



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA
SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN**

EDUCATIVA MARIA ALVARADO- NUEVO

CHIMBOTE, 2019

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL

GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN

ENFERMERÍA

AUTORA

VILLANUEVA HERRERA, YAKELY AUREA

ORCID: 0000-0001-5744-8947

ASESORA

GIRON LUCIANO, SONIA AVELINA

ORCID: 0000-0002-2048-5901

CHIMBOTE – PERÚ

2021

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Villanueva Herrera, Yakely Aurea

ORCID: 0000-0003-5744-8947

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Chimbote, Perú

ASESORA

Girón Luciano, Sonia Avelina

ORCID: 0000-0002-2048-5901

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Cotos Alva, Ruth Marisol. Presidente

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Condor Heredia, Nelly Teresa

ORCID: 0000-0003-1806-7804

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

**Dra. Ruth Marisol Cotos Alva
PRESIDENTA**

**Dra. Urquiaga Alva, María Elena
MIEMBRO**

**Dra. Córdor Heredia, Nelly Teresa
MIEMBRO**

**Dra. Sonia Avelina, Girón Luciano
ASESORA**

AGRADECIMIENTO

Primeramente, doy gracias a Dios todo poderoso, por protegerme y ser mi guía, porque me enseñó de tener la fortaleza que me impulsa el deseo de superarme, estoy logrando poco a poco mis metas y sueños planteados para ser un profesional. Así mismo doy gracias a mi mejor amiga por orientarme en mi trabajo de investigación

Yakely

DEDICATORIA

Gracias a mis madre y hermanos: Por su orientación y cariño por darme su amor, por su sacrificio y esfuerzo, por confiar en mi persona para poder haber logrado este objetivo. Por todo lo que soy y pueda lograr mucho más en la vida los debo a mi familia, y gracias por todo.

Yakely

RESUMEN

La presente investigación ¿Cuál es el estilo de vida como Determinante de la Salud en los Adolescentes de la Institución Educativa del María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019? tuvo como objetivo general: Describir el estilo de vida como Determinante de la salud en los adolescentes. Fue de tipo cuantitativo de nivel descriptivo, diseño de una sola casilla, La muestra estuvo conformada por 72 adolescentes, a los que se aplicó el cuestionario y la técnica de la entrevista los datos fueron procesados en Microsoft Excel y exportados al software PASW Statistics versión 25.0, luego se construyeron tablas y gráficos respectivos. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: Los estilos de vida como determinantes relacionado a sus hábitos personales: La totalidad no tuvo algún embarazo o aborto. La mayoría no tiene relaciones sexuales, no pensó en quitarse la vida, duerme 6 a 8 horas y se baña diariamente. Más de la mitad mostró preocupación por engordar. Menos de la mitad no consume bebidas alcohólicas, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, acude una vez al año al establecimiento de salud, en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos. Con respecto a su alimentación; consumen huevos, fideos, arroz y papas a diario, frutas, verduras y hortalizas 3 o más veces a la semana, legumbres 1 a 2 veces a la semana, huevos, verduras y hortalizas menos de una vez a la semana y frituras nunca o casi nunca. Concluyendo la mayoría de adolescentes llevan un estilo de vida adecuada.

Palabras clave: Adolescente, determinantes, Estilo de vida

ABSTRACT

The present research What is the lifestyle as a Determinant of Health in Adolescents of the Educational Institution of María Alvarado - Nuevo Chimbote, 2019? had as general objective: Describe the lifestyle as a determinant of health in adolescents. It was of a quantitative type of descriptive level, design of a single box. The sample consisted of 72 adolescents, to whom the questionnaire and the interview technique were applied. The data were processed in Microsoft Excel and exported to the PASW Statistics software version 25.0, then respective tables and graphs were constructed. Reaching the following results and conclusions: Lifestyles as determinants related to their personal habits: All did not have any pregnancy or abortion. Most do not have sexual intercourse, did not think about taking their own life, sleep 6 to 8 hours and bathe daily. More than half showed concern about gaining weight. Less than half do not consume alcoholic beverages, do not smoke, nor have they ever smoked regularly, they go to the health center once a year, in the last two weeks they walked for more than 20 minutes. Regarding your diet; they consume eggs, noodles, rice and potatoes daily, fruits, vegetables and vegetables 3 or more times a week, legumes 1 to 2 times a week, eggs, vegetables and vegetables less than once a week and never or almost fry never. In conclusion, most adolescents lead an adequate lifestyle.

Keywords: Adolescent, determinants, Lifestyl

CONTENIDO

1. TÍTULO DE LA TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA.....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO.....	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	8
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1 Diseño de la investigación.....	16
3.2 Población y muestra.....	16
3.3 Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	17
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5 Plan de análisis.....	24
3.6 Matriz de consistencia.....	26
3.7 Principios éticos.....	27
IV. RESULTADOS.....	29
4.1 Resultados.....	29
4.2 Análisis de resultados.....	41
V. CONCLUSIONES.....	56
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	57
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	59
ANEXOS.....	98

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD (HÁBITOS PERSONALES) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	29
TABLA 2 ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD (ALIMENTACIÓN) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO - NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	31

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pág.

GRÁFICOS DE LA TABLA 1

ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD (HÁBITOS PERSONALES) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	32
---	----

GRÁFICOS DE LA TABLA 2

ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD (ALIMENTACIÓN) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	40
---	----

I. INTRODUCCIÓN

Organización Mundial de Salud (OMS) (1), los estilos de vida o hábitos son conductas que desarrollan los adolescentes en algunas veces son de hábitos de una mala alimentación de los adolescentes, la cual también son sustancias nocivos como el consumo de bebidas alcohólicas y el consumo de tabaco, estas sustancias son problemas de riesgo que afectara la salud de los adolescentes en enfermarse con numerosas de enfermedades Cancerígenas, y también como Hipertensión Arterial, Diabetes, por ello la dieta, y el estilo de vida desempeñan un papel muy importante para elevar la calidad de vida.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2), se concentró lograr las metas sanitarias, buscando contribuir a mejorar la muerte de un total de 1.1 millón de jóvenes entre 12 a 17 años así mismo por el año 2019 los accidente por tránsito ocasionaron lesiones y también la causa principal de Mortalidad de los adolescentes y la violencia interpersonal, el suicidio, el VIH/ SIDA así mismo las enfermedades diarreicas. Mediante las enfermedades las autoridades de los países brindaron una calidad de vida a los adolescentes.

Organización Mundial de la Salud (OMS), (2), el 2016 considero el 2. 1 Millones de adolescentes sobreviven con la enfermedad de VIH lo cual el número de muertes con VIH manifestaron que van aumentando cada año, y también la gran mayoría de adolescentes de hoy en día reflejan que nacieron antes que se extienda los tratamientos de Antirretroviricos, y la transmisión Materno Infantil del VIH asimismo las autoridades de los Países Nivel Mundial se centran a mejorar los tratamientos y prevenciones, y controles de los adolescentes contra VIH sida.

En Ecuador también las diferentes entidades trabajan en bien de los

adolescentes ya que ellos constituyen el 19,1% tiene estatura baja para su edad, en las mujeres hay mayor prevalencia que en los varones un 21,1% seguido por 17,3% de los adolescentes de 12 a 17 años es el más alto que entre de los de 12 a 14 años y 17,9%. Con respecto a las enfermedades de la obesidad y sobrepeso y se identifica el 26% de los grupos en las comunidades que son expuestos a la desnutrición visualizándose en gran cantidad en los adolescentes de 15 a 17 años y así la mitad de jóvenes refieren consumir comidas rápidas como frituras Salchipapas, Hotdogs, Pizza, y entre otras comidas grasas (3).

Así mismo el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (4), informa que las autoridades desarrollan estrategias para disminuir la obesidad, sobrepeso de los estudiantes considerando las dificultades de los departamentos de ingreso económico bajo y también ingreso alto así mismo en el año 2017, se incrementa IMC de los adolescentes 16 años o en diferentes edades, así mismo total de 26% y también en el año 2016 el IMC fue elevados mayormente en las féminas.

Ministerio de la Salud (5), fomenta las estrategias de prevenciones en los adolescentes sobre el consumo de tabaquismo y de bebidas alcohólicas y la prevalencia más alto son las sustancias que consumen los hombres con un total de 4,5% así mismo las mujeres que consumen tabaco y alcohol con un promedio 3,1% se observa que el 2,6% adolescente, con edad de 12 a 15 años manifestaron ya habían consumido drogas ilegales en los últimos meses del año 2017, y también la más alto prevalencia son las que consumen hábitos nocivos, son los adolescentes de los Colegios tanto pública y privada.

En Lima se dio a entender que la I.E. 'Villa Los Reyes' Ventanilla, los

adolescentes practican a lograr una vida sana 90% de adolescentes tienen práctica adecuada de actividades físicas, y también dieron a entender que las enfermedades no transmisibles se disminuye un 80% gracias a una adecuada vida, así mismo el 85.71% de adolescentes tienen una buena alimentación saludable es por eso que los padres de familia están trabajando de la mano con los encargados de Institución Educativa y diferentes entidades Públicas y Privadas en busca de brindar una adecuada calidad de vida haciendo énfasis a los adolescentes (6).

Así mismo en Lima hoy en día la prevalencia de consumidores de tabaco aumento provocando muertes aproximado 6 millones de adolescentes y también 5. 0000 fueron los que consumieron tabaco así mismo fueron ex consumidores de tabaco para el año 2020 los adolescentes que consumen tabaco podrían llegar a la muerte por lo mínimo 8 millones de adolescentes al año, lo cual un 80% corresponderán a Nivel Internacional de económico bajo, así mismo en el 2015 los jóvenes entre las edades de 15 - 17 años se identificaron el 11,2% de haber consumido un cigarrillo diario (7).

Así también en la provincia de Puno las intervenciones y estrategias del estado nutricional de los adolescentes obtuvieron diferentes cambios graduales por la cual en los últimos años fueron aumentando en forma progresiva el sobrepeso y la obesidad debido que fueron cambiando los factores de riesgos, asimismo se evaluó la desnutrición, la prevalencia y sobrepeso de los adolescentes fue el 20% de obesidad 3% y el 2% de los jóvenes se muestra delgadez, asimismo aumentaron la prevalencia de anemia es 33% siendo en Pasco con 51% y seguido de la provincia de puno 50% de jóvenes de 17 años de edad tienen dificultades nutricionales y también presentan problemas de sobrepeso y obesidad (8).

Dirección Regional de Salud de Ancash (9), las autoridades vienen desarrollando estrategias de prevenciones de la anemia y de la desnutrición así mismo en el año 2016 los adolescentes con anemia con un total de 21,7% lo cual la prevalencia de anemia va aumentando para el año 2017 con un promedio de 21,8% estas enfermedades se evidenciar mediante la desnutrición en diferentes edades sea en niños y adolescentes lo cual resulta ser preocupantes.

Así mismo la Institución Educativa María Alvarado, se encuentra ubicado por la Avenida Chimeca Mz B, lote 1, en San Luis. Distrito de Nuevo Chimbote, provincia de santa, Departamento de Anchas, se creó mediante una invasión y posteriormente se realizó las respectivas gestiones para crear un colegio, es así que ahora cuentan con 500 alumnos, divididas entre las diferentes aulas en la cual hay un total de 162 adolescentes dividido en diferentes edades de 11 a 17 años así mismo imparte la educación en su nivel básico en las modalidades Secundaria y tanto nivel Primaria, este Colegio sus límites son por el Este se ubica con el Mercado Constructores, y también por el Norte Limita con las Begonias , por el oeste se encuentra ubicado con el Asentamiento Humano los Ingenieros (10).

Así mismo en estos tiempos donde la ciencia de la tecnología avanza tanto niño joven y los adolescentes suelen pasar horas y horas en los celulares, Tablet videojuegos, TV, y son las redes sociales lo que mayormente llaman la atención de los adolescente pues muchos de ellos suelen usar estos medios para distintos fines y muchas veces pueden estar propensos a diferentes riesgos si estas no son usadas para fines educativos o con supervisión de una persona mayor (10).

Frente a la respuesta se planteó el siguiente resultado:

¿Cuál es el estilo de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa del María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019?

Para dar respuesta el siguiente problema de investigación se planteó el objetivo general:

Describir el estilo de vida como Determinante de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote, 2019.

Para dar respuesta al objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:

Identificar hábitos personales: Tabaquismo, alcoholismo, sueño, higiene, actividad física, habilidades para la vida, salud sexualidad y reproductiva, daño a la Salud y responsabilidad en la Salud como Determinantes de la Salud en los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019.

Identificar el estilo de alimentación como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019.

La investigación es útil en el campo de salud así mismo la estrategia de los estudiantes permite establecer sabidurías para comprender y renovar las estrategias para disminuir las enfermedades riesgosas para su Salud de los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, 2019. Así mismo las estrategias ayudan dar una solución lo cual la investigación busca estrategia de la salud requiriendo cumplir a mejorar los controles y prevenciones de los problemas.

La investigación fue dirigida a los estudiantes de salud, con el propósito de indagar estos temas así mismo se aplicó estrategias para una mejor calidad de vida de los jóvenes de diferentes edades, es el único camino para mejorar la pobreza y también de las enfermedades, la cual se construye a mejorar un país con una adecuada calidad de vida. La salud publica busca a mejorar la salud de las comunidades, promocionando las estrategias para prevenir la salud, en particular, trabajan en el reforzamiento de las actitudes comunitarias. La indagación será útil en el área de la salud y las estrategias que se dirige a los adolescentes, y también permitió restablecer conocimiento de los jóvenes.

Esta investigación fue de tipo cuantitativo de nivel descriptivo, diseño de una sola casilla, la muestra estuvo conformada por 72 adolescentes, a los que se aplicó el cuestionario y la técnica de la entrevista. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: Los estilos de vida como determinantes relacionado a sus hábitos personales: La totalidad no tuvo algún embarazo o aborto. La mayoría no tiene relaciones sexuales, no pensó en quitarse la vida, duerme 6 a 8 horas y se baña diariamente. Más de la mitad mostró preocupación por engordar. Menos de la mitad no consume bebidas alcohólicas, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, acude una vez al año al establecimiento de salud, en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos.

Con respecto a su alimentación; consumen huevos, fideos, arroz y papas a diario, frutas, verduras y hortalizas 3 o más veces a la semana, legumbres 1 a 2 veces a la semana, huevos, verduras y hortalizas menos de una vez a la semana y frituras nunca o casi nunca. Concluyendo la mayoría de adolescentes llevan un estilo de vida adecuada.

II. REVISION DE LITERATURA

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes a nivel internacional

Rodríguez M, (11), en su investigación titulada “Hábitos y estilos de vida en adolescente y convivencia familiar en España 2017”; tuvo como objetivo: Comprender los estilos de vida y hábitos personales los/as estudiantes /as del colegio nivel secundaria San Benito – España 2017; Su metodología de la investigación: se realizó un estudio descriptivo, no experimental, los resultados son: Los adolescentes muestran un elevado de porcentajes que realizaron actividad física durante el mes esto quiere decir que tienen un estilo de vida adecuada, así mismo consumen alimentos nutritivas que contiene vitaminas, calcio, hierro, fósforo, y a su vez llevan una dieta habitual de alimentos saludables que fue aportado los nutrientes más relevante; la conclusión indica que es muy útil para tener en cuenta, y consumir una dieta saludable, así los adolescentes tendrán un estilo de vida saludable en el transcurso de los días, y también se produce un adecuado desarrollo en su persona de los jóvenes.

