



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

**ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR

BACA TORRES, JEAN CARLOS

ORCID:0000-0002-9756-6822

ASESOR

VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA

ORCID:0000-0002-7629-7598

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0080-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **14:20** horas del día **22** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

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

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024**

Presentada Por :
(0112172187) **BACA TORRES JEAN CARLOS**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **17**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciado en Enfermería**.

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

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
Presidente

GIRON LUCIANO SONIA AVELINA
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Asesor

CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante BACA TORRES JEAN CARLOS, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

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

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

Chimbote, 31 de Julio del 2024



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

Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

Agradezco a Dios por la perseverancia, fortaleza y conocimiento que me brinda cada día para poder seguir en lucha y conseguir ser una gran profesional de la salud.

A mis padres por la constante ayuda, los consejos y motivación a seguir esforzándome para poder culminar con éxitos mis estudios.

Un eterno agradecimiento a mis docentes de la Universidad, en especial a la Doctora María Adriana Vílchez Reyes por su buena disposición para ayudar e instruirme hacia el camino de la investigación.

AGRADECIMIENTO

Dedico este trabajo a Dios por haberme concedido la vocación de servicio para ayudar de alguna manera a los demás, y por permitirme estar muy cerca de lograr mi meta.

A mi madre por el apoyo y confianza incondicional y por brindarme la oportunidad de seguir con mis estudios académicos. Por ser mi motor y motivo que me impulsa a seguir adelante y no desfallecer ante los obstáculos.

A mi padre, por estar conmigo en las buenas y malas. Por sus consejos y enseñanzas, por los ánimos y motivación a seguir en pie de lucha para conseguir mi objetivo profesional y a mi ángel que me ve desde el cielo gracias tío.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO.....	V
INDICE GENERAL.....	VI
LISTA DE TABLAS.....	VII
LISTA DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO.....	6
2.1 Antecedentes	6
2.2 Bases teóricas	10
III. METODOLOGÍA	15
3.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación.....	15
3.2 Población.....	15
3.3 Operacionalización de las variables	17
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
3.5 Método de análisis de datos	25
3.6 Aspectos Éticos	26
IV. RESULTADOS.....	28
V. DISCUSIÓN	41
VI. CONCLUSIONES.....	47
VII. RECOMENDACIONES	48
Referencias bibliográficas.....	49
ANEXOS	60
Anexo 1: Matriz de Consistencia.....	60
Anexo 2: Instrumento de recolección de información.....	61
Anexo 3: Ficha técnica de los Instrumentos.....	65
Anexo 4: Formato de consentimiento informado u otros	73

LISTA DE TABLAS

TABLA 1: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	17
TABLA 2: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024	28

LISTA DE FIGURAS

FIGURA DE LA TABLA 2: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024	32
---	-----------

Resumen

Los estilos de vida se han manifestado con muchos ajustes con respecto al adolescente que afecta mucho en su vida cotidiana. De la cual se tuvo como objetivo general describir el estilo de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro, cuya metodología fue cuantitativa, descriptiva y de una sola casilla, con una muestra de 250 adolescentes, donde se les aplicó un cuestionario, sobre determinantes de la salud en estilos de vida. Donde los resultados y conclusiones fueron: que la mayoría, no fuma, ni ha fumado nunca, pero también no han consumido bebidas alcohólicas, siendo así que más de la mitad realizan algún deporte, pero menos de la mitad solo caminan en sus dos últimas semanas con una duración más de 20 minutos, por otro lado, más de la mitad no han sufrido violencia por agresión, pero en otros lugares si han presentado, con respecto a los adolescentes si tienen relaciones sexuales, más de la mitad no han tenido, pero si menos de la mitad si lo han tenido, por lo tanto existen muchos que han dicho que si están utilizando el método de anticonceptivo: condón, por ende, en su totalidad de las mujeres no han presentado embarazos ni abortos, por otro lado más de la mitad consumen carne (pollo, res, cerdo, etc), pero menos de la mitad consumen una o dos veces a la semana verduras y hortalizas.

