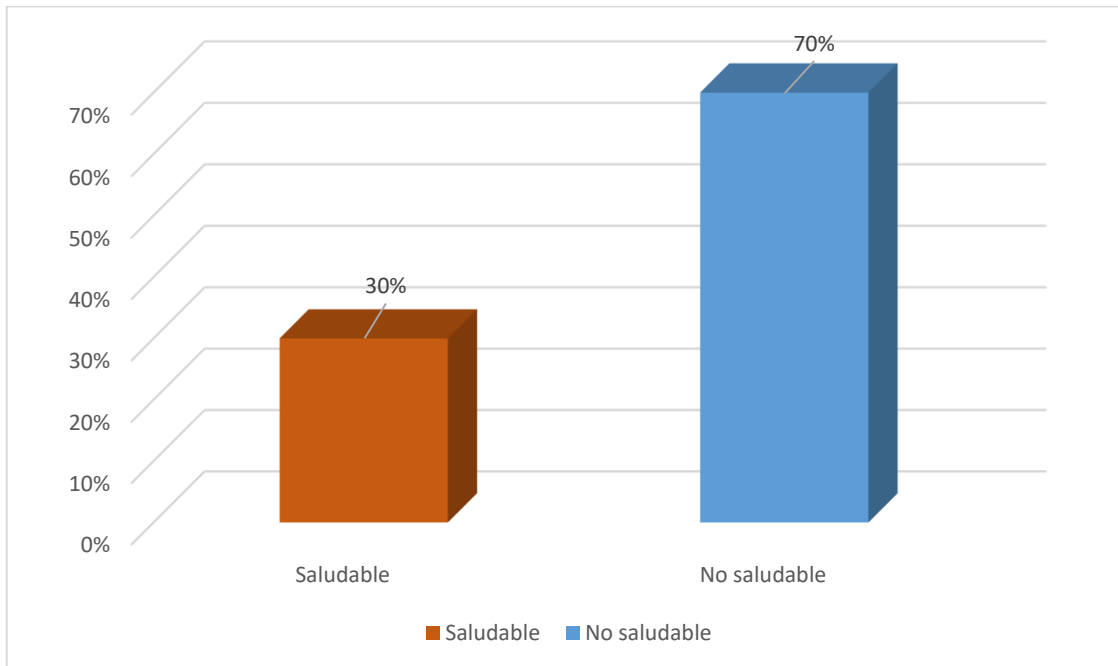
TABLA 2

ESTILO DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024

Estilo de vida	N°	%
Saludable	39	30%
No Saludable	91	70%
Total	130	100%

Fuente: Cuestionario sobre estilo de vida en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

FIGURA 3: ESTILO DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024



Fuente: Elaboración propia.

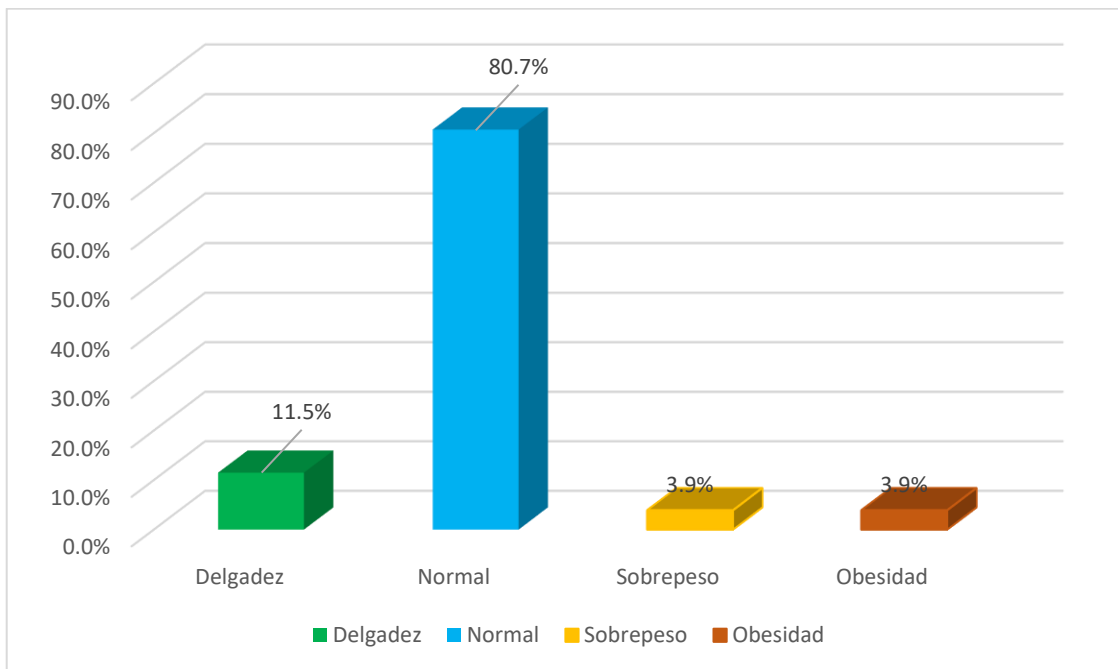
TABLA 3

ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024

Estado nutricional	N°	%
Delgadez	15	11.5%
Normal	105	80.7%
Sobrepeso	5	3.9%
Obesidad	5	3.9%
Total	130	100%

Fuente: Tabla de valoración nutricional de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced, Aija, 2024

FIGURA 4: ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA,2024



Fuente: Elaboración propia.

