



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

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE  
UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE  
CARDON\_SAN LUIS\_ÁNCASH, 2024**

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

**AUTOR**

**EUSTAQUIO TARAZONA, MIRTHA GLORIA**

**ORCID:0000-0003-0340-9779**

**ASESOR**

**VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA**

**ORCID:0000-0002-7629-7598**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0097-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **20:00** horas del día **22** de **Junio** 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:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA** Presidente  
**GIRON LUCIANO SONIA AVELINA** Miembro  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ÁNCASH, 2024**

**Presentada Por :**  
(1212191058) **EUSTAQUIO TARAZONA MIRTHA GLORIA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **15**, 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:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA**  
Presidente

**GIRON LUCIANO SONIA AVELINA**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
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 COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ÁNCASH, 2024 Del (de la) estudiante EUSTAQUIO TARAZONA MIRTHA GLORIA, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 12 de Julio del 2024



A handwritten signature in black ink, appearing to read "Roxana Torres Guzman", is written over a light blue horizontal line.

**Mgtr. Roxana Torres Guzman**  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## DEDICATORIA

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

A mis Padres, ya que el esfuerzo y las metas alcanzadas, reflejan la dedicación, el amor que invierto. Orgullosamente y con la cara muy en alto agradezco a Tarazona Lopez Emma; Eustaquio Jara Rufino, mi mayor inspiración, gracias a mis padres estoy concluyendo mi mayor meta.

A mi hermana que me guía desde el cielo las palabras y risas que compartimos llenan las páginas de mi memoria con amor y gratitud, mis hermanos 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 me hicieron una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas.

## **AGRADECIMIENTO**

Gracias a Dios por permitirme tener y disfrutar de mi familia, gracias 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 mis familiares 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.

## ÍNDICE GENERAL

	Pág.
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.....	11
III. METODOLOGÍA.....	17
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación .....	17
3.2. Población y muestra .....	17
3.3. Operacionalización de las variables.....	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	23
3.5. Método de análisis de datos .....	24
3.6. Aspectos éticos.....	26
IV. RESULTADOS.....	27
V. DISCUSIÓN.....	40
VI. CONCLUSIONES.....	53
VII. RECOMENDACIONES .....	54
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	55
ANEXOS.....	63
Anexo 01. Matriz de consistencia .....	63
Anexo 02. Instrumento de recolección de información .....	64
Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento .....	68
Anexo 04. Consentimiento informado .....	74

## LISTA DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1:</b> OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	19
<b>TABLA 2:</b> ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON_SAN LUIS_ANCASH, 2024.....	27

## LISTA DE FIGURAS

	Pág.
<b>FIGURA DE LA TABLA 2:</b> ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON_SAN LUIS_ANCASH, 2024 .....	31



## RESUMEN

Los adolescentes en la actualidad enfrentan una variedad de problemas de estilo de vida que pueden afectar su salud física y mental. Por ello, el estudio tuvo como objetivo describir los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024. La metodología fue cuantitativo, descriptivo y no experimental-transversal, la muestra fue de 60 adolescentes a quienes se aplicó el cuestionario estilos de vida como determinante de la salud. La información recopilada se procesó con el software PASW Statistics v.18.0, obteniendo como resultado que la totalidad se baña 4 veces a la semana, utilizó condón en su primera relación sexual, no tuvo embarazo o aborto; casi la totalidad no fuman, no ingiere alcohol, camina como actividad, no ha pensado en quitarse la vida; la mayoría duerme 6 a 8 horas, no tiene reglas y expectativas claras, siente preocupación por engordar, no ha sufrido violencia o agresión, no ha tenido relaciones sexuales, acude una vez al año a un establecimiento de salud. Además, la mayoría consume 1 o 2 veces a la semana pescado, carnes, frutas, verduras, legumbres, huevos, lácteos, fideos, arroz, papas, pan, cereales, dulces, gaseosas y frituras; el consumo de refrescos con azúcar y embutidos es de 3 o más veces por semana. Y se concluyó que los adolescentes casi en su totalidad llevan un estilo de vida saludable pero aún existen aspectos a mejorar en su alimentación.

**Palabras clave:** Adolescente, determinantes de la salud, estilo de vida.

## ABSTRACT

Adolescents today face a variety of lifestyle issues that can impact their physical and mental health. Therefore, the study aimed to describe lifestyles as a determinant of health in adolescents from an Educational Institution of the Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash Population Center, 2024. The methodology was quantitative, descriptive and non-experimental-cross-sectional, the sample was 60 adolescents to whom the lifestyle questionnaire was applied as a determinant of health. The information collected was processed with the PASW Statistics v.18.0 software, resulting in the fact that everyone bathed 4 times a week, used a condom in their first sexual relationship, and did not have a pregnancy or abortion; Almost all of them do not smoke, do not drink alcohol, walk as an activity, have not thought about taking their own life; the majority sleep 6 to 8 hours, do not have clear rules and expectations, are worried about gaining weight, have not suffered violence or aggression, have not had sexual relations, go to a health facility once a year. In addition, the majority consume fish, dogs, fruits, vegetables, legumes, eggs, dairy products, noodles, rice, potatoes, bread, cereals, sweets, sodas and fried foods 1 or 2 times a week; The consumption of soft drinks with sugar and sausages is 3 or more times a week. And it was concluded that almost all adolescents lead a healthy lifestyle but there are still aspects to improve in their diet.

**Keywords:** Adolescent, health determinants, lifestyle.

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La adolescencia es una etapa de la vida que abarca de la niñez a la edad adulta es decir de los 12 hasta los 17 años, siendo una etapa singular del desarrollo humano y el momento fundamental para formar las bases de la buena salud, a pesar de que la adolescencia es considerada como una etapa saludable de la vida, en su transcurso se producen enfermedades, traumatismos y muertes en una cantidad considerable; además, en esta etapa los adolescentes establecen pautas de comportamiento, vinculados con la alimentación, la actividad física, el consumo de sustancias psicoactivas y la actividad sexual (1).

La Organización Mundial de la Salud indica que en el 2021 fallecieron más de 1,5 millones de adolescentes y adultos jóvenes de entre 10 y 24 años, el consumo de alcohol y drogas es uno de los problemas que causa gran preocupación en muchos países teniendo unos 155 millones de adolescentes que la consumen, también una gran parte de las personas que consumen tabaco empezaron a realizarlo en su adolescencia, otra de las causas de enfermedad y discapacidad en adolescentes es la depresión y la ansiedad, el sobrepeso, la nutrición, las enfermedades transmisibles y la actividad física (2).

Además uno de los principales factores de riesgo de mortalidad a nivel mundial es el sedentarismo que afecta a un 60% de la población, ya que no realizan la actividad física requerida para alcanzar beneficios en su salud, solo 4 de cada 5 adolescentes no realizan el ejercicio diario necesario y prefieren consumir alimentos procesados, aspectos que ponen en riesgo su salud a futuro al tener más predisposición de padecer sobrepeso, obesidad, problemas cardiovasculares, diabetes, cáncer, entre otros; si bien es bueno aprovechar los avances tecnológicos actuales para tener una vida cómoda, es importante que los adolescentes formen una base sólida de estilos de vida saludable (3).

En Latinoamérica y el Caribe el 30% de la población son adolescentes, este grupo etario es considerado como sano por lo cual no se consideran sus necesidades de salud, pero es importante trabajar en la promoción de la salud, incentivando los estilos de vida saludables como factores protectores que aseguren una adultez y vejez sana, pero existen factores sociales que afectan la salud de los adolescentes, que se encuentran asociados a la escasez de recursos, deficiencias en el acceso a la educación, consumo de drogas, privación de la libertad, son aspectos que hacen que este grupo etario requiera mayor atención en cuanto a hábitos y estilos de vida. También se ha demostrado cifras muy preocupantes que

demuestran que más de un cuarto de la población mayor de los 14 años en el 2021 no realizaba ninguna actividad física o deporte. (3, 4)

En Chile según un informe del 2021 se experimenta un crecimiento exponencial de adolescentes con malnutrición por exceso, situación que es consecuencia de una tendencia global alarmante y proyecta cambios en la calidad de vida de los adolescentes, se observa el consumo excesivo de alimentos procesados, ingesta de alcohol y tabaco, sedentarismo y altos índices de problemas de salud mental. De acuerdo con un estudio realizado en Ecuador en el 2021 se demostró que los adolescentes dedican solo dos horas por semana para realizar deporte, destinando más tiempo para actividades que promueven el sedentarismo, un 36% de infantes y adolescentes presentan desnutrición, mientras que el 14% tienen sobrepeso, a pesar de que en su mayoría los adolescentes conocen los beneficios de llevar un estilo de vida saludable optan por seguir hábitos que afectan su salud. (4, 5)

Asimismo, la situación en Colombia es similar ya que en el 2020 alrededor del 65,4% de las atenciones que se realizan en los sistemas de salud son por enfermedades no transmisibles, consecuencia de una combinación de factores ambientales, genéticos y particularmente por comportamientos asimilados en la adolescencia, como es el consumo de dietas no sanas, el sedentarismo, el consumo de alcohol y el tabaquismo; las estadísticas señalan que el 13,4% de adolescentes no cumplen con el mínimo de actividad física, el 9,7% presentan desnutrición crónica y el 17,9% sobrepeso, todo ello siendo consecuencia de no tener hábitos saludables que beneficien su salud (6).

En el Perú de acuerdo con el Ministerio de Salud los problemas de salud más frecuentes en adolescentes son los intentos de suicidio, depresión, mortalidad materna, infecciones de transmisión sexual, VIH-SIDA, embarazo no planificado, consumo de drogas y alcohol, sobrepeso, anemia, obesidad, situaciones de riesgo vinculadas al uso de internet, entre otros. Un informe del 2023 realizado por la UNICEF se encontró que el 8,6% de menores de 5 años presentan sobrepeso y obesidad considerándose un problema medio, mientras en adolescentes de 6 a 13 años es muy alto, 3 de cada 10 adolescentes mujeres de 15 a 19 años presentan sobrepeso u obesidad y al alcanzar la edad adulta más de la mitad de ellos tendrán que vivir con esta condición, resultado de un estilo de vida no saludable. (7, 8)

La región de Áncash de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el 2021 contaba con 128 202 mil adolescentes representando el 10,9% de la población total del departamento, teniendo 65 231 mujeres (50,9%) y 62 971

hombres(49,1%). Asimismo, el 17,7% de personas de 15 años a más presentan hipertensión arterial siendo los varones lo más afectados con un 19,5%, el 90,2% han consumido alcohol alguna vez en zonas urbanas, consumen frutas y verduras en promedio de 4,2 días a la semana; también el 11,5% del grupo etario de 10 a 19 años presentan sobrepeso y el 3,5% obesidad. (9)

Por otro lado, la provincia de Huaraz en el 2021 según el INEI tenía 170 026 mil adolescentes, mientras que la provincia de Carlos Fermín Fitzcarrald una población adolescente de 22 268 mil, este grupo etario que se encuentra en un periodo de crecimiento y desarrollo, están construyendo comportamientos no saludables, en su gran mayoría consume bebidas alcohólicas, fuma cigarrillos, no practica ningún deporte por la propia influencia negativa de la tecnología y prefieren el consumo de alimentos procesados; también no gestionan adecuadamente sus emociones, muchos de ellos presentan depresión y ansiedad, esta situación se ha observado en los intentos de suicidio en la ciudad (10).

La realidad descrita en los diferentes contextos no es ajena a los adolescentes de la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón ubicado en el distrito de San Luis provincia de Carlos Fermín Fitzcarrald, ya que no llevan un estilo de vida saludable al no llevar una alimentación balanceada que incluya el consumo de frutas y vegetales, con la aparición de los aparatos tecnológicos como los celulares la mayoría ha dejado de lado las actividades físicas optando por permanecer más tiempo en ellos revisando las redes sociales o jugando, esta última situación afecta tanto su desempeño académico, su capacidad de socializar con adolescentes de su edad y se aíslan de sus padres dejando de compartir sus problemas. La adolescencia es una etapa de muchos cambios donde se necesita el apoyo del entorno más cercano, pero los adolescentes de este lugar no comparten sus preocupaciones, las nuevas emociones y sentimientos que están experimentando a sus padres porque no reciben la atención esperada, ya que en muchos casos reciben regaños en lugar de apoyo, estos los conducen a presentar ansiedad y depresión que afecta su salud.

También no existe una cultura de prevención ante las enfermedades, los padres no llevan a sus hijos a revisiones anuales para detectar alguna enfermedad al no considerarlo necesario, tampoco al enfermarse acuden al establecimiento de salud optando por tratarse con medicina tradicional o automedicarse, todo ello por una carencia en educación en cuidado de la salud. Esta situación es preocupante ya que, al no sentar estilos de vida

saludable en los adolescentes, se está afectando su salud presente y futura, están expuestos a sufrir enfermedades no transmisibles.

### **Formulación del problema:**

¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024?

### **Objetivo general:**

Describir los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

### **Objetivos específicos:**

Identificar los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

### **Justificación:**

#### **Teórica**

La investigación se justificó, porque permite enriquecer los conocimientos sobre los indicadores de estilos de vida que deben fortalecerse y mejorar desde un cimiento teórico hasta su aplicabilidad en la práctica. También el estudio se enfocó en aportar al análisis de futuras investigaciones de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, de forma que, será como una guía metodológica en calidad de estudio previo, de la misma forma, buscó incentivar la línea de investigación para profundizar en los estilos de vida para la construcción saludable en el Perú y en el adolescente, manteniendo el enfoque de determinantes inmersos en la salud pública.

#### **Práctica**

Se justificó porque se describió los estilos de vida que mantienen los adolescentes de la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon, al finalizar la investigación los resultados dieron una imagen clara de la realidad estudiada, los cuales ayudaron a plantear alternativas de solución a dichos problemas, que podrán mejorar la calidad de vida de los adolescentes y lleguen a construir estilos de vida saludable que aporten a su desarrollo; de la misma forma, en la rama de salud propiciará determinar directrices para reducir el surgimiento de enfermedades desde posibles acciones preventivas y controles.

#### **Metodológica**

En este aspecto se justificó porque para lograr desarrollar este estudio se siguió un conjunto de pasos establecidos por el método científico de investigación, en este caso direccionados de acuerdo con el enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño experimental de investigación, también se siguió la guía metodológica proporcionada por la misma universidad. Además, se utilizó la entrevista como técnica de recolección de datos, aplicando el instrumento cuestionario de determinantes de la salud a los adolescentes, este instrumento ha superado las pruebas de confiabilidad y validez satisfactoriamente.

### **Social**

Se justificó en este aspecto porque se dió a conocer los resultados finales de la investigación a las autoridades y al centro de salud de la comunidad ya que son los agentes que tienen la prioridad de conocer la realidad de los adolescentes, teniendo el poder de intervenir generando cambios positivos al realizar un trabajo en conjunto con la finalidad de cambiar la realidad actual en beneficios de la salud de los adolescentes, al ayudarlos a construir estilos de vida saludable que puede ser replicado en cada de los integrantes de su familia.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### A Nivel Internacional

**Aguilera et al,** (11) en su investigación denominada: Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia, 2022. El objetivo del estudio fue caracterizar los estilos de vida de estudiantes de grado 11 en los colegios oficiales de la Provincia Sabana Centro. La metodología utilizada en el desarrollo fue de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental de corte transversal, su muestra se conformó por 281 estudiantes de los colegios, a quienes se les aplicó un cuestionario. Los resultados que hallaron demuestran que los adolescentes presentan hábitos y conductas poco favorables, el 83% no practica ejercicio por pereza, el 74,7% solo algunos días consume comidas rápidas, el 41,6% come sus tres comidas la mayoría de los días y el 66,2% consume bebidas alcohólicas de vez en cuando. El estudio concluyó que los adolescentes demuestran un estilo de vida, actitudes y prácticas poco saludables, particularmente en lo asociado a actividad física, hábitos alimentarios y manejo del sueño, siendo factores de riesgo para padecer enfermedades crónicas no transmisibles a edades tempranas.

**Asunción et al,** (12) en la investigación denominada: Estilo de vida de adolescentes estudiantes de escuelas públicas y privadas en Recife Erica, Barreiras, Brasil, 2022. El objetivo del estudio fue analizar el estilo de vida de adolescentes estudiantes de escuelas públicas y privadas en Recife Erica, Barreiras, Brasil. La metodología se basó en un enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y diseño en la rama de los no experimentales con una muestra de 240 adolescentes a quienes se les encuestaron. Los resultados hallados demostraron que el 62,9% ingiere menos de 5 vasos de agua al día, el 47,8% casi siempre consume café, el 52,3% no realiza actividades físicas, el 96,3% no consume tabaco, el 81,3% no ha ingerido alcohol y el 55,9% a veces consume una merienda en el día. El estudio llegó a concluir que los adolescentes pertenecientes a las entidades educativas privadas y públicas mantienen un estilo de vida saludable, pero existe riesgo en un grupo reducido que ha ingerido alcohol y que deben tomarse en cuenta para evitar futuros riesgos de enfermedades o comportamiento inadecuados en la sociedad.

**Guerrero H, Contreras A,** (13) en la investigación denominada: Estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes de cinco instituciones educativas. El



objetivo del estudio fue determinar la relación entre estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes escolarizados en dos subregiones del departamento de Sucre. La metodología se basó en un estudio descriptivo, transversal y correlacional, la muestra estuvo conformado por 427 estudiantes de nivel secundario de cinco instituciones públicas con edades entre 10 a 15 años a quienes se encuestó. Los resultados demostraron que la edad promedio fue de 13,1 años, el 41,5% de adolescentes de 10 a 12 tienen un estilo de vida adecuado, mientras que los adolescentes de 13 a 15 años el 78,8% presentan un estilo de vida bajo. La investigación llegó a concluir que existe diferencias significativas entre algunas dimensiones de estilos de vida respecto a las variables género, edad, grado escolar e instituciones educativas de procedencia.