Palabras Clave: adolescentes, determinantes, estilos de vida, salud

Abstract

Lifestyles have manifested themselves with many adjustments with respect to adolescents, which have a major impact on their daily lives. The general objective of this study was to describe lifestyle as a determinant of health in adolescents at the Jesús Maestro Educational Institution, whose methodology was quantitative, descriptive and single-blank, with a sample of 250 adolescents, where a questionnaire was applied to them, on health determinants in lifestyles. The results and conclusions were that most of them do not smoke, nor have they ever smoked, but they have not consumed alcoholic beverages, and more than half of them do some kind of sport, but less than half only walk in their last two weeks with a duration of more than 20 minutes, on the other hand, more than half have not suffered violence by aggression, but in other places if they have presented, with respect to adolescents if they have sexual relations, more than half have not had, but less than half have had, therefore there are many who have said that they are using the contraceptive method: On the other hand, more than half consume meat (chicken, beef, pork, etc.), but less than half consume vegetables once or twice a week.

Key words: adolescents, determinants, lifestyles, health.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), un estilo de vida saludable se refiere al modo de vida general en el que influyen las condiciones de vida, los patrones de comportamiento individual, los factores socioculturales y las características personales. Por otro lado, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) define un estilo de vida saludable como aquel en el que los individuos mantienen una relación armoniosa y equilibrada con diversos aspectos de su vida, como la dieta, la actividad física, la salud sexual, la conducción segura, el control del estrés, la capacidad intelectual, la recreación (sobre todo al aire libre), el descanso, la higiene, la paz espiritual, las relaciones interpersonales y el medio ambiente, entre otros factores. (1)

Según Montenegro y Ruíz (2), varios aspectos del estilo de vida de una persona pueden afectar su salud. Estos aspectos incluyen el ejercicio regular, la alimentación adecuada, asumir la responsabilidad de su propia salud, atención médica y sexualidad, gestionar eficazmente las emociones como el estrés, fomentar relaciones fuertes dentro y entre los individuos, y el desarrollo personal general.

Las intervenciones educativas son formas eficaces de ayudar a los niños y adolescentes a elegir un estilo de vida saludable durante este período formativo. Cuando se busca determinar lo bien que funciona un tratamiento o una medida preventiva, los ensayos clínicos aleatorios son el camino a seguir. Sólo cuatro ECA realizaron tratamientos dietéticos durante las horas escolares, y sólo diez evaluaron la eficacia de las intervenciones educativas sobre la esclerosis múltiple en niños entre 2006 y 2019. Estos ensayos tenían una probabilidad mínima de prejuicios, pero no revelaron cómo afectaron a la EM y sus hallazgos fueron inconclusos. (3)

Numerosos estudios realizados sobre los estilos de vida de los adolescentes en Chile han revelado diversos hallazgos. En particular, el 22% de los adolescentes fuma cigarrillos, el 12% es susceptible a los efectos adversos de la ingesta de alcohol y el 73% presenta conductas sedentarias, entre otros indicadores. Los datos proporcionados exhiben un alto grado de generalidad y centralización, lo que quizás limita su capacidad de representar con precisión el contexto inmediato y localizado. Por lo tanto, es imperativo que las instituciones educativas realicen diagnósticos más precisos utilizando herramientas sencillas, fáciles de usar y autoadministradas. Este enfoque permitiría

obtener datos actualizados y personalizados sobre los adolescentes, facilitando así intervenciones específicas que respondan a las necesidades locales. (4)

En las Américas, la desigualdad en la distribución de los recursos y el bajo acceso a la educación son determinantes sociales que inciden en la salud de los adolescentes. A pesar de los factores de protección de esta población, requieren atención específica en salud y otras áreas sociales debido a su vulnerabilidad. Los grupos LGBTI, enfermedades crónicas, discapacidad, migración, privación de libertad y otros aspectos son riesgos que los jóvenes y adolescentes sufren. (5)