Monje M, (12), en su investigación titulada “Estilos de vida de los adolescentes escolares del departamento de Huila – Colombia 2017”, tuvo como objetivo Caracterizar los estilos de vida de los adolescentes escolares del departamento del Huila – Colombia 2017; en su metodología es la investigación descriptiva con diseño transversal, la muestra fue de 916 estudiantes de básica secundaria y media vocacional de instituciones educativas públicas y privadas de Huila- Colombia ; la conclusión indica que la información no es suficiente para hacer prácticas saludables, la sensación de invulnerabilidad del adolescente lo lleva a prácticas imprudentes, por lo que para

consolidar las creencias en hábitos, se deben implementar programas públicos que posibiliten la actividad física organizada y metódica.

Rodríguez J, (13), en su trabajo de investigación titulada de “Estilos de vida como factores determinantes de estado de salud, Puerta del Señor, Fraijanes. Guatemala - marzo, 2018” tuvo como objetivo determinar los estilos de vida de los adolescentes con sobrepeso y obesidad, Guatemala. 2018, en su metodología es de diseño descriptivo y transversal, en conclusión, los 102 adolescentes entre 12 y 19 años por medio de encuesta y se tomaron datos antropométricos, presión arterial y glicemia en conclusión es de 9% adolescentes calificaron para buen estilo de vida y el 32% de adolescentes presentan sobrepeso y obesidad.

2.1.2. Antecedentes a nivel nacional

Arony A, (14), en su tesis titulada de “Estilos de vida saludables en los jóvenes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Casimiro cuadros sector I–Cayma - 2016”, tuvo como objetivos identificar los estilos de vida básicos y determinantes de los estilos de vida sociales de los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de la I.E. Casimiro Cuadros – 2016, en su metodología es descriptivo, y cuantitativo no experimental, en conclusión los estilos de vida en los adolescentes en mayor proporción son saludables tanto en el campo básico así mismo como en el Social, los estilos de vida sociales son mayor proporción positivos sobre todo en la comunicación y empatía de los adolescentes.

Fernández B, (15), en su indagación titulada “Estilo de Vida de los adolescentes de La I.E Villa Los Reyes, Ventanilla – Callao, 2018”, tuvo como objetivo determinar los estilos de vida en los estudiantes de 5° de grado de secundaria de la Institución Educativa Villa los Reyes Ventanilla - Callao – 2018, en su metodología

fue descriptiva lo cual tiene un enfoque cuantitativo es de diseño no experimental por no son manipulados en sus variable de estudio, en conclusión se analiza según dimensiones se obtuvo estilos no saludables; en las dimensiones nutricionales obtuvieron un estilo no saludable con un total de 76% y únicamente el 16% de adolescentes gozan el estilo saludable, en la dimensiones, ejercicios obtuvo con promedio total de 85% con estilos saludables y el 7% estilo no saludable.

Tito E, (16), en su tesis titulada de “Estilos de vida de los estudiantes que acuden al centro de salud Huancas 2019”, tuvo como objetivo determinar los estilos de vida de los adolescentes que asisten al centro de salud de huancas. 2019, así mismo los estilos de vida fue dividida por dimensión de alimentos nutricionales de los estudiantes su metodología fue descriptivo y métodos descriptivos de diseño descriptivo, en conclusión, fue los siguiente los estilos de vida de los estudiantes que acuden al centro de salud de huancas refirieron un porcentaje saludable.

2.1.3. Antecedentes a nivel local

Ocaña A, (17), en su investigación titulada “Elementos Sociales relacionada con el estilo de vida del adolescente del Centro Preuniversitario UNS. Nuevo Chimbote, 2017”, tuvo como objetivo identificar la relación entre los factores sociales así mismo los estilo de vida del adolescente del Centro Preuniversitario de la Universidad Nacional del Santa, Nuevo Chimbote, 2017, en su u metodología fue de tipo descriptivo correlacional de corte transversal, llegando a las siguientes conclusión dice que existe relación significativa entre residencia y estilo de vida del adolescente, la edad, sexo, condición laboral y, tipo de familia no se relaciona con el estilo de vida; se constituyen en riesgo para el estilo de vida no saludable.

Jaramillo M, (18), en su investigación titulada de los “Determinantes de la salud en los estudiantes de la I. E. “Pedro Pablo Atusparia” - Huaraz, 2016”, su objetivo es describir los determinantes la salud en adolescentes de la Institución Educativa Pedro Pablo Atusparia-Huaraz, 2016”, su metodología es descriptivo y cuantitativo, no experimental, se llegó a una conclusión los determinantes Biosocioeconomicos: menos de la mitad tienen un ingreso menor S/.750, trabajo eventual; más de la mitad de adolescentes son de sexo femenino, albergan entre 12 a 17 años de edad, más de la mitad de adolescentes se atienden con el seguro del integral de salud MINSA, y la mitad de adolescente no tienen ningún seguro.

Reyes M, (19), en su investigación titulada “Determinantes de la salud en adolescentes de las instituciones educativas de la jurisdicción de la Red Pacífico Norte- Chimbote, 2016”, su objetivo es describir los determinantes de la salud en adolescentes de dicha institución educativas de la jurisdicción de la Red Pacífico Norte- Chimbote, 2016, su metodología fue realizada tipo descriptivo y cuantitativo, con casilla de un solo diseño en Conclusión los adolescentes tiene malos hábitos alimenticios, y conflictos familiares y posibles enfermedades por llevar una vida sedentaria.

2.2.1. Bases teóricas y conceptuales de la investigación

El estudio se basó a las teorías conceptuales que determinan la salud de Mack Lalonde y a la Promoción de la Salud de Nola Pender, quienes manifestaron los principales determinantes de la salud, con la finalidad de sintetizar la comprensión de aquellos procesos sociales que afectan la salud de las personas; de esta manera se logra identificar los problemas de la salud, y realizar las intervenciones (20).

Así mismo el teorista Mack Lalonde, es conocido como abogado que sirvió en su país de Canadá, quien perteneció Ministerio De La Salud, también en el año 1974, accede a identificar los estilos de vidas de una manera personal, relacionando con la sociedad y el medio ambiente, tiene una variación con la biología humana y servicio de la salud. Se planteó una guía para poder explicar sobre la salud, con una entidad de cuidado, por consiguiente, tiene dicho contratiempo, da como sacrificio social, afiliando a varios determinantes, así mismo se divide en varios partes de patrimonios que determinan la salud como una vida saludable que propone al modelo explicativo (20).

Los estilos de vida se definen a las actitudes y comportamientos que ayudan a desarrollar a las personas de diferentes edades, lo cual ejercen un cierto grado sobre la salud, así mismos hábitos de vida, como los hábitos nocivos llevan riesgos para la salud de los adolescentes, y pueden conllevar graves consecuencias de distintas enfermedades cancerígenas que puede llevar a la borde de la muerte (21).

Determinantes para la salud

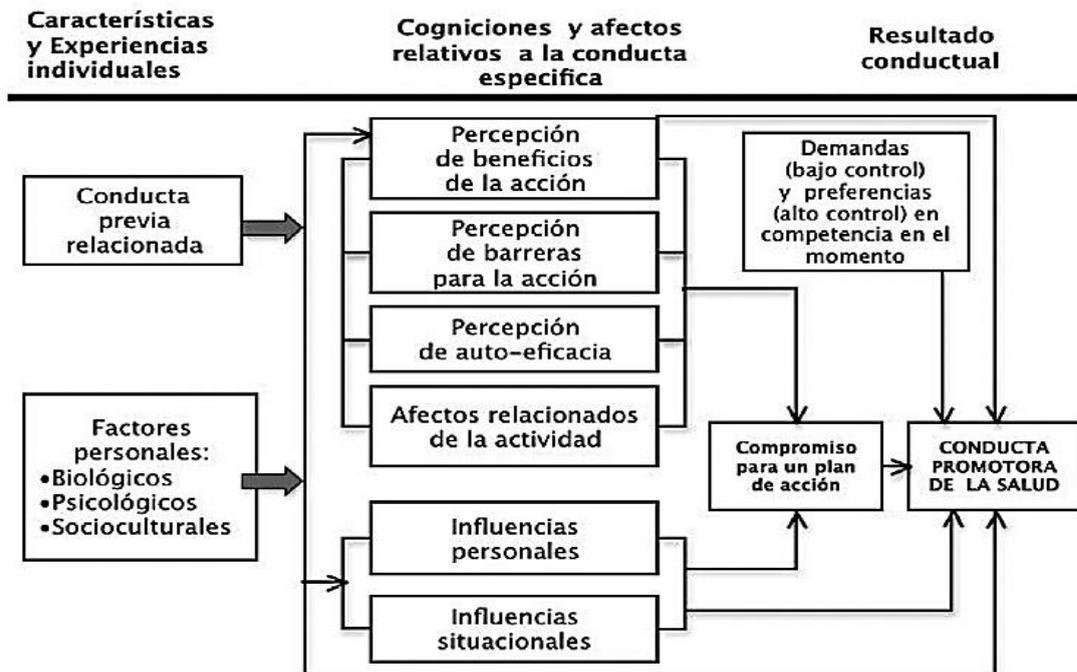


Con esta imagen se explica los cuatros determinantes de la salud: La biología Humana: Se incluyen las actividad físico y mental que se va desarrollando en el cuerpo de la persona, así mismo se explica del Medio Ambiente: Se adjunta con el ámbito físico y social, la cual dentro del ambiente están relacionados con la contaminación, los alimentos, el agua, entre otros, estos problemas son ocasionado, en el hogar, en el trabajo, también en el barrio. El estilo de vida: Son juntos de actitudes que las personas desarrollan y también se basa en tener una alimentación saludable, actividad física, y las relaciones interpersonales esto será beneficioso para la salud del individuo. Sistema Sanitario: se conformó con los trabajadores que establecen la salud (22).

Así mismos Nola Pender fue hija única de sus padres defensores, nació en la localidad Lansing Michigan en el año 1941, E.E.U.U, su familia creyeron en la información educativa de la mujer, y también lo orientaban a llegar un objetivo de ser

una enfermera diplomada. Lo cual en el año 1964 logro su licenciatura en Ciencias en Enfermería, luego se trasladó a la Universidad de Northwestern en Evanston para adquirir su doctorado, también fue convertida en enfermería terapeuta, después empezó a trabajar en promoción de la Salud (23).

Así mismo, Nola Pender, es grandemente utilizado por los profesionales de la salud, ya que admite las comprensiones y comportamientos humanos, coordinando con la salud, y a su vez, brinda enseñanzas hacia la promoción de conducta saludable, también instruí a las personas interactuando con su entorno e intentando alcanzar un objetivo, la promoción de la salud esta para promover el deseo y ampliar el bienestar de los individuos. La promoción de la salud permite a promover a los jóvenes a desarrollar comportamiento que determinan a mejorar prácticas saludables así mismo promueven la salud y se emplea de forma de capacidad a lo largo de toda la vida, y a continuación de las teorías en cuanto la capacidad que relaciona y explican sobre la educación, mediante las prevenciones de la salud (24).



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stiepovich JB²¹

De esta manera se explica el esquema de promoción de la salud detallándolo así:

Conducta previa relacionada: Se refiere la cantidad de la repetitiva conducta haciendo semejanza al pasado, los cuales pueden tener como resultado un efecto sea directo o indirecto de la manera en la que se comporta el individuo (24).

Factores personales: Los factores que determinan las acciones del individuo para que se interrelacione con el medio para que de esta manera se puedan realizar diferentes orientaciones a la promoción de la salud, en la cual se determina los factores biológicos, psicológicos y socioculturales, acompañados del beneficio adquirido de la acción promotora de la salud, y las barreras que se pueden encontrar para las diferentes conductas (24).

Influencias situacionales: es la percepción y cognición frente a las situaciones que pueden facilitar las conductas del individuo (24).

Factores cognitivo-preceptuales: es el mecanismo motivacional primario de las acciones de la promoción de la salud, por consiguiente, los Meta paradigmas de Nola Pender (24).

Así mismo se describe sus Meta paradigmas de Nola Pender:

Salud: Son condiciones completo de bienestar de los individuos y Pender refiere que la salud es lo principal enunciado general (25).

Persona: La teoría se centra en las personas que se definen una sola forma de patrones perceptuales, así mismo tiene sus factores variables (25).

Entorno: Así mismo se presentan las interacciones de los factores modificables y también los factores cognitivos perceptuales estos factores son influyentes sobre las conductas de la salud (25).

Enfermería: La enfermería se especializa, y tuvo su auge durante en los últimos decimos y también la responsabilidad es la basa principal de los cuidados sanitarios así mismo la enfermera es la encargada de motivar a los individuos para su mantenimiento de salud personal (25).

2.2.2. Bases conceptuales de la investigación"

Así mismo los estilos de vida son grupo comportamiento frente a los factores de riesgos como el consumo de alcohol, tabaco, una mala alimentación y otras actividades que son relacionados estas sustancias se considera como problemas de riesgos para la salud de los individuos, también esto es verdaderamente estilos de vida de cada ser humano, la cual los jefes de hogar inculcan buenos comportamientos para sus hijos, y empiezan a crecer con buenos valores y responsables, con respecto a la vida diaria en general, son responsables con sus trabajos, reuniones sociales, espiritual, actividad física (26).

El estilo de vida es un ambiente educativo, la cual inicia modificando un entorno de vida saludable que será útil en el campo de la salud para la persona, ayudará como fundamento principal, la cual se podrá contribuir y renovar la formación de comportamientos (26).

Estilos de vida como determinantes de la salud realizan diferencia a los distintos hábitos de conductas, y la toma de decisiones de cada persona, que se realiza frente a las distintas etapas y circunstancia en la que va desarrollando el individuo frente a la sociedad, así mismo de acuerdo a sus quehaceres diarios, y también se modifican el ámbito de conductas y motivación del individuo, la cual estos motivos los estilos de vida hicieron referencia personal al hombre en la que se hace como un ser social y concreto (26).

III. METODOLOGIA

3.1. Diseño de la investigación:

Cuantitativo: se expresó que las variables de la investigación son aquellas que pueden ser medidas en términos numéricos (27, 28).

Descriptivo:

Esta investigación fue especificada en propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población (27,28).

Diseño de una sola casilla. Se utilizó un solo grupo con el objetivo de obtener un informe aislado de lo que existen en el momento del estudio, servirá para resolver problemas de identificación (29,30).

3.2.Población y muestra:

La población estuvo constituida 162 adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, pero, a consecuencia de la pandemia por el covid-19, se consideró una muestra no probabilística por conveniencia, constituida por 72 Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado-Nuevo Chimbote ,2019.

Unidad de análisis

Cada adolescente de 12 a 17 años de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote, 2019

Criterios de Inclusión:

- Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, que se encontró entre 12 a 17 años.

- Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado-Nuevo Chimbote, que aceptaron participar en el estudio.
- Padres o apoderados de los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, que aceptaron participar en el estudio.
- Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote, que tenían la disponibilidad de participar en el cuestionario como informantes sin importar sexo y nivel de escolarización.

Criterios de Exclusión:

- Los adolescentes Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote, que presentaron algún trastorno mental.
- Los padres o apoderados de los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote. que presentaron algún trastorno mental.
- Los adolescentes Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote, que presentaron problemas de comunicación.
- Los padres o apoderados de los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote que presentaron problemas de comunicación.