**Romero et al**, (14) en su investigación denominado: Estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes. El objetivo de estudio fue 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. La metodología fue descriptivo transversal de correlación, una muestra de 180 estudiantes a quienes se encuestó. Los resultados encontrados indican que el 3,3% de los adolescentes tiene obesidad, el 34,4% tiene una alimentación buena y regular, el 47,8% hace actividad física de forma regular, el 42,8% tiene un autocuidado malo, el 53,9% no cumple con sus horas de sueño, y el 43% está en peligro de consumo de sustancias. El estudio llegó a concluir que la mayoría de los adolescentes se encuentra de su peso normal, pero existen adolescentes que se encuentran en sobrepeso y obesidad, además de que no cumplen con sus horas de sueño lo cual afecta su concentración en las horas de clase.

**Souza et al**, (15) en su investigación denominada: Estilo de vida de estudiantes adolescentes de escuelas públicas y privadas de Recife: ERICA. El objetivo de la investigación fue analizar los patrones de comportamiento asociados con el estilo de vida de adolescentes. La metodología fue cuantitativo transversal, su muestra fue de 2400 estudiantes de 12 a 17 años a quienes se les entrevistó, también se trabajó con datos del Estudio de Riesgo Cardiovascular en Adolescentes (ERICA). Los resultados encontrados señalan que los adolescentes en un 60% tienen conductas alimentarias inadecuadas en lo que respecta al consumo de desayuno, ingesta diaria de agua y comidas realizadas frente al televisor, el 52,4% no realiza actividad física, el 18,7% consume alcohol y el 3,8% consume tabaco. El estudio concluyó que las conductas alimentarias inadecuadas y la inactividad

física son las principales áreas responsables de un estilo de vida poco saludable, seguidas por el consumo de alcohol y el tabaquismo.

### **A Nivel Nacional**

**Parrilla M,** (16) en su investigación denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021. El objetivo de estudio fue establecer los determinantes de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021. La metodología fue cuantitativa con nivel descriptivo y diseño de una sola casilla no experimental con una muestra de 100 adolescentes a quienes se les encuestaron. Los resultados hallados demostraron que el 55,1% son de género masculino, el 76,1% presentan una vivienda unifamiliar, el 70,0% tienen ingresos menores a los 750 soles, el 48,4% se encuentra con seguro de SIS y el 80,3% expresa la existencia de grupo de pandillaje cerca de su hogar. El estudio llegó a concluir que la mayoría de los hogares lograron ingresos económicos bajos, que ha repercutido en los adolescentes, también lograron asistir en su mayoría a una entidad de salud debido a infecciones, trastornos respiratorios y digestivos, por ende, se evidencia que el adolescente no ha sido orientado en las normas de protección y bioseguridad.

**Cabanilla R, Venegas M,** (17) en la investigación denominado: Estilos de vida en adolescentes del cuarto y quinto de secundaria de la Entidad Educativa Nicolai Lobachewsky, en la COVID 19, Comas, 2021. El objetivo fue establecer los estilos de vida de los adolescentes del 4to. y 5to. del nivel secundario en la entidad educativa Nicolai Lobachewsky. La metodología se centró en el enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y diseño dentro de la rama de los no experimentales con una muestra de 52 adolescentes a quienes se les aplicó la encuesta. Los resultados demostraron que el 71,2% presentan un estilo de vida poco saludables, el 88,3% presenta estilo no saludable en la responsabilidad en salud, el 85,4% no saludable en el control de estrés, el 79,0% presento un estilo no saludable con respecto a las actividades físicas y el 75,0% presenta un estilo no saludable en alimentación. El estudio concluye que los adolescentes se encuentran en una situación no saludable debido a que la Institución Educativa no ha profundizado en la orientación sobre una adecuada alimentación o actividades físicas que deban realiza.

**Vega C,** (18) en su investigación denominada: Estilos de vida en adolescentes en tiempos de pandemia en una Institución Educativa Privada en Carabayllo, 2021. El objetivo fue establecer cuáles son los estilos de vida presentes en los adolescentes en el tiempo

pandémico dentro de una entidad educativa de carácter privado en Carabayllo. La metodología fue de enfoque cuantitativo con alcance descriptivo y diseño no experimental, manteniendo un muestreo de 30 adolescentes a quienes se les encuestaron. Los resultados pusieron en evidencia que el 50,0% tiene un estilo de vida inadecuado, el 41,2% presentan deficientes conductas alimenticias, el 60,1% no han adoptado conciencia sobre la relevancia de tener una buena salud y el 87,0% no tienen en cuenta técnicas de relajación para el manejo de estrés. El estudio concluyó que el estilo de vida deficiente de los adolescentes está condicionado por actividades físicas, alimentación saludable, pero debido a la falta de orientación se llegó a tener sobrepeso y enfermedades generadas por dichas conductas.

**Mamani Y,** (19) en su investigación denominada: Estilos de vida en adolescentes de instituciones educativas de nivel secundario en un distrito de Puno. El objetivo de estudio fue determinar los estilos de vida en adolescentes de instituciones educativas secundarias del distrito de Lampa. La metodología fue tipo descriptivo y diseño transversal, su muestra se conformó por 265 adolescentes a los cuales se encuestó. Los resultados demostraron que los adolescentes en un 45,2% presentan un estilo de vida bajo, el 38,9% un estilo de vida adecuado, en el dominio social el 40,1% un estilo de vida bajo y el 16,5% un estilo de vida en zona de peligro. El estudio llegó a concluir que la mayoría de los adolescentes de las instituciones educativas de acuerdo con la escala FANTASTICO presentan un estilo de vida bajo y el dominio más afectado es el social, siendo necesario que cambien muchos hábitos que obstaculizan el buen funcionamiento de sus capacidades físicas, psicológicas, afectivas, nutricionales, entre otras.

**Atalaya E, Velásquez K,** (20) en su investigación denominada: Estilos de vida en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar y Chamorro – Sayán, 2020. El objetivo de estudio fue determinar los estilos de vida de los adolescentes del nivel secundario del colegio en mención. La metodología fue cuantitativa, nivel descriptivo, diseño no experimental de corte transversal, su muestra se conformó por 82 estudiantes de quinto de secundaria a quienes se les aplicó un cuestionario para recabar la información. Los resultados demostraron que el 93,3% lleva un estilo de vida saludable, el 75,5% lleva una alimentación y nutrición saludable, el 51,1% no realiza actividad física, el 66,6% maneja el estrés, el 75,5% es responsable con su salud, el 71,1% descansa adecuadamente y el 97,7% no consume sustancias psicoactivas. El estudio concluyó que la mayoría de los adolescentes

tiene conductas adecuadas, por lo cual tienen un estilo de vida saludable que beneficia su crecimiento y desarrollo.

### **A Nivel Regional**

**Lostaunay R,** (21) en su investigación denominada: Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de Huaychó\_Distrito\_de\_Huayllán, Pomabamba\_Ancash, 2020. El objetivo de estudio fue caracterizar los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de su análisis. La metodología fue descriptiva, tipo cuantitativo y diseño de una sola casilla con un muestreo de 100 adolescentes a quienes se les suministró un cuestionario de estilos de vida. Los resultados demostraron que el 80,2% presentaron un estilo no saludable, el 56,1% no es saludable con referencia a la calidad de alimentación, el 76,0% se han centrado en acciones sedentarias, por ende, no realizan actividades físicas y de ejercicio, el 82,2% presenta inconvenientes en el control emocional reflejado en el estrés y el apoyo interpersonal se encuentra saludable, siendo el 64,0% de los adolescentes. El estudio concluyó que menos de la mitad presentan un estilo de vida adecuado-saludable, por ende, no presentan una dieta balanceada en su alimentación, tampoco han realizado actividades físicas que es productos del confinamiento, todo ello también es reflejado a la poca adaptabilidad en el control emocional con es con el estrés.

### **A Nivel Local**

**Valladares F,** (22) en su investigación denominada: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020. El objetivo de estudio fue identificar los determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. de su estudio. La metodología fue de enfoque cuantitativo con alcance descriptiva-correlacional con un diseño no experimental mediante una muestra de 145 adolescentes a quienes se les encuestaron. Los resultados evidenciaron que el 54,6% son de género masculino, el 65,6% son adolescentes de 15 a 17 años, el 66,8% presenta ingreso a 750 soles, el 49,8% trabajan de manera estable con respecto al jefe familiar, el 57,3% tiene vivienda unifamiliar, el 80,8% presentan agua con conexión domiciliaria, el 91,8% nunca ha fumado, el 84,3 no consume alcohol, el 81,3% camina como actividad física, el 89,1% no se alimenta demasiado y el 44,9% se atiende varias veces en la entidad de salud. El estudio concluyó que la mayoría de los adolescentes de sexo masculino no han fumado, pero su han recibido apoyo en la orientación alimentaria escolar.

## 2.2. Bases teóricas

La presente investigación tiene fundamento en las teorías que determinan la salud de Marc Lalonde y Dahlgren y Whitehead, debido a que estas teorías tienen como estudio las determinantes de la salud en sus diferentes dimensiones.

El tema de las determinantes de la salud en los individuos y de las comunidades se comienza a hablar desde el estudio de Marc Lalonde en 1974, él era un abogado y político que se desempeñó en el cargo de Ministro de Salud Pública de Canadá, que designó un estudio a un grupo de epidemiólogos para que investigaran sobre las causas de muerte y enfermedades que afectaban a los canadienses, al finalizar el estudio Lalonde presentó un informe denominado *New Perspectives on the Health of Canadians* marcando un hito fundamental dentro de la Salud Pública, como una disciplina que direccionaba las acciones de los servicios de salud encargadas de velar por la salud de la población, donde se tuvo la percepción de priorizar las acciones de salud (23).



*Nota. Determinantes de la salud de acuerdo con Marc Lalonde en el año 1994.*

El modelo que enunció Marc Lalonde ha presentado una gran influencia en los últimos años, estableciendo que la salud de una comunidad está determinada por la interacción de cuatro grupos de factores, que se explican a continuación (24):

El medio ambiente, está integrado por los factores que repercute en el entorno del individuo e influye de forma decisiva en su salud, no solo se refiere a los factores relacionados al ambiente natural, sino también y muy particularmente al entorno social; es decir, hace referencia al entorno físico, social y cultural en la que vive el individuo, el cual puede repercutir de forma positiva o negativa en su salud, estos agentes pueden ser la calidad del agua, el aire y los alimentos, si se encuentra expuestos a sustancias tóxicas, entre otros. También Lalonde sostiene que este factor medio ambiente tiene un efecto significativo en la salud de los individuos, por lo cual es necesario tomarlos en cuenta al momento de estructurar políticas y programas de salud pública. (24).

Los estilos y hábitos de vida, en este factor se encuentran involucrados los comportamientos y hábitos de vida que condicionan negativamente la salud de las personas, las conductas son asentadas y formadas por la propia decisión de los individuos, pero también ejerce influencia en entorno y grupo social que los rodea. Además Lalonde señala que los hábitos y comportamientos de un individuo, como la dieta, el ejercicio, el consumo de alcohol y/o tabaco, tienen un efecto notable en la salud de cualquier individuo, por ello, el autor resalta la importancia de promover la adopción de estilos de vida saludable con el fin de prevenir enfermedades y sobre todo mejorar la calidad de vida, llegando a gozar con buena salud en el tiempo. (24)

El sistema sanitario, este factor es comprendido como el conjunto de centros, recursos humanos, medios económicos, materiales y tecnologías, entre otros; también se encuentra condicionado por variables como la accesibilidad, eficacia, efectividad, la buena praxis y la cobertura. Lalonde indica que el sistema de atención médica cumple un rol fundamental en la promoción y protección de la salud de una comunidad, llegando a influir de forma positiva o negativa en la salud de los individuos mediante la prestación de servicios de atención médica, promoción de hábitos de vida saludable, prevención de enfermedades y educar sobre la salud; asimismo, se debe asegurar por equidad que todo individuo debe tener acceso a los servicios de salud y estos deben de ser de calidad. (24)

La biología humana, es el último factor que hace referencia a la carga genética y los factores hereditarios, ganan una importancia notable a partir de los avances en ingeniería genética alcanzados en los últimos años que han abierto distintas posibilidades y desde un enfoque positivo se podrá prevenir enfermedades genéticamente conocidas, pero que son un gran reto dentro del terreno de la bioética y las potenciales desigualdades en salud debido a

los costos que estas prácticas necesitan. Lalonde también señala que aspectos biológicos como la herencia genética, la edad, el sexo y el riesgo a padecer ciertas enfermedades tienen una fuerte influencia en la salud de las personas, por lo cual es importante tener en cuenta estos factores para llegar a comprender y mejorar la salud de la población. (24)

En cuanto al modelo de Dahlgren y Whitehead enmarcadas en los determinantes de la salud, exponen una constitución de diversos factores que repercuten en el individuo, ya sea de forma favorable o no, debido a que son condicionantes que pueden tener modificación, además, de acuerdo a los estilos de vida de una persona, por muchos años ha sido un análisis investigativo para proporcionar la mejora de la promoción de salud, por ello, dicho modelo fue creado en 1991, donde se explica los indicadores influyentes en la parte económica, culturalidad y ambiental, sumándose a ello, el condicionamiento de la vida y el desempeño laboral de un individuo, así mismo, se tiene el condicionamiento social y comunitario que es la interacción de la persona con su entorno, ahí también se pone en realce los indicadores biológicos (25).



*Nota. Rainbow modelo Health in Dalhgren y Whitehead en 1991.*

En base al modelo expuesto con anterioridad, se tiene en relevancia los estilos de vida que se integran por la asociación de factores condicionantes de salud, debido a que impactan en el comportamiento del individuo. Así mismo, los individuos al encontrarse en situaciones no favorables como por ejemplo en parte económica, se pueden propiciar inestabilidad en su salud o volver no saludables, donde recurren a actividades como el consumo de tabaquismo, descuido alimenticio que genera en el individuo falta de salud adecuada. Así mismo, se tiene individuos dentro de un entorno comunitario que no han

percibido el apoyo de entidades sociales, el cual, también es un indicativo agravante en la salud y el incremento de las condiciones que se presentan como la marginación. (26)

De la misma forma, el modelo se enmarca en uno de los paradigmas epidemiológicas, porque está constituido en un enfoque de análisis poblacional sobre el entendimiento de enfermedades que pueden perjudicar y repercutir negativamente en la persona, con la finalidad de establecer directrices preventivas, de acuerdo con el grado causal, el progresivo envejecimiento o el transcurso de la vida, también, como se presenta las enfermedades en el organismo de los individuos. Por ello, el modelo de determinantes de la salud de Dahlgren y Whitehead está integrado por niveles jerárquicos, desde el punto estructural, intermediarios y proximales, que propician un amplio entendimiento sobre la salud pública dentro de un entorno poblacional, de la misma forma, propicia la creación de lineamiento públicos en materia de políticas de salud. (27, 28)

#### **Determinantes estructurales:**

Respecto al punto estructural, se ubican el entorno, las características de la vivienda, porque el entorno a nivel físico impacta o influye a corto o largo plazo la salud, debido a que se tiene condicionantes como la accesibilidad a servicios como el agua, la alimentación adecuada y el aire libre de contaminación, porque repercute en la disminución o incremento de enfermedades de tipo respiratorio, de forma que, se centra en el valor de la salud, valores dentro de la comunidad, así mismo, la parte de culturalidad, política, entorno educacional y labor, por ello, son indicativos relevantes para generar el bienestar, de acuerdo a su ubicación geográfica donde radica el individuo, de forma que aporte positivamente para su salud y su existencia (26).

#### **Determinantes intermediarios:**

Los indicativos intermedios presentan influencia en el condicionamiento estructural, ya que estos se encuentran de forma inferior en los estratos sociales y de la misma forma establece las diferencias en la exposición y vulneración de la salud, las cuales interviene dentro del proseguir de la vida, la situación del trabajo, la dieta alimentaria, la actitud poblacional y sus muros para que adopten estilos de vida saludables y el accesibilidad a los servicios de salud; siendo aplicable a un punto individual específico y a un conjunto comunitario, por ende, el sistema de salud es un elemento relevante como determinante de la salud social intermedio, propiciando la estabilidad equilibrada entre salud y bienestar,



pero, a pesar de ello, el condicionante económico genera inequidad en la asistencia de salud (26).

### **Determinantes proximales**

En cuanto a los indicativos proximales, se entiende como la agrupación de una diversidad de comportamiento personales y la calidad de vida que mantienen durante su día rutinario, donde se pueda propiciar bienestar o genera por el contrario riesgos a su salud, de la misma forma, se tiene los determinantes de carácter social de salud centrados en la parte investigativa por las diferentes consecuencias de salud que son de gran relevancia en la sociedad, por ello, la salud no solo se centra en la falta de enfermedades, sino que se centra en el bienestar y estabilidad del individuo, por ende, se tiene que poner atención no solo cuando surge la enfermedad sino en el trayecto de la vida así sea saludable, de forma que se anticipe en los determinantes de la salud (26).

### **Bases conceptuales:**

**Estilos de vida:** Es entendida como el conjunto de conductas que adoptan los individuos para lograr alcanzar la satisfacción de sus prioridades, por ello, se centra en la asociación entre las condiciones saludables y cada patrón relevante que conforma el comportamiento que se centra en la culturalidad, por ello, se encuentran los hábitos nocibles como el consumo de tabaco, alcoholismo, el comportamiento sedentario de hábitos que pueden ser el origen del padecimiento de enfermedades y el aceleramiento de deterioro de salud, ya que existe altos índices de poder adquirir un tipo de cáncer o el deceso (29).

**Adolescentes:** Es la etapa del crecimiento humano que es continuo a la niñez y le precede a la adultez, de la misma forma, esta fase tiene la característica de ser transitiva a nivel biológico, psicológico y social, donde por lo general son ubicado en edades de 10 a 19 años, dentro de esta etapa también se encuentra la pubertad con el cual logra alcanzar su etapa sexual, otros cambios son el surgimiento de vellos corporales, modificación en la voz, además, en una perspectiva psicológica, los adolescente llegan a cambiar de forma cognitiva y emocional (30).