La prevalencia del sobrepeso y la obesidad (SP+OB) en niños y adolescentes está aumentando en todo el mundo. Se prevé que entre 1975 y 2016, la tasa de sobrepeso y obesidad en este grupo de edad se ha cuadruplicado, pasando del 4% al 18%. América Latina tiene una tasa de prevalencia del 30% entre las personas de 5 a 19 años que padecen esta enfermedad, siendo México, Argentina y Chile los países con las tasas más altas. México, Argentina y Chile. (6)

En Perú, la prevalencia de obesidad y sobrepeso entre las personas de 15 años y más fue del 24,6%. Esta condición fue más prevalente entre las mujeres (41,5%) en comparación con los hombres (38,2%). Además, la prevalencia varió según la ubicación residencial, con 42,4% en las regiones urbanas y 29,1% en las zonas rurales. Una investigación realizada en Lima demuestra que la implementación de un programa educativo de actividad física tres veces por semana, con una duración de 30 minutos cada sesión, durante todo el año académico, produjo resultados positivos en individuos jóvenes de corta edad. El programa logró disminuir la prevalencia de sobrepeso de 28% a 18% y la obesidad de 24% a 20%. Por otra parte, un estudio indica que las intervenciones educativas dirigidas a fomentar hábitos de vida saludables se consideran esenciales para prevenir la obesidad y el sobrepeso durante la etapa escolar. (7)

Meléndez M, realizó una investigación en Chachapoyas, Perú, con 120 adolescentes como participantes. Los resultados demuestran que el 91,7% de los participantes llevaban vidas saludables, mientras que el 8,3% llevaba vidas perjudiciales. Basándose en sus dimensiones, los siguientes porcentajes de personas muestran opciones de estilo de vida saludables: 75,8% en el área de la familia y los amigos, 6,7% en la actividad física, 94,2% en la nutrición, 80% en las áreas de sueño y estrés, 94,2% en el tipo de personalidad,

67.5% en el control de la sexualidad, 90% en la toxicidad y el tabaco, y 78,3% en el alcohol. Los estudiantes muestran un alto nivel de vida. (8)

En Perú, el 87,1% de los adolescentes come frituras al menos una vez por semana y el 29% consume comida chatarra al menos una vez por semana, según expertos del Instituto Nacional de Salud (INS). Para ayudar a los adolescentes a reducir su consumo de grasas y frituras, es importante animarlos a adoptar prácticas alimentarias y de vida más saludables. (9)

Según la UNICEF se cree que la prevalencia de esta enfermedad llamada obesidad disminuye hasta el 25% en los adolescentes, pero sigue siendo alta durante toda la edad adulta, como lo demuestra el 62% de adultos con sobrepeso en el último año. Al mismo tiempo, el 66% de las mujeres en edad reproductiva padecían esta afección, también señalo que la prevención de estas enfermedades debe ser una prioridad absoluta, y que ello comienza a una edad temprana mediante la aplicación de medidas como la lactancia materna exclusiva durante los seis primeros meses de vida del bebé (de forma continuada), que sirve de factor protector y marca también el inicio de la rutina alimentaria del niño. (10)

Asimismo, al categorizar la forma específica de desnutrición, se evidencia que el 36,9% de las personas mayores de 15 años en el Perú presenta exceso de peso, con una prevalencia de 35,6% en mujeres y 38,2% en varones del mismo grupo etario. Ancash es una de las regiones con mayor porcentaje de afectación, con 40,2%. (11)

Un estudio realizado en Chimbote, Perú, por Vigo X, en el que participaron 260 adolescentes, 85 encuestados, son lo que representa el 33%, afirmaron que ni fuman actualmente ni han tenido el hábito habitual de fumar en el pasado. El 33% (85) de los individuos consumen bebidas alcohólicas dos o tres veces por semana. Mientras tanto, el 52% (135) de las personas duermen entre 8 y 10 horas. Además, el 71% (185) de los individuos se bañan a diario. El 85% (220) de los individuos poseen un conjunto de directrices y expectativas explícitas para su conducta; el 94% (244) realizan actividad física durante su tiempo libre; Según los datos de consumo de alimentos, el 63% (164) de la actividad física que realizan los individuos es caminar. Del tamaño total de la muestra de 57 individuos, el 90% (57) ingiere proteínas a diario. Por el contrario, el 48,10% (125)

nunca o casi nunca toman hidratos de carbono. Además, el 13,50% (35) consume comidas complementarias tres o más veces por semana. (12)