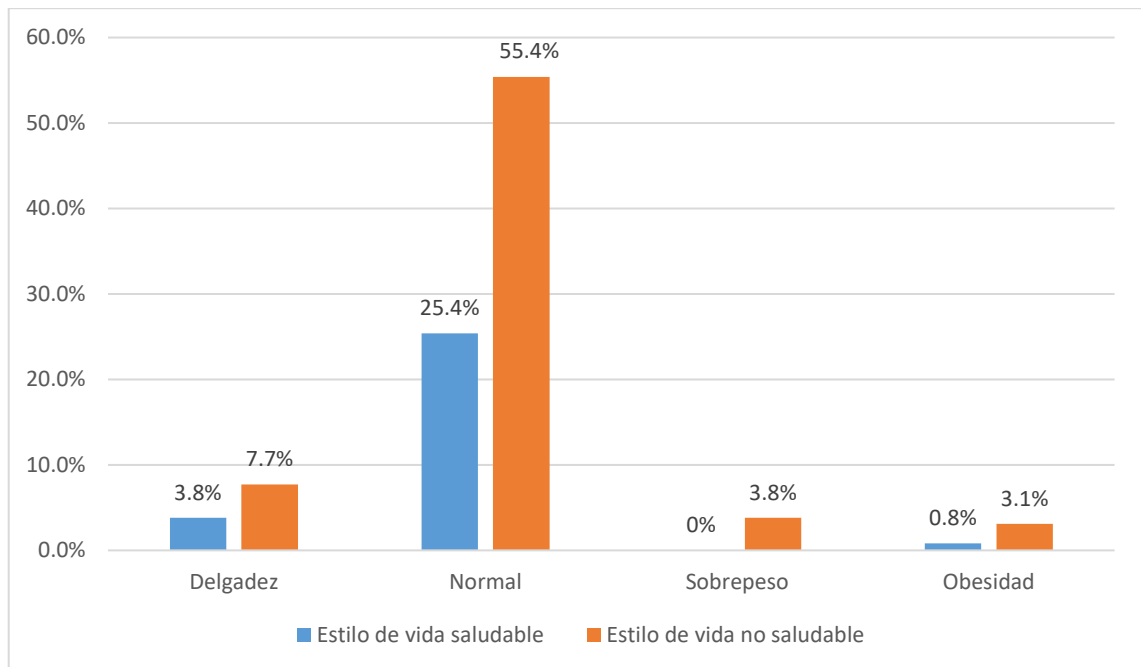
TABLA 4

RELACIÓN DE ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024

Estado nutricional	Estilo de vida		Total	Chi ²
	Estilo de vida saludable	Estilo de vida no saludable		
Delgadez	n	5	10	Chi ² =2,562. P= 0,261 >0.05. No existe relación entre las variables.
	%	3.8%	7.7%	
Normal	n	33	72	
	%	25.4%	55.4%	
Sobrepeso	n	0	5	
	%	0%	3.8%	
Obesidad	n	1	4	
	%	0.8%	3.1%	
Total	n	39	91	
	%	30%	70%	

Fuente: Elaboración propia.

FIGURA 5: RELACIÓN DE ESTILO DE VIDA Y AL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024



Fuente: Elaboración propia.

V. DISCUSIÓN

En la tabla N°1: Del 100% (130) adolescentes que participaron en el estudio más de la mitad 70% (91) llevan un estilo de vida no saludable, menos de la mitad 30% (31) lleva un estilo de vida saludable.

Estos datos obtenidos en los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” son similares al estudio de **Rojas et al** (18) en su investigación titulada: Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima – 2022. que del 100% de los adolescentes encuestados, el 64.2% adolescentes presentan estilos de vida no saludable y el 35.8% estilos de vida saludable. Identificando que los estilos de vida de los adolescentes de la Institución Educativa Privada san Antonio de Padua cuentan con un estilo de vida no saludable.

Así mismo se asemeja a los resultados obtenidos por: **Sernaque** (53) en su investigación titulada: Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes del 1er y 2do año de secundaria de la institución educativa particular Leoncio Amaya Tume_La Unión Piura, 2022 en donde se obtuvo que del 100% (100) estudiantes del 1er y 2do año de secundaria encuestados, el 53 % (53) tienen un estilo de vida saludable, y un 47 % (47) tienen un estilo de vida no saludable.

De igual manera difiere con los estudios realizados resultados por: **Rojas** (54) en su investigación titulada: Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros, Huancayo 2021. en donde se obtuvo que del 100% de los encuestados el 94.67% de los encuestados presentaron un estilo de vida saludable y el 5.33% tuvieron un estilo de vida no saludable.

Al hablar de los estilos de vida nos referimos a un conjunto de actividades y comportamientos que se optan y desarrollan todas las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal.

Al analizar la variable de los estilos de vida podemos observar que la mayoría de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” no cuentan con un estilo de vida saludable, esto debido a que los adolescentes prefieren realizar otras actividades que no conllevan a un estilo de vida saludable por la cual se logró evidenciar un alto consumo de productos envasados, a pesar que de que reciben víveres del

programa Qali Warma, ellos prefieren consumir productos envasados dejándose engañar por los empaques que tienen.

Así como también la mayoría de los adolescentes no realizan actividades físicas debido a que ellos prefieren trasladarse con carros, motos lineales y solo en algunos casos ellos realizan caminatas para poder llegar de un lugar a otro.

En cuanto al manejo del estrés se pudo observar que la mayoría de los adolescentes se encuentran estresados por los estudios, problemas familiares y o problemas personales que ocultan o no pueden contar a sus familiares por diversos motivos.

Con respecto al apoyo interpersonal los adolescentes se relacionan entre ellos, salen, conversan y tienen una buena comunicación entre ellos en la cual ellos se apoyan entre sí, también se apoyan entre adolescentes para poder salir de diversos problemas que puedan atravesar. así como también realizan diversas actividades, de tal manera la importancia de la autorrealización para alcanzar el crecimiento tanto personal como individual.

En cuanto a la dimensión responsabilidad en salud pudimos observar que hay un gran porcentaje de adolescentes que no acude a una posta médica a realizarse sus controles, o que solo van cuando dolor extremo de por medio.

Nola Pender en su modelo de promoción de la salud, nos menciona que existen factores cognitivos – perceptuales los cuales son características personales e interpersonales, así como también situacionales, las que favorecen a la salud ya que son modificados dando un buen resultado, acá es donde influye el modelo de Nola Pender, porque se basa en la educación de las personas como saber cuidarse y llevar un estilo de vida saludable, es por ello que se promueve una vida saludable ya que es primordial para evitar que los adolescentes se enfermen.

Así mismo se plantea una propuesta de mejora la cual se basa en recomendar que los padres y adolescentes tengan una alimentación balanceada que los ayude a mantenerse sanos, de mismo modo el personal de salud tiene que promover una alimentación balanceada y mantener una vigilancia constante para que de este modo se eviten enfermedades metabólicas.