**Sistema de salud:** Es comprendida como un grupo de instituciones que tiene la función de promover la salud pública en los individuos, así mismo, como la atención prioritaria, siendo esté la actividad de servicio de salud, por ello, también involucra la gestión de uso de recursos tanto humanos como de carácter presupuestal para la mejora continua de

cada programa de salud; por ende, un sistema de salud adecuado genera satisfacción en la población; de la misma forma, son servicios en su mayoría gratuitas brindadas por un gobierno para la atención y prevención de enfermedades y su tratamiento (31).

**Determinantes de la salud:** Se establece la agrupación de indicadores que influyen al condicionamiento de la salud de una persona y/o comunidad, dentro de estos determinantes se presentan factores de carácter social, ambiental y conductual, por ello, genera impacto en la salud de los individuos de acuerdo con la situación, así mismo, los determinantes establecen desigualdades en la salud, porque se presenta de forma variable en cada persona (32).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

**Nivel de investigación:** Se mantuvo en el nivel descriptivo porque se identificó los estilos de vida como determinante en el adolescente de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024, de forma que se tuvo el entendimiento de la variable para los fines de estudio. Los estudios descriptivos permiten analizar las propiedades y aspectos característicos de un fenómeno o variables de acuerdo con su entorno donde se desenvuelve, de forma que a través de técnicas e instrumentos investigativos se pueda extraer la información relevante de los sujetos inmersos en la variable (33).

**Tipo de investigación:** Respecto al tipo fue cuantitativo, porque el instrumento utilizado sirvió para el tratamiento estadístico de la variable estilos de vida como determinante de la salud en el adolescente de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024. Los análisis cuantitativos se caracterizan porque permiten establecer propiedades cuantificables de los fenómenos de estudio, de forma que sea dinámica la presentación de los resultados mediante tablas y/o gráficas y entendible para todo investigador interesado en la evaluación de la variable (34).

**Diseño de investigación:** El estudio tuvo un diseño no experimental-transversal, donde los estudios no experimentales se centran en la inexistencia de manipulación de la variable de estilos de vida como determinante de la salud, de forma que, solo se recolectó la información de la realidad de los adolescentes. Así mismo, fue transversal, porque el proceso investigativo se desarrolló en un tiempo definido por la autora, el cuál es 2024 (34).

#### 3.2. Población y muestra

La población muestral estuvo integrada por 60 adolescentes pertenecientes a una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024, que cursan el nivel secundario.

**Unidad de análisis:** Cada adolescente de la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**Criterio de inclusión:**

- Adolescentes que estuvieron matriculados y acuden a la Institución Educativa.

- Adolescentes que evidenciaron aceptabilidad de ser partícipes del presente estudio.

**Criterio de exclusión:**

- Adolescentes que no asistieron de manera regular a la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024 en el nivel secundario.
- Adolescentes que no aceptaron participar en el presente estudio.
- Adolescentes que presentaron algún problema de comunicación o discapacidad.

### 3.3. Operacionalización de las variables

**TABLA 1**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
Estilos de vida como determinante de la salud	La variable será analizada a través de la medición de un cuestionario a los adolescentes. De forma que, permitirá identificar los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de	Determinantes de los estilos de vida	Hábito de fumar	Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si fumo diariamente.</li> <li>• Si fumo, pero no diariamente.</li> <li>• No fumo actualmente, pero he fumando antes.</li> <li>• No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual.</li> </ul>
			Ingesta de bebida alcohólica	Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diario.</li> <li>• Dos o tres veces por semana.</li> <li>• Una vez a la semana.</li> <li>• Una vez al mes.</li> <li>• Ocasionalmente.</li> <li>• No consumo.</li> </ul>
			Horas que duerme	Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 a 8 horas.</li> <li>• 08 a 10 horas.</li> </ul>

	<p>Cardon_San Luis_Ancash, 2024.</p>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 a 12 horas.</li> <li>• Diariamente.</li> <li>• 4 veces a la semana.</li> <li>• No se baña.</li> <li>• Si.</li> <li>• No.</li> <li>• Caminar.</li> <li>• Deporte.</li> <li>• Gimnasia.</li> <li>• No realizo.</li> <li>• Caminar.</li> <li>• Gimnasia suave.</li> <li>• Juegos con poco esfuerzo.</li> <li>• Correr.</li> <li>• Ninguno.</li> <li>• Preocupación por engordar.</li> <li>• Come demasiado</li> <li>• Pérdida de control para comer.</li> <li>• Vómitos auto inducidos.</li> <li>• Ingestas de medicamentos.</li> </ul>
<p>Frecuencia con que se baña</p>	<p>Escala nominal</p>	<p>Escala nominal</p>	<p>Escala nominal</p>		
<p>Conducta y/o disciplina</p>	<p>Escala nominal</p>	<p>Escala nominal</p>			
<p>Actividad física</p>	<p>Escala nominal</p>				
<p>Actividad física en estas dos últimas semanas.</p>					
<p>Conducta alimenticia de riesgo</p>					

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Restricción en la conducta.</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hogar.</li> <li>• Escuela.</li> <li>• Transporte o vía pública.</li> <li>• Lugar de recreo o deportivo.</li> <li>• Establecimiento comercial.</li> <li>• Otros.</li> </ul>
Lugar de agresión	de	Escala nominal	
Problemas para quitarse la vida		Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si.</li> <li>• No.</li> </ul>
Relaciones sexuales		Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si.</li> <li>• No.</li> </ul>
Método anticonceptivo		Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Condón.</li> <li>• Pastillas, inyectable, píldora de emergencia.</li> <li>• Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario.</li> <li>• Ningún método.</li> </ul>
Embarazo		Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Embarazo.</li> <li>• Aborto.</li> </ul>

			Acudir al establecimiento de salud.	Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez al año.</li> <li>• Dos veces al año.</li> <li>• Varias veces en el año.</li> <li>• Varias veces durante el año.</li> <li>• No acudo.</li> </ul>
	Alimentación	Dieta		Escala nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diario.</li> <li>• 3 o más veces por semana.</li> <li>• 1 o 2 veces a la semana.</li> <li>• Menos de 1 vez a la semana.</li> <li>• Nunca o casi nunca.</li> </ul>



### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **Técnica**

En esta investigación se hizo uso de la técnica entrevista para realizar la recolección de datos en una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón.

#### **Instrumento**

En el estudio se utilizó como instrumento el cuestionario sobre los determinantes de la salud del adolescente ya que corresponde a la técnica entrevista, este instrumento se aplicó a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón.

#### **Instrumento N°01**

El instrumento que se seleccionó forma parte de la línea de investigación sobre los determinantes de la salud en adolescentes elaborado por la investigadora Dra. Enf. Vilchez Reyes María Adriana que se encuentra estructurada por 15 ítems que se dividen en dos partes. (Anexo N° 02)

- Información de la identidad de los adolescentes, al solicitar su nombre original o seudónimo.
- Los determinantes de la salud de los estilos de vida de los adolescentes: Hábitos personales (consumo de tabaco y alcohol, actividad física, horas de sueño, frecuencia de baño), alimentos que consumen.

#### **Control de Calidad de los Datos**

##### **Evaluación cualitativa:**

El instrumento perteneciente a la línea de investigación de las determinantes de la salud desarrollado por la Dra. Enf. Vilchez Reyes María Adriana, fue evaluada mediante el criterio de juicio de expertos.

Para la realización de esta evaluación se realizaron reuniones con los expertos brindándoles la matriz de operacionalización de variables y el cuestionario, para el respectivo análisis y socialización entre los jueces, brindando sus respectivas opiniones, posterior a ello cada participante emitió las observaciones correspondientes sobre el cuestionario propuesto, proporcionando las pautas para realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuesta de las preguntas asociadas a los estilos de vida como determinantes de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón.

### **Evaluación cuantitativa:**

**Validez de contenido:** De acuerdo con el control realizado al instrumento de determinantes de la salud de la línea de investigación, desarrollado por la Dra. Enf. Vilchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación determinantes en la salud de las personas; esta validez se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, teniendo un total de diez expertos, que evaluaron la pertinencia de los enunciados en relación con las dimensiones. Para efectuar este análisis de la validez se utilizó la fórmula de V de Aiken.

$$\text{Donde: } V = \frac{\bar{x}-l}{k}$$

$\bar{x}$ : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

$l$ : Es la calificación más baja posible.

$k$ : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken resultante total fue de 0,998 siendo un valor que denota que el instrumento es válido para recolectar información respecto a los determinantes de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón. (Anexo N° 03)

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad Interevaluador**

Consiste en el control realizado al instrumento de determinantes de la salud desarrollado por la Dra. Enf. Vilchez Reyes Maria Adriana, directora de la línea de investigación determinantes en la salud de las personas; para evaluar la confiabilidad se aplicó el cuestionario a 15 adolescentes el mismo día de la entrevista por distintos investigadores para evitar cualquier cambio.

Este análisis se llevó a cabo con el Coeficiente de Kappa que evaluó el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 es considerado como muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador. (Anexo N° 03)

## **3.5. Método de análisis de datos**

### **3.5.1. Procedimiento de recolección de datos**

En este apartado se describen los pasos que se tuvieron en consideración en la recolección de datos dentro del proceso investigativo:

- Se realizó la gestión correcta para recibir la autorización de la dirección de la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón\_San

Luis\_Ancash, de forma que se pueda aplicar el instrumento en la población muestral de adolescentes del nivel secundario.

- Se realizó la coordinación con los adolescentes del nivel secundario de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon, respetando su tiempo disponible para la ejecución del instrumento y en una fecha que consideren.
- Se le informó a cada adolescente del nivel secundario sobre la finalidad del presente estudio, así mismo, el respeto dirigido a ellos y la confidencialidad que se mantendría con los datos en todo momento.
- Se solicitó el consentimiento a los padres de los adolescentes estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon para la participación de sus hijos en el estudio, para ello se le proporcionó un consentimiento informado para que lo haga firmar con su apoderado.
- Se acudió a la Institución Educativa en los días programados previamente para la aplicación del instrumento a los adolescentes que tengan el consentimiento de sus padres.
- Se aplicó el instrumento al adolescente del nivel secundario, para ello previamente se les orientó sobre el contenido e instrucciones, con el fin de tener el llenado adecuado.
- El desarrollo del instrumento por parte de los adolescentes tuvo un intervalo de tiempo de 20 minutos. Seguidamente se realizó el recojo total de los instrumentos aplicados a los adolescentes, verificando su correcto llenado para evitar errores en la obtención de resultados.

### **3.5.2. Análisis y procesamiento de los datos**

En cuanto al análisis y procesamiento, la información obtenida de la ejecución de los instrumentos a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón fueron integrados al software de procesador Microsoft Excel para que seguidamente sean migrados los datos al software PASW Statistics en vers. 18.0, de forma que, se pudo extraer tablas de frecuencia absoluta y gráficas para tener un mayor entendimiento de los resultados que se obtuvieron, donde se pueda visualizar la información porcentual.

### 3.6. Aspectos éticos

La investigación se desarrolló bajo el cumplimiento de lineamientos éticos que propician el buen actuar investigativo, por ello, se consideró el reglamento de integridad científica actualizado por el Consejo Universitario con Resolución N° 0277 – 2024 – CU – ULADECH Católica en su versión 001 (35), cumpliendo con los siguientes principios éticos:

- **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:** La información que brindaron los adolescentes fueron protegidos en todo el proceso, cumpliendo con la confidencialidad de información sensible, así mismo, se respetó sus derechos fundamentales como la dignidad y pensamiento cultural.
- **Cuidado del medio ambiente:** En todo el proceso de la investigación se procuró en reducir el consumo energético que demandó la realización del acto investigativo, así mismo, no se perjudicó a las especies y/o biodiversidad, porque el análisis se realizó a la población de estudio que este caso fueron los adolescentes.
- **Libre participación por propia voluntad:** La autora del acto investigativo informó sobre los fines y propósitos que tenía la investigación, por ende, el adolescente eligió de forma voluntaria su participación en el estudio.
- **Beneficencia, no maleficencia:** Durante el desarrollo del acto investigativo se veló por el bienestar de los adolescentes con el propósito de que no se les perjudique de ninguna manera, así mismo, se trató de mitigar los efectos adversos posibles y se buscó generar beneficios que se plantearon como recomendaciones.
- **Integridad y honestidad:** El proceso investigativo permitió que los resultados mantengan objetividad, imparcialidad y fueron difundidos por la investigadora solo para los fines ameritados en el estudio, por ende, se les brindó un consentimiento informado a los adolescentes que permitió la difusión de los resultados de acuerdo con la autorización de los participantes de la investigación.
- **Justicia:** Se realizó el trato igualitario y justo a los adolescentes antes, durante y después de la ejecución de la investigación, respetando la información que brindaron al momento de procesar los resultados.

#### IV. RESULTADOS

**TABLA 22**

*ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES  
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE  
CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024*

<b>Fuma actualmente</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si fumo, diariamente	0	00,0
Si fumo, pero no diariamente	1	01,7
No fumo actualmente, pero he fumado antes	0	00,0
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	59	98,3
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Frecuencia que ingiere bebidas alcohólicas</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Diario	0	00,0
Dos o tres veces por semana	0	00,0
Una vez a la semana	0	00,0
Una vez al mes	0	00,0
Ocasionalmente	3	05,0
No consumo	57	95,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>N° de horas que duerme</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
06 a 08 horas	50	83,3
08 a 10 horas	10	16,7
10 a 12 horas	0	00,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Frecuencia con que se baña</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Diariamente	0	00,0
4 veces a la semana	60	100,0
No se baña	0	00,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducto y/o disciplina</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si	19	31,7
No	41	68,3
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Actividad física en su tiempo libre</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Caminar	57	95,0
Deporte	0	00,0
Gimnasia	0	00,0
No realizo	3	05,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Continúa ...**

**TABLA 2**

*ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES  
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE  
CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024*

<b>En las dos últimas semanas que actividad física realizó durante más de 20 minutos</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Caminar	55	91,7
Gimnasia suave	2	03,3
Juegos con poco esfuerzo	1	01,7
Correr	0	00,0
Ninguno	2	03,3
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Conducta alimenticia de riesgo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Preocupación por engordar	54	90,0
Come demasiado	2	03,3
Pérdida de control para comer	0	00,0
Vómitos auto inducidos	0	00,0
Ingestas de medicamentos: Diuréticos, laxantes, pastillas	4	06,7
Restricción a la conducta: Ayuno, dietas, ejercicios	0	00,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>En el último año ha sufrido algún daño a su salud por alguna violencia o agresión</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Armas de fuego	0	00,0
Objetos cortantes	0	00,0
Puñetazos, patadas, golpes	5	08,3
Agresión sexual	0	00,0
Otras agresiones o maltratos	1	01,7
No presente	54	90,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Indique el lugar de la agresión o violencia</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Hogar	0	00,0
Escuela	0	00,0
Transporte o vía pública	5	08,3
Lugar de recreo o deportivo	0	00,0
Establecimiento comercial	1	01,7
Otros	54	90,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Ha tenido algún problema, ha pensado en quitarse la vida</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si	2	03,3
No	58	96,7
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Continúa ...**

**TABLA 2**

*ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES  
DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE  
CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024*

<b>Tiene relaciones sexuales</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si	4	06,7
No	56	93,3
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>En su primera relación sexual hizo uso de algún método anticonceptivo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Condón	4	100,0
Pastillas, inyectables, píldoras de emergencia	0	00,0
Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario	0	00,0
Ningún método	0	00,0
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>100,0</b>
<b>Tuvo algún embarazo o aborto</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si	0	00,0
No	60	100,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>
<b>Tiempo que acude a un establecimiento de salud</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Una vez al año	55	91,7
Dos veces al año	0	00,0
Varias veces durante el año	5	08,3
No acudo	0	00,0
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**TABLA 2**  
**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES**  
**DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE**  
**CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**

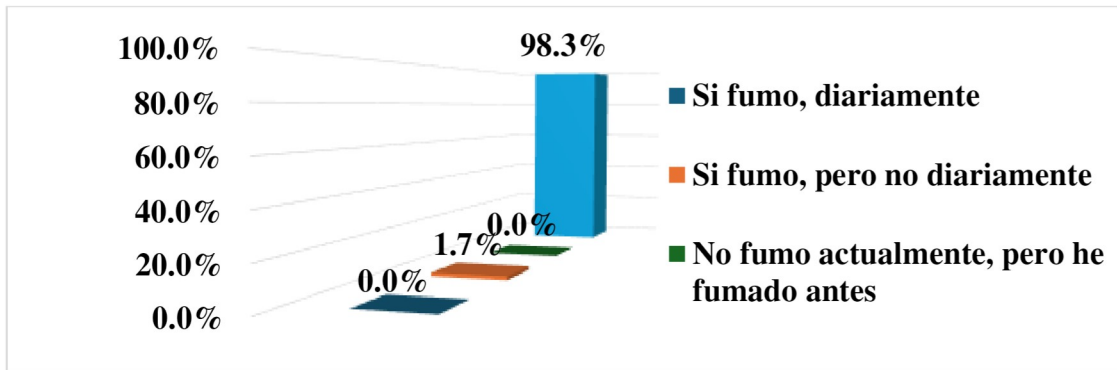
Alimentos que consume	Diario		3 o más veces a la semana		1 o 2 veces a la semana		Menos de una vez por semana		Nunca o casi nunca		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Frutas	6	10,0	3	5,0	41	68,3	9	15,0	1	1,7	60	100,0
Carnes (Pollo, res, cerdo, etc.)	1	1,7	2	3,3	46	76,7	9	15,0	2	3,3	60	100,0
Huevos	2	3,3	6	10,0	44	73,3	7	11,7	1	1,7	60	100,0
Pescado	1	1,7	4	6,7	40	66,7	11	18,3	4	6,7	60	100,0
Fideos, arroz, papas	1	1,7	3	5,0	41	68,3	14	23,3	1	1,7	60	100,0
Pan, cereales	3	5,0	6	10,0	44	73,3	4	6,7	3	5,0	60	100,0
Verduras y hortalizas	2	3,3	3	5,0	42	70,0	8	13,3	5	8,3	60	100,0
Legumbres	8	13,3	4	6,7	41	68,3	4	6,7	3	5,0	60	100,0
Embutidos, enlatados	1	1,7	35	58,3	17	28,3	4	6,7	3	5,0	60	100,0
Lácteos	1	1,7	3	5,0	47	78,3	8	13,3	1	1,7	60	100,0
Dulces, gaseosas	1	1,7	3	5,0	42	70,0	11	18,3	3	5,0	60	100,0
Refrescos con azúcar	2	3,3	52	86,7	5	8,3	0	0,0	1	1,7	60	100,0
Frituras	2	3,3	5	8,3	42	70,0	9	15,0	2	3,3	60	100,0

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.