Los estudiantes de la Institución Educativa Jesús Maestro no son ajenos a la realidad existente en el cual esta institución alberga 1300 estudiantes el total de las cuales 400 de ellos son adolescentes, la infraestructura de la institución es de techo de cemento al igual que las paredes están bien estructuradas, contando con varias aulas donde cada aula tiene su tutor, empleando un plan didáctico por parte de los directores hacia los maestros. Por otra parte, cuentan con luz, agua, desagüé, internet, teléfono y entre otros útiles donde emplean para su mejor rendimiento estudiantil por parte de los directores y la plana docente que emplean. Siendo así que, se manifiesto que los adolescentes de la institución educativa Jesús Maestro están experimentando problemas de salud como resultado de los hábitos poco saludables que han desarrollado durante esta etapa de sus vidas, observando ciertos puntos desfavorables que perjudican en su vida.

Según referencia de la autoridad de la institución refiere que las estadísticas altas son en relación al estrés, a la falta de actividad física, el comportamiento sedentario, y muchos de ellos ya consumen tabaco y alcohol, entre otras cosas, pueden contribuir a este problema.

Frente a lo expuesto consideramos pertinente la realización de la presente investigación planteada el siguiente problema:

¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024?

Para dar respuesta a nuestro problema de investigación, nos planteamos el siguiente objetivo general: Describir el estilo de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

Para poder hacer realidad el objetivo general planteamos los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los estilos de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la institución educativa Jesús maestro – Nuevo Chimbote, 2024.

Finalmente, en la investigación se justifica en tres partes teórica, práctica y metodológica:

Justificación Teórica: En el presente informe de investigación se justifica la gran importancia que se debe de tener en cuenta las teorías sobre la investigación propuesta, por lo cual se recopilara bases teóricas o antecedentes de diferentes autores o libros para poder con llevar al conocimiento adecuado sobre la investigación dada, es por ende que buscaremos herramientas donde podamos solucionar su mejor estilo de vida dentro de la edad misma.

Justificación Practica: En este informe de investigación se justifica aportando mejoría para el campo de la salud en especial en área de enfermería para la Institución Educativa Jesús Maestro, es por ello que se ayudara a entender de manera directa los problemas de salud que vienen afectando a los adolescentes con un mal estilo de vida que vienen generando dificultades en su salud, cabe resaltar también que la dedicación del profesional de enfermería es poder luchar con los problemas de salud en los adolescentes e inculcar sobre un estilo de vida mejorable.

Justificación Metodológica: En este informe de investigativo será muy útil para la carrera profesional de enfermería, ya que aportara a la comunidad universitaria las estadísticas principales que conlleva el mal estilo de vida en los adolescentes del lugar en mención, es por ello que su importancia es de fomentar la parte investigativa a los estudiantes de los ciclos anteriores para que así ellos se puedan dar cuenta que este proyecto investigativo es de ciencias de la salud.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Antecedentes en el ámbito internacional

Poveda C, Poveda D, (13). en su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de un Centro Educativo de Vélez Santander, 2019”; tuvo como objetivo describir según el sexo los estilos de vida y el estado nutricional de los adolescentes de un centro educativo de Vélez Santander; su metodología de la investigación es de estudio descriptivo, de corte transversal, en los resultados se mostró que el 3,8% y el 5,5% de los adolescentes no tienen un buen estilo de vida, respectivamente. En cuanto a su calidad nutricional, el 64,1% de los adolescentes y el 65,8% de las adolescentes tenían un índice de masa corporal (IMC) saludable para su edad, concluyendo en lo siguiente de que el estilo de vida que tienen los adolescentes no es tan saludable correspondientemente.