En esta investigación se pudo encontrar que la mayoría de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” tiene un estilo de vida no saludable, esto debido a la mala alimentación, así como también de no realizar actividades físicas y de la misma manera de no tomar conciencia de la responsabilidad en salud que debe tener cada uno de ellos.

En la tabla N° 2: del 100% (130), de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, más de la mitad, 80.7% (105) cuenta con un estado nutricional normal; el 11.5% (15) presentan delgadez, el 3.9% (5) de los encuestados tiene sobrepeso y un 3.9% (5) obesidad.

Los resultados obtenidos en la presente investigación se asemejan a la investigación realizada por: **Rojas et al** (18), en su investigación titulada: Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima – 2022. Obtuvo que del 100% de los adolescentes, el 42.9% presentan estado nutricional normal, el 30.0% estado nutricional con sobrepeso, el 21.4% estado nutricional con obesidad y el 4.8% con estado nutricional de delgadez, obteniendo un estado nutricional normal.

Así mismo la investigación realizada se asemeja con la investigación realizada por: Talavera **Falcon** (55). En su investigación titulada: Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de educación secundaria Lima 2018. Obteniendo como resultado, que el 1.9% presentaron delgadez; 51.9% tuvieron un estado nutricional normal; el 29.7%, sobrepeso y el 16.5%, obesidad.

De mismo modo difiere con la investigación de: **Guin** (56). En su investigación titulada: Estilos de vida y estado nutricional en niños preescolares de la institución educativa N°318 Esperanza Baja Distrito Chimbote – Santa, 2020. Obteniendo como resultado del 100% (48) de preescolares de la Institución Educativa N° 318 Esperanza Baja, el 39,5% (18) tiene un estado nutricional normal, el 29,2% (14) obesidad, el 25,0% (12) presenta sobrepeso y el 6% (3) desnutrición.³⁵ Así, menos de la mitad de preescolares presenta un estado nutricional normal, seguido de obesidad, sobrepeso y desnutrición.

Algunos teóricos mencionan que los adolescentes deben mostrar un compromiso para que puedan ponerlos en práctica y no poder causar desequilibrios innecesarios que

pongan en riesgo su salud, así mismo existen adolescentes con bulimia y anorexia a causa de una mala alimentación por causa de la mala información y baja autoestima.

Al hablar del estado nutricional nos referimos a el resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria otros nutrientes esenciales, así como también el resultado de una gran cantidad de determinantes representado por factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos y ambientales. Los cuales dan lugar a la ingestión insuficiente o excesiva de nutrientes y o impedir la utilización optima de alimentos ingeridos.

Al analizar la variable del estado nutricional podemos observar que la mayoría de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” muestra que la mayor parte tiene un estado nutricional entre delgadez y normal, eso quiere decir que hay adolescentes que no toman conciencia respecto a la salud, además tienen a la mano todas las posibilidades de enfrentar las consecuencias más adelante. Esto también se debe a una mala rutina del día a día y además en consumo de comida rápida, también se ve casos que hay adolescentes que no se brindan los alimentos preparados por el programa Qally Warma.

En esta investigación se pudo observar que los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” la mayoría de los adolescentes cuentan con un estado nutricional normal, por lo que deducimos que los adolescentes tienen conocimiento sobre la importancia de tener un peso adecuado para la estatura así no se pueda ver afectada su salud.

En la tabla N°3. Se muestra la relacion del estilo de vida y estado nutricional de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, en el cual se puede observar que del 100% (130) de los adolescentes de la institución educativa el 70% (91) cuentan con un estilo de vida saludable, el 80.7% (105) tienen un estado nutricional normal, Al relacionar la variable estilos de vida con el estado nutricional aplicado en el chicuadrado ($\chi^2=2,562$. $P= 0,261 > 0.05$.) No existe relación entre las variables.

Los resultados obtenidos de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, se puede observar que la mayoría de los adolescentes presenta un estado nutricional normal, pero también existe su una minina cantidad de adolescentes

que tienen delgadez, sobrepeso y obesidad, esto debido a que los adolescentes sobrecargan su estilo de vida como por ejemplo: no desayunar, no almorzar adecuadamente, consumir comidas chatarras para poder “engañar” al estómago, por lo cual se empieza a tener un trastorno alimenticio así como también diversas enfermedades, que hace que estos adolescentes empiezan a engordar o adelgazar. No existe relación esto debido a que el estilo de vida es una decisión del adolescente para poder deteriorar o favorecer a su salud, pero si hablamos del estado nutricional nos referimos al índice de masa corporal (IMC) que tiene el adolescente esto debido a las consecuencias que esta toma para su salud. Así mismo estas cifras de delgadez, sobrepeso y obesidad, se viene dando por diversos motivos ya sea por no realizar actividades físicas, malos hábitos alimenticios, falta de conocimiento, así como también la condición económica. Por lo cual tener un estilo de vida saludable va a influir en el estado nutricional de cada uno de los adolescentes.

Los resultados obtenidos son similares a la investigación realizada por: **Rojas et al** (18) en su investigación titulada: Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima - 2022. Obtuvo los siguientes resultados: Se observa que el 21.4% tienen estilo de vida no saludable y estado nutricional normal, el 19.1% presentan estilos de vida no saludable y estado nutricional con sobrepeso, el 19.1% con estilos de vida no saludable y estado nutricional con obesidad, el 21.4% tiene estilo de vida saludable y estado nutricional normal y el 11.0% tienen estilo de vida saludable y padecen de sobrepeso. El valor de la prueba estadística chi cuadrado es ($\chi^2 = 0.213$) con nivel de significancia ($p = 0.176$) la cual es mayor a ($p > 0.05$), determinando que el estado nutricional no se relaciona con los estilos de vida de los adolescentes de la Institución Educativa Privada san Antonio de Padua, Lima – 2022

Así mismo los resultados se asemejan a la investigación realizada por: **Aquiño** (57) en su investigación titulada: Estilos de vida y estado nutricional de los adultos de la comunidad de Tuyu, Marcará – Carhuaz, 2020. En donde obtuvo que: Del 100% (70) de los adultos con estilo de vida saludable, el 12.8% (9) presentan un estado nutricional normal, 4.3% (3) con delgadez, el 1.45% (1) con obesidad y el 0,0% (00) con sobrepeso. Y del total de los adultos con un estilo de vida no saludable el 48.6% (36) presenta delgadez, el 31.4% (22) presenta un estado nutricional normal, el 1.45% (1) presenta

obesidad y el 0,0% (00) presenta un estado nutricional de sobrepeso, no existe significancia estadística entre las variables estilo de vida y nutrición.