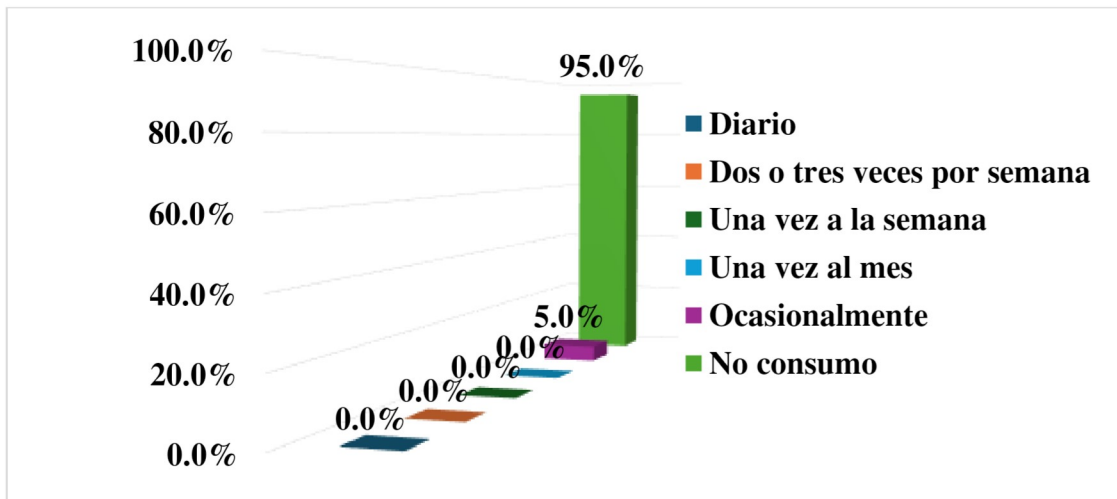
## FIGURAS DE LA TABLA 2

**FIGURA 1:** SEGÚN FUMA ACTUALMENTE LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



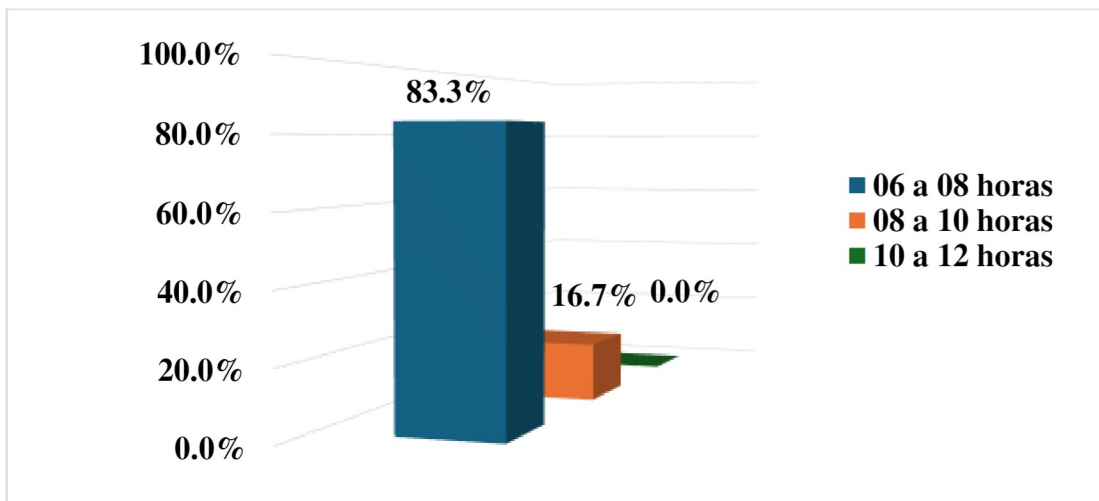
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 2:** SEGÚN FRECUENCIA QUE INGIERE BEBIDAS ALCOHÓLICAS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN\_LUIS\_ANCASH, 2024



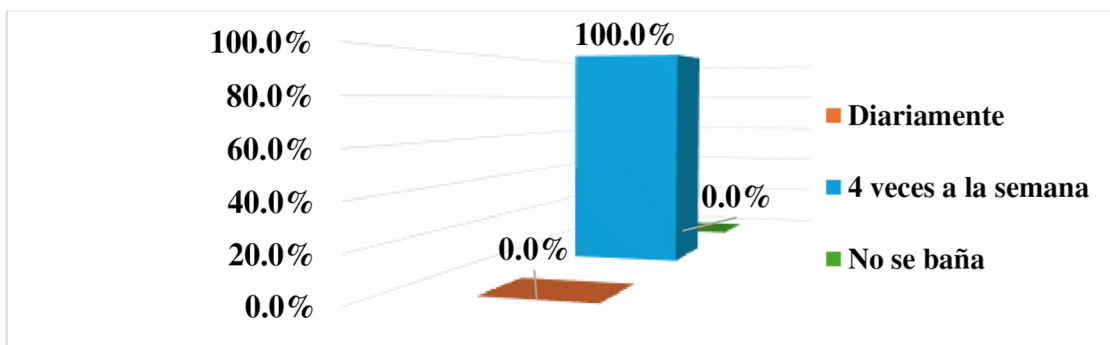
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 3: SEGÚN HORAS QUE DUERMEN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



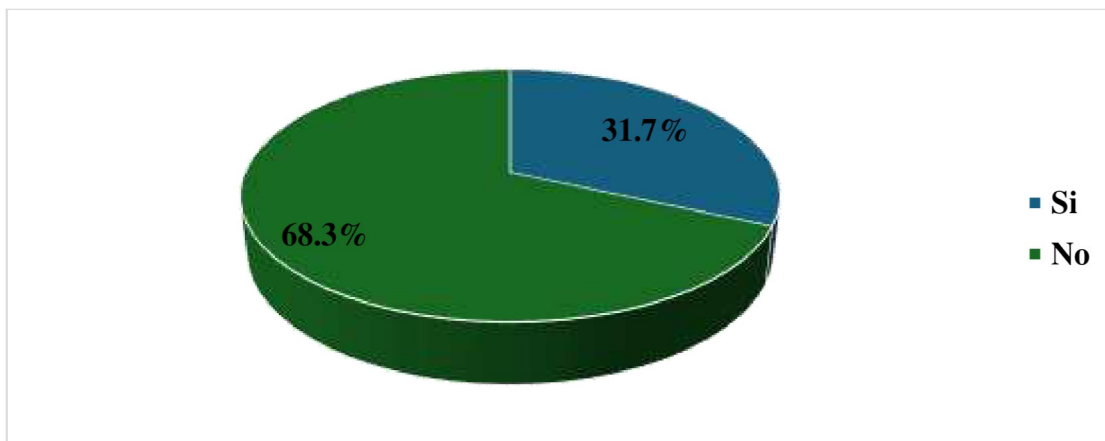
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 4: SEGÚN FRECUENCIA QUE SE BAÑAN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



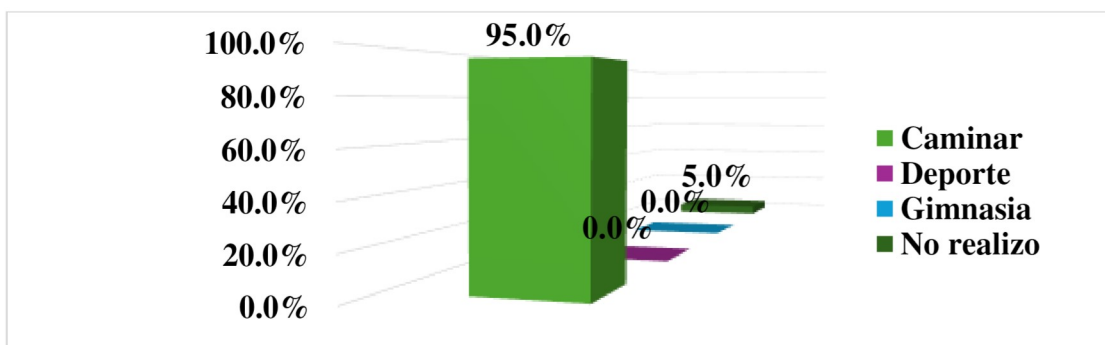
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 5: SEGÚN REGLAS Y EXPECTATIVAS CLARAS Y CONSISTENTES EN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



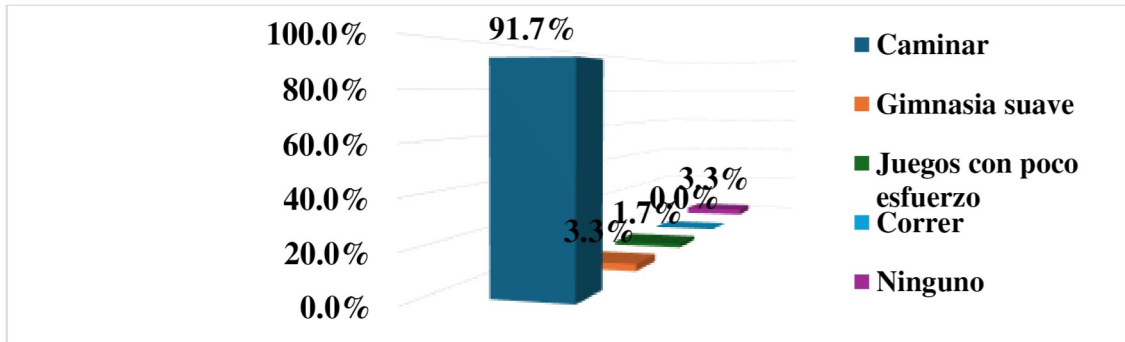
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 6: SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA EN SU TIEMPO LIBRE EN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



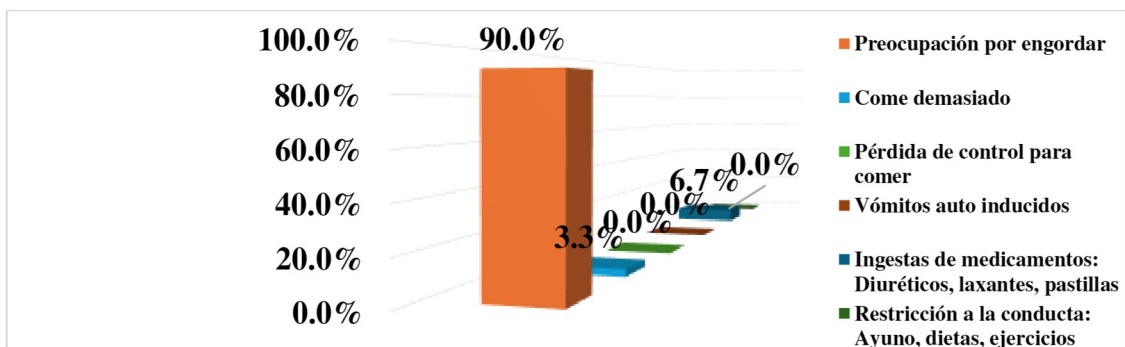
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 7:** SEGÚN LAS ÚLTIMAS 2 SEMANAS QUE ACTIVIDAD FÍSICA REALIZAN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



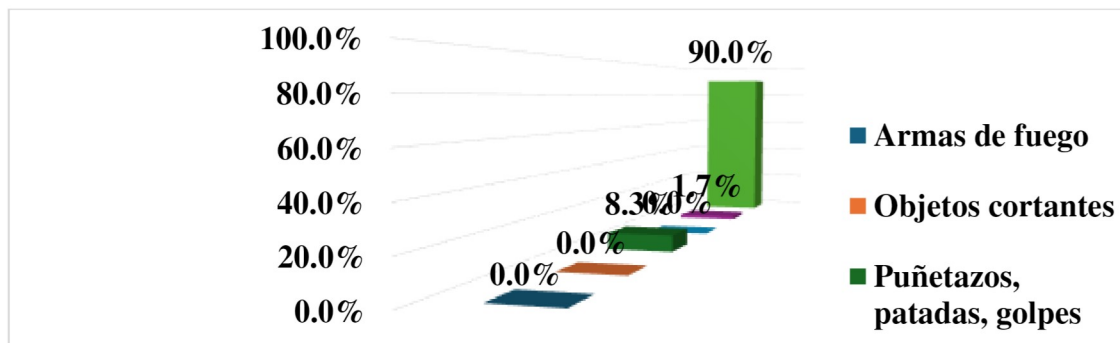
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 8:** SEGÚN CONDUCTA ALIMENTICIA DE RIESGOS EN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



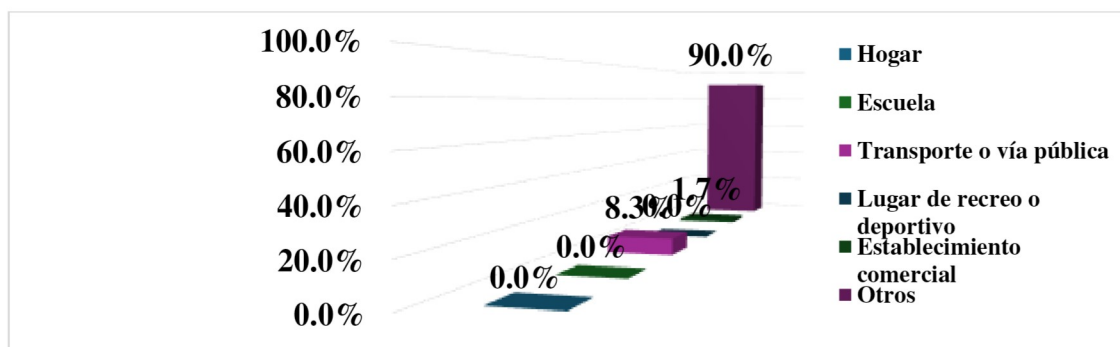
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 9: SEGÚN VIOLENCIA O AGRESIÓN EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



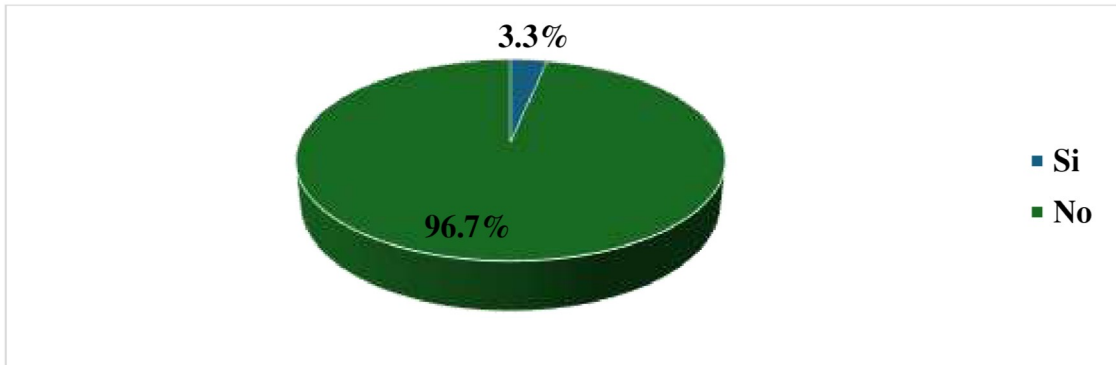
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 10: SEGÚN LUGAR DONDE TUVO AGRESIÓN O VIOLENCIA LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



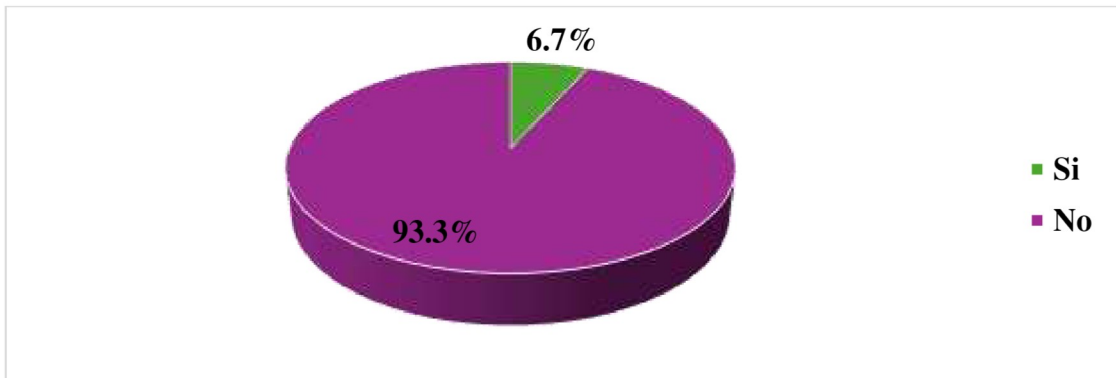
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 11:** *SEGÚN HAN PENSADO QUITARSE LA VIDA LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS Ancash, 2024*