3.3. Definición y Operacionalización de variables e indicadores

I. DETERMINANTES DE LOS ESTILO DE VIDA:

Definición Conceptual

El estilo de vida son conjunto de comportamientos y actividades, que traen beneficios a la salud de las personas, y se determinan de las presencias del factor de riesgos o factor protector para la calidad, donde deben tener procesos

dinámicos viven, trabajan, estudian, y se recrean, la componen una acción o comportamiento individual (31).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal

Hábito de fumar

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

Consumo de bebidas alcohólicas

Escala nominal

Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas

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

Número de horas que duermen

- 6 a 8 horas
- 08 a 10 horas
- 10 a 12 horas

Frecuencia en que se baña

- Diariamente

- 4 veces a la semana
- No se baña

Reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina

- Existe
- No existe

Actividad física en tiempo libre

Escala nominal

Tipo de actividad física que realiza:

- Caminar
- Deporte
- Gimnasia
- No realiza

Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos

Escala nominal

- Realiza
- No realizo

Conducta alimenticia de riesgo

- Preocupación por engordar
- Come demasiado
- Pérdida del control para comer
- Vómitos auto inducidos
- Ingesta de medicamentos (Laxantes, diuréticos, pastillas)
- Restricción en la conducta (ayuno, dietas, ejercicios).

Daño a su salud por alguna violencia por agresión

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

Lugar de la agresión o la violencia

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

Si tiene problemas ha pensado quitarse la vida

- Si
- No

Tiene relaciones sexuales

- Si
- No

Primera relación sexual hizo uso de algún método anticonceptivo

- Condón
- Pastillas, inyectable, píldora de emergencia
- Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario

- Ningún método

Tuvo algún embarazo o algún aborto

- Si
- No

Tiempo que acude a un establecimiento de salud

- Una vez en el año
- Dos veces en el año
- Varias veces en el año
- No acudo

Alimentación

Definición Conceptual

Son acciones que permite injerirse a los organismos humanos el alimento, o fuente de la materia prima que precisan llevar a cabo su función vital (32).

Definición Operacional

Escala de intervalo

Dieta: Frecuencia de consumo de alimentos

- Diario
- 3 o más veces por semana
- 1 o 2 veces a la semana
- Menos de 1 vez a la semana
- Nunca o casi nunca

3.4. Técnicas de instrumentos de recolección de datos

3.4.1. Técnicas

En esta investigación se realizó el uso de la técnica de la entrevista y la observación para la respectiva aplicación de este instrumento.

3.4.2. Instrumento

En el presente trabajo de investigación se utilizó 1 instrumento para la recolección de datos que se detallan a continuación

Instrumento N° 01

El instrumento se elaboró en base al cuestionario sobre Estilo de vida como determinantes de la Salud en los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote. Fue elaborado por la investigadora del presente estudio que estuvo constituido por 15 preguntas distribuidos en 4 partes de la siguiente manera (Anexo N°01)

Datos de Identificación, donde se obtendrá las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada.

- Los determinantes del estilo de vida de los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote: costumbres personales (Tabaquismo, alcoholismo, actividad física, horas de sueño, frecuencia del baño), Alimentos que consumen.

3.4.3. Control de calidad de los datos

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

La evaluación cualitativa fue realizada mediante la consulta a personas del área de salud que actuaran como jueces, esta investigación se llevó a cabo en reuniones de trabajo; con el fin de evaluar la propuesta del cuestionario sobre los estilos de vida como determinantes de los adolescentes del Colegio María Alvarado, Nuevo Chimbote de 12 a 17

años en el Perú, aplicado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, Directora de la presente línea de investigación.

En la reunión se le brindo conocimientos a los participantes como jueces acerca de la matriz de operación aplicación de las variables y la propuesta del cuestionario, para su indagación y socialización de opiniones, después cada participante expresara su punto de vista en relación al cuestionario propuesto, así mismo concederán aplicar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación por medio de criterio de especialistas, diez en total, acerca de la pertinencia del reactivo en relación al constructo evaluado por extensiones. Para instrumentos de este estudio, se manejará para la evaluación de la validez del contenido, la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

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

Donde

\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 total es de 0,998 este valor demuestra que el instrumento es válido para conseguir información respecto a los determinantes de Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Anexo (N°02) (33).

3.4.4. Confiabilidad

Confiabilidad inter evaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realizará 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 considerará muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador (34). (Anexo N°03).

3.5. Plan de análisis

3.5.1. Procedimientos y recolección de datos

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

- Se informó y se pidió el consentimiento de los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote de 12 a 17 años, reafirmando que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación serán estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote de 12 a 17 años, su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del instrumento
- Se procedió a aplicar el instrumento a cada adolescente de la Institución Educativa María Alvarado -Nuevo Chimbote

- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de los instrumentos a cada adolescente de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote
- El instrumento se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa por los Adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado -Nuevo Chimbote.

3.5.2. Análisis y procesamiento de datos

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

3.6. Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DE PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGIA
<p>Estilo de vida como Determinante de la Salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019.</p>	<p>Cuál es el estilo de vida como Determinante de Salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019</p>	<p>Describir el estilo de vida como Determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado - Nuevo Chimbote, 2019</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar hábitos personales: Tabaquismo, alcoholismo, sueño, higiene, actividad física, habilidades para la vida, salud sexual y reproductiva, daño a la salud y responsabilidad en la salud como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019. • Identificar el estilo de alimentación como Determinante de la Salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019. 	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Descriptivo de corte transversal.</p> <p>Diseño: De una sola casilla</p> <p>Técnica: Entrevista Observación</p>

3.7. Principios Éticos de la Investigación

En esta investigación que se llevó a cabo, el investigador previamente debe evaluar los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema designado como por la técnica seguida, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener sean éticamente posibles, respetando la doctrina social de la iglesia como es la dignidad de la persona(35).

Protección de las personas: Donde se aplicó la prioridad y protección de la investigación, velar por su seguridad y respeto de los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo.

Libre de participación y derecho a estar informado:”

El investigador que desarrolló el trabajo de la investigación tiene el derecho de mantenerse bien informado sobre los propósitos de la investigación que se realizó.

Beneficencia no maleficencia: Donde se aseguró el bienestar de los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, Nuevo Chimbote, con el propósito de maximizar los beneficios y disminuir los riesgos de salud de la persona.

Justicia: El investigador mantuvo en todo momento del proceso de la investigación deben ejercer un juicio razonable, ponderable y también tomar las precauciones necesaria para asegurar que sus sesgos y las limitaciones de los conocimientos y capacidades, así mismo no den lugar o toleren practicas injustas, también se reconoce que la equidad y la justicia que se otorgó.

Integridad científica: La integridad o rectitud deben regir, así mismo no solo la actividad científica de un investigador, sino también debe ampliarse a sus actividades de enseñanza y ejercicio profesional. La integridad del investigador

resulta especial mente relevante, lo cual se declara daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan perjudicar a quienes participan en una investigación, y se mantiene la integridad científica al manifestar los conflictos de interés que pudieran perjudicar el curso de un estudio o los resultados de una comunicación.

(Anexo N°04)

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTES"

TABLA 1

ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD (HÁBITOS PERSONALES) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

Actualmente fuma	n	%
Si fumo, diariamente	17	23,6
Si fumo, pero no diariamente	15	20,8
No fumo actualmente , pero he fumado antes	10	13,9
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	30	41,7
Total	72	100,0
Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas	n	%
Diario	0	0,0
Dos a tres veces por semana	4	5,6
Una vez a la semana	5	6,9
Una vez al mes	13	18,1
Ocasionalmente	15	20,8
No consumo	35	48,6
Total	72	100,0
N° de horas que duerme	n	%
De 6 a 8	50	69,4
De 8 a 10	12	16,7
De 10 a 12	10	13,9
Total	72	100,0
Frecuencia con que se baña	n	%
Diariamente	45	62,5
4 veces a la semana	15	20,8
No se baña	12	16,7
Total	72	100,0
Reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina	n	%
Si	62	86,1
No	10	13,9
Total	72	100,0
Actividad física que realiza en su tiempo libre	n	%
Caminar	14	19,4
Deporte	30	41,7
Gimnasia	18	25,0
No realizo	10	13,9
Total	72	100,0

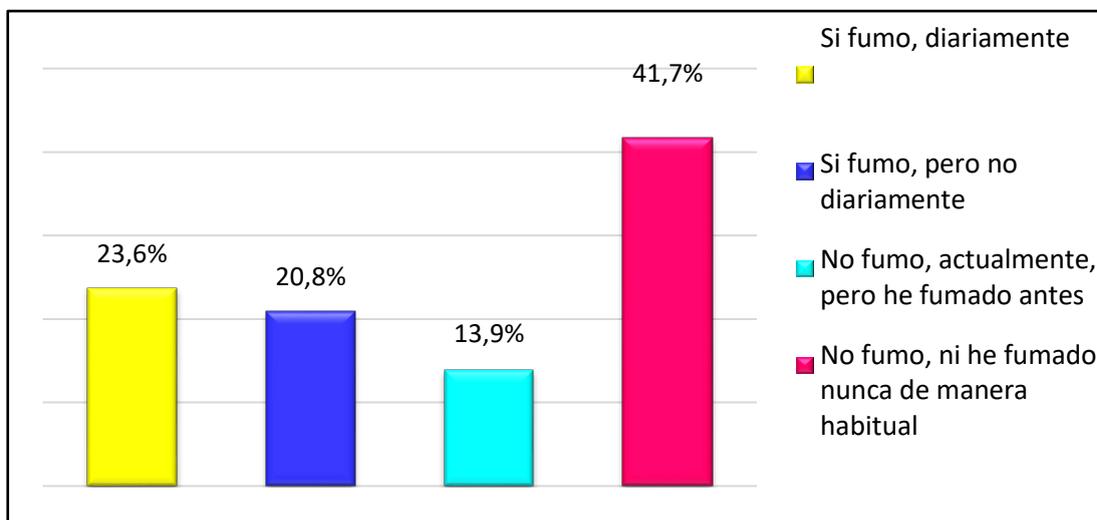
Continúa...

Dos últimas semanas realizo actividad física por más de 20 minutos	n	%
Caminar	28	38,9
Gimnasia suave	15	20,8
Juegos con poco esfuerzo	10	13,9
Correr	19	26,4
Ninguno	0	0,0
Total	72	100,0
Conducta alimenticia de riesgo	n	%
Preocupación por engordar	40	55,6
Come demasiado	15	20,8
Pérdida del control para comer	17	23,6
Vómitos auto inducidos	0	0,0
Ingesta de medicamentos (diuréticos, laxantes, pastillas)	0	0,0
Restricción en la conducta (ayuno, dietas, ejercicios)	0	0,0
Ninguna	0	0,0
Total	72	100,0
Daño a su salud por alguna violencia por agresión	n	%
Armas de fuego	10	13,9
Objetos cortantes	5	6,9
Puñetazos, patadas, golpes	15	20,8
Agresión sexual	3	4,2
Otras agresiones o maltratos	8	11,1
No presenta	31	43,1
Total	72	100,0
Lugar de la agresión o violencia	n	%
Hogar	5	6,9
Escuela	8	11,1
Transporte o vía pública	19	26,4
Lugar de recreo o deportivo	29	40,3
Establecimiento Comercial	0	0,0
Otros	11	15,3
Total	72	100,0
Si tiene problemas ha pensado quitarse la vida	n	%
Si	20	27,8
No	52	72,2
Total	72	100,0
Tiene relaciones sexuales	n	%
Si	17	23,6
No	55	76,4
Total	72	100,0
Primera relación sexual, uso algún método anticonceptivo	n	%
Condón	3	17,6
Pastillas, inyectable, píldora de emergencia	5	29,5
Óvulos, jalea, espuma, ritmo, calendario	0	0,0
Ningún método	9	52,9
Total	17	100,0
Tuvo algún embarazo o aborto	n	%
Si	0	0,0
No	17	100,0
Total	17	100,0
Cada cuanto tiempo que acude a establecimiento de salud	n	%
Una vez al año	30	41,7
Dos veces en el año	15	20,8
Varias veces durante el año	0	0,0
No acudo	27	37,5
Total	72	100,0

Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación

GRÁFICO DE LA TABLA 1

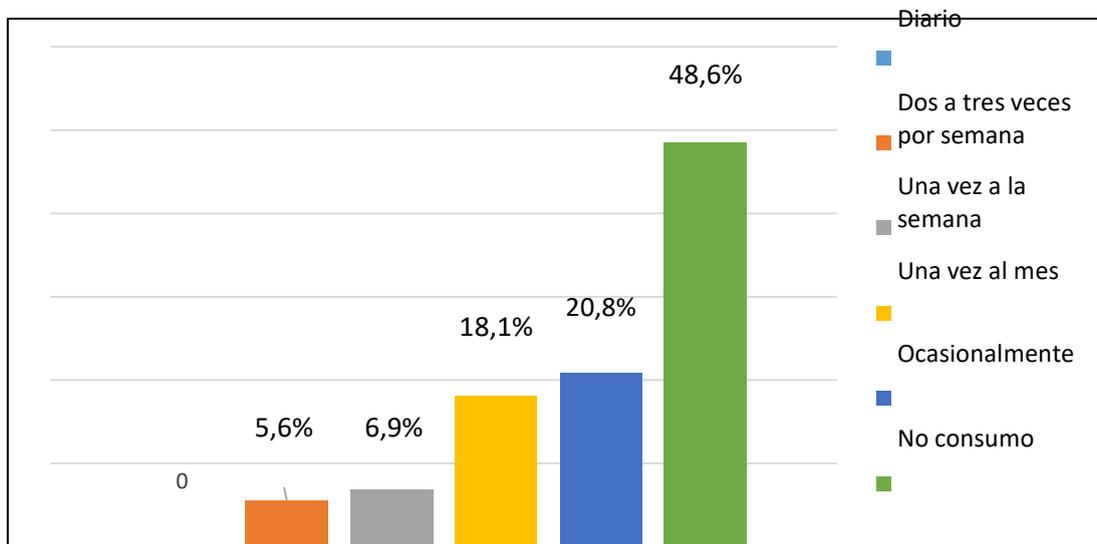
FRECUENCIA DE FUMAR EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 2

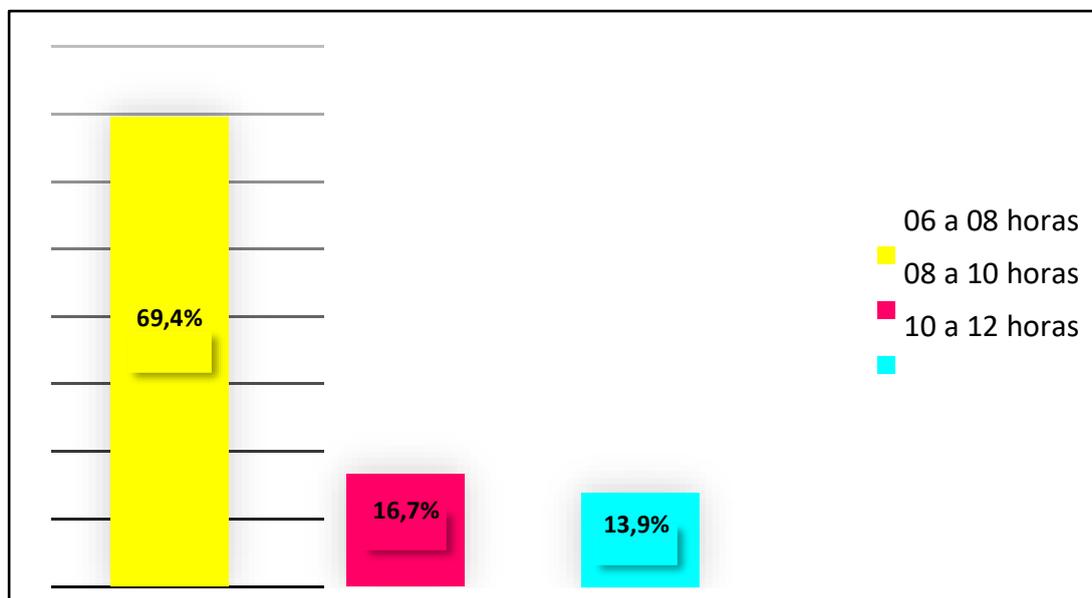
FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 3