Así como también difiere con la investigación realizada por: **Sernaque** (53) en su investigación titulada: Estilos De Vida Y Estado Nutricional En Los Estudiantes Del 1er Y 2do Año De Secundaria De La Institución Educativa Particular Leoncio Amaya Tume_La Unión_ Piura, 2022. Pudo obtener que: En cuanto la prueba del chi 2 con relación del estilo de vida y estado nutricional de los estudiantes de la institución educativa particular Leoncio Amaya Tume, Distrito la unión, Piura, se pudo visualizar que ($\chi^2 4,754$ GL: 2 p: 0,028 <0,05), dando relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y estado nutricional.

En el presente estudio se observó que no hay concordancia estadística entre las variables ya que cada variable depende de la otra, el estilo de vida son costumbres que tiene un individuo sobre su propia salud y a la vez se da las mejores condiciones para afrontar de manera opositiva o negativa, así mismo en el estado nutritivo es relevante destacar que la conducta alimentación en esta edad es complicada de cambiar por diferentes motivos. Por último, se llega a deducir que los presentes resultados se notan al comentar que para lograr un estado matronal no se depende del estilo de vida.

En los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables ya que cada variable es independiente, es decir, el estilo de vida son decisiones que toma la persona para beneficiar su salud; y en el estado nutricional es la conducta alimentaria mantienen cada adolescente por lo cual se deduce que el estado nutricional no depende del estilo de vida que lleva cada adolescente.

VI. CONCLUSIONES

- Se logro identificar que los estilos de vida del adolescente, en su mayoría cuentan con un estilo de vida no saludable, esto debido a la mala alimentación, así como también de no realizar actividades físicas y de la misma manera de no tomar conciencia de la responsabilidad en salud que debe tener cada uno de ellos.
- En relacion al estado nutricional se pudo identificar que más de la mayoría de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, cuentan con un estado nutricional normal, un mínimo porcentaje tiene delgadas, sobrepeso y obesidad.
- Al relacionar la prueba del χ^2 en relacion con el estilo de vida y estado nutricional de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios”, en el cual se identificó que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables ya que cada variable es independiente, es decir, el estilo de vida son decisiones que toma la persona para beneficiar su salud; y en el estado nutricional es la conducta alimentaria que mantiene cada adolescente.

VII. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados obtenidos en la investigación al puesto de salud de La Merced con el objetivo de Implementar estrategias de prevención y promoción a través de sesiones educativas sobre la importancia de un buen estilo de vida con el fin de mejorar la calidad de vida de los adolescentes.
- Incentivar a los estudiantes de salud a realizar nuevas investigaciones sobre el estudio de las variables estilos de vida y estado nutricional, teniendo en cuenta los datos obtenidos, de manera que permita concientizar a la población sobre la importancia de mantener un estilo de vida saludable, con el fin de evitar la propagación de enfermedades crónicas.
- Dar a conocer los resultados a la población Mercedina en general para que ellos también puedan concientizar a sus hijos acerca de la importancia de los estilos de vida y el estado nutricional para el bienestar de su salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS. MALNUTRICION [Internet]. Researchgate.net. [citado el 10 de noviembre de 2024]. Disponible en: https://www.researchgate.net/figure/Fuente-Organizacion-Mundial-de-la-Salud-9-de-Junio-de-2021-WHOINT-Obesidad-y_fig2_373636798
2. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Jóvenes: opciones y cambios. Promoción de conductas saludables en la adolescencia [Internet]. Colombia.: OPS; 2018 [citado el 10 de noviembre, 2024]. Disponible en: <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/708>
3. UNICEF. Estado mundial de infancia 2019. [En línea]. 2019. Disponible: <https://www.unicef.org/mexico/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2019>
4. Bueno M. Obesidad infantil en tiempo covid-19. [En línea]. Rev. Esp. Endocrinología Pediátrica; España; 2021. [Citado el 10 Noviembre de 2024] 12(1): 1-5. Disponible: <https://www.endocrinologiapediatrica.org/modules.php?name=articulos&idarticulo=679&idlangart=EN>
5. Miñana V, Correcher P, Dalmau J. La nutrición del adolescente. 2016.[Consultado 2 diciembre de 2020]. Disponible en: https://www.adolescenciasema.org/ficheros/revista%20adolescere/vol4num3-2016/06_la_nutricion_del_adolescente.pdf
6. Lies U. Un 80% de los adolescentes no hace suficiente actividad física [Internet]. Noticias ONU. 2019 [citado el 17 de enero de 2023]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2019/11/1465711>
7. Promoción de la Salud. Enciclopedia Ilustrada del Perú. Alberto Tauro del Pino. El Comercio, PEISA y Saga Falabella. Tercera edición. Ancash, Perú. 2015. Disponible en: <https://elcomercio.pe/eldominical/hombre-ilustroperunoticia608037-noticia>
8. IIDENUT. Propuesta sistémica para abordar la problemática nutricional en el Perú [Internet]. IIDENUT. 2021 [cited 2023 Jan 10]. Available from: <https://www.iidenut.org/instituto/2021/08/11/propuesta-sistemica-para-abordar-la-problemativa-nutricional-en-el-peru>