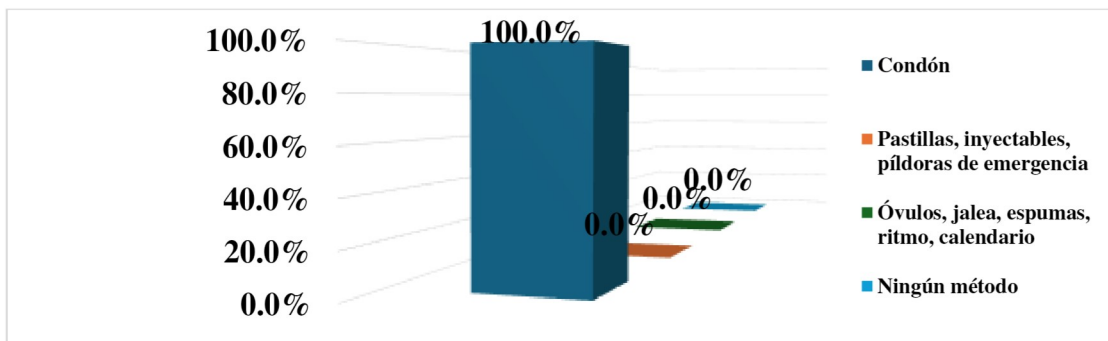
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 12:** *SEGÚN TIENE RELACIONES SEXUALES LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS Ancash, 2024*



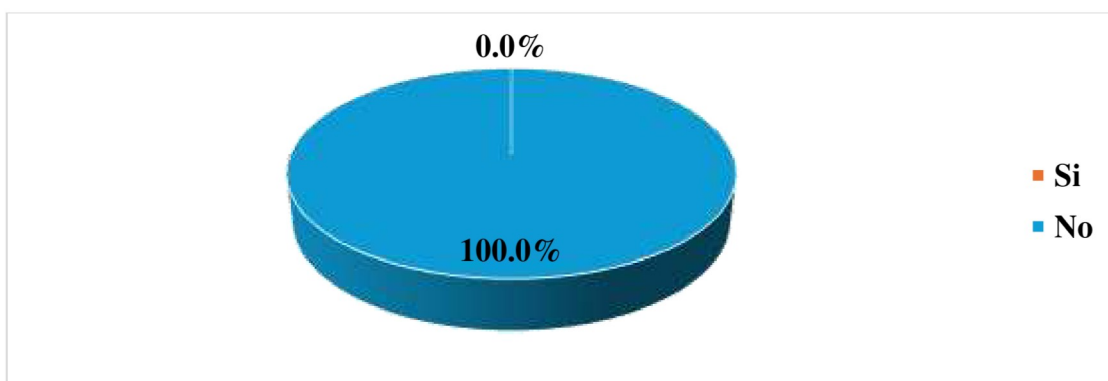
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 13:** SEGÚN MÉTODO ANTICONCEPTIVO UTILIZADO POR LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



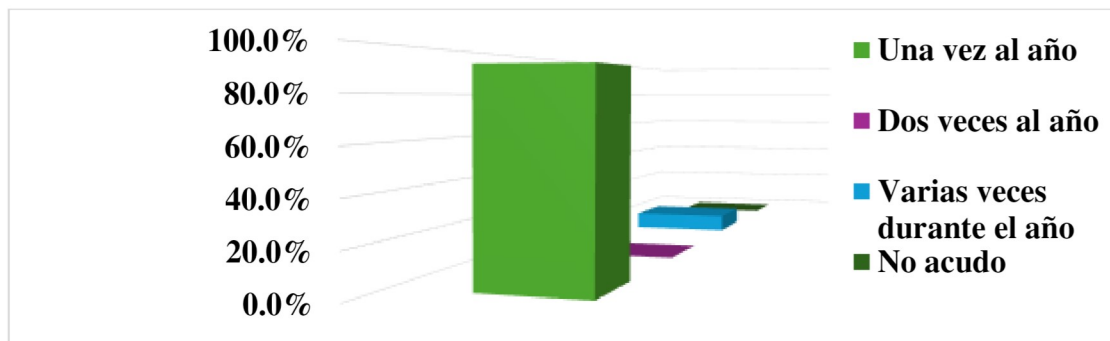
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

**FIGURA 14:** SEGÚN EMBARAZO O ABORTO EN LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

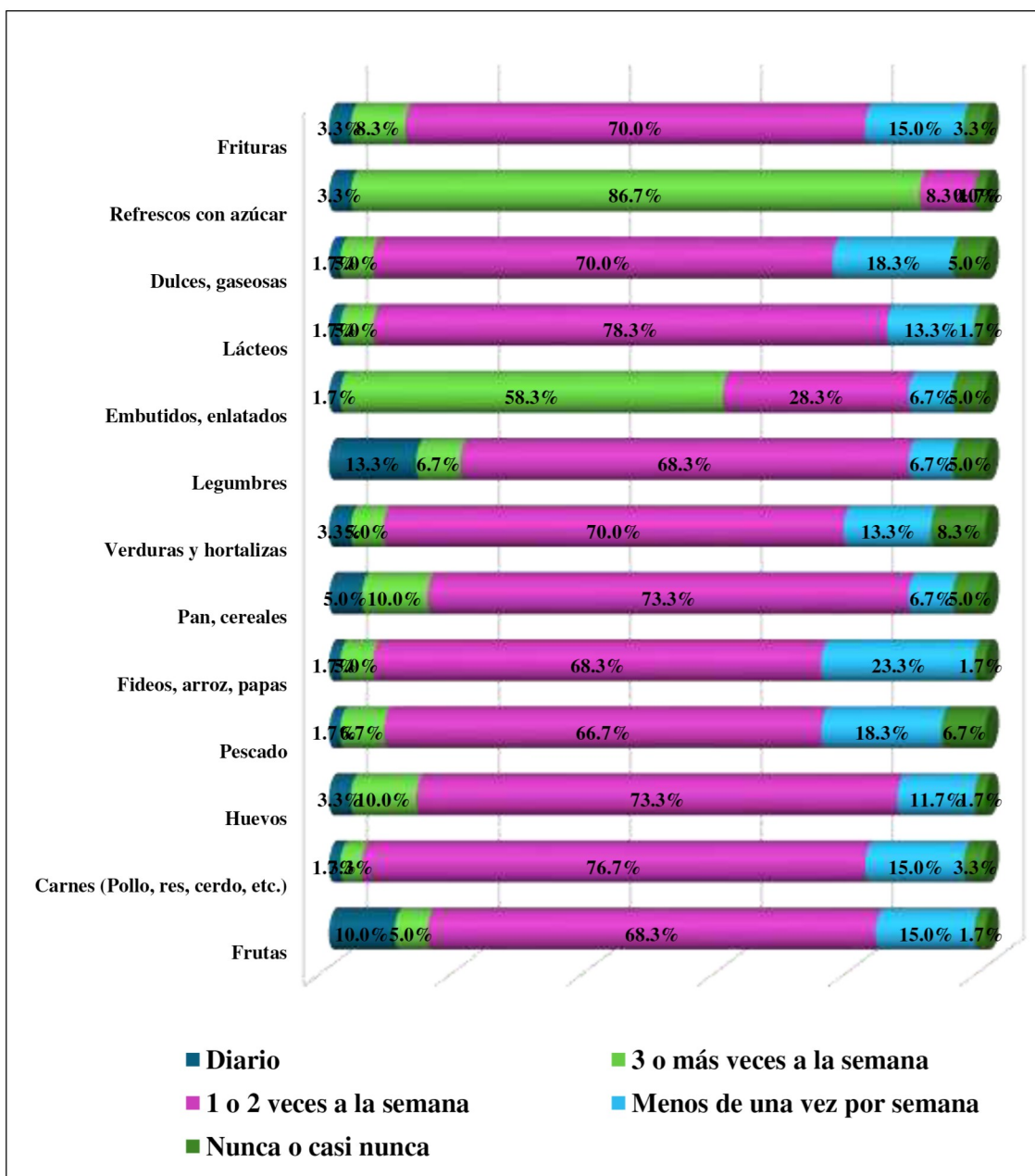
**FIGURA 15:** SEGÚN ACUDE A UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD LOS ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024



**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.



**FIGURA 16: SEGÚN FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

## V. DISCUSIÓN

### Tabla N° 2:

Del 100% (60) de adolescentes, el 98,3% (59) no fuman, ni han fumado nunca de manera habitual; el 95%(57) no consume bebidas alcohólicas; el 83,3%(50) duerme de 06 a 08 horas; el 100%(60) se baña 4 veces a la semana; el 68,3% (41) no tiene reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina; el 95% (57) camina como actividad física en su tiempo libre; el 91,7% (55) camina en las dos últimas semanas por más de 20 minutos; el 90%(54) muestra preocupación por engordar; el 90% (54) no presentó algún daño a su salud por violencia o agresión en el último año; el 90% (54) el lugar de la agresión o violencia fueron otros lugares; el 96,7% (58) no ha pensado en quitarse la vida al tener un problema; el 93,3% (56) no tiene relaciones sexuales; el 100% (4) en su primera relación sexual utilizó condón como método anticonceptivo; el 100% (60) no tuvo algún embarazo o aborto; y el 91,7% (55) una vez al año acude a un establecimiento de salud.

En los resultados encontrados en la investigación se encontró que los adolescentes casi la totalidad no fuman ni ha fumado nunca de manera habitual, casi la totalidad no ingiere bebidas alcohólicas. Existen resultados similares como lo señala Parrilla M, (16) en su estudio denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; donde los adolescentes en un 70% no fuma, ni ha fumado nunca de forma habitual, el 65% no consume bebidas alcohólicas.

También tiene similitud con los resultados de Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; encontró que los adolescentes encuestados en un 91,7% no fuman, ni han fumado nunca de forma habitual, el 84,1% no consume bebidas alcohólicas. Asimismo, guarda relación con los resultados de Aguilera et al, (11) en su investigación titulada: Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia, 2022, encontró que el 75,1% no ha fumado cigarrillo; pero no se asemeja con que el 66,2% de los adolescentes toma bebidas alcohólicas de vez en cuando.

La adolescencia es una etapa crucial de desarrollo en la que los jóvenes enfrentan una variedad de desafíos y problemas, el consumo de alcohol y cigarrillo son los problemas más serios que pueden llegar a afectar tanto su salud física, desarrollo emocional y social. Entre las repercusiones negativas del fumar, se tiene daños al sistema respiratorio llegando a causar enfermedades como el asma, la bronquitis y cáncer de pulmón, pero también genera

problemas dentales, enfermedades cardiovasculares y un mayor riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad y depresión. Además, su consumo puede generar adicción en los adolescentes debido a la nicotina que contiene, y su consumo en la adolescencia puede afectar el desarrollo cerebral.

Los adolescentes encuestados no consumen bebidas alcohólicas, demostrando que no se han dejado influenciar por su entorno, eligiendo divertirse sanamente con sus compañeros, alejándose del consumo de alcohol en las fiestas, esta conducta durante la adolescencia ayuda a prevenir una serie de problemas de salud física, daño hepático y problemas de desarrollo cerebral, además de que su consumo en etapa escolar puede afectar negativamente su rendimiento académico al presentar problemas de concentración, y en el peor de los casos pueden caer en una adicción al alcohol que no solo afectará su salud a largo plazo, también su desarrollo personal al dejar de lado su formación académica, por lo cual debe existir una constante comunicación de los padres.

Pero existe un grupo pequeño que fuma y consume alcohol de forma ocasional, debido a muchos factores que han llegado a influenciarlos como el entorno, conflictos en el hogar o la falta de comunicación, los cuales han llegado a causar estrés y ansiedad en los adolescentes, siendo más susceptibles al consumo de alcohol como una forma de escapar de su realidad, también la falta de supervisión y apoyo emocional por parte de los padres ha dejado a los adolescentes sin la guía necesaria para tomar decisiones saludables. Al conocer la situación mediante los resultados de la investigación es necesario que los profesionales del centro de salud con la ayuda de la institución educativa intervengan mediante charlas o talleres sobre el consumo de sustancias nocivas, educando y generando consciencia en los adolescentes, ya que la intervención temprana es esencial.

El Ministerio de Salud del Perú realizó una encuesta en el 2019 en colegios públicos y privados del país a estudiantes del tercero y quinto de secundaria, siendo en su mayoría adolescentes de 13 a 15 años de edad, se encontró que 7 de cada 100 (7,2%) adolescentes consumía productos del tabaco, además el 49,2% de los que indican ser consumidores adquirieron los cigarrillos en quioscos, bodegas y en la venta ambulatoria cerca de los colegios, también se halló que el 6,3% fuma cigarrillo electrónicos; por otro lado, el 61% de los estudiantes señalaron que no se les negó la venta de cigarrillos por su edad y el 55,9% accedió a comprarlos sueltos o por unidad. (36)

Por su parte el consumo de alcohol es uno de los factores de riesgo que más consecuencias negativas tiene en la salud de las personas, más aún en la adolescencia tiene

efectos negativos en el desarrollo cerebral, afecta el rendimiento académico, relaciones sexuales de riesgo, lesiones y accidentes, conductas delictivas, suicidio y puede causar adicción; en el Perú el alcohol es la sustancia nociva más consumida entre los adolescentes, se estima que el 29,5% de los estudiantes de nivel secundario indica haber consumido alcohol alguna vez en su vida y el 17,5% señala haber consumido alcohol en los últimos doce meses, esta situación es una llamada de alerta para tomar medidas que concientice a los adolescentes sobre los problemas que tiene el consumo del alcohol, asimismo que los padres presten más atención a sus hijos en las actividades que realiza y su círculo social. (37)

Otro de los resultados indica que los adolescentes en su mayoría duermen de 06 a 08 horas, la totalidad se baña 4 veces a la semana y en su mayoría no tiene reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplinas. Los resultados guardan relación con algunos resultados de Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; encontró que el 66,2% se baña 4 veces a la semana, pero difiere en que el 51% duerme de 8 a 10 horas y el 80% si tiene conducta y/o disciplina. Además, no tiene semejanza con lo encontrado por Parrilla M, (16) en su estudio denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; el 66% duerme de 8 a 10 horas, el 91% se baña diariamente.

Los adolescentes encuestados están durmiendo las horas necesarias para recuperar energías, pero es importante que incrementen sus horas de sueños de 8 a 10 horas para mantener una buena salud física y mental, ya que el sueño es crucial para el bienestar y desarrollo de los adolescentes, por lo cual no se deben quedar despiertos hasta altas horas de la noche con su celular, la falta de sueño puede afectar su concentración, su rendimiento académico, su estado de ánimo y la salud en general. En este caso los adolescentes son conscientes de que tienen que dormir para poder al día siguiente realizar sus actividades diarias, están construyendo un hábito saludable que tendrá efectos positivos en su vida.

De acuerdo a la teoría el sueño tiene distintas funciones y es necesario no solo para un adecuado funcionamiento del cerebro, sino que del organismo en general, ya que el sueño ayuda a la restauración o conservación de energía, síntesis y secreción de hormonas como la del crecimiento, fortalecimiento del sistema inmunológico, consolidación de la memoria y el aprendizaje; la reducción de las horas de sueño o la falta de sueño afecta la calidad de vida de los adolescentes que se encuentran en una etapa de desarrollo, llegan a presentar somnolencia diurna, disminución de las habilidades cognitivas como el procesamiento de

información, atención, percepción y memoria, por ello es importante que los adolescentes no estén desvelándose por el uso de dispositivos electrónicos. (38)

Asimismo, los hábitos higiénicos que han aprendido los adolescentes desde pequeños a través de sus padres son positivos, entendiendo que la higiene es fundamental para mantener una vida saludable, pero la frecuencia puede variar ya que algunos adolescentes prefieren bañarse con más frecuencia por razones propias de comodidad o higiene, mientras que otros se sienten cómodos con menos frecuencia. También al encontrarse en una etapa donde están experimentando nuevos sentimientos como el enamoramiento se arreglan y tienen más preocupación por cuidar su apariencia para agradar a personas del sexo opuesto.

La higiene en la adolescencia es importante para prevenir enfermedades infecciosas y problemas de salud asociados con la poca limpieza, como infecciones de la piel, caries dental y enfermedades transmitidas por alimentos, una buena higiene personal ayuda a su autoestima y la confianza en ellos mismos, ya que los adolescentes que se sienten limpios y frescos suelen experimentar una mayor sensación de bienestar emocional, también se muestran más seguros para interactuar con su entorno; además el inculcar hábitos de higiene adecuados en la adolescencia sienta las bases para una vida adulta saludable, los que aprenden la importancia de la higiene durante esta etapa lo mantendrán como hábito en la edad adulta. (39)

Un aspecto preocupante es que los adolescentes encuestados no tienen reglas claras y consistentes acerca de su conducta, esto evidencia que los padres no han logrado inculcar en los adolescentes una buena educación en valores y límites, refleja un abandono por parte de los padres, puesto que los adolescentes moldean su personalidad de acuerdo con la vivencia familiar. Los adolescentes al tener reglas establecidas pueden proteger su salud, al conocer los límites pueden realizar sus actividades sin miedo a sobrepasarse, para lograr que los adolescentes tengan las reglas claras es necesario que exista una buena comunicación con los padres, ya que en se encuentran en un proceso de aprendizaje que debe ser aprovechado para aconsejar, guiar y evitar que cometan errores que se pueden evitar.

Es responsabilidad de los padres promover la educación y el buen comportamiento de los adolescentes en el medio social, por lo cual los deben educar bajo valores morales y sociales, necesarios para el proceso de socialización, es importante destacar que los valores son principios que establecen las actitudes y formas de comportarse de los adolescentes, siendo una guía de comportamiento donde se tienen las reglas que orientan su conducta, distinguiendo de las cosas que valen la pena y las que no son deseables de ser realizados,

mientras más claro tengan los adolescentes las reglas inculcados por sus padres se desenvolverán de una forma más armónica, con respeto, seguridad y no realizará actividades que afecten su salud. (40)

Otros de los resultados demuestran que los adolescentes casi en la totalidad caminan como actividad física en su tiempo libre, la mayoría camino en las dos últimas semanas por más de 20 minutos y en su mayoría muestra preocupación por engordar. Los resultados se asemejan con lo encontrado por Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; encontró que los adolescentes encuestados en un 81,4% camina como actividad física, el 81,4% a caminado por 20 minutos en las dos últimas semanas y el 69% tiene preocupación por engorda.