Campos N, (14). en su investigación titulada “Estilos de vida de adolescentes de Establecimientos Educativos Públicos de la región del Bio Bio y Factores relacionados, 2021”; tuvo como objetivo Identificar los estilos de vida de adolescentes de algunos establecimientos educativos públicos de la región del Bio-Bio y su relación con factores personales y del microsistema; su metodología de la investigación es de estudio cuantitativo, de corte transversal, en los resultados se evidencia Sólo el 10% de los encuestados obtuvo una puntuación alta en estilo de vida. Los hombres puntuaron más alto en los factores de estilo de vida y en las áreas de nutrición, ejercicio físico y salud mental. Hubo una relación inversa con la edad de los adolescentes y el número de años académicos completados, como conclusión se dio que los adolescentes de menor edad presentan un estilo de vida saludable.

Rodríguez J, (15). en su investigación titulada “Estilos de vida, inteligencia emocional y comportamientos sedentarios en adolescentes que toman clases remotas durante el periodo de aislamiento por Covid-19, 2020”; tuvo como objetivo analizar los estilos de vida, los comportamientos sedentarios y la inteligencia emocional durante el periodo de confinamiento por Covid-19 de los estudiantes de 10° y 11° del Colegio la Felicidad IED, que toman clases remotas durante el segundo semestre de 2020, Su metodología de la investigación es de estudio descriptivo, transversal, en el resultado se obtuvo que la dimensión nutricional de los adolescentes muestra un índice favorable, con un 87% (n=132) que mantiene una dieta equilibrada que incluye el consumo diario de frutas y verduras. En

cuanto a la actividad física, el 56% (n=86) realiza actividades centradas en la fuerza y la resistencia, concluyendo que su estilo de vida es saludable.

Gutiérrez E, (16). en su investigación titulada “Hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años, de la Institución Educativa Rural Departamental Anatoli, en el municipio de la Mesa Cundinamarca, durante el confinamiento por Covid – 19. 2021”; tuvo como objetivo Identificar los hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años de la institución educativa rural departamental Anatoli, durante el confinamiento por COVID-19, en el primer semestre del 2021; su metodología de la investigación es de estudio cuantitativo y cualitativo, de corte transversal, en los resultados que menos de la mitad consumen lo que es las frutas y alimentos ricos en nutrición, evidenciando también un bajo estilo de vida por parte de los adolescentes, como conclusión se dio a conocer que por el confinamiento de Covid 19 no tuvieron un buen estilo de vida saludable y tampoco un buen habito alimenticio.

Antecedentes en el ámbito nacional

Núñez M, Vera D, (17). en su investigación titulada “Estilos de vida de los adolescentes estudiantes de una Institución Educativa Privada, Chiclayo, 2021”; tuvo como objetivo caracterizar y comprender los estilos de vida de los adolescentes estudiantes de una institución educativa privada de Chiclayo, 2021; su metodología de la investigación es de estudio cualitativo, con trayectoria metodológica estudio de caso, en los resultados se evidencian que la supervisión de los padres, la actividad física, descanso apropiado y el no consumo de alcohol y tabaco en su mayoría de los adolescentes cumplen con estos cuatro puntos fundamentales, finalmente se concluye que los adolescentes si cuentan con un estilo de vida saludable contando con el apoyo de los padres para que mejoren su comportamiento en su salud.

Zegarra A, (18). en su investigación titulada “Estilos de vida en adolescentes de una Institución Educativa Privada ubicada en Lima Norte, 2022”; tuvo como objetivo determinar los estilos de vida en adolescentes de una institución educativa privada ubicada en Lima Norte, 2022; su metodología de la investigación es cuantitativo, de diseño descriptivo y transversal, En cambio, en los resultados demuestran que los adolescentes llevan un buen estilo de vida. Esto podría ser porque quieren un rango moderado para tener un buen cuidado,

o porque son regulares con un estilo de vida promedio. En conclusión, parece que los adolescentes no entienden cómo debería ser un buen estilo de vida.