9. Perú. Ministerio de Salud. Dirección General de Promoción de la Salud; Organización Panamericana de la Salud - OPS. Lima; Organización Panamericana de la Salud - OPS; 2005. 68 p. (Cuadernos de Promoción de la Salud, 14). Disponible en: http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/813_MS-PROMCPS14.pdf
10. Rivas S, Saintila J, Rodríguez M, Calizaya E. Evaluación de conocimientos, actitudes, prácticas de alimentación en población adolescente peruana: Estudio transversal. [En línea]. Rev. Española Nutrición Comunitaria; 2021. [Citado el 10 Noviembre 2024] 27(2). Disponible: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2021_2_art_4.pdf
11. MINSA. Ica con más de 31% de mayores de 15 años sufren sobrepeso – obesidad. [Internet]. En: Diario La Lupa; 2020. Disponible: <https://lalupa.pe/actualidad/en-ica-mas-del-31-demayores-de-15-anos-sufren-de-sobrepeso-u-obesidad-28211/>
12. INEI. Enfermedades no transmisibles y transmisibles, Ancash; 2019, [Internet]. 2019 [citado el 17 de enero de 2023]. Disponible en: [http://file:///C:/Users/HP/Downloads/Ancash\(1\).pdf](http://file:///C:/Users/HP/Downloads/Ancash(1).pdf)
13. Espinoza V, Claudia M. Caracterización de los estilos de vida en los adolescentes del centro poblado de Quenuayoc Independencia - Huaraz, 2019. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado el 17 de enero de 2023]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/31066>
14. Colegio Vicente Guerrero Palacios La Merced - La Merced [Internet].Institucioneducativa.info. Instituciones Educativas del Perú; [citado el 1 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.institucioneducativa.info/dre/dre-ancash/colegio-vicente-guerrero-palacios-456/>
15. García E. Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida saludables en adolescentes de la institución educativa Marsella. Bogotá; 2020. Diponible en ; <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/39168>
16. Romero CT, Calle L, Vázquez Calle A, Romero L, Ramírez Coronel AA. Estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes. prosciences [Internet].

- 30 de septiembre de 2021 [citado 28 de agosto de 2024];5(40):272-83. Disponible en: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/435>
17. De la Región del Bio-Bio Y Factores Relacionados. EDEVDEADEEEP. Universidad de Concepción [Internet]. Udec.cl. [citado el 21 de febrero de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.udec.cl/jspui/bitstream/11594/6049/1/TESIS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20DE%20ADOLESCENTES%20DE%20ESTABLECIMIENTOS%20.Image.Marked.pdf>
18. Rojas Figueroa EV, Tarazona Falcon S. Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima - 2022 [Internet]. Universidad César Vallejo; 2022 [citado el 22 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/102541>
19. Rojas Mallqui AM, Bacilio Borja OK. Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros, Huancayo 2021 [Internet]. Universidad Nacional del Centro del Perú; 2021 [citado el 22 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/7982>
20. Vázquez A. Repercusión de los estilos de vida en el estado nutricional en tiempos de pandemia en adolescentes de 14 a 18 años de la I.E. San Martín de Socabaya, Arequipa 2022. Universidad Católica Santa María. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12920/13070>
21. Rodriguez R. Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes del centro poblado de Marcac – Independencia – Huaraz, 2020. Univesidad Catolica los Angeles de Chimbote. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/33329>
22. Espinoza C . Caracterización de los estilos de vida en los adolescentes del centro poblado de Quenuayoc Independencia - Huaraz, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado el 17 de enero de 2023]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/31066>
23. Lostaunau F. Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de Huaychó, distrito de Huayllán, Pomabamba, Ancash - 2020 [Internet]. [Chimbote]: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022

- [citado el 6 de noviembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30576>
24. Arce Espinoza L, Rojas Sáurez K. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL ESTILO DE VIDA DE LOS FUNCIONARIOS DE UNA UNIVERSIDAD ESTATAL DE COSTA RICA: NIVEL EDUCATIVO, ESTADO CIVIL Y NÚMERO DE NIÑOS. UNED Res J [Internet]. 2020;12(2):e3151. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/cinn/v12n2/1659-4266-cinn-12-02-400.pdf>
 25. de Biopolitica (O. B. P.) O. Recordando los determinantes de salud de Lalonde [Internet]. Observatorio de biopolitica. 2018 [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://biopolitica.net/2018/03/07/recordando-los-determinantes-de-salud-de-lalonde/>
 26. Villar Aguirre Manuel. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. Acta méd. peruana [Internet]. 2011 Oct [citado 2023 Feb 27] ; 28(4): 237-241. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011&lng=es.
 27. Palladino AC. EL CONCEPTO DE “CAMPO DE SALUD” UNA PERPECTIVA CANADIENSE [Internet]. Edu.ar. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/8976>
 28. Aristizábal Hoyos Gladis Patricia, Blanco Borjas Dolly Marlene, Sánchez Ramos Araceli, Ostiguín Meléndez Rosa María. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm. univ [revista en la Internet]. 2011 Dic [citado 2023 Feb 28] ; 8(4): 16-23. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S16657063201100040003&lng=es.
 29. Hoyos GPA, Borjas DM, Ramos AS, Meléndez RMO. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. Medigraphic.com. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>

30. Pender, N. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. [Consultado el 12 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
31. OPS. Enfermería [Internet]. Paho.org. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>
32. de Salud y Protección Social M. ¿Qué es una alimentación saludable? [Internet]. Gov.co. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx>
33. ISAF. ▷ Diferencias entre Actividad Física y Ejercicio Físico - Instituto ISAF [Internet]. Blog Instituto ISAF. 2022 [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://blog.institutoisaf.es/que-diferencia-hay-entre-actividad-fisica-ejercicio-fisico-y-deporte>
34. MedlinePlus Enciclopedia Médica: Manejo del estrés [Internet]. Funsepa.net. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <http://www.funsepa.net/medlineplus/spanish/ency/article/001942.htm>
35. Viejo PC. La importancia de las relaciones interpersonales [Internet]. Psicólogos en Colmenar Viejo Madrid. 2018 [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.psicologiacolmenar.es/psicologo/la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales/>
36. Zaragoza RSP. La Autorrealización, según la teoría de Maslow [Internet]. 2020 [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.rafaelsalaspsicologo.com/autorrealizacion-teoria-maslow/>
37. Limia Legrá Mónica. Cambio de mentalidad: Responsabilidad de salud. Index Enferm [Internet]. 2010 Mar [citado 2023 Feb 28]; 19(1): 42-46. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es)
38. Pedraza DF. Estado nutricional como factor y resultado de la seguridad alimentaria y nutricional y sus representaciones en Brasil [Internet]. Cielosp.org.