Pero no tiene similitud con lo hallado por Parrilla M, (16) en su estudio denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; donde los adolescentes en un 55% hace deportes en su tiempo libre, el 54% ha hecho deporte por 20 minutos en las dos últimas semanas, el 88% no ha presentado ninguna conducta alimenticia de riesgo. También difiere con el resultado de Aguilera et al, (11) en su investigación titulada: Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia, 2022; encontró que los adolescentes en un el 83% no práctica ejercicio por pereza.

Los adolescentes encuestados caminan en su tiempo libre, esto evidencia que cada vez menos adolescentes realizan deportes en su tiempo libre, el grupo encuestado al menos camina, lo cual es bueno para su salud, pero en la etapa de desarrollo que se encuentran deben realizar más actividad física que los mantenga en una buena condición física. Pero en la actualidad los adolescentes prefieren realizar actividades en sus celulares como ver videos, jugar o solo entretenerse con este dispositivo, siendo un factor que conlleva al sedentarismo lo cual implica no realizar actividad física necesaria para el buen funcionamiento del cuerpo, además de que es un factor de riesgo para padecer enfermedades no transmisibles como la diabetes, hipertensión arterial, sobrepeso y obesidad.

Además, el caminar por 20 minutos mantiene activo a los adolescentes en el día, esto es indicador favorable para su organismo ya que mejora la salud del corazón y los vasos sanguíneos, les ayuda a mantener un peso saludable, aumentan la sensación de bienestar, mejora el estado de ánimo e incluso a regular el sueño, por ello es importante que los adolescentes realizan al menos 30 minutos de caminata diaria para mantenerse saludables,

muchos de los adolescentes cumplen con esto, al tener que hacer largos recorridos diarios para acudir al colegio y regresar a sus hogares, también luego de sus actividades académicas tiene que ir a ayudar a sus padres en sus actividades.

La OMS recomienda que las personas entre 5 a 18 años realicen actividad física moderada durante 60 minutos al día, pero esta recomendación no se cumple en la actualidad por el uso constante de los aparatos tecnológicos, llegando a extremos como el sedentarismo que es el desequilibrio del balance energético entre el gasto e ingesta de alimentos, dando como consecuencia el padecimiento de enfermedades no transmisibles, obesidad y sobrepeso; realizar actividad física es muy importante para los adolescentes ya que reduce la adiposidad, mejora el desarrollo motor, la salud cardio metabólica, el desarrollo social y cognitivo, y a largo plazo se protegen del riesgo de abusar de sustancias como el alcohol, tabaquismo u otras drogas, por ello se recomienda que los adolescentes practiquen algún deporte en la etapa escolar. (41)

Además los adolescentes encuestados muestran preocupación por engordar, esto demuestra la gran influencia que tiene las redes sociales y la televisión donde se muestra estigmas de un cuerpo perfecto, lo que genera preocupación en las adolescentes por querer encajar en estos estereotipos de bellas, más aún cuando se encuentran en una etapa donde su cuerpo sufre demasiados cambios; muchas veces esta comparación excesiva llega a afectar su autoestima, sienten una preocupación excesiva por no querer subir de peso, lo cual se convierte en un trastorno alimenticio como la bulimia o anorexia, eligiendo un camino que solo perjudica su salud, en lugar de hacer ejercicio y seguir una alimentación saludable.

En la actualidad se vive en una realidad volcada en el parecer y en la imagen, donde la belleza, la apariencia y las características físicas priman sobre todo, idealizando de forma errónea a los mal llamados cuerpos “perfectos”, por ello se presenta una gran obsesión por la delgadez y el rechazo a la gordura, en lugar de informar sobre los beneficios de tener un cuerpo sano, esto tiene gran influencia en los adolescentes que al estar expuestos a estas ideas de “belleza perfecta” difundidos por los medios de comunicación sienten la necesidad de encajar con estos estereotipos, más aún cuando están en esta etapa donde sus cuerpos cambian de forma rápida, junto con una mezcla de emociones, la vulnerabilidad y la falta de autocontrol, provoca que adopten conductas alimenticias perjudiciales que afectan su salud. (42)

Otros de los resultados demuestran que los adolescentes en su mayoría no presentaron algún daño a su salud por violencia o agresión en el último año, la mayoría

indica que el lugar de la agresión o violencia fueron otros lugares y casi la totalidad no ha pensado en quitarse la vida al tener un problema. Los resultados se asemejan con lo encontrado por Parrilla M, (16) en su estudio denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; donde los adolescentes en un 90% no ha sufrido violencia y el 95% no ha pensado en suicidio. También tiene similitud con algunos resultados de Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; encontró que los adolescentes encuestados en un 73,8% no ha sufrido agresión, el 73,1% indica como lugar de agresión otros y el 82,1% no ha pensado en quitarse la vida.

Los adolescentes encuestados no presentaron algún daño a su salud por violencia o agresión en el último año, esto es un aspecto positivo que demuestra que en su entorno donde se desenvuelve se encuentra libre de cualquier tipo de agresión verbal, física o psicológica; también refleja que en sus hogares prima la comunicación asertiva con sus padres, esto hace que los adolescentes se expresen de la misma forma con sus compañeros en el colegio, sin incurrir en faltas de respeto, ya que de ser lo contrario en el colegio se presentarían casos de bullying entre los adolescentes que afecta la convivencia escolar, por lo cual necesario que los docentes y padres de familia presten atención al comportamiento de los adolescentes.

La violencia escolar es un problema que aqueja a todos los países, siendo la causa de una gran cantidad de muertes de adolescentes, muchas veces la violencia se manifiesta en los colegios como un hecho común y concurrente, sobre todo en los estudiantes de nivel secundario, donde llegan a sufrir maltrato físico, verbal o psicológico por otro estudiantes o un grupo, estas agresiones pueden llegar a tener consecuencias devastadoras para las víctimas que por miedo no se atreven a delatar a sus agresores, llegando a experimentar ansiedad, depresión, baja autoestima, estrés postraumático y otros problemas de salud mental, por el cual se ven afectados su rendimiento académico y relaciones sociales; muchos de los agresores manifiestan este comportamiento porque son parte de hogares disfuncionales donde reciben algún tipo de maltrato, por ello es importante que en los hogares se fomente una educación en valores y respeto. (43)

También no han pensado en quitarse la vida al tener un problema, esto es un aspecto importante ya que los adolescentes son conscientes de que todos los problemas tienen solución, también se siente respaldados por las personas cercanas como sus padres, amigos y docentes, lo cuales les apoyarán a encontrar las soluciones a sus problemas, en esta etapa de la vida donde se tienen muchos cambios tanto físicos como de mentalidad es primordial



que los padres formen lazos de confianza con sus hijos para guiarlos en este proceso de crecimiento. Los adolescentes optan por quitarse la vida por diferentes factores como los problemas familiares, al sufrir abuso físico, emocional o sexual, el bullying escolar, incluso al sentirse presionados académicamente los llevan a presentar cuadros de estrés y ansiedad, por todo ello es importante velar por la salud mental de los adolescentes.

El MINSA en una publicación del 2022 reveló que el 71,5% de los casos de intento de suicidio en el país es de personas entre 15 y 34 años, de acuerdo a casos que se registraron entre el 2016 y el 2021, también se indica que por cada suicidio concretado hubo 20 personas que tuvieron la intención de quitarse la vida, mientras que la edad de mayor frecuencia de intento de suicidio en mujeres fue entre los 15 a 19 años y en varones entre los 20 a 24 años, esta es una situación preocupante que requiere tomar medidas preventivas, muchas de las causas para llegar a este extremo son problemas de salud mental como la depresión, problemas familiares que involucran violencia, problemas sociales como acoso escolar, abuso de sustancias como el alcohol, la presión académica, algún trauma o pérdida. (44)

Otros de los resultados demuestran que los adolescentes encuestados en su mayoría no tienen relaciones sexuales, la totalidad en su primera relación sexual utilizó condón como método anticonceptivo, casi la totalidad no tuvo algún embarazo o aborto, y en su mayoría acude una vez al año a un establecimiento de salud. Los resultados tienen similitud con lo hallado por Parrilla M, (16) en su estudio denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; donde los adolescentes en un 74% no tiene relaciones sexuales, y el 100% no tuvo algún embarazo o aborto; pero difiere en algunos resultados como que el 31% acude dos veces al año a un establecimiento de salud, el 85% si se realiza un examen médico periódico, y el 74% no utiliza ningún método anticonceptivo.

También tiene semejanza con los resultados de Aguilera et al, (11) en su investigación titulada: Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia, 2022; encontró que el 66,9% no ha tenido relaciones sexuales con nadie en el último año, y el 99,5% ninguna vez ha practicado un aborto; pero difiere con que el 45,2% ninguna vez ha utilizado condón cuando tiene relaciones sexuales. Asimismo, guarda relación con algunos resultados de Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; encontró que los adolescentes encuestados en un 80,7% no tiene relaciones sexuales, el 14,5% utilizó condón en su primera relación sexual, el 45,5%

no tuvo algún embarazo, y el 45,5% no ha presentado abortos; pero no tiene similitud con que el 44,8% acude varias veces a un centro de salud.

Los adolescentes no tienen relaciones sexuales, evidenciando que aún no han iniciado su vida sexual siendo indicador favorable en su desarrollo, si bien en esta etapa de la adolescencia donde experimentan cambios físicos y hormonales que pueden despertar su curiosidad sobre la sexualidad, puede llevarlos a querer experimentar la intimidad sexual, por lo cual es importante que reciban la educación sexual adecuada para responder a todas sus interrogantes sobre la sexualidad, abarcando temas como los métodos anticonceptivos, la prevención de enfermedades de transmisión sexual y el consentimiento, puesto que la falta de información precisa puede llevarlos a tomar decisiones sexuales arriesgadas o poco informadas. Además, los adolescentes que han tenido relaciones sexuales en su primera vez utilizaron condón como método anticonceptivo, esto refleja que tienen conocimiento sobre este tema por propia cuenta o han recibido la orientación por parte de sus padres.

Al no tener una buena educación sexual los adolescentes tienden a consultar en internet sus dudas o preguntar a sus amigos, lo que conlleva a la desinformación o a obtener información adecuada, esto debido a que en las zonas rurales el hablar con sus padres sobre sexualidad es aún un tabú por la propia educación que han tenido los padres, por ello no hay un ambiente de confianza entre padres e hijos, por el contrario solo reciben amenazas sobre que no deben embarazarse en el caso de las mujeres o no embarazarse en el caso de los varones, pero no es solo el embarazo el problema, también deben cuidarse de las enfermedades de transmisión sexual, para no afectar su salud al practicar algún aborto o contraer una enfermedad.

Durante la adolescencia se presentan cambios anatómicos, fisiológicos, psicológicos y sociales que suceden de manera rápida, es considerada un periodo vulnerable durante el cual los adolescentes pueden tener curiosidad e incurrir en prácticas sexuales sin contar con la información necesaria ni la comunicación en el entorno familiar, sumadas a las distintas creencias en mitos y tabús que dan paso a la búsqueda de nuevas experiencias, exponiéndolos a situaciones de riesgo en el ámbito sexual, como es el caso de contagio de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y embarazos no deseados por no utilizar la protección necesaria, los adolescentes son los más susceptibles a contraer infecciones ya que su sistema inmunológico aún se encuentra en desarrollo, más aún el desconocimiento es un factor que juega en contra. (45)

Además, no tuvieron algún embarazo o aborto, es importante recalcar que esto se debe a que no todos los adolescentes tuvieron relaciones sexuales y los que tuvieron utilizaron el condón como protección, de tal forma no sucedieron embarazos no deseados a temprana edad; además, es buen indicador que no se hayan presentado embarazos o abortos, ya que en caso contrario tendría repercusiones negativas en sus vidas, como asumir responsabilidades que no son propias de su edad como la maternidad o la paternidad, situación que limita su desarrollo profesional, y en el caso de los abortos puede desencadenar en la muerte de las adolescentes por una mala praxis. Por ello, es primordial que los padres eduquen en sexualidad a sus hijos (as) y sean conscientes que deben vivir cada etapa de su vida con responsabilidad por su propio bienestar.

El embarazo adolescente es un problema que aqueja a la salud pública de todos los países, pero tiene más presencia en países en vías de desarrollo como es el caso del Perú, la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) desde el 2009 al 2018 revela que la frecuencia de embarazo de mujeres de 10 a 19 años oscila en un rango de 4,5% y 11,7%, siendo los departamentos de la región selva donde se presentan las cifras más altas de embarazo adolescente, las causas principales son la desinformación que tienen los adolescentes sobre los métodos anticonceptivos y la importancia de cuidar su sexualidad, en muchas partes del país es un tabú hablar de sexualidad en los hogares, generando miedo de preguntar en los adolescentes a sus padres antes alguna interrogante que tengan sobre este tema, por ello es importante enfocar los esfuerzos en educación sexual. (46)

Además, los adolescentes acuden solo una vez al año al establecimiento de salud, esto se debe a que no consideran necesario realizarse una revisión médica periódica y la falta de educación en prevención de salud que reciben los adolescentes por parte de sus padres obstaculizan que puedan cuidar de una forma más consciente su salud, ya que muchas veces al presentar algún malestar consideran que es algo leve optando por automedicarse o tratarse con medicina natural, recién cuando se complica su salud ven necesario decirle a sus padres y acudir a un establecimiento de salud. Además, en la actualidad los adolescentes al presentar alguna dolencia o síntoma tienden a buscar en internet las causas y el tratamiento para sus malestares, muchas veces consultas en páginas virtuales poco confiables, llegando a poner en riesgo su salud.

En la adolescencia se pueden presentar diferentes problemas de salud que podrían pasar desapercibidos si no se realizan revisiones médicas periódicas, estos controles pueden permitir identificar y tratar afecciones médicas como trastornos alimentarios, problemas de

salud mental, desviaciones de la columna vertebral, trastornos hormonales, entre otros, en etapas tempranas cuando son más fáciles de tratar; además de que estas revisiones médicas regulares permiten monitorear el crecimiento y desarrollo de los adolescentes, también es una oportunidad para educar a los adolescentes sobre hábitos de vida saludables, incluida la importancia de una alimentación equilibrada, ejercicio regular, sueño adecuado, prevención de enfermedades, salud mental y sexualidad responsable. (47)

De acuerdo con el análisis realizado se evidencia que los estilos de vida tienen un impacto significativo en la salud de los adolescentes, por lo cual es necesario que reciban una educación sobre hábitos de vida saludable y contar con apoyo de sus padres para mantener un estilo de vida saludable. Se debe fomentar en los adolescentes la realización de deportes que los mantengan activos, no caer en el sedentarismo que conlleva al desarrollo de distintas enfermedades, alejarlos del consumo de tabaco y/o alcohol por sus efectos perjudiciales en la salud física, enseñarles la importancia de dormir las horas necesarias, no utilizar excesivamente los dispositivos electrónicos, mantener una higiene correcta y educarlos sobre sexualidad en esta etapa donde hay más interrogantes por los cambios físicos. La Institución Educativa debe promover la realización de talleres educativos donde se trabaje la autoestima de los estudiantes con la ayuda de un profesional en psicología, de tal forma que el estudiante pueda ser capaz de gestionar sus emociones y expresar sus sentimientos.

Además, la institución debe realizar un trabajo conjunto con el centro de salud de la localidad, planteando estrategias de prevención y promoción de la salud, que se efectúen mediante sesiones educativas y afiches informativos donde se explique los distintos factores de riesgo que conllevan a padecer enfermedades como la obesidad, diabetes, hipertensión arterial, enfermedades cardíacas y los distintos tipos de cáncer; además, realizar charlas informativas sobre sexualidad y la importancia de realizarse revisiones médicas periódicas para cuidar su salud.

Por otro lado, del 100% (60) de adolescentes de la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon, el 68,3% (41) consume frutas 1 o 2 veces a la semana; el 76,7% (46) consume carnes (Pollo, res, cerdo, etc.) 1 o 2 veces a la semana; el 73,3% (44) consume huevos 1 o 2 veces a la semana; el 66,7% (40) consume pescado 1 o 2 veces a la semana; el 68,3% (41) consume fideos, arroz, papas 1 o 2 veces a la semana; el 73,3% (44) consume pan, cereales 1 o 2 veces a la semana; el 70% (42) consume verduras y hortalizas 1 o 2 veces a la semana; el 68,3% (41) consume legumbres 1 o 2 veces a la semana; el 58,3% (35)

consume embutidos, enlatados 3 o más veces a la semana; el 78,3% (47) consume lácteos 1 o 2 veces a la semana; el 70% (42) consume dulces, gaseosas 1 o 2 veces a la semana; el 86,7% (52) consume refrescos con azúcar 3 o más veces a la semana; y el 70% (42) consume frituras 1 o 2 veces a la semana.

En la investigación se encontró que los adolescentes en su mayoría consumen de 1 o 2 veces a la semana frutas, carnes (pollos, res, cerdo, etc.), huevos, pescado, fideos, arroz, papas, pan, cereales, verduras y hortalizas, legumbres, lácteos, dulces, gaseosas, frituras; mientras que más de la mitad consume 3 o más veces a la semana refrescos con azúcar, embutidos y enlatados.

Los resultados son similares a lo encontrado por Valladares F, (22) en su investigación denominado: Determinantes de salud de los adolescentes de la I.E. Nuestra Señora de la Asunción-Monterrey\_Huaraz, 2020; demostró que los adolescentes en un 44,8% consume pescado 1 o 2 veces a la semana. Pero no se asemeja en los resultados que indican que el 40% come frutas diariamente, el 37,2% consume huevos 3 o más veces a la semana, el 66,9% consume fideos, arroz y papas diariamente, el 57,9% consume pan y cereales diariamente, el 52,4% consume verduras y hortalizas diariamente, el 31% consume embutidos y enlatados nunca o casi nunca, el 26,9% consume dulces y gaseosas menos de 1 vez a la semana, y el 39,3% consume refrescos con azúcar a diario.