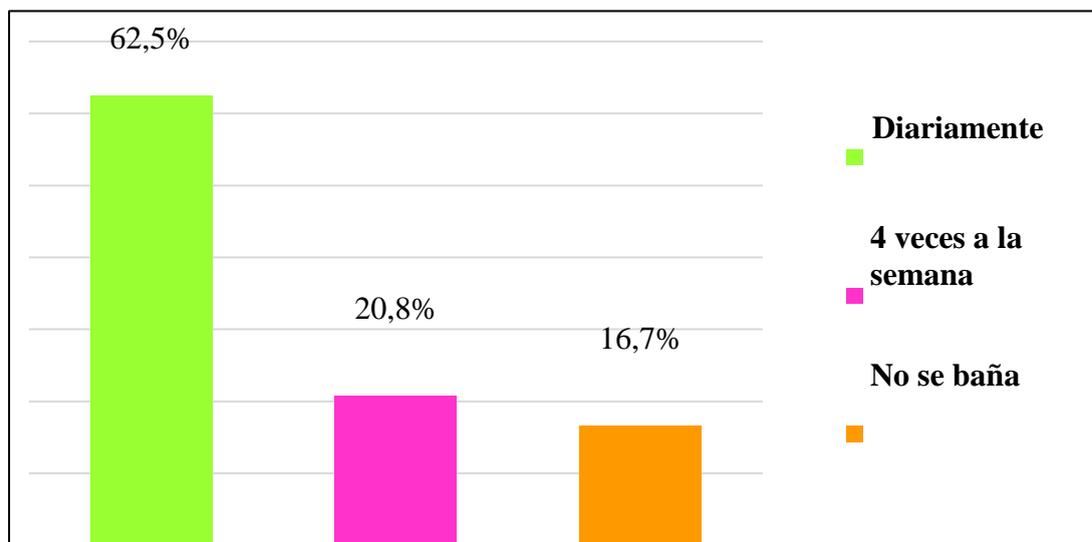
NÚMERO DE HORAS QUE DUERMEN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 4

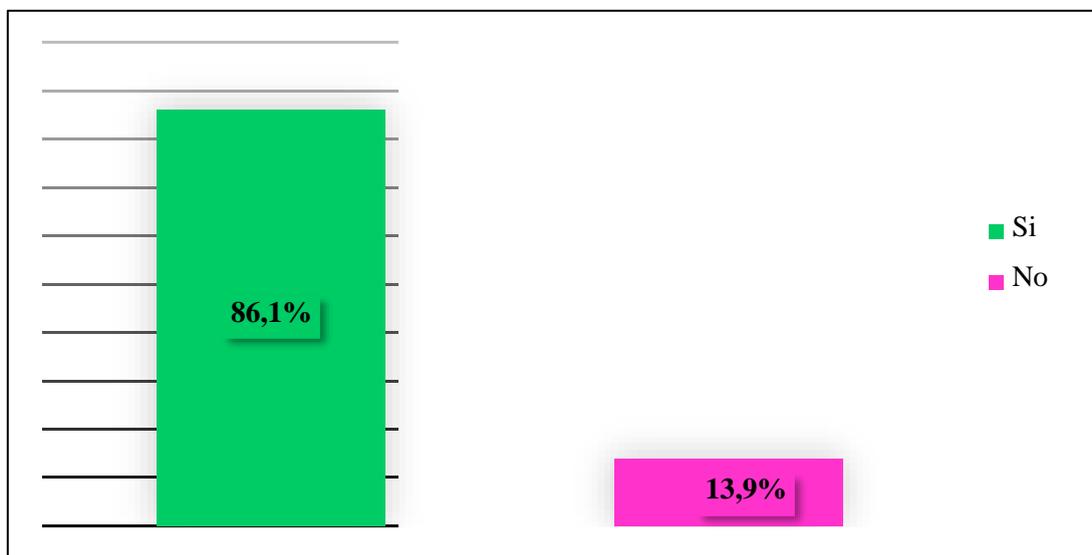
CON QUE FRECUENCIA SE BAÑAN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 5

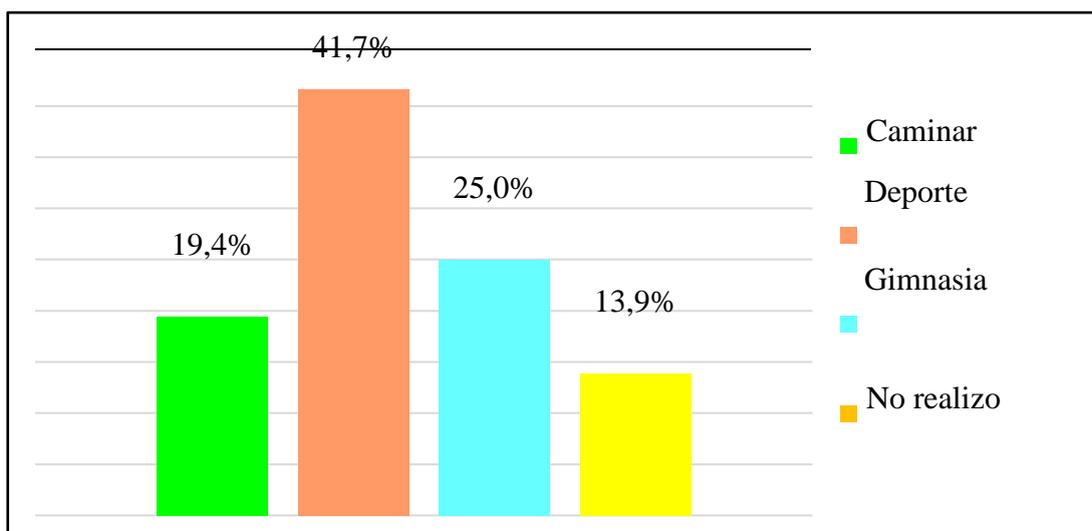
TIENEN SUS REGLAS Y EXPECTATIVAS CLARAS Y CONSISTENTES ACERCA DE SU CONDUCTA Y/O DISCIPLINA LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 6

ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZA EN SU TIEMPO LIBRE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 7

EN LAS DOS ÚLTIMAS SEMANAS QUE ACTIVIDAD FÍSICA REALIZÓ DURANTE MÁS DE 20 MINUTOS LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

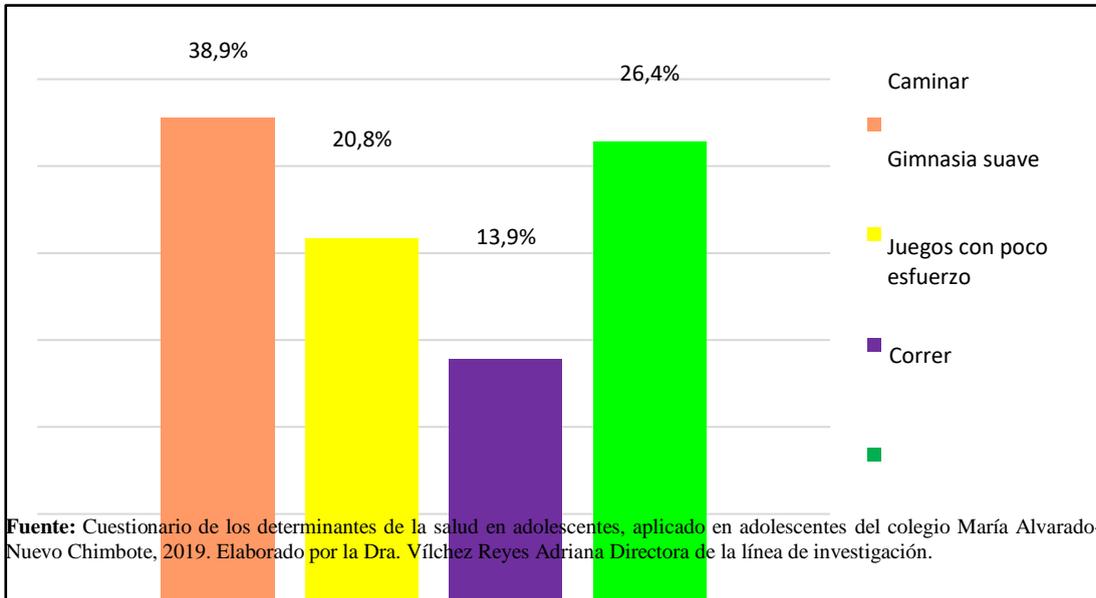


GRÁFICO 8

CONDUCTA ALIMENTICIA DE RIESGO EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

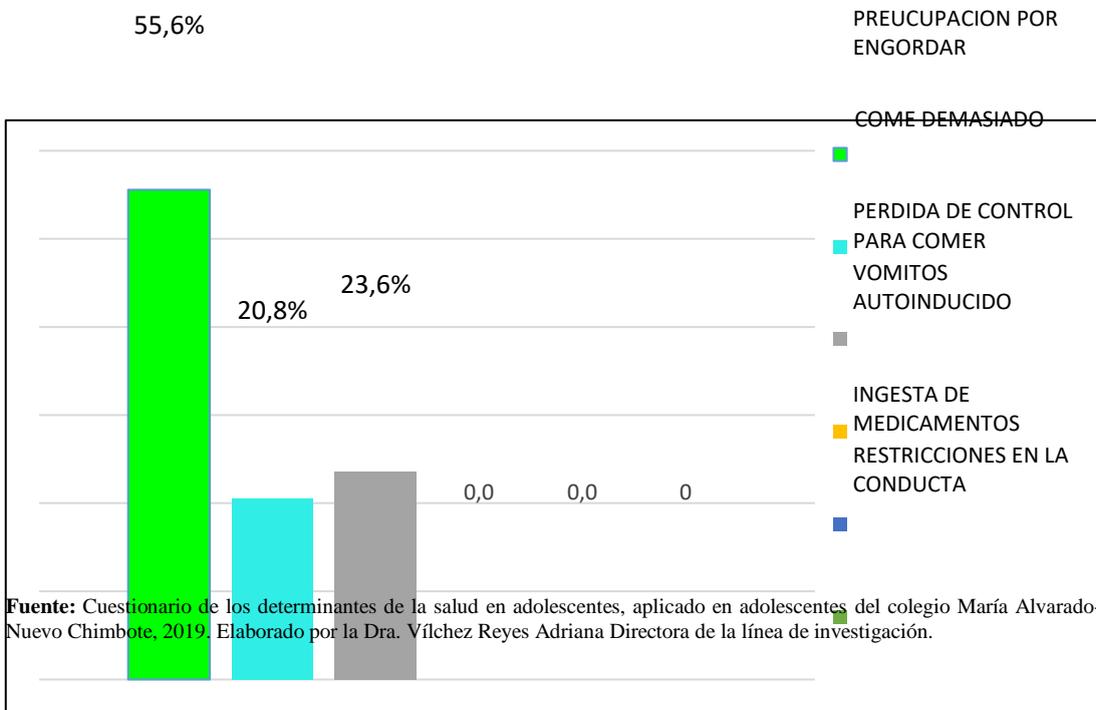
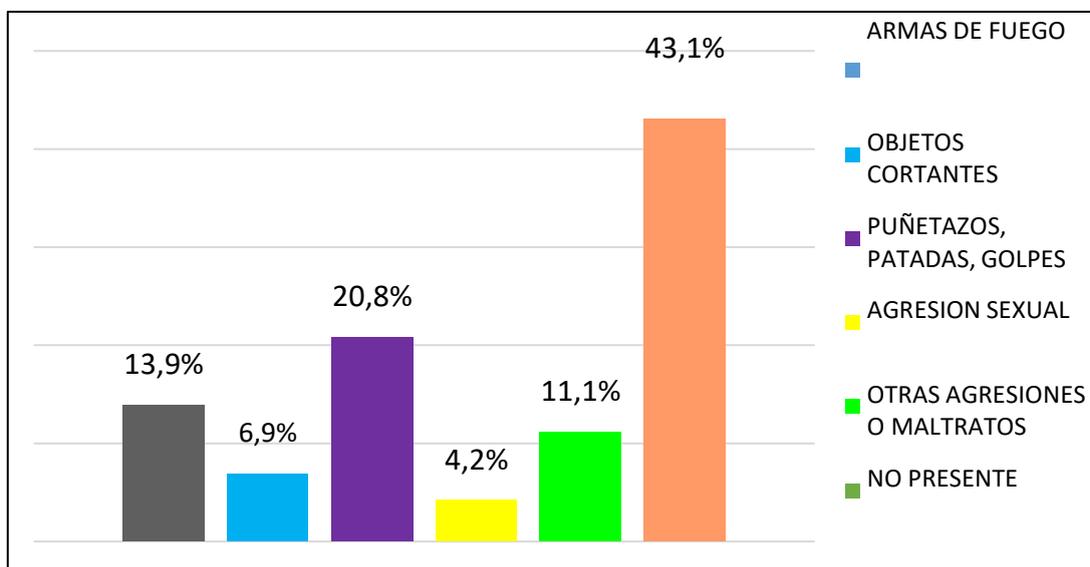


GRÁFICO 9

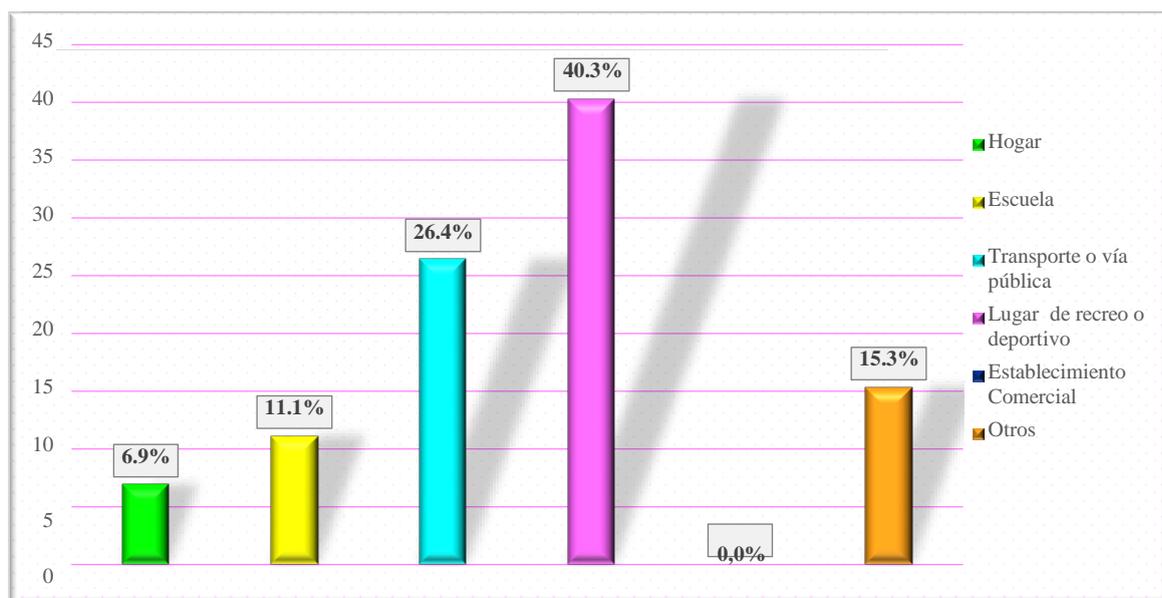
DAÑO A SU SALUD POR ALGUNA VIOLENCIA POR AGRESIÓN EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO-NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 10