- [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <http://cielosp.org/article/rsap/2004.v6n2/140-155/>
39. Gimeno E. Medidas empleadas para evaluar el estado nutricional. Offarm [Internet]. 2003 [citado el 28 de febrero de 2023];22(3):96–100. Disponible en: <https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/valoracion-estado-nutricional>
40. De saud M. Valoración Nutricional [Internet]. Gob.pe. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/adolescentes/valoracion-nutricional>
41. UNIVERSIDAD DE VIGO. Procedimientos peso y talla [Internet]. Studocu.com. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.studocu.com/es/document/universidade-de-vigo/fundamentos-de-enfermaria/peso-y-talla/425679>
42. Condes C las. Calculadora de índice de masa corporal (IMC) [Internet]. Clinicalascondes.cl. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Centros/Centro-de-Nutricion/Nutricion/Calculadora-IMC>
43. de Salud M. Delgadez en adolescentes [Internet]. Gob.pe. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://anemia.ins.gob.pe/node/274>
44. default - Stanford Medicine Children's Health [Internet]. Stanfordchildrens.org. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=determining-body-mass-index-for-teens-90-P04698>
45. OPS. Prevención de la Obesidad [Internet]. Paho.org. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
46. Diccionario de cáncer del NCI [Internet]. Instituto Nacional del Cáncer. 2011 [citado el 8 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/adolescente>
47. Ortega C. Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla [Internet]. QuestionPro. 2017 [citado el 28 de febrero de 2023].

Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa>

48. Moreno-Galindo E, Perfil VT mi. Metodología de investigación, pautas para hacer Tesis [Internet]. Blogspot.com. [citado el 28 de febrero de 2023]. Disponible en: <https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2016/12/niveles-de-investigacion-cientifica.html>
49. Viejo PC. La importancia de las relaciones interpersonales [Internet]. Psicólogos en Colmenar Madrid. 2018 [citado el 30 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.psicologiacolmenar.es/psicologo/la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales/>
50. Pollit, D. Hungler, B. Investigación científica en ciencias de la salud. Interamericana Mc Graw Hill. México; 2020. Disponible en: https://bibliotecadigital.uchile.cl/discovery/fulldisplay?vid=56UDC_INST%3A56UDC_INST&search_scope=MyInst_and_CI&tab=Everything&docid=alma991002122819703936&lang=es&context=L&adaptor=Local%20Search%20Engine&query=sub%2Cexact%2CHistoria%20natural%2CAND&mode=advanced
- 51- Hernández R. Metodología de la investigación. Mc Graw-Hill Interamericana. México; 2020. Disponible en: [file:///D:/Downloads/Dialnet-EstiloDeVidaYFactoresBiosocioculturalesDelAdultoJo-5127592%20\(1\).pdf](file:///D:/Downloads/Dialnet-EstiloDeVidaYFactoresBiosocioculturalesDelAdultoJo-5127592%20(1).pdf)
52. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Reglamento de integridad científica [Internet]. Chimbote, Perú: ULADECH. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2024 [Consultado el 30 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/launiversidad/transparencia/?search=reglamento+de+integridad+cient%3ADfca&lang=1&id=1&id=2>
53. Sernaque A (2023). Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes del 1er y 2do año de secundaria de la institución educativa particular Leoncio Amaya

- Tume_La Unión_Piura, 2022. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/34676>
54. Rojas Mallqui AM, Bacilio Borja OK. Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros, Huancayo 2021 [Internet]. [Universidad Nacional del Centro del Perú]: Universidad Nacional del Centro del Perú; 2021 [citado el 9 de octubre de 2024]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12894/7982>
55. Falcón Chambilla Vilma Y. Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de educación secundaria Lima 2018 [Internet]. Universidad de San Martín de Porres; 2023 [citado el 9 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/11926> .
56. Guin, D. (2023). Estilo de vida y estado nutricional en niños preescolares de la institución educativa N° 318 Esperanza Baja distrito Chimbote - Santa, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/33812>
57. Aquino, I. (2022). Estilos de vida y estado nutricional de los adultos de la comunidad de Tuyu, Marcara - Carhuaz, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/29082>

ANEXOS

Anexo 01 Matriz de consistencia

Título: Estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija,2024.

TITULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	METODOLOGIA
estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija, 2024	¿Qué relación existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija, 2024?	Determinar la relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija, 2024	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar los estilos de vida global en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija, 2024 - Identificar el estado nutricional en adolescentes de la institución educativa “Vicente Guerrero Palacios” La Merced_Aija, 2024. 	Tipo: Cuantitativo, correlacional de corte transversal. Diseño: De una sola casilla. Técnica: Encuesta y observación. Población: 130 adolescentes Muestra: 130 adolescentes

Anexo 02 Instrumento de recolección de información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA
ESCALA DE ESTILO
DE VIDA



AUTOR: Walker, Sechrist,
Pender

Modificado por: Díaz R; Márquez, E; Delgado, R
(2008)

ÍTEMS	CRITERIOS			
ALIMENTOS				
1. Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida	N	V	F	S
2. Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3. Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
4. Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
5. Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6. Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7. Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8. Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
MANEJO DEL ESTRÉS				
9. Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida	N	V	F	S
10. Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11. Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12. Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
APOYO INTERPERSONAL				
13. Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14. Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15. Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16. Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los Demás.	N	V	F	S
AUTORREALIZACIÓN				
17. Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida	N	V	F	S
18. Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19. Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20. Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	N	V	F	S
21. Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud	N	V	F	S
22. Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23. Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud	N	V	F	S
24. Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25. Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y drogas	N	V	F	S

**TABLAS DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA,
SEGÚN ÍNDICE MASA CORPORAL PARA ADOLESCENTES
EN MUJERES**

TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA - MUJERES (15 a 17 años)



ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC) PARA EDAD

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN				
	IMC < 16,0	16,0 - 16,9	17,0 - 17,9	18,0 - 18,9	IMC ≥ 19,0
15 años	16,0	16,5	17,0	17,5	18,0
16 años	16,0	16,5	17,0	17,5	18,0
17 años	16,0	16,5	17,0	17,5	18,0

INDICACIONES:

- Con los valores de peso y talla de la niña o adolescente calcular el IMC, según sea de:
- IMC < 16,0 (obesidad) o < 16,5 (obesidad).
- IMC entre 16,0 y 16,9 (obesidad).
- IMC entre 17,0 y 17,9 (obesidad).
- IMC entre 18,0 y 18,9 (obesidad).
- IMC ≥ 19,0 (obesidad).