También no se asemeja a los resultados de Parrilla M, (16) en su investigación denominado: Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021; encontró que de forma diaria el 49% consume frutas, el 77% carne, el 44% huevos, el 52% pescado, el 100% pan y cereales, el 65% verduras y hortalizas, mientras que de 3 o más veces a la semana el 42% consume fideos, y de 1 o 2 veces a la semana el 41% consume otros alimentos. Asimismo, difiere con los resultados de Aguilera et al, (11) en su estudio titulado: Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia, 2022; halló que el 74,7% consume comidas rápidas, fritos, mecateo o dulces algunos días, el 56,6% consume gaseosas o bebidas artificiales algunos días.

De acuerdo con los resultados de la investigación, se evidencia que la mayoría de los adolescentes no tienen una adecuada alimentación que favorezca a su desarrollo, pues su frecuencia de consumo de pescado, carnes, frutas, verduras, legumbres, huevos y lácteos es solo de 1 o 2 veces a la semana, mientras que el consumo de refrescos con azúcar y embutidos es de 3 o más veces por semana, lo cual es una alimentación que no cumple con las

necesidades de energía, proteínas, vitaminas y minerales que requieren en esta etapa de crecimiento.

Los adolescentes deben aprender que el consumo de carbohidratos, frituras, dulces y embutidos no es beneficioso para su salud y deben optar por establecerse hábitos alimentarios saludables que pueden mantener a lo largo de su vida, previniendo el padecimiento de enfermedades crónicas en la edad adulta, como son la obesidad, la diabetes tipo 2, las enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. Además, deben aprovechar los alimentos que tienen en su localidad para establecer una dieta saludable, ya que muchas veces el factor económico influye mucho en la alimentación al no tener como costear el precio de los productos.

Al encontrarse en pleno desarrollo biológico, psicológico, sexual y social, los adolescentes no prestan atención necesaria al consumo de alimentos, más aún cuando una parte de su alimentación lo deben realizar en el plantel educativo donde se ofrecen y venden alimentos con niveles altos de grasa y bebidas con alto contenido calórico, desplazando el consumo de frutas y vegetales de la dieta de los adolescentes, contribuyendo a la ingesta de grasas saturadas que superan los niveles recomendados, pero también el colegio puede influenciar de forma favorable mediante la promoción de quioscos saludables donde se ofrezca alimentos bajos en grasa y sobre todo nutritivos; además, es necesario educar a los niños y niñas en hábitos saludables desde temprana edad, al considerarse una de las medidas preventivas más eficaces para mejorar la condición de salud a lo largo de la vida del sujeto. (48)

Como propuesta de conclusión los profesionales del centro de salud deben realizar talleres informativos en coordinación con la Institución Educativa para dar a conocer la importancia de una alimentación saludable a los adolescentes, informar las propiedades de los alimentos locales que pueden incluir en sus comidas, enseñarles a estructurar un plan de alimentación balanceada con productos de la zona y darles a conocer los beneficios que podrán percibir en su salud, es importante que a estos talleres se invite a los padres de familia de tal forma que reciban los mismos conocimientos que puedan aplicar en la alimentación de su familia y concientizarlos sobre este tema. Asimismo, en los quioscos de la institución se debe promover la venta de alimentos saludables, que aporte al crecimiento de los jóvenes y no se compre comida chatarra que poco contribuye al buen crecimiento, muy por el contrario el perjudicial.

## VI. CONCLUSIONES

Después de realizar el análisis, interpretación y discusión de los resultados de la presente investigación, en este apartado se detalla la conclusión a la que se derivó:

- Los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon, se identificó que la mayoría duerme de 6 a 8 horas, no tiene reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina, ha caminado en las dos últimas semanas, siente preocupación por engordar, no ha sufrido algún daño a su salud por violencia o agresión en el último año e indica como otros el lugar de agresión, no ha tenido relaciones sexuales y acude al establecimiento de salud una vez al año; mientras que casi la totalidad no fuman ni ha fumado nunca de manera habitual, no ingiere bebidas alcohólicas, camina como actividad física en su tiempo libre, no ha pensado en quitarse la vida por problemas; la totalidad se baña 4 veces a la semana, utilizó condón en su primera relación sexual y no tuvo algún embarazo o aborto. Es necesario que se planteen estrategias de prevención y promoción de la salud en el colegio, mediante sesiones educativas donde se expliquen los riesgos de padecer enfermedades transmisibles y no transmisibles, con la finalidad de generar conciencia por el cuidado de la salud.
- Los estilos de vida como determinantes de la salud con respecto a la alimentación de los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon, en su mayoría consumen de 1 o 2 veces a la semana frutas, carnes (pollos, res, cerdo, etc.), huevos, pescado, fideos, arroz, papas, pan, cereales, verduras y hortalizas, legumbres, lácteos, dulces, gaseosas, frituras; mientras que más de la mitad consume 3 o más veces a la semana refrescos con azúcar, embutidos y enlatados. Esto refleja que por las condiciones geográficas y económicas no tienen acceso a muchos productos necesarios para su alimentación como son las frutas, verduras, lácteos y pescado, lo que limita su correcta alimentación, además el desconocimiento de los propios productos locales que son fuente de nutrientes, no los consumen de forma continua, siendo necesario la intervención de los profesionales de la salud, para educarlos en este tema.

## VII.RECOMENDACIONES

De acuerdo con el análisis de resultados y las conclusiones se plantean las siguientes recomendaciones:

- Los resultados de la investigación deben ser presentados a las autoridades representantes del Centro Poblado de Santiago de Cardon, al director de la Institución Educativa y los trabajadores del Centro de Salud, para que estructuren y ponga en marcha estrategias de promoción de la salud en favor de los adolescentes, con la finalidad de mejorar sus estilos de vida y prevenir el riesgo a padecer enfermedades transmisibles y no transmisibles.
- El personal del Centro de Salud de la localidad debe realizar visitas y charlas domiciliarias periódicamente, educando a los padres de familia y adolescentes sobre los cambios físicos y mentales que afrontaran en esta etapa de la vida, respondiendo a sus interrogantes de forma elocuente y formando un ambiente de confianza.
- El psicólogo de la Institución Educativa debe realizar un trabajo constante de orientación a los adolescentes, con la finalidad de reforzar su autoestima y gestionar correctamente sus emociones, ya que en adolescencia es todo más interrogantes se tiene sobre los cambios que se sufren y se puede llegar a generar inseguridades sobre ellos mismos.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente [Internet]. 2024 [cited 2024 Mar 31]. Disponible en: [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)
2. Organización Mundial de la Salud. La salud de los adolescentes y los adultos jóvenes [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 31]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
3. Rodríguez Á, Cusme A, Paredes A. El sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes. Polo del Conocimiento Revista Científico-Académica Multidisciplinaria [Internet]. 2020 [cited 2024 Mar 31];5(9):1–3. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1778/html>
4. Romero C, Calle L, Vásquez A, Romero L, Ramírez A. Vista de estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes. Revista de Producción, Ciencias e Investigación [Internet]. 2021 [cited 2024 Mar 31];5(40):272–83. Disponible en: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/435/487>
5. Chávez E, Monares S, Troncoso C. Guías alimentarias en adolescentes: Piloto sobre uso de aplicación web para estilos de vida saludables. Revista chilena de nutrición [Internet]. 2022 Feb [cited 2024 Mar 31];49(1):62–9. Disponible en: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v49n1/0717-7518-rchnut-49-01-0062.pdf>
6. Contreras A, Prías H. Intervención educativa para la promoción de estilos de vida saludable en adolescentes. Revista Espacios [Internet]. 2020 [cited 2024 Mar 31];41(37):215–25. Disponible en: <https://revistaespacios.com/a20v41n37/a20v41n37p17.pdf>
7. Mamani Y. Estilos de vida en adolescentes de instituciones educativas de nivel secundario en un distrito de Puno. Investigación e Innovación: Revista Científica de Enfermería [Internet]. 2022 May 18 [cited 2024 Mar 31];2(1):40–8. Disponible en: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1369/1631>
8. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Análisis del panorama del sobrepeso y la obesidad infantil y adolescente en Perú [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 31]. Disponible en:

<https://www.unicef.org/peru/media/15241/file/An%C3%A1lisis%20del%20panorama%20del%20sobrepeso%20y%20la%20obesidad%20infantil%20y%20adolescente%20en%20Per%C3%BA.pdf>

9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Áncash: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2021 [Internet]. 2021 [cited 2024 Apr 11]. Disponible en:  
[https://encuestas.inei.gob.pe/endes/2021/departamentales\\_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf](https://encuestas.inei.gob.pe/endes/2021/departamentales_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf)
10. Minaya O. Independencia: Intentos de suicidio en adolescentes y jóvenes se incrementan durante la pandemia. Ancash Noticias [Internet]. 2021 Mar 20 [cited 2024 Apr 11]; Disponible en: [https://ancashnoticias.com/2021/03/20/huaraz-intentos-de-suicidio-en-adolescentes-y-jovenes-se-incrementan-durante-la-pandemia-el-distrito-de-independencia/#google\\_vignette](https://ancashnoticias.com/2021/03/20/huaraz-intentos-de-suicidio-en-adolescentes-y-jovenes-se-incrementan-durante-la-pandemia-el-distrito-de-independencia/#google_vignette)
11. Aguilera S, Jiménez O, Ruiz L. Estilos de vida en adolescentes de la Provincia Sabana Centro departamento de Cundinamarca, Colombia. Acta Odontológica Colombiana [Internet]. 2022 Jan 19 [cited 2024 Mar 31];12(1):10–28. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5823/582370820002/582370820002.pdf>
12. Asunción M, Carvalho E, Oliveira J, Pessoa E, Pereira M. Estilo de vida de adolescentes estudiantes de escuelas públicas e privadas em Recife: ERICA. Revista Scielo [Internet]. 2022 [cited 2024 Apr 2];1(2):221–32. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/csc/2021.v26n1/221-232/pt>
13. Guerrero H, Contreras A. Estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes de cinco instituciones educativas. Revista Ciencia y Cuidado [Internet]. 2020 Jan 1 [cited 2024 May 5];17(1):85–98. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7490927>
14. Romero C, Calle L, Vázquez A, Romero L, Ramírez A. Estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes. Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación [Internet]. 2021 Sep 30 [cited 2024 May 5];5(40):272–83. Disponible en: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/435/487>

15. Souza J, Freese E, De Assunção M, Pessoa E, Cabral P, Galvão J, et al. Estilo de vida de adolescentes estudiantes de escuelas públicas e privadas em Recife: ERICA. Cien Saude Colet [Internet]. 2021 Jan [cited 2024 May 5];26(1):221–32. Disponible en: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2021.v26n1/221-232/pt>
16. Parrilla M. Determinantes de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa San Pedro\_Piura, 2021 [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2021 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36178/DETERMINANTES\\_SALUD\\_PARRILLA\\_MASIAS\\_MANUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36178/DETERMINANTES_SALUD_PARRILLA_MASIAS_MANUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
17. Cabanillas R, Venegas M. Estilos de vida en adolescentes del cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nicolai Lobachewsky, durante la pandemia COVID – 19 – Comas, 2021 [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad César Vallejo; 2021 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/90060/Cabanillas\\_GR L-Venegas\\_SM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/90060/Cabanillas_GR L-Venegas_SM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
18. Vega C. Estilos de vida en adolescentes en tiempos de pandemia en una Institución Educativa Privada en Carabayllo, 2021 [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad César Vallejo; 2021 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91291/Vega\\_ADHCC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91291/Vega_ADHCC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
19. Mamani Y. Estilos de vida en adolescentes de instituciones educativas de nivel secundario en un distrito de Puno. Investigación e Innovación: Revista Científica de Enfermería [Internet]. 2022 May 18 [cited 2024 May 5];2(1):40–8. Disponible en: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1369/1631>
20. Atalaya E, Velásquez K. Estilos de Vida en Adolescentes de Nivel Secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar y Chamorro - Sayán, 2020 [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad César Vallejo; 2020 [cited 2024 May 5]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63410/Atalaya\\_MEP-Vel%c3%a1squez\\_MKD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63410/Atalaya_MEP-Vel%c3%a1squez_MKD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

21. Lostaunau R. Caracterización de los estilos de vida de los adolescentes de la comunidad de Huaychó, distrito de Huayllán, Pomabamba, Ancash-2020. [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30576/ADOLESCENTES\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_LOSTAUNAU\\_TARAZONA\\_RUTH\\_FIORELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30576/ADOLESCENTES_ESTILOS_DE_VIDA_LOSTAUNAU_TARAZONA_RUTH_FIORELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  
22. Valladares F. Determinantes de la salud de los adolescentes de la I.E “Nuestra Señora de la Asunción”. Monterrey - Huaraz, 2020 [Internet] [Tesis de Pregrado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/31793/ADOLESCENTES\\_DETERMINANTES\\_DE\\_SALUD\\_VALLADARES\\_OBREGON\\_FELICITAS\\_FORTUNATA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/31793/ADOLESCENTES_DETERMINANTES_DE_SALUD_VALLADARES_OBREGON_FELICITAS_FORTUNATA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  
23. Maitta K, Ayoví M, Bernal Á. La red pública integral y los factores determinantes de la salud . Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional [Internet]. 2024 [cited 2024 Apr 3];9(1):1050–62. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9257822>
  
24. De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. JONNPR: Journal of Negative & No Positive Results [Internet]. 2020 [cited 2024 Apr 3];5(1):81–90. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
  
25. Vidal J, Alarcon I, Panadés R, Escalé A, Acezat J, Saperas C. Abordaje de la transformación digital en salud para reducir la brecha digital. Aten Primaria [Internet]. 2023 Sep [cited 2024 Apr 11];55(9):1–9. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2023.102626>
  
26. Cotonierto E, Rodríguez R. Salud comunitaria: Una revisión de los pilares, enfoques, instrumentos de intervención y su integración con la atención primaria. Journal of Negative and No Positive Results [Internet]. 2021 [cited 2024 Apr 11];6(2):393–410. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v6n2/2529-850X-jonnpr-6-02-393.pdf>

27. Garrido E, Manso A, De La Torre M, Góngora I. Determinantes sociales: un contenido pendiente en el programa de la disciplina Salud Pública. Sociedad Cubana de Educadores en Ciencias de la Salud de Holguin [Internet]. 2021 [cited 2024 Apr 11];1(1):1–16. Disponible en: <https://edumedholguin2021.sld.cu/index.php/edumedholguin/2021/paper/viewFile/21/12>
28. Córdor N. Determinantes de la salud en niños menores de 5 años – Piura, Perú. Revista Habanera de Ciencias Médicas [Internet]. 2021 [cited 2024 Apr 11];20(1):1–12. Disponible en: <http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3203>
29. Barriga T. Instrumento “Fantástico” para medir el estilo de vida saludable de adolescentes de la comuna de Bulnes. Revista Reflexión e Investigación Educativa [Internet]. 2020 Nov 13 [cited 2024 Apr 11];3(1):61–74. Disponible en: <https://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/4502/17>
30. Esteves A, Paredes R, Calcina C, Yapuchura C. Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar. Comuni@cción: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo [Internet]. 2020 Jun 10 [cited 2024 Apr 11];11(1):16–27. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/comunica/v11n1/2226-1478-comunica-11-01-16.pdf>
31. Rodríguez E, Gil M, San M, Oliván B, Coronado V, Sánchez M, et al. Capacidad de respuesta del sistema de salud en atención primaria valorada por pacientes con enfermedades crónicas. Revista Gaceta Sanitaria [Internet]. 2022 May [cited 2024 Apr 11];36(3):232–9. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/gs/2022.v36n3/232-239/es>
32. Morales M. Una revisión narrativa del embarazo adolescente y los determinantes sociales en salud de México. Revista Salud y Bienestar Social [Internet]. 2021 [cited 2024 Apr 11];5(1):59–74. Disponible en: <https://www.revista.enfermeria.uady.mx/ojs/index.php/Salud/article/view/109/58>
33. Reyes E. Metodología de la Investigación Científica [Internet]. Page Publishing Inc; 2022 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://books.google.com.pe/books?id=SmdxEAAQBAJ&newbks=1&newbks\\_redir=0&dq=metodologia+de+investigacion&source=gs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=SmdxEAAQBAJ&newbks=1&newbks_redir=0&dq=metodologia+de+investigacion&source=gs_navlinks_s)