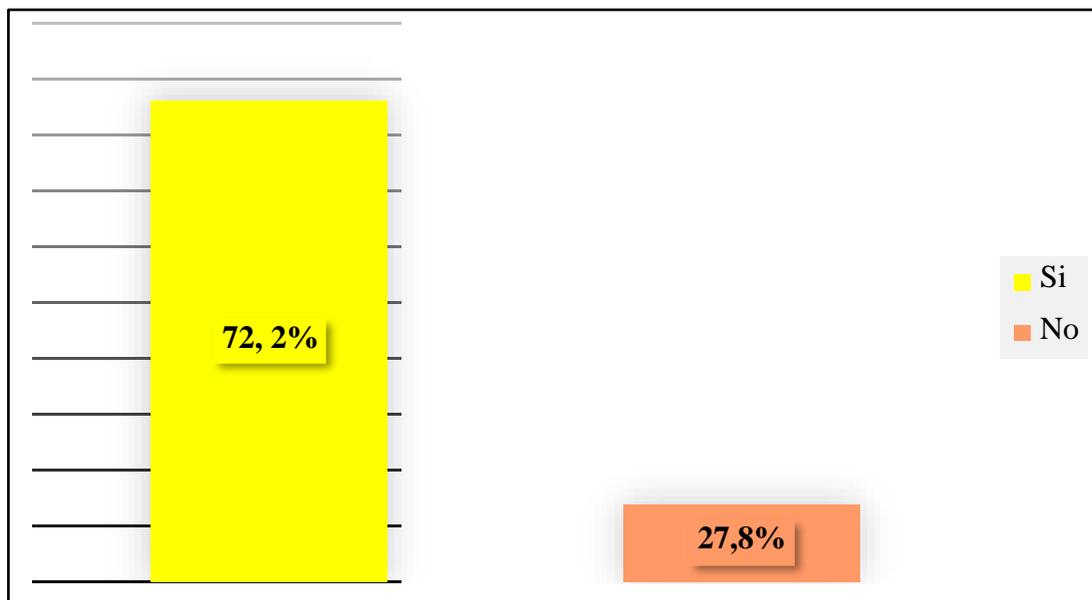
LUGAR DE VIOLENCIA O AGRESIÓN EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación

GRÁFICO 11

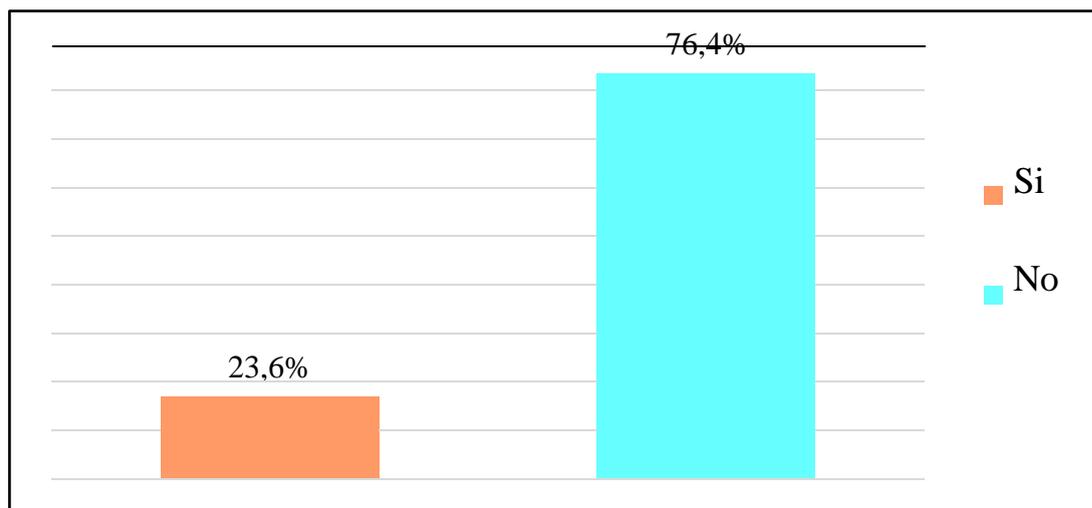
SI TIENE PROBLEMAS HA PENSADO EN QUITARSE LA VIDA LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 12

TUVIERON RELACIONES SEXUALES LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 13

EN SU PRIMERA RELACIÓN SEXUAL USO DE ALGÚN MÉTODO ANTECONCEPTIVO LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

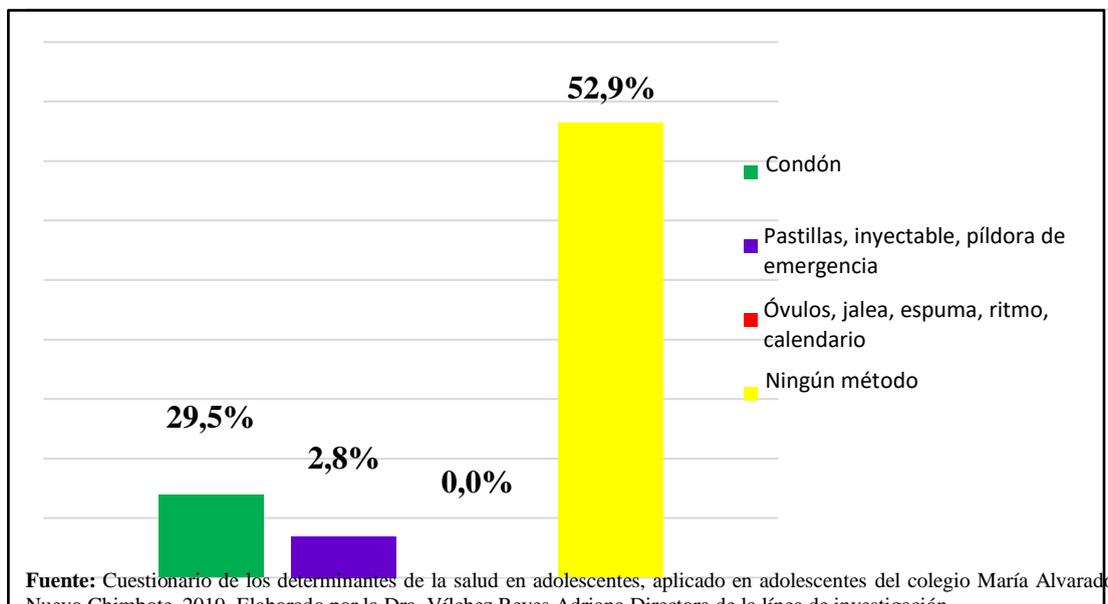
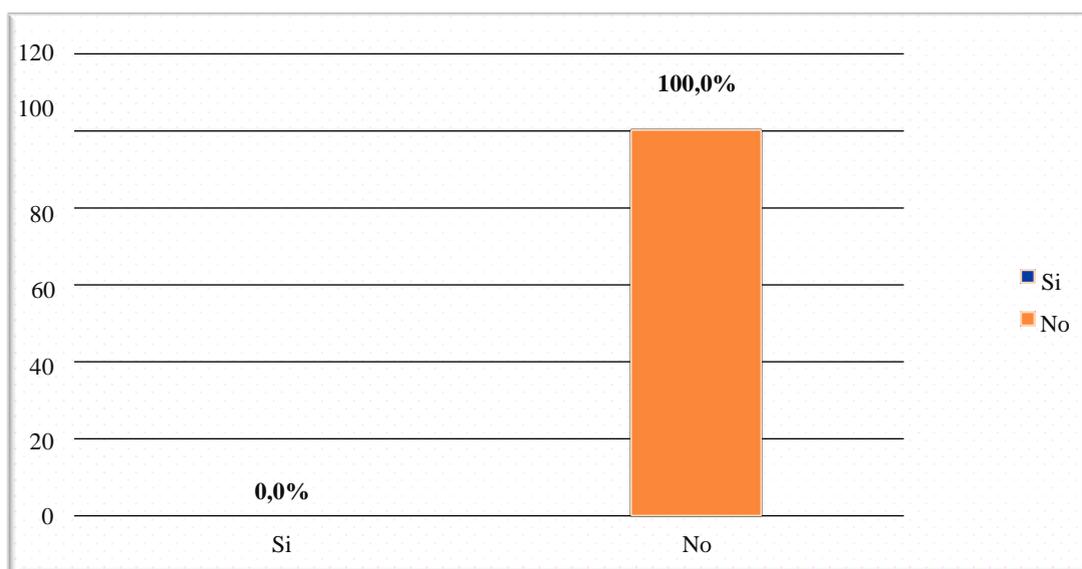


GRÁFICO 14

TUVO ALGÚN EMBARAZO O ABORTO EL ADOLESCENTE DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vélchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICO 15

CADA CUANTO TIEMPO ACUDE AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD EL ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

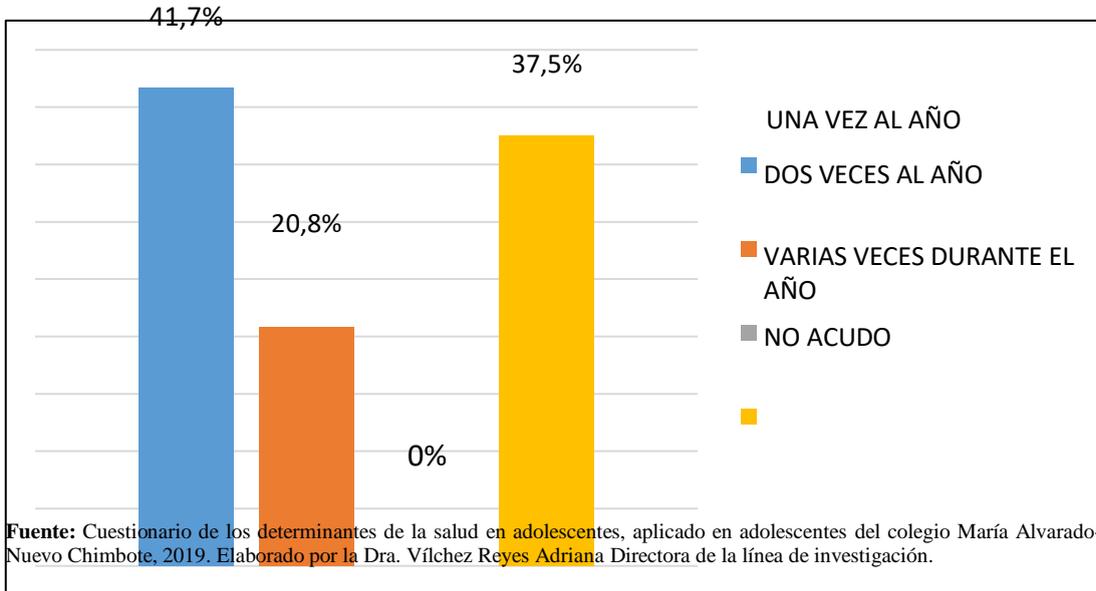


TABLA 2

ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD (ALIMENTACIÓN) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

Alimentos que consume	Diario		3 o más veces a la semana		1 a 2 veces a la semana		Menos de una vez a la semana		Nunca o la casi nunca		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Frutas	15	20,8	30	41,7	10	13,9	10	13,9	7	9,7	72	100,0
Carne (pollo, res, cerdo, etc.)	10	13,9	20	27,8	20	27,8	12	16,6	10	13,9	72	100,0
Huevos	30	41,7	10	13,9	9	12,5	13	18,0	10	13,9	72	100,0
Pescado	18	25	20	27,8	15	20,8	11	15,3	8	11,1	72	100,0
Fideos, arroz, papas	30	41,7	20	27,8	8	11,1	8	11,1	6	8,3	72	100,0
Pan, cereales	28	38,9	15	20,8	14	19,4	5	7,0	10	13,9	72	100,0
Verduras y hortalizas	15	20,8	30	41,7	10	13,9	13	18,0	4	5,6	72	100,0
Legumbres	10	13,9	25	34,7	30	41,7	4	5,6	3	4,1	72	100,0
Embutidos, enlatados	20	27,8	20	27,8	15	20,8	13	18,0	4	5,6	72	100,0
Lácteos	15	20,8	22	30,7	12	16,6	10	13,9	13	18,0	72	100,0
Dulces, gaseosas	25	34,7	20	27,8	10	13,9	12	16,6	5	7,0	72	100,0
Refrescos con azúcar	30	41,7	15	20,8	10	13,9	8	11,1	9	12,5	72	100,0
Frituras	22	30,6	18	25	13	18	4	5,6	15	20,8	72	100,0