DEFINICIONES:

- El IMC se calcula dividiendo el peso en kilogramos (kg) entre la talla en metros (m) elevada al cuadrado (m²).
- Una niña o adolescente se considera obesa si su IMC es igual o superior a 19,0.
- El IMC se calcula con los valores del IMC que aparecen en el recuadro y se clasifica según corresponda.

ESTADOS NUTRICIONALES

Algunas niñas de 15 a 17 años no alcanzan su estatura definitiva al iniciar los estudios de tercer grado. Por lo tanto, se recomienda evaluar su estado nutricional en función de su estatura actual. Se debe considerar que el IMC se calcula con los valores de peso y talla de la niña o adolescente en el momento de la evaluación. Si la niña o adolescente no ha alcanzado su estatura definitiva, se debe considerar su estado nutricional en función de su estatura actual. Se debe considerar que el IMC se calcula con los valores de peso y talla de la niña o adolescente en el momento de la evaluación.

Grado	Descripción de la niña o adolescente	Valor IMC
I	IMC < 16,0 (obesidad) o < 16,5 (obesidad)	16,0 - 16,9
II	IMC entre 16,0 y 16,9 (obesidad)	17,0 - 17,9
III	IMC entre 17,0 y 17,9 (obesidad)	18,0 - 18,9
IV	IMC entre 18,0 y 18,9 (obesidad)	19,0 - 19,9
V	IMC ≥ 19,0 (obesidad)	20,0 - 20,9

TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA - MUJERES (15 a 17 años)



TALLA PARA EDAD (TPE) PARA EDAD

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN				
	TPE < 150 cm	150 - 154,9 cm	155 - 159,9 cm	160 - 164,9 cm	TPE ≥ 165 cm
15 años	150	152	154	156	158
16 años	150	152	154	156	158
17 años	150	152	154	156	158

INDICACIONES:

- Con los valores de peso y talla de la niña o adolescente calcular el IMC, según sea de:
- IMC < 16,0 (obesidad) o < 16,5 (obesidad).
- IMC entre 16,0 y 16,9 (obesidad).
- IMC entre 17,0 y 17,9 (obesidad).
- IMC entre 18,0 y 18,9 (obesidad).
- IMC ≥ 19,0 (obesidad).

DEFINICIONES:

- El IMC se calcula dividiendo el peso en kilogramos (kg) entre la talla en metros (m) elevada al cuadrado (m²).
- Una niña o adolescente se considera obesa si su IMC es igual o superior a 19,0.
- El IMC se calcula con los valores del IMC que aparecen en el recuadro y se clasifica según corresponda.

ESTADOS NUTRICIONALES

Algunas niñas de 15 a 17 años no alcanzan su estatura definitiva al iniciar los estudios de tercer grado. Por lo tanto, se recomienda evaluar su estado nutricional en función de su estatura actual. Se debe considerar que el IMC se calcula con los valores de peso y talla de la niña o adolescente en el momento de la evaluación. Si la niña o adolescente no ha alcanzado su estatura definitiva, se debe considerar su estado nutricional en función de su estatura actual. Se debe considerar que el IMC se calcula con los valores de peso y talla de la niña o adolescente en el momento de la evaluación.



Ministerio de Salud
Dirección General de Salud Pública
Unidad de Nutrición y Alimentación

**TABLAS DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA,
SEGÚN ÍNDICE MASA CORPORAL PARA ADOLESCENTES
EN VARONES**

TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA - VARONES (9 a 17 años)

ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC) PARA EDAD

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN			
	Delgado < -1.645	Normal -0.674	Obeso 1.645	Obesidad > 2.000
9-10	16.00	17.00	18.50	21.00
11-12	16.50	17.50	19.00	21.50
13-14	17.00	18.00	19.50	22.00
15-16	17.50	18.50	20.00	22.50
17-18	18.00	19.00	20.50	23.00

NOTAS: **1.** El IMC se calcula dividiendo el peso en kilogramos por el cuadrado de la estatura en metros.
2. El IMC se calcula usando el sistema métrico internacional.
3. Consulte con el médico de la UG, el médico o el nutricionista de su centro de salud para más información.

INDICACIONES:

1. Con los valores de peso y talla del niño adolescente calcular el IMC según fórmula: $IMC = \frac{\text{peso (kg)}}{\text{talla (m)}^2}$.
2. Ubicar en la columna de IMC, la edad del niño o adolescente. Si se encuentra dentro de los rangos.
3. Comparar el IMC calculado con los valores del IMC que aparecen en el cuadro y clasificar según corresponda.

CUADRO 1. EDAD BIOLÓGICA

A los varones de 9 a 17 años se les clasifica a subclases biológicas a través de los estados de la vida, de los niveles de los tejidos y de los subclases biológicas de los tejidos que se encuentran, para luego determinar su edad biológica.

Si la edad biológica y la edad cronológica difieren en un año o más, utilizar la edad biológica personal en el momento de evaluar según IMC (Weight Status) para esta evaluación debe ser realizada por el personal no salud competente (personal no salud) de la clínica de esta gestión, y debe contar con la autorización y presencia del padre, madre o tutor/a responsable biológico, o el otro personal de salud del mismo centro de salud.

ESTADOS DE LA VIDA

EDAD	Características de los perfiles	Clase de riesgo nutricional
1	El niño	+ G1
2	El niño con el primer signo de pubertad	G2
3	El niño con el primer signo de pubertad	G3
4	El niño con el primer signo de pubertad	G4
5	El niño con el primer signo de pubertad	G5

TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA - VARONES (9 a 17 años)

TALLA PARA EDAD TALLA (cm)

EDAD (años y meses)	CLASIFICACIÓN			
	Talla baja < -1.645	Normal -0.674	Obeso 1.645	Talla alta > 2.000
9-10	125.00	130.00	135.00	140.00
11-12	130.00	135.00	140.00	145.00
13-14	135.00	140.00	145.00	150.00
15-16	140.00	145.00	150.00	155.00
17-18	145.00	150.00	155.00	160.00

NOTAS: **1.** El IMC se calcula dividiendo el peso en kilogramos por el cuadrado de la estatura en metros.
2. El IMC se calcula usando el sistema métrico internacional.
3. Consulte con el médico de la UG, el médico o el nutricionista de su centro de salud para más información.