34. Londoño J. Metodología de la investigación epidemiológica [Internet]. 3er. Vol. 1. Editorial El Manual Moderno; 2022 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: [https://books.google.com.pe/books?id=y16CEAAAQBAJ&newbks=1&newbks\\_redir=0&dq=metodologia+de+investigacion&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=y16CEAAAQBAJ&newbks=1&newbks_redir=0&dq=metodologia+de+investigacion&source=gbs_navlinks_s)
35. Consejo Universitario-ULADECH. Reglamento de Integridad Científica en la Investigación: versión 001, resolución N° 0277 – 2024 – CU -ULADECH [Internet]. 2023 [cited 2024 Apr 2]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
36. Ministerio de Salud. MINSA. 2020 [cited 2024 May 1]. 7 de cada 100 estudiantes de 13 a 15 años de edad en el país, consumen tabaco. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/286701-7-de-cada-100-estudiantes-de-13-a-15-anos-de-edad-en-el-pais-consumen-tabaco>
37. Cabanillas W. Consumo de alcohol y género en la población adolescentes escolarizada del Perú: Evolución y retos de intervención. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública [Internet]. 2020 [cited 2024 May 1];37(1):148–54. Disponible en: [https://www.researchgate.net/profile/William-Cabanillas-Rojas/publication/340115312\\_CONSUMO\\_DE\\_ALCOHOL\\_Y\\_GENERO\\_EN\\_LA\\_POBLACION\\_ADOLESCENTE\\_ESCOLARIZADA\\_DEL\\_PERU\\_EVOLUCION\\_Y\\_RETOS\\_DE\\_INTERVENCION\\_ALCOHOL\\_CONSUMPTION\\_AND\\_GENDER\\_IN\\_THE\\_ADOLESCENT\\_SCHOOL\\_POPULATION\\_OF\\_PERU\\_EVOLUTION\\_AND/links/5e797b9f299bf1b2b9ac0a5d/CONSUMO-DE-ALCOHOL-Y-GENERO-EN-LA-POBLACION-ADOLESCENTE-ESCOLARIZADA-DEL-PERU-EVOLUCION-Y-RETOS-DE-INTERVENCION-ALCOHOL-CONSUMPTION-AND-GENDER-IN-THE-ADOLESCENT-SCHOOL-POPULATION-OF-PERU-EVOLUTION-AND.pdf?\\_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19](https://www.researchgate.net/profile/William-Cabanillas-Rojas/publication/340115312_CONSUMO_DE_ALCOHOL_Y_GENERO_EN_LA_POBLACION_ADOLESCENTE_ESCOLARIZADA_DEL_PERU_EVOLUCION_Y_RETOS_DE_INTERVENCION_ALCOHOL_CONSUMPTION_AND_GENDER_IN_THE_ADOLESCENT_SCHOOL_POPULATION_OF_PERU_EVOLUTION_AND/links/5e797b9f299bf1b2b9ac0a5d/CONSUMO-DE-ALCOHOL-Y-GENERO-EN-LA-POBLACION-ADOLESCENTE-ESCOLARIZADA-DEL-PERU-EVOLUCION-Y-RETOS-DE-INTERVENCION-ALCOHOL-CONSUMPTION-AND-GENDER-IN-THE-ADOLESCENT-SCHOOL-POPULATION-OF-PERU-EVOLUTION-AND.pdf?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19)

38. Pamela M, Rojas E, Delgado L. Impacto del tiempo de pantalla en la salud de niños y adolescentes. *Revista Médica Sinergia* [Internet]. 2020 [cited 2024 May 1];5(6). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/sinergia/rms-2020/rms206b.pdf>
39. Estévez M, Pérez L, Morgado D, Jiménez O, Carmona S. La educación de adolescentes en higiene bucal mediada por las Tecnologías de la Información y las comunicaciones. *Revista Gaceta Médica Espirituana* [Internet]. 2021 [cited 2024 May 1];23(3):113–22. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/gme/v23n3/1608-8921-gme-23-03-113.pdf>
40. Brizuela G, González C, Sánchez D. La educación en valores desde la familia en el contexto actual. *Revista MEDISAN* [Internet]. 2021 [cited 2024 May 1];25(4). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medisan/mds-2021/mds214o.pdf>
41. Perea A, López G, Perea A, Reyes U, Santiago L, Riós P, et al. Importancia de la Actividad Física. *Revista Médico Científica de Secretaría de Salud Jalisco* [Internet]. 2019 [cited 2024 May 1];6(2):121–5. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>
42. Buzeki M, González L, Mendoza M. *Adolescencias Ponencias estudiantiles 2020 - 2021* [Internet]. 1st ed. Vol. 1. Universidad Nacional de Mar del Plata; 2021 [cited 2024 May 1]. 1–398 p. Disponible en: <http://humadoc.mdp.edu.ar:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/931/Adolescencias-libro.pdf?sequence=1#page=47>
43. Olivera E, Yupanqui D. Violencia escolar y funcionalidad familiar en adolescentes con riesgo de deserción escolar. *Revista Científica de la UCSA* [Internet]. 2020 [cited 2024 May 1];7(3):3–13. Disponible en: <http://scielo.iics.una.py/pdf/ucsa/v7n3/2409-8752-ucsa-7-03-3.pdf>
44. Ministerio de Salud. MINSA. 2022 [cited 2024 May 1]. El 71.5 % de los casos de intento de suicidio en el Perú es de personas entre 15 y 34 años. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/648965-el-71-5-de-los-casos-de-intento-de-suicidio-en-el-peru-es-de-personas-entre-15-y-34-anos>
45. Chanamé F, Pariona I, Mendoza M, Salas J, León G. Conocimientos y medidas preventivas frente a infecciones de transmisión sexual en adolescentes peruanos

- andinos. Rev Salud Pública [Internet]. 2021 [cited 2024 May 1];23(1):1–7. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v23n1/0124-0064-rsap-23-01-1a.pdf>
46. Espinola M, Sanca S. Embarazo adolescente en Perú: 10 años de evolución y análisis espacial. Rev Cuerpo Med HNAAA [Internet]. 2022 [cited 2024 May 1];15(1):160–1. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rcmhnaaa/v15n1/2227-4731-rcmhnaaa-15-01-160.pdf>
47. Rivero C, Hernández C, Santoyo C. La atención médica del adolescente: una prioridad en Medicina Familiar. Revista Mediagraphic [Internet]. 2019 [cited 2024 May 1];57(4):247–51. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2019/im194i.pdf>
48. Colmenares Y, Hernández K, Piedrahita M, Espinosa J, Hernández J. Hábitos de alimentación saludable en estudiantes de secundaria. AVFT – Archivos Venezolanos De Farmacología Y Terapéutica [Internet]. 2020 [cited 2024 May 1];39(1). Disponible en: [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_aavft/article/view/18706](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/18706)



**ANEXOS**

**Anexo 01. Matriz de consistencia**

<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>
<p>¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon_San Luis_Ancash, 2024?</p> <p>Objetivos específicos: Identificar los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon_San Luis_Ancash, 2024.</p>	<p>Objetivo general: Describir los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon_San Luis_Ancash, 2024.</p>	<p>No tendrá hipótesis debido a que el estudio presenta un nivel descriptivo.</p>	<p>Estilos de vida como determinante de la salud.</p>	<p>Tipo de Inv.: Cuantitativo Nivel de Inv.: Descriptivo Diseño de Inv.: No experimental-transversal Población y muestra: 60 adolescentes pertenecientes a la Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon_San Luis_Ancash, 2024.</p>

Anexo 02. Instrumento de recolección de información



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA  
CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD DEL  
ADOLESCENTE**

Elaborado por Vélchez Reyes Adriana

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona .....**

**Dirección .....**

**I. DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA**

**1. ¿Actualmente fuma?**

- Si fumo, diariamente ( )
- Si fumo, pero no diariamente ( )
- No fumo actualmente, pero he fumado antes ( )
- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual ( )

**2. ¿Con qué frecuencia ingiere bebidas alcohólicas?**

- Diario ( )
- Dos a tres veces por semana ( )
- Una vez a la semana ( )
- Una vez al mes ( )
- Ocasionalmente ( )
- No consumo ( )

**3. ¿Cuántas horas duerme ud.?**

6 a 8 horas ( ) 08 a 10 horas ( ) 10 a 12 horas ( )

**4. ¿Con qué frecuencia se baña?**

Diariamente ( ) 4 veces a la semana ( ) No se baña ( )

**5. Tiene establecidas sus reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina.**

Si (     )     No (     )

**6. ¿En su tiempo libre realiza alguna actividad física?**

- Caminar (     )
- Deporte (     )
- Gimnasia (     )
- No realizo (     )

**7. ¿En las dos últimas semanas realizó actividad física durante más de 20 minutos?**

- Caminar (     )
- Gimnasia suave (     )
- Juegos con poco esfuerzo (     )
- Correr (     )
- Ninguno (     )

**8. ¿Ha presentado alguna conducta alimenticia de riesgo?**

- Preocupación por engordar: Si (     ) No (     )
- Come demasiado: Si (     ) No (     )
- Pérdida de control para comer: Si (     ) No (     )
- Vómitos auto inducidos: Si (     ) No (     )
- Ingestas de medicamentos: Diuréticos, laxantes, pastillas:  
Si (     ) No (     )
- Restricción a la conducta: Ayuno, dietas, ejercicios:  
Si (     ) No (     )

**9. En el último año ha sufrido algún daño a su salud por alguna violencia o agresión:**

- Armas de fuego (     )
- Objetos cortantes (     )
- Puñetazos, patadas, golpes (     )
- Agresión sexual (     )
- Otras agresiones o maltratos (     )
- No presente (     )

**10. Indique el lugar de la agresión o violencia:**

- Hogar ( )
- Escuela ( )
- Transporte o vía pública ( )
- Lugar de recreo o deportivo ( )
- Establecimiento comercial ( )
- Otros ( )

**11. Cuando ha tenido algún problema, ha pensado en quitarse la vida:**

Si ( ) No ( )

**12. Tiene relaciones sexuales:**

Si ( ) No ( )

**Si su respuesta es afirmativa: En su primera relación sexual hizo uso de algún método anticonceptivo:**

1. Condón ( )
2. Pastillas, inyectable, píldora de emergencia ( )
3. Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario ( )
4. Ningún método ( )

**13. Si es Mujer:**

- Tuvo algún embarazo Si ( ) No ( )
- Tuvo algún aborto Si ( ) No ( )

**14. Cada cuanto tiempo acude a un establecimiento de salud:**

- Una vez al año ( )
- Dos veces en el año ( )
- Varias veces durante el año ( )
- No acudo ( )

## II. DIETA

### 15. ¿Con qué frecuencia usted y su familia consumen los siguientes alimentos?

Alimentos:	Diario	3 o más veces a la semana	1 o 2 veces a la semana	Menos de una vez a la semana	Nunca o casi nunca
• Fruta					
• Carne (Pollo, res, cerdo, etc.)					
• Huevos					
• Pescado					
• Fideos, arroz, papas ...					
• Pan, cereales					
• Verduras y hortalizas					
• Legumbres					
• Embutidos, enlatados					
• Lácteos					
• Dulces, gaseosas					
• Refrescos con azúcar					
• Frituras					

### **Anexo 03. Validez y confiabilidad del instrumento**



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

#### **VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO:**

##### **EVALUACIÓN CUALITATIVA**

Permitió aclarar la opinión de los individuos del sector Salud que actúan como mediador del informe, con la finalidad de determinar propuestas para el cuestionario de estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024, desarrollado por la Dra. Enf. Vilchez Reyes María Adriana, Directora de la presente línea de investigación.

Con reuniones se facilitó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, posteriormente cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales proporcionaron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en adolescente de 12 a 17 años.

##### **EVALUACIÓN CUANTITATIVA:**

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación con el constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Dónde:

$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

$\bar{X}$ : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

$l$  : Es la calificación más baja posible.

$k$  : Es el rango de los valores posibles.

### **Procedimiento llevado a cabo para la validez:**

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la “FICHA DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS\_ANCASH, 2024”.
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta:  
¿El conocimiento medido por esta pregunta es...
  - esencial?
  - útil pero no esencial?
  - no necesaria?
4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total. (Ver Tabla 1)
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a 1(ver Tabla 2)

**Tabla 1**

**V de Aiken de los ítems del cuestionario sobre estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.**

<b>N°</b>	<b>V de Aiken</b>	<b>N°</b>	<b>V deAiken</b>
<b>1</b>	1,000	18	1,000
<b>2</b>	1,000	19	1,000
<b>3</b>	1,000	20	0,950
<b>4</b>	1,000	21	0,950
<b>5</b>	1,000	22	1,000
<b>6.1</b>	1,000	23	1,000
<b>6.2</b>	1,000	24	1,000
<b>6.3</b>	1,000	25	1,000
<b>6.4</b>	1,000	26	1,000
<b>6.5</b>	1,000	27	1,000
<b>6.6</b>	1,000	28	1,000
<b>7</b>	1,000	29	1,000
<b>8</b>	1,000	30	1,000
<b>9</b>	1,000	31	1,000
<b>10</b>	1,000	32	1,000
<b>11</b>	1,000	33	1,000
<b>12</b>	1,000	34	1,000
<b>13</b>	1,000	35	1,000
<b>14</b>	1,000	36	1,000
<b>15</b>	1,000	37	1,000
<b>16</b>	1,000	38	1,000
<b>17</b>	1,000		
<b>Coefficiente V de Aiken total</b>			<b>0,998</b>

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los estilos de vida como determinante de la salud en



adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

### **EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD:**

#### **Confiability interevaluador**

Se evalúa aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas.

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador.

**TABLA 2**  
**REGISTRO DE LAS CALIFICACIONES DE CADA UNO DE LOS EXPERTOS A LAS PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO**

N°	Expertos consultados										Sumatoria	Promedio	n (n° de jueces)	Número de valores de la escala de valoración	V de Aiken
	Experto 1	Experto 2	Experto 3	Experto 4	Experto 5	Experto 6	Experto 7	Experto 8	Experto 9	Experto 10					
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
3.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000

16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
20	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2,9	29	2,9	10	3	0,950
21	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2,9	29	2,9	10	3	0,950
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
<b>Coefficiente de validez del instrumento</b>																		
																		0,998

## Anexo 04. Consentimiento informado

Consentimiento informado



**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en salud se titula: Estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón\_San Luis\_Ancash, 2024.

El propósito de la investigación es: Describir los estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardón\_San Luis\_Ancash, 2024.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará de 5 a 10 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de los datos de información brindada. Si desea, también podrá escribir al correo mirthaeustaquio4@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación: Nombre:

FRED BRIAN RODRIGUEZ TORRES

Fecha: 23 de ABRIL del 2024

Correo electrónico: fredrodriguez\_30@hotmail.com

Firma del participante: [Firma]

Firma del investigador (o encargado de recoger información): [Firma]



Anexo 05. Base de datos

N°	DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA														DIETA														
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P12.1	P13	P14	P15.1	P15.2	P15.3	P15.4	P15.5	P15.6	P15.7	P15.8	P15.9	P15.10	P15.11	P15.12	P15.13	
E001	4	6	1	2	2	1	1	1	3	3	2	2			1	1	3	3	5	3	4	3	1	2	3	3	3	3	
E002	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	2	4	3	3	3	3	5	1	2	3	3	4	3	5
E003	2	6	1	2	1	4	1	1	6	6	2	2			1	4	3	3	5	4	3	4	1	2	3	4	3	2	2
E004	4	6	2	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	1	3	4	4	3	3	1	2	5	1	3	3	3
E005	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2			1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
E006	4	6	1	2	2	1	1	5	6	6	2	2			1	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3
E007	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2			1	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
E008	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	3	3	3	3	1	4	3	2	4	4	4	4	4
E009	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3
E010	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2			1	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
E011	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	5	5	3	5	5	3	5	3	3	3	5	3	3
E012	4	6	2	2	1	1	1	1	6	6	2	2			1	1	4	2	1	3	3	5	3	3	4	4	3	1	1
E013	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	4	3	3	5	3	3	5	3	1	3	3	3	3	3
E014	4	6	2	2	2	1	1	5	6	6	2	2			1	3	4	3	4	3	2	3	5	3	4	2	3	3	3
E015	4	6	2	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4
E016	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2			1	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
E017	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			1	3	4	3	3	4	1	1	3	4	3	3	3	3	5
E018	4	6	1	2	2	1	1	5	3	3	1	2			3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3
E019	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2			3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1
E020	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2			3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3
E021	4	6	1	2	2	1	1	5	6	6	2	2			1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2

E022	4	6	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
E023	4	6	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E024	4	6	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
E025	4	6	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E026	4	5	2	2	2	4	1	1	5	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4
E027	4	6	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E028	4	6	1	2	2	1	1	1	1	6	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
E029	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3
E030	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
E031	4	6	2	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
E032	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	1	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3
E033	4	6	1	2	2	1	1	2	6	6	2	2	2	2	1	3	4	1	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3
E034	4	6	1	2	2	1	2	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
E035	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
E036	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4
E037	4	6	2	2	2	1	1	1	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3
E038	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
E039	4	6	1	2	1	1	5	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3
E040	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	3	4	3	3	3	3	5	3	3	4	3	3	3
E041	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	4	3	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3
E042	4	6	1	2	2	4	1	1	6	6	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	1	2	4	3	3	3	3	3	4
E043	4	5	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
E044	4	6	1	2	1	1	1	2	6	6	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	4	3	5	2	3	3	3	3	3	3
E045	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	1	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
E046	4	6	2	2	2	1	1	1	6	6	2	2	2	2	1	1	5	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4

E047	4	6	1	2	2	1	3	1	6	6	2	2				1	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4
E048	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	3	3	2	4	3	2	2	5	3	3
E049	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	3	5	4	5	5	2	3	3	3	3
E050	4	6	1	2	2	1	1	1	3	3	2	2				1	4	3	3	2	3	5	3	2	3	3	3	3
E051	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2				1	3	4	2	3	3	4	3	2	3	5	3	2
E052	4	5	2	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	5	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3
E053	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	4	3	3	3	2	1	2	4	3	2
E054	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	3	3	1	5	3	2	1	3	4	3
E055	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
E056	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2				1	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3
E057	4	6	1	2	2	1	1	1	6	6	2	2				1	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	3	4
E058	4	6	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2				1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3
E059	4	6	1	2	2	1	5	1	6	6	2	2				1	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3
E060	4	6	1	2	1	1	1	1	6	6	2	2				1	1	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dr. María Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adolescentes de una Institución Educativa del Centro Poblado Santiago de Cardon\_San Luis\_Ancash, 2024.

Anexo 06. Carta de autorización



Chimbote, 08 de mayo del 2024

**CARTA N° 0000000576- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

Señor/a:

**FRED RODRIGUEZ TORRES  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON**

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 COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEL CENTRO POBLADO SANTIAGO DE CARDON\_SAN LUIS Ancash, 2024, que involucra la recolección de información/datos en 60, a cargo de MIRTHA GLORIA EUSTAQUIO TARAZONA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 71017160, durante el periodo de 23-04-2024 al 23-04-2024.

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.

Dr. Willy Vaite Salvatierra  
Coordinador de Gestión de Investigación

LE. N. 00511 CARÓN - S. 111115  
VICEL. CN. LOS PEÑON FITZGERALD.  
Fred B. RODRIGUEZ TORRES  
DIRECTOR