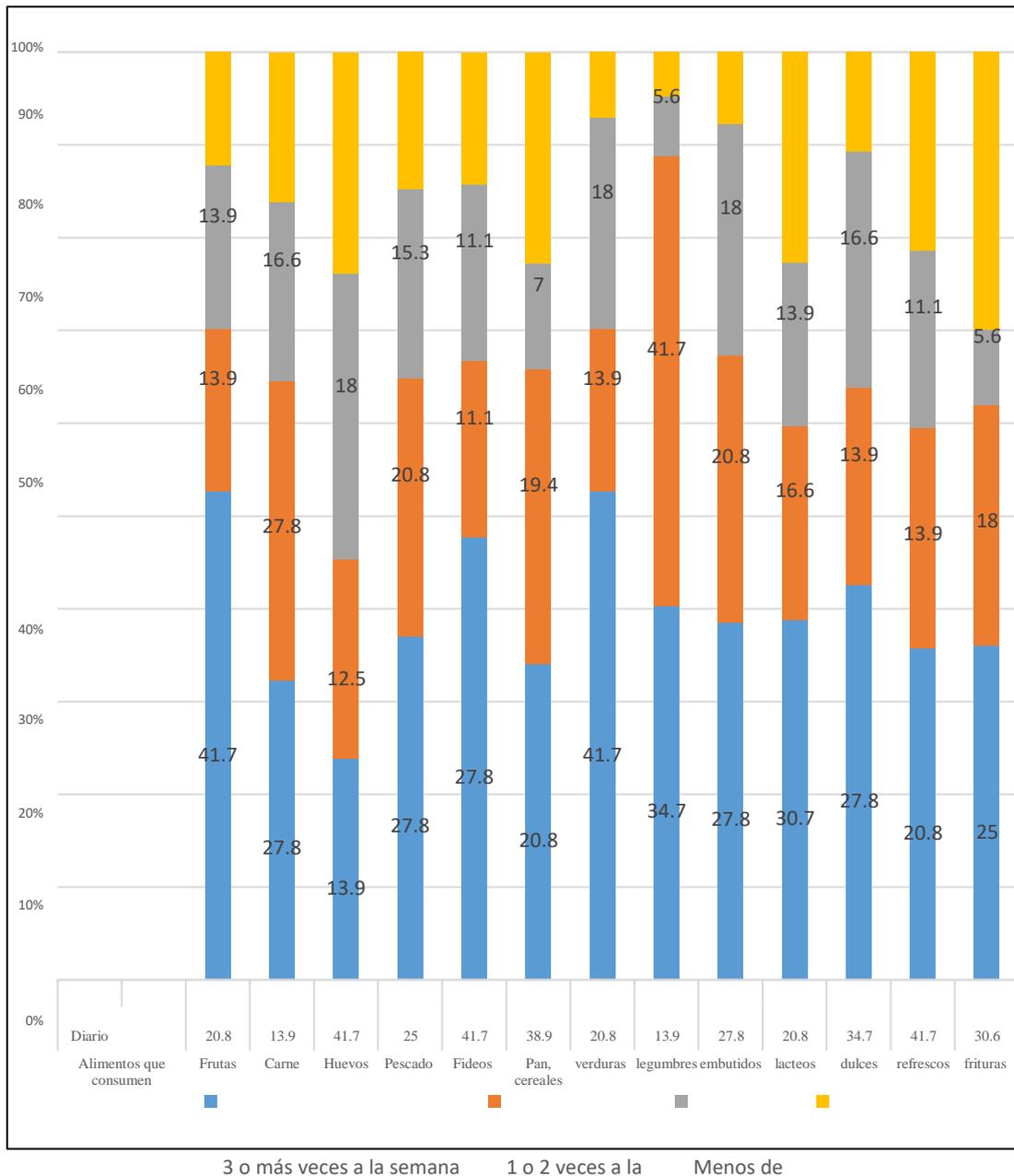
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vélchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

GRÁFICOS DE LA TABLA 2

ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD (ALIMENTACIÓN) EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019

GRÁFICO 16

FRECUENCIA DE ALIMENTOS QUE CONSUMEN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARÍA ALVARADO- NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, aplicado en adolescentes del colegio María Alvarado-Nuevo Chimbote, 2019. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana Directora de la línea de investigación.

4.2. Análisis de resultados

A continuación, se presenta el análisis de los resultados de las variables de estilo de vida en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019.

Tabla 1: Del 100,0% (72) de adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado; el 41,7% (30) no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual; el 48,6% (35) no consume bebidas alcohólicas; el 69,4% (50) duerme 6 a 8 horas; el 62,5% (45) se baña diario; el 82,1% (62) tiene reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina; el 41,7% (30) hizo deporte en su tiempo libre; el 38,9% (20) en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos; el 55,6% (40) mostró preocupación por engordar; el 43,1% (31) no tuvo daño a su salud por agresión; el 40,3% (29) el lugar de agresión fue el recreo o deportivo; el 72,2% (52) no pensó en quitarse la vida si tiene problemas; el 76,4% (55) no tiene relaciones sexuales; el 52,9% (9) adolescentes respondieron que utilizaron método anticonceptivo condón el 100,0% (17) no tuvo algún embarazo o aborto y el 41,7% (30) acude una vez al año al establecimiento de Salud.

Este estudio se guardó la similitud con el trabajo de Villanueva H, (36), titulada “Determinantes de Salud de los adolescentes del Centro Poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2017”, en la cual, el 47,2% no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual; el 78,3% no consume bebidas alcohólicas; el 84,9% duerme 6 a 8 horas; el 63,2% se baña diariamente; el 56,6% tiene reglas y expectativas claras y consistentes; el 50,9% caminó más de 20 minutos; el 54,0% mostró preocupación por engordar; el 100,0% no tuvo daño a su salud por

agresión; el 100,0% no pensó en quitarse la vida si tiene problemas; el 77,4% no tiene relaciones sexuales; el 90,5% no utilizó método anticonceptivo en su primera relación sexual; el 100,0% no tuvo algún embarazo o aborto. Pero difiere con lo siguiente; el 50,9% caminó en su tiempo libre; el 100,0% no presentó agresión o violencia en algún lugar y el 78,3% no acude al establecimiento de salud.

La investigación se asemeja con Rosales L, (37), titulado “Determinantes de la salud de los adolescentes del Centro Poblado de Chontayoc - Independencia - Huaraz, 2017” donde, el 52,3% no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual; el 78,2% no consume bebidas alcohólicas; el 87,9% duerme 6 a 8 horas; el 65,5% se baña diario; el 56,3% tiene reglas y expectativas claras y consistentes; el 50,6% caminó en su tiempo libre; el 50,6% en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos; el 51,1% se preocupó por engordar; el 100,0% no pensó en quitarse la vida si tiene problemas y el 53,7% no utilizó algún método anticonceptivo en su primera relación sexual. Sin embargo, el 100,0% no tuvo daño a su salud por agresión; el 100,0% el lugar de agresión fue el recreo o deportivo; el 51,7% tiene relaciones sexuales; el 100,0% no tuvo embarazo o aborto y el 51,1% acude dos veces durante el año a un establecimiento de salud.

El estudio difiere con lo encontrado por Aparicio Zevallos D. (38), se titula como “Determinantes de la salud del adolescente en la I.E. Manuel Scorza de Castilla-Piura, 2020” en la cual, el 35,0% no fuma, actualmente, pero ha fumado antes; el 25,5% ocasionalmente toma bebidas alcohólicas; el 80,0% si realiza actividad física en su tiempo libre; el 30,5% no realiza ninguna actividad en las dos últimas semanas; el 24,5% se realizó vómitos auto inducidos; el 36,5% el lugar de agresión fue otro; el 90,2% no tuvo embarazos; el 83,3% no tuvo abortos

y el 53,0% no acude al establecimiento de salud. Pero se asimila con el 53,0% duerme 6 a 8 horas; el 81,0% se baña diario; el 51,5% tiene reglas y expectativas claras y consistentes; el 61,5% no tuvo daño a su salud por agresión; el 78,5% no pensó en quitarse la vida si tiene problemas; el 79,0% no tiene relaciones sexuales; el 76,0% no usó ningún método anticonceptivo en su primera relación sexual.

La investigación difiere con lo encontrado por Segura Flores A. (39), se titula “Determinantes de la Salud en adolescentes del 2o grado de secundaria de la Institución Educativa Alfonso Ugarte Nuevo Chimbote, 2018” donde, el 43,0% ocasionalmente toma bebidas alcohólicas; el 46,0% duerme 8 a 10 horas; el 57,0% se baña 4 veces a la semana; el 100,0% no presentó conductas alimenticias de riesgo; el 88,0% no presentó daño en su salud; el 5,0% el lugar de agresión fue el recreo o deportivo; el 96,0% pensó en quitarse la vida si tiene problemas; el 100,0% no tiene relaciones sexuales; el 55,0% acude varias veces durante el año al establecimiento de salud. Por otro lado, el 54,0% no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual; el 68,0% camina en su tiempo libre; el 98,0% tiene reglas y expectativas claras y consistentes; el 59,0% en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos y el 100,0% no tuvo embarazo o aborto.

De acuerdo a la investigación, se encontró que menos de la mitad de adolescentes no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual. Es por ello que, se constituye como un factor protector para la salud, pues generalmente si se fuma con frecuencia se produce una adicción de los cuales es difícil salir. Cabe recalcar que, según la literatura el tabaco es un producto vegetal con propiedades adictivas, haciendo que el consumidor genere una dependencia, clasificándose como un trastorno del comportamiento. Se debe tener en cuenta que, el tabaquismo en la

actualidad es algo muy común y suele iniciar por la curiosidad de los adolescentes y por la presión de sus compañeros; sin embargo, influyen factores como la crianza, autoestima, rebeldía.

Según la Encuesta Mundial de tabaquismo, realizada del Ministerio de Salud (MINSa). En el año 2020, informo que el 7,2% de adolescente estudiantes de 13 a 15 años consumen tabaco; esto significara que 7 de cada 100 estudiantes fuman, lo cual es riesgoso para la salud, pues las adicciones empiezan en la adolescencia y puede volverlos dependientes y desarrollar numerosas de enfermedades a futuro. Asimismo, según esta encuesta los adolescentes refirieron que a pesar que está prohibido la venta, l 61,0% refirió que no les negaron la compra de cigarrillos a su edad y el 59,9% logró comprarlos por unidad (40).

Por los datos obtenidos, se sabe que menos de la mitad de adolescentes no consumen bebidas alcohólicas, los adolescentes que no consumen bebidas alcohólicas son aquellos que, no se dejan presionar por el grupo social, tienen sus metas claras, se divierten sanamente con sus compañeros a comparación de sus compañeros que se reúnen y consumen alcohol en las fiestas. Los adolescentes, tienen en cuenta los riesgos a los que se exponen si consumen bebidas alcohólicas a una edad temprana, así mismos los padres están pendientes del avance académico de sus hijos, existe buena comunicación familiar, son independientes a su manera y respetan las normas en el hogar.

De acuerdo a las bebidas alcohólicas, por medio de reuniones realizada en Lima en el año 2020, se sabe que a nivel Mundial 155 millones de adolescentes consumen alcohol y que, en el Perú se estima que el 29,5% de adolescentes en el nivel secundario, que vendría a ser alrededor de 438 mil adolescentes;

manifestaron haber bebido alcohol en algún momento de su vida, pero el 17,5% que son cerca de 259 mil adolescentes, indicaron que consumieron alcohol en los últimos 12 meses (41).

La mayoría duerme de 6 a 8 horas, la cual los adolescentes descansan de manera adecuada, y esencial, permite que los jóvenes recuperen energías, y se encuentran en un estado óptimo para el día siguiente. Así mismo el rendimiento escolar baja por falta de un descanso adecuado, pero, debido a las tecnologías es común que el adolescente se desvele si deja sus tareas de último momento, si prefiere quedarse en las redes sociales mirando videos o conversando con sus amistades. Cuando la persona no duerme lo necesario, hace que se levante de un mal humor, afecta su rendimiento académico, disminuye su capacidad de atención.

La persona debe dormir mínimo 6 horas; sin embargo, el ritmo del cuerpo de los adolescentes experimenta reajustes temporales por la etapa en la que se encuentran, debido a esto, ellos deberían dormir de 8 a 10 horas todos los días, pues el descanso adecuado es importante para rendir bien en el día a día. Si no se descansa bien la persona puede sufrir somnolencia, retardo, no les permite estar activos, prestar atención, etc (42).

La mayoría de adolescentes se baña a diariamente, son costumbres que se aprenden desde que uno es pequeño por medio de los padres, pues la higiene es importante para la salud, si no se realiza en exceso. De la misma manera, la adolescencia es una etapa en la que el organismo pasa por diversos cambios, especialmente Hormonales y el sudor puede tener un olor particular si no se tiene una buena higiene. Así mismo los adolescentes no se baña de manera adecuada,

los gérmenes terminarían provocando infecciones y acné, es por ello, que la persona debe tener una higiene adecuada y prevenir enfermedades a futuro.

Así mismo el tiempo de baño no debe ser extenso, es mejor limitar su duración a máximo 10 minutos, por cuestiones de higiene y ecológicas, pues se trata de hacer un uso sostenible de la energía, agua sin excedernos de los 95 litros. De igual manera, menciona que, cada persona es diferente y no existe un patrón, pero que se debe encontrar un equilibrio de lo contrario perjudica a la salud, lo cual las persona puede realizar su higiene personal todos los días (43).

La mayoría de adolescentes tiene sus reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina, esto implica la educación que los inculcaron los padres, ya que, si los padres están presentes, los adolescentes moldean su personalidad de acuerdo a su vivencia familiar. El que, tiene establecidas sus reglas, lo convierte en un factor protector para la salud, ya que conocen los límites y pueden hacer sus actividades sin temor a sobrepasarse. La comunicación es esencial en este punto, pues los adolescentes se encuentran en un proceso de aprendizaje y los padres deben aprovechar para aconsejarles y no cometan errores que pueden ser prevenibles. Si el adolescente tiene la disciplina que se requiere y cuestionará lo necesario sin desobedecer a sus padres.

La adolescencia es la etapa donde uno experimenta su independencia, se cuestionan y hasta llegar a quebrantar sus normas, pero aprenden a diferenciar los errores con juicio y de acuerdo su compartimiento y actitudes van generando conductas, de la misma manera influye la sociedad y grupo de amigos. Tienen en cuenta que es lo que quieren para su futuro, en otros casos cuando no tienen claro qué es lo que quieren, muestran un bajo rendimiento académico, prefieren ir a

fiestas, es por ello que los padres deben cuidar a sus hijos formarlos para un futuro mejor (44).

En el estudio se encontró que, menos de la mitad realizó deporte en su tiempo libre. Se evidencia al momento que se realizó la encuesta que, son cada vez menos los adolescentes que realizan actividad física, realizan deporte por el curso de educación física, lo que demuestra que el adolescente se está convirtiendo en una persona sedentaria. El sedentarismo, ocasiona que la persona este propensa a padecer enfermedades no transmisibles como lo son: La diabetes, hipertensión arterial, sobrepeso y obesidad. Cuando el adolescente no logra llegar a las recomendaciones mínimas recomendadas, se estima que habrá repercusiones negativas a nivel cardiovascular.

Un estudio publicado por la OMS en el año 2019, sobre las tendencias Mundial de actividad física insuficiente concluye que, el 85% de niñas y el 78% de los niños no cumplen con el nivel recomendado de actividad física de 1 hora al día; esto representa la necesidad de adoptar medidas urgentes para incrementar los niveles en adolescentes de 11 a 17 años (45).

Según el trabajo de campo, menos de la mitad caminó durante más de 20 minutos; los adolescentes refieren caminar por más de 20 minutos, esta actividad es beneficiosa para el organismo humano, con hacerlo 30 minutos a diario es suficiente para mantenernos activos. De alguna manera, les ayuda a mantenerse en forma activa, y fortalece sus Pulmones, frecuentan las caminatas cuando salen del colegio para ir a sus casas o cuando salen con sus amigos.

Los adolescentes que realizaron cualquier tipo de actividad física intensa por 1 hora todos los días, se debe enfocar en una actividad Aeróbica, pues implica utilizar todos los músculos, asimismo, se deben realizar ejercicios que fortalezcan los músculos por un mínimo de tres días por semana. Los padres deben estimular a sus hijos a que sean personas activas y no tengan una vida sedentaria, pues transportar Enfermedades a futuras como la obesidad, diabetes, sobrepeso hipertensión arterial, etc (45).

Más de la mitad de adolescentes se mostró preocupación por engordar, actualmente vivimos en un mundo estigmatizado por la imagen personal, además son banalidades que se muestran por Redes Sociales, la Televisión, lo que causa preocupación más en las mujeres adolescentes cuando su cuerpo empieza a cambiar. Cuando el adolescente muestra preocupación por comer y subir de peso de manera constante puede convertirse en un trastorno alimenticio como la bulimia o anorexia. Las adolescentes se idealizan por tener un cuerpo delgado, sin embargo, prefieren dejar de comer cuando lo mejor sería realizar ejercicios y estar en forma.