INDICACIONES:

1. Ubicar en la columna de IMC, la edad del niño o adolescente. Si se encuentra dentro de los rangos, la talla más adecuada.
2. Comparar la talla del niño o adolescente con los valores de talla que aparecen en el cuadro y clasificar según corresponda.

CUADRO 1. PERFILES BIOLÓGICOS

A los varones de 9 a 17 años se les clasifica a subclases biológicas a través de los estados de la vida.

En los varones que debemos conocer su edad biológica a través de los estados de la vida, de los niveles de los tejidos y de los subclases biológicas de los tejidos que se encuentran, para luego determinar su edad biológica.

Si la edad biológica y la edad cronológica difieren en un año o más, utilizar la edad biológica personal en el momento de evaluar según IMC (Weight Status) para esta evaluación debe ser realizada por el personal no salud competente (personal no salud) de la clínica de esta gestión, y debe contar con la autorización y presencia del padre, madre o tutor/a responsable biológico, o el otro personal de salud del mismo centro de salud.

MINISTERIO DE SALUD
 INSTITUTO VENEZOLANO DE INVESTIGACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD (IVIS)
 TALLA PARA EDAD

Oficina de Salud de la UG
 Calle: Avenida Bolívar, 1000, Caracas, Venezuela
 Teléfono: (58) 212 911 1111
 Correo electrónico: ivis@ivis.gub.ve

Oficina de Salud de la UG
 Calle: Avenida Bolívar, 1000, Caracas, Venezuela
 Teléfono: (58) 212 911 1111
 Correo electrónico: ivis@ivis.gub.ve

Anexo 03 Ficha técnica de los instrumentos (descripción de propiedades métricas: validez, confiabilidad, u otros).

Validez externa:

Se asegura la validez externa por juicio de expertos, presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

Validez interna:

Para realizar la validez interna se realizó la prueba ítem por ítem e ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio.

Confiabilidad:

Se midió y garantizo mediante la prueba de Alfa de Cronbach, luego de aplicar una prueba piloto; y con el método de división en mitades.

Análisis y procesamientos de datos:

Los datos fueron ingresarán a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el SPSS/info/software versión 25.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construirá tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. sí como sus respectivos gráficos estadísticos.

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE ESTILOS DE VIDA

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCION EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALCIOS” LA MERCED,

AIJA, 2023.

Se tomó una prueba piloto de 20.

1. Alfa de Cronbach	2. N de elementos
3. Alfa = 0,88	4. 25

Anexo 04: Formato de consentimiento informado



**PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR
EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN
(PADRES)
(Ciencias Médicas y de la Salud)**

Título del estudio: ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024

Investigador (a): Leon Silvestre Yuly Milagros

Propósito del estudio:

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en un trabajo de investigación titulado: ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “VICENTE GUERRERO PALACIOS” LA MERCED, AIJA, 2024 Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Explicar brevemente el fundamento de trabajo de investigación (máximo 50 palabras)

.....
.....
.....

Procedimientos:

Si usted acepta que su hijo (a) participe y su hijo (a) decide participar en este estudio se le realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

1.
2.
3.

Riesgos: (Si aplica)

Describir brevemente los riesgos de la investigación.

.....
.....
.....

Beneficios:

.....
.....
.....

Costos y/o compensación: (si el investigador crea conveniente)

Confidencialidad:

Nosotros guardaremos la información de su hijo(a) sin nombre alguno. Si los resultados de este seguimiento son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su hijo(a) o de otros participantes del estudio.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe en el estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio o llame al número telefónico

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo(a) ha sido tratado injustamente puede contactar con el Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, correo

Una copia de este consentimiento informado le será entregada.

DECLARACIÓN Y/O CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo de las actividades en las que participará si ingresa al trabajo de investigación, también entiendo que mi hijo(a) puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

**Nombres y Apellidos
Participante**

Fecha y Hora

**Nombres y Apellidos
Investigador**

Fecha y Hora



PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO (Ciencias Médicas y de la Salud)

Mi nombre es Yuly Milagros Leon Silvestre y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de 20 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de Yuly Milagros Leon Silvestre?	Sí	NO
---	----	----

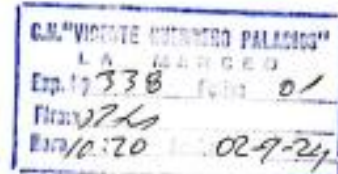


Chimbote, 02 de septiembre del 2024

CARTA N° 0000001240- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**PROF. DAVID VICTOR DIAZ URIBE - DIRECTOR
I.E. VICENTE GUERRERO PALACIOS - LA MERCED - AIJA**



Presente.-

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "VICENTE GUERRERO PALACIOS" LA MERCED_AIJA, 2024, que involucra la recolección de información/datos en LA MERCED, a cargo de YULY MILAGROS LEON SILVESTRE, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 75995299, durante el período de 19-08-2024 al 30-11-2024.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente,



Mgtr. Roxana Torres Guzmán
COORD. DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN (A)

CARTA N° 015-2024-IE VGP/D.

La Merced, 03 de septiembre de 2024

Señora:

Mag. Roxana Torres Guzmán

Coordinadora de Gestión de la Investigación – ULADECH.

Chimbote. -

Mediante la presente hago llegar mi saludo cordial a nombre de la institución educativa "Vicente Guerrero Palacios" del distrito de La Merced, provincia de Aija, a la vez en atención a la CARTA N° 000001240-2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA, se le autoriza la ejecución de la investigación titulada ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "VICENTE GUERRERO PALACIOS" DE LA MERCED –AJJA a cargo de la señorita YULY MILAGROS LEON SILVESTRE, durante el periodo del 19 de agosto al 30 de noviembre de 2024.

Aprovecho la oportunidad para renovarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente.




Prof. DAVID VICTOR DIAZ URIBE
Director

LA MERCED, AJJA – ANCASH.

RARAMAPAMPA