Sánchez R, (19). en su investigación titulada “Estilos de vida de los adolescentes de 3ro a 5to de secundaria de la Institución Educativa Genes – Los Olivos 2022”; tuvo como objetivo Determinar el estilo de vida de los adolescentes de 3ro a 5to de secundaria de la institución educativa Genes Los Olivos 2022; su metodología de la investigación es cuantitativo, de diseño no experimental, y de estudio de corte transversal; por otro lado en los resultados se evidencian que más de la mitad de los hombres tienen un estilo de vida saludable, por otro lado más de la mitad de las mujeres de igual manera tienen un estilo de vida saludable; concluyendo así que los adolescentes si practican un estilo de vida saludable mejorando así el cuidado que deben de tener.

Atalaya E, Velásquez K, (20). en su investigación titulada “Estilos de vida en adolescentes de Nivel Secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar y Chamorro – Sayán, 2020”; tuvo como objetivo Determinar los estilos de vida de los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar, Sayán - 2020; su metodología de la investigación es cuantitativo, de tipo descriptivo, de diseño no experimental, y de estudio de corte transversal, por otro lado en los resultado se evidencian que más de la mitad tiene un estilo de vida saludable y más de la mitad tienen una alimentación saludable; concluyendo así el estilo de vida de los adolescentes de nivel secundaria es saludable.

Cabanillas R, Venegas M, (21). en su investigación titulada “Estilos de vida en adolescentes del cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Nicolai Lobachewsky, durante la pandemia COVID – 19 – Comas, 2021”; tuvo como objetivo Determinar los estilos de vida de los adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Particular Nicolai Lobachewsky – Comas, 2021; su metodología de la investigación es de tipo descriptivo; por otro lado en los resultados se evidencian que más de la mitad de los adolescentes tienen un estilo de vida poco saludable; concluyendo así que en la pandemia muchos de los adolescentes no tuvieron un estilo de vida no tan saludable.

Antecedentes en el ámbito local

Chavarría L, (22). en su investigación titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Santa María Reina – Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud en los

adolescentes en la institución educativa santa maría reina – Chimbote, 2019; su metodología de la investigación es cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo de una sola castilla; por otro lado en los resultados se evidencian que menos de la mitad no fuman pero anteriormente si han fumado, de igual manera consumen bebidas alcohólicas, concluyendo así que el estilo de vida que tienen los adolescentes es estable ya que tienen un conocimiento adecuado sobre el estilo de vida saludable.

Villanueva Y, (23). en su investigación titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo describir el estilo de vida como determinante de la salud en los adolescentes; su metodología de la investigación es cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo de una sola castilla; por otro lado en los resultados se evidencian que más de la mitad de los adolescentes si tienen un estilo de vida saludable dando a entender que si tienen conocimiento, concluyendo que la mayoría de los adolescentes si llevan un estilo de vida adecuada contribuyendo al manejo de su vida saludable.

Velásquez D, (24). en su investigación titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning – Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo Caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la institución educativa Teresa Gonzáles de Fanning - Chimbote, 2019; su metodología de la investigación es cuantitativo, descriptivo, diseño de una sola casilla; por otro lado en los resultados se evidencian que más de la mitad de los adolescentes tienen un estilo de vida saludable, concluyendo que la mayoría de los adolescentes tienen un estilo de vida saludable, en cambio la otra parte no tienen una buena práctica de estilo de vida.

Francisco E, (25). en su investigación titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Eleazar Guzmán Barrón La Victoria – Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo Caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud de los adolescentes de la Institución Educativa Eleazar Guzmán Barrón, la Victoria – Chimbote, 2019; su metodología de la investigación es cuantitativo - descriptivo; por otro lado en los resultados se evidencian la mayoría de los adolescentes si tienen un buen habito de alimentación mientras que más de la mitad de adolescentes tienen un estilo de vida adecuada, concluyendo que la mayoría de los adolescentes si llevan un habito alimentario contribuyendo al