Según los datos que se mostró Es salud, en el año 2021 los casos de trastornos de conductas alimenticias han aumentado en el adolescente desde los 11 años. La cual cinco de cada diez jóvenes acuden al servicio de psiquiatría por bulimia, etc, asimismo los casos se han duplicado desde el día que fue publicado, afectando a las personas de edades precoces. Las estadísticas refieren que la edad diagnóstica de este tipo de trastornos es a partir de los 15 y 16 años; sin embargo, en la actualidad son cada vez más los adolescentes quienes se preocupan sobre su imagen (46).

Menos de la mitad no presentó daño a su salud por agresión y el lugar de agresión fue el recreo o deportivo. Los adolescentes manifestaron no sufrir de agresión, lo cual es positivo para ellos, pues eso significa que este grupo de adolescentes vive libre de cualquier tipo de agresión, ya sea verbal o física. Los padres tienen mucho que ver en este aspecto, ya que, un ambiente familiar donde la comunicación asertiva se utilice de manera positiva, hará que el adolescente se exprese de la misma manera con sus compañeros, sin faltarles al respeto. De la misma manera, en los colegios pueden presentarse situaciones de bullying entre compañeros, para ello, los docentes y padres de familia deben vigilar el comportamiento de los estudiantes para que no se promuevan situaciones conflictivas.

Así mismo la agresividad es una acción asociada a los seres vivos, es el uso deliberado de la fuerza física, los adolescentes pueden actuar de esa manera de acuerdo a la circunstancia y puede presentarse como un mecanismo de defensa contra una persona o un grupo (47).

La mayoría no pensó en quitarse la vida si tiene problemas, esto es importante porque el adolescente aprende que los problemas si tienen solución, los padres deben estar presentes y consultar con sus hijos si existen problemas para que les apoyen a solucionarlos. Aquellos jóvenes que pensaron en quitarse la vida ante un problema, la cual es riesgoso porque buscan el intento contra sus vidas, así mismo no tienen en cuenta o no ven el panorama completo de que, si exponen sus sentimientos con un profesional, se pueden buscar diferentes maneras para solucionarlo o asistir a grupos de apoyo para comprender el motivo de porqué su única salida es la muerte.

Según un estudio realizado en México en el año 2021, se sabe que los adolescentes son personas susceptibles y ante el estrés del estudio y confinamiento, pueden caer en pensamientos negativos si no tienen una buena autoestima. Tasa de suicidios es de 5,4 por cada 100 mil personas, donde los menores de 10 a 17 años son los afectados y las causas son por la falta de socialización y rutinas, abusos en el hogar, etc (48).

La mayoría no tiene relaciones sexuales y no utilizó algún método anticonceptivo en su primera relación sexual. Es importante que los adolescentes no se incentiven etapas solo por el difícil de experimentar, ellos se encuentran en una edad en la que deben conocerse, aprender y fomentar su autoestima; sin embargo, cuando se exponen a tener una relación sexual a una edad temprana, pueden contraer enfermedades y también embarazadas no deseados. Debido a esto, los padres de familia y docentes brindar enseñanzas sobre la sexualidad, sanamente sin hacerlos sentir incómodos. Los adolescentes que no utilizaron algún método anticonceptivo, se exponen a embarazos no deseados, se les debe educar sexualmente para que entiendan que no es algo mínimo, sino que, conlleva varias responsabilidades.

Estos datos se resguardan con lo encontrado por el MINSA en el año 2019, donde refiere que la promoción del uso responsable de métodos anticonceptivos es fundamental para ejercer el derecho sexual y reproductivo; donde 30% de la población de 15 a 19 años que tienen acceso a los anticonceptivos (49).

La totalidad de adolescentes no tuvo algún embarazo o aborto, cabe recalcar que, esto influye debido a que no todos los adolescentes tuvieron relaciones, pues aún están muy jóvenes. Este caso de iniciar las relaciones sexuales de temprana

edad vuelve cada vez más común, y tiene muchas causas como la curiosidad, confusión de amor por algo temporal, viven su adolescencia de tal manera sin pensar en las consecuencias.

Por otro lado, tenemos también datos del MINSA, en la cual nos dice que, en el año 2019 el 12,6% de mujeres de 15 - 19 años eran madres o estaban embarazadas, asimismo, se ha registrado 47 nacimientos por cada 1000 mil mujeres adolescentes. Según las cifras del año 2020, las adolescentes atendidas por parto se han incrementado de una manera alarmante; en adolescentes de 11 a 14 años se registraron 1155 mil partos y de 15 a 19 años se registraron un total de 47 mil 369 partos (49).

Menos de la mitad acude una vez al año al Establecimiento de Salud, los adolescentes no suelen frecuentar el Establecimiento de salud, porque no lo consideran necesario, muchas veces piensan que es algo leve cuando se enferman, y no piensan de qué manera los puede terminar la enfermedad, el cuidado de su salud suele dejarse de lado, no es algo primordial para ellos, cuando sus padres se dan cuenta los llevan en hacer su tratamiento en primera instancia. Los adolescentes con la tecnología, buscan en internet su dolencia y con lo primero que aparece en las diferentes paginas virtuales prefieren auto medicarse; esto es negativo para su salud, se convierte en un factor de riesgo, pues auto medicarse no muchas veces es la solución, pueden aliviar el dolor o sintomatología en un inicio, sin embargo, pueden empeorar y se vuelve más grave su Salud, pues la enfermedad solo se vuelve más resistente.

En el año 2019, según el MINSA. Los adolescentes no acudían al Centro de Salud porque, el 58,8% de ellos, no la consideraban algo grave o no era necesario;

el 18,4% decidieron auto medicarse en lo medicamentos; el 10,3% fue considerado que era por la falta de tiempo que no acudían al Hospital; el 11,2% prefirieron curarse con remedios caseros; el 8,9% no quisieron acudir al Puesto de Salud, por lo que demoran en atenderlos (49).

Por todo lo mencionado anteriormente, se obtiene que los estilos de vida poseen gran relevancia para la salud de los adolescentes, para que los jóvenes tengan un estilo de vida adecuado para su edad, debe contar con el apoyo de sus padres. Se debe fomentar la educación sobre la sexualidad, con respecto a los métodos anticonceptivos; en sus hábitos personales, como enseñarles que enfermedades puede conllevar al consumir los hábitos nocivos. La Institución Educativa, debe promover un ambiente libre de realizar talleres educativos en relación fortalecer la autoestima, deben realizar charlas psicopedagógicas o el área de psicología para que el estudiante se sienta libre de expresarse sus sentimientos. El deporte debe promoverse, para erradicar los estilos de vida sedentarios en el adolescente, incentivarlos a participar en campeonatos de fútbol, vóley, entre otros; para que sirvan de recreación y mejorar sus relaciones interpersonales.

Las autoridades de distintas instituciones públicas y privadas juntamente con el personal de salud buscan estrategias de prevención promoción, atreves de sesiones educativas, con trípticos, afiches para hacer entender y comprender a los adolescentes ante los factores de riesgo como las enfermedades la obesidad, diabetes, hipertensión arterial, y también numerosas de enfermedades cancerígenas estos factores los puede perjudicar la salud del adolescente a lo largo plazo de su vida.

Tabla 2: Del 100,0% (72), de adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, el 41,7% (30) consume huevos, fideos, arroz y papas a diario; el 41,7% (30) consume frutas, verduras y hortalizas 3 o más veces a la semana; el 41,7% (30) consume legumbres 1 a 2 veces a la semana; el 18,0% (13) consume huevos, verduras y hortalizas menos de una vez a la semana y el 20,8% (15) consume frituras nunca o casi nunca.

El estudio guarda similitud con el trabajo realizado por el autor Segura Flores A, (50), titulada “Determinantes de la Salud en adolescentes del 2o Grado de Secundaria de la Institución Educativa Alfonso Ugarte Nuevo Chimbote, 2018” donde refiere que, el 58,0% consume fideos, arroz y papas a diario; el 42,0% consume verduras 3 o más veces a la semana; el 41,0% consume legumbres 1 a 2 veces a la semana; el 46,0% consume embutidos y dulces menos de una vez a la semana.

El estudio se asimila con lo encontrado por Ruiz K, (51), llega como título “Determinantes que influyen el Cuidado de Enfermería en la Promoción y Recuperación de la Salud en adolescentes del Centro Poblado Cambio Puente - Chimbote, 2017” en la cual, el 87,0% consume fideos a diario; el 55,0% consume legumbres 1 a 2 veces a la semana; el 33,0% consume embutidos y dulces menos de una vez a la semana y el 48,0% consume frituras nunca o casi nunca. Sin embargo, difiere con una variable, donde el 53,0% consume carnes 3 o más veces a la semana.

El estudio difiere con lo encontrado por Infante Valladares K, (52), titulada “Determinantes de la Salud del adolescente en la Institución Educativa particular

Federico Villarreal en el distrito de Sullana-Piura, 2020” en la cual, el 33,3% consume huevos 3 o más veces a la semana; el 53,3% consume frituras 1 a 2 veces a la semana; el 46,7% consume dulces menos de una vez a la semana y el 40,0% consume embutidos, enlatados nunca o casi nunca. Y, solo se asimila con una de las variables, donde el 60,0% consume fideos, arroz y papa diario

Los estudios asimilan con el trabajo del investigador Campoverde Chunga A. (53), a la cual tituló “Determinantes de la salud del adolescente de la I.E Fernando School – La Arena – Piura, 2020” sus resultados fueron: el 57,0% consume pan, cereales a diario; el 43,0% consume pescado 3 o más veces a la semana; el 34,0% consume fideos 1 a 2 veces a la semana; el 40,0% consume otros alimentos menos de una vez a la semana y el 15,0% consume fideos nunca o casi nunca.

En la adolescencia la alimentación es un factor importante para su desarrollo integral; debido a que se encuentran expuestos a muchos cambios por su edad, es que deben cuidar su dieta con los nutrientes necesarios para su salud. Una alimentación correcta, influye en enormemente en la vida del adolescente Universitario, pues si no comen lo suficiente se sentirán débiles y pueden tener anemia, lo cual tiene efectos de por vida si no se tratan (54).

De acuerdo a la investigación, se muestra que los adolescentes no tienen un buen estilo de vida, pues no consumen pescado con frecuencia, tienden a consumir más carbohidratos, cuando en sí, deberían consumir verduras a diaria y evitar los dulces y gaseosas consecutivamente. El adolescente, debe reforzar su hábito alimenticio y no dejar de comer para bajar de peso; debido a que consumen frituras suben de peso y más cuando no realizan actividad física. El sedentarismo, se vuelve un factor de riesgo si no se tiene un estilo de vida adecuado, pero para tener

un estilo de vida saludable se debe tener en cuenta una alimentación rica y sana, también se basa económicamente, ya que influye mucho cuando los productos son de alto costo.

El personal de la salud propone concientizar al adolescente mediante sesiones demostrativas a conocer sobre los tipos de alimentos que el Perú tiene y que, no necesariamente tienen que comprar productos caros. Así mismo, enseñarles a planificar su dieta para que puedan tener una alimentación balanceada, debido al Covid-19 se deben realizar talleres virtuales sobre las enfermedades que se anexan a un estilo de vida inadecuado. Para promover este tema, se les debe invitar a los padres y educarles sobre los alimentos esenciales para la edad de sus hijos; asimismo, en las escuelas se deben promover los kioscos saludables para que los adolescentes no compren comida chatarra en sus recreos.

V. CONCLUSIONES

Luego de interpretar, discutir y analizar los resultados del presente estudio, se detalla a continuación la siguiente conclusión:

- Estilos de vida como determinantes de la salud se relaciona a los hábitos personales de los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, la totalidad no tuvo algún embarazo o aborto. La mayoría tiene reglas y expectativas claras y consistentes, no tiene relaciones sexuales, si utilizaron algún método anticonceptivo en su primera relación sexual, no pensó en quitarse la vida, duerme 6 a 8 horas y se baña diariamente. Más de la mitad mostró preocupación por engordar. Menos de la mitad no consume bebidas alcohólicas, no tuvo daño a su salud por agresión, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, hizo deporte en su tiempo libre, acude una vez al año al establecimiento de salud, el lugar de agresión fue el recreo o deportivo, en las dos últimas semanas caminó durante más de 20 minutos. Como futura personal de enfermería, ampliaría estrategias para prevenir y promocionar los riesgos de las enfermedades transmisibles y no transmisibles de los adolescentes que los puede afectar a lo largo tiempo de sus vidas.
- Los estilos de vida como Determinantes de la Salud con respecto a la alimentación de los adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado, consumen huevos, fideos, arroz y papas a diario, frutas, verduras y hortalizas 3 o más veces a la semana, legumbres 1 a 2 veces a la semana, huevos, verduras y hortalizas menos de una vez a la semana y frituras nunca o casi nunca. Esto es un indicador que los adolescentes por la misma etapa en la que atraviesan están más vulnerables a diferentes riesgos, debido a que más se enfocan a la

imagen personal y es por ello no se alimentan como debe ser; por ello es importante como futura profesional de enfermería realizar gestiones en las diferentes entidades para que se promueva las visitas a los colegios para concientizar a través de sesiones educativas, trípticos, afiches, sobre la alimentación, y de esta manera disminuir los factores de riesgos de las enfermedades como de la gastritis, anorexia, la obesidad y entre otros.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Es importante que las diferentes autoridades de las distintas Instituciones Públicas y Privadas de la Ciencia de la Salud, encargados del Colegio juntamente con la Municipalidad y de la mano con los Establecimientos de la Salud se proponen realizar estrategias prevención y promoción, través de sesiones educativas y/o demostrativas con el fin de orientar y llamar a reflexión sobre los hábitos personales, consumo de hábitos nocivos, y falta de actividades física, también en lo que concierne a la salud reproductiva y el uso adecuado de los métodos anticonceptivos, de esta manera prevenir el embarazo no deseados, abortos y numerosas de enfermedades cancerígenas.
- Es muy importante que el personal de salud juntamente con los encargados de las Instituciones Educativa intervenga en los malos hábitos de alimentación brindándoles sesiones educativas, talleres educativos de buenos hábitos alimenticios de los adolescentes en diversas Instituciones educativas públicas y privadas, de tal manera que no sufran de enfermedades por mala alimentación, así tener jóvenes de alto nivel de aprendizaje, y formar profesionales de calidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Hábitos y estilos de vida saludables: asesoramiento para los pacientes, 2018. [Citado de Internet] Disponible en URL:
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50805/OPSNMH19001_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
2. Organización mundial de la salud. (OMS) Salud del adolescente y el joven adulto: Datos y cifras [Internet]. Detail: OMS; 2021[Consultando el 28 de octubre 2021]. Disponible en:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
3. Vásquez G. Determinantes de la salud en adolescentes de la comunidad Cerro Guayabal, Ecuador: Revista cubana de salud pública; 2019. Disponible en URL:
<http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/1451/1238/http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/1451/1238/>
4. Instituto Nacional de estadística e Informática. Programa de Enfermedades No Transmisibles y transmisibles: Enfermedades no transmisibles y transmisible. Perú, 2017 [Internet] Lima: personal encuesta. [Consultando el 20 de noviembre 2019]. Disponible en URL:
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1526/cap01.pdf
5. Ministerio de la salud. Documentos técnicos situaciones de la salud de los adolescentes y jóvenes. Perú: 2017. Disponible en :

<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>

6. Fernández P. “Estilo de Vida de los adolescentes de La I.E Villa Los Reyes, Ventanilla – Callao. Lima. Citado en: 2018} Disponible en :
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18194/Fernandez_PA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
7. Vásquez C. Promoción de cambios de comportamiento hacia estilos de vida saludable. Lima. Citado el 2017. Disponible en URL:
<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v34n2/a08v34n2.pdf//>
8. Ramos G. Estilos de vida y su influencia sobre el estado nutricional en escolares y adolescentes de la institución educativa técnico industrial san Miguel Achaya – Puno, 2017. Disponible en URL:
http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6341/Ramos_Huamanquispe_Gabriela.pdf?sequence=1&isAllowed=y pdf //
9. Dirección Regional de Salud Áncash. Informe de gestión del año 2017. [Internet]. [Consultando el 28 de octubre 2019] disponibles en:
http://www.diresancash.gob.pe/doc_gestion/INDICADORES_DESEMPENO_2017.pdf
10. Colegio María Alvarado. “Colegio Citado en 2017. Disponible en:
<https://www.planetaperu.pe/colegio-maria-alvarado-F170CC10512D7>
11. Rodríguez B. Hábitos y estilos de vida en la adolescencia y convivencia familiar. Tesis. Universidad de La laguna. San Cristóbal de la Laguna, España. 2017. [Internet]. [Consultando el 25 de octubre 2019]. Disponible en URL:
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/6900/Habitos%20y%20estilos%20de%20vida%20en%20la%20adolescencia%20y%20convivencia%20f>

amiliar.pdf?sequence=1

12. Monje M. Figueroa CCJ. Estilos de vida de los adolescentes escolares del departamento de Huila. Revista Entornos, N°24. Colombia, 2017. [Internet]. [consultando el 26 de octubre del 2019]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3798792>
13. Arony A. Estilos de vida saludable en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de la “I.E. Casimiro cuadros” sector I– Cayma- Arequipa: 2016. Disponible en: <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/23/1/aroni-damian-americo.pdf>
14. Fernández E. En la investigación titulada “Estilo de Vida de los adolescentes de La I.E Villa Los Reyes, Ventanilla – Callao, 2018. [Internet]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18194/Fernandez_PA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
15. Tito E. Estilos de vida de los adolescentes que acuden al centro de salud de Huancan, 2019, Huancavelica. { Citados en: 2019}Disponible en:<http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/3024/TESIS-SEG-ESP-OBSTETRICIA2019TITO%20QUISPE%20DE%20HERRERA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
16. Ocaña A. Factores Sociales relacionados con el estilo de vida del adolescente del Centro Preuniversitario UNS. Nuevo Chimbote 2017. nuevo Chimbote – Perú 2017.<http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3123/47246.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

17. Jaramillo M. Determinantes de la salud en adolescentes de la Institución Educativa “Pedro Pablo Atusparia” - Huaraz, 2016 HUARAZ – PERÚ 2019. Disponible en : http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/11117/ADOLe_scente_equidad_jaramillo_chavez_michel_rosi.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
18. Reyes M. Determinantes de la salud en adolescentes de las instituciones educativas de la jurisdicción de la Red Pacífico Norte- Chimbote, 2017. Revista científica. [Internet]. [Citado 2018 Nov 23]. Available from: <https://docplayer.es/84301687-Ciencias-de-la-salud-crescendo-revista-cientifica-in-crescendo-ciencias-de-la-salud-vol-4-n-o-1-enero-junio-2017-chimbote-peru.html>.
19. Velasco C. El modelo de Lalonde como marco descriptivo dentro de las investigaciones sobre del grupo de investigación Gastrohnap de la Universidad del Valle de Cali, Colombia. Revista Gastrohnap. 2016, Vol 17 (3): 204-207. URL <https://revistas.univalle.edu.co/index.php/gastrohnap/%20article%20/view%20/13> Disponible en:
20. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. A working document. [Documento en internet]. Canada. 1974. Disponible en el URL: http://www.hc-sc.gc.ca/hcs-sss/alt_formats/hpb-dgps/pdf/pubs/1974-%20lalonde/lalondeeng.pdf
21. Hernandez L, Ocampo J, Ríos D, El modelo de la OMS como orientador en la salud pública a partir de los determinantes sociales: Instituto de la salud pública, Facultad

- de Medicina – Universidad Nacional de Colombia. 2017. Revista de Salud pública. [Internet]. Consultado en 26 de octubre 2021]. Disponible en UR: <https://www.scielosp.org/article/rsap/2017.v19n3/393-395/>
22. Iraima A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. (30 de abril de 2021). Lifeder. Recuperado de <https://www.lifeder.com/nola-pender/>.
23. Peraza C. Modelo de promoción de salud en la Universidad Metropolitana. [Artículo de internet] Ecuador. [Citado 20 Nov, 2019]. Disponible en URL: <https://www.redalyc.org/journal/1800/180063268018/html/>.
24. Trejo F. Aplicación del modelo de Nola Pender a un adolescente con sedentarismo. México: Enfermería Neurológica; Vol. 9 No. 1:39-44. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2010/ene101j.pdf>
25. Lozano, A, Herazo Y, Nuñez N. Estilos de vida relacionado con la salud en estudiantes. [Internet]. Universitarios de Simón Bolívar. Colombia, 2020 [Sitio web citado el 28 de mayo del 2018]. Disponible en: <file:///C:/Users/Yakesita/Downloads/Dialnet-EstilosDeVidaRelacionadosConLaSaludEnEstudiantesUn-7446315.pdf>
26. Maldonado Pinto J. E. Metodología de la investigación social: paradigmas: cuantitativo, sociocrítico, cualitativo, complementario [En Línea]. Lima-Perú: Ediciones de la U, 2018 [Visitado el 27 de mayo del 2020]. Recuperado a partir 67 de: http://www.sancristoballibros.com/libro/metodologia-de-la-investigacion-social_75903
27. Diseño Investigación II [Internet]. [Visitado el 21 de mayo del 2020]. Recuperado a partir de: http://www.aniortenic.net/apunt_metod_investigac4_5.htm

28. Veramendi G, Portocarero E. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19-Cuba 2020. [Citado el 28 octubre 2021] [Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Disponible en URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000600246
29. Pérez. J. y Gardey A. Publicado: 2015. Actualizado: 2017. Definicion.de: Definición de alimentación (<https://definicion.de/alimentacion/>)
30. Figueroa M. y otros. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España [Citado 2016 Set 12]. Disponible en URL: <http://www.eumed.net/libros/2007b/303/validez%20y%20confiabilidad%20del%20instrumento.htm>
31. Noreña-Peña A. Alcaraz Moreno N, Rojas JG. Rebolledo-Malpica DM. Aquichan. [Internet]. Vol. 12, Aquichan, ISSN 1657-5997, Vol. 12, No. 3, 2012, págs. 263-274. Universidad de La Sabana; 2012 [cited 2018 Nov 24] 263-274 p. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4322420>.
32. Espinoza N. Comité Institucional de Ética en investigación. Código-de-etica-para-la-investigacion-v004-1.pdf. 2021. Disponible en: <https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf>
33. Villanueva H. Determinantes de salud de los adolescentes del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2017 [Internet]. Huaraz: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/13425>

34. Rosales Delgado L. Determinantes de salud de los adolescentes del centro poblado de Quenuayoc - Independencia - Huaraz, 2017 [Internet]. Huaraz: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/13426>
35. Aparicio Zevallos D. Determinantes de la salud del adolescente en la I.E. Manuel Scorza de Castilla-Piura, 2020 [Internet]. Piura: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22709>
36. Segura Flores A. Determinantes de la salud en adolescentes del 2o grado de secundaria de la institución educativa Alfonso Ugarte_Nuevo Chimbote, 2018 [Internet]. Chimbote: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22028>
37. Ministerio de Salud. Minsa: siete de cada 100 estudiantes de 13 a 15 años consumen tabaco [Internet]. Lima: MINSA; 2020 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://gestion.pe/peru/minsa-7-de-cada-100-estudiantes-de-13-a-15-anos-consumen-tabaco-nndc-noticia/>
38. Cabanillas W. Simposio: Consumo de alcohol y género en la población adolescente escolarizada del Perú: evolución y retos de intervención. Rev. Perú Med. Exp. Salud Públ. [Internet] 2020 [citado el 28 de octubre del 2021]; 37(1): 48-54. Disponible en: <https://scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n1/148-154/es>
39. Galvin M. ¿Cuánto necesito dormir? [Internet]. New Jersey: Nemours Teens Health; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en:

<https://kidshealth.org/es/teens/how-much-sleep.html>

40. Ibáñez Machado R. ¿Ducha diaria? ¿Mañana o noche? ¿Caliente? ¿Fría? Conoce la ducha correcta según tu edad y tipo de piel [Internet]. Barcelona: La Vanguardia; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20191108/471301157489/ducha-diaria-manana-noche-fria-correcta-piel-habitos-higiene.html>
41. Levy S. Problemas de comportamiento en los adolescentes [Internet]. New York: Manual MSD; 2020 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.msdmanuals.com/es/hogar/salud-infantil/problemas-en-los-adolescentes/problemas-de-comportamiento-en-los-adolescentes>
42. Organización Mundial de la Salud. Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura [Internet]. Ginebra: OMS; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
43. Gavin Merly M. La actividad física y su hijo de 13 a 18 años [Internet]. New Jersey: Nemours Teens Health; 2019 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://kidshealth.org/es/parents/fitness-13-18.html>
44. El Peruano. EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos alimentarios en adolescentes desde los 11 años [Internet]. Chimbote: ESSALUD; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/126450-essalud-alerta-sobre-aumento-de-casos->

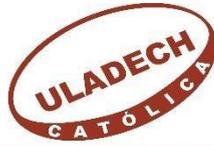
de-trastornos-alimentarios-en-adolescentes-desde-los-11-anos

45. Roncero C. Pérez Cipitria A, Barbero Sánchez M, Elúa Samaniego A. La conducta violenta en la adolescencia [Internet]. España: SEPEAP; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/la-conducta-violenta-en-la-adolescencia/>
46. Dalila Sarabia A. En pandemia crecen los pensamientos suicidas entre niños y jóvenes [Internet]. México: Político; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.animalpolitico.com/2021/08/pandemia-covid-crecen-pensamientos-suicidas-ninos-jovenes/>
47. MINSA. Así nos encontró: las juventudes peruanas ante la pandemia [Internet]. Lima: SENAJU; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://juventud.gob.pe/wp-content/uploads/2021/05/Las-juventudes-peruanas-ante-la-pandemia-2.pdf>
48. Aveiga Hidalgo M, Alonzo Pico O, Villarreal Ger M. Complicaciones asociadas a la automedicación y sus efectos adversos en los adultos jóvenes que acuden al centro de salud Huaca. Dilemas contemp. educ. política valores [Internet]. 2019 June [citado el 31 de octubre del 2021]; 8(4): 10-14. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600059&script=sci_arttext_plus&tlng=es
49. Segura Flores, K. Determinaste de la salud en adolescente de 2o Grado de Secundaria de la Institución Educativa Alfonso Ugarte _ Nuevo Chimbote, 2018 [Internet]. Chimbote: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2020 [Consultando el 28 de octubre del 2021]. Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22028/DETERMINANTES_SALUD_SEGURA_%20FLORES_%20ANTONY_%20KRIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

50. Ruiz Meléndez, K. Determinantes que influyen en el cuidado de Enfermería en la promoción y recuperación de la salud en adolescentes del centro poblado Cambio Puente - Chimbote, 2017 [Internet]. Chimbote: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/24175>
51. Infante Valladares, K. Determinantes de la salud del adolescente en la institución educativa particular Federico Villarreal en el distrito de Sullana-Piura, 2020 [Internet]. Piura: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22949>
52. Campoverde Chunga A. Determinantes de la salud del adolescente de la I.E Fernando School – La Arena – Piura, 2020 [Internet]. Piura: Universidad los Ángeles de Chimbote; 2021 [consultado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/24175>
53. Alzate Yepes T. Dieta saludable. *Perspect Nut Hum* [Internet]. 2019 June [citado el 31 de octubre del 2021]; 21(1): 9-14. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082019000100009

ANEXO 01



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 Vílchez Reyes Adriana

DATOS DE IDENTIFICACION:

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 del control para comer: Si () No ()
- Vómitos auto inducidos: Si () No ()
- Ingestas de medicamentos: Diuréticos, laxantes, pastillas
Si () No ()
- Restricción en la conducta: Ayuno, dietas, ejercicios:
Si () No ()

9. En el último año ha sufrido algún daño a su salud por alguna violencia por 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 ()

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 02

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO:

EVALUACIÓN CUALITATIVA

Permitirá 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 determinantes de la salud en adolescentes. Institución Educativa Eleazar Guzmán Barron_Chimbote, 2016 desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, Directora de la presente línea de investigación.

Con reuniones se facilitara 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 explorará mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al 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).

$$V = \frac{x - \diamond}{\diamond}$$

Dónde:

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

\diamond : Es la calificación más baja posible.

◆ : 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 LOS DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA ALVARADO
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 determinantes de la salud en adolescentes de 10 a 19 años en el Perú.

Nº	V de Aiken	Nº	V de Aiken
1	1,000	18	1,000
2	1,000	19	1,000
3	1,000	20	0,950
4	1,000	21	0,950
5	1,000	22	1,000
6.1	1,000	23	1,000
6.2	1,000	24	1,000
6.3	1,000	25	1,000
6.4	1,000	26	1,000
6.5	1,000	27	1,000
6.6	1,000	28	1,000
7	1,000	29	1,000
8	1,000	30	1,000
9	1,000	31	1,000
10	1,000	32	1,000
11	1,000	33	1,000
12	1,000	34	1,000
13	1,000	35	1,000
14	1,000	36	1,000
15	1,000	37	1,000
16	1,000	38	1,000
17	1,000		
Coefficiente V de Aiken total			0,998

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en adolescentes.

Institución Educativa Eleazar Guzman Barron_ Chimbote, 2016.

ANEXO 03

EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD:

Confiabilidad interevaluador

Se aplicó el cuestionario a las adolescentes por distintos investigadores el mismo día de la entrevista, permitiendo que ver que no hay algún cambio. Y se llevara a cabo por un pequeño grupo de 15 adolescentes.

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 (55). (Anexo N°03).

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

Nº	Expertos consultados										Su ma tori a	Pro me dio	n (nº de jue ces)	Nú me ro de val ore s de la esc ala de val ora ció n	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	30	3	10	3	1,000
17	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	30	3	10	3	1,000
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
20	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29	2,9	10	3	0,950
21	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29	2,9	10	3	0,950
22	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	30	3	10	3	1,000
24	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	30	3	10	3	1,000
26	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	30	3	10	3	1,000
28	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	30	3	10	3	1,000
30	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	30	3	10	3	1,000
32	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	30	3	10	3	1,000
34	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	30	3	10	3	1,000
36	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	30	3	10	3	1,000
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
Coefficiente de validez del instrumento															0,998

ANEXO N°04



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO:

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD EN
ADOLESCENTES DEL COLEGIO MARIA ALVARADO– NUEVO**

CHIMBOTE, 2019

Yo,accedo que mi menor hijo participe de manera voluntaria en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la Investigación. Su participación consiste en responder con claridad y de forma oral a los ítems propuestos.

El investigador se compromete a guardar secreto y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual acepto mi participación firmando el presente documento.

FIRMA

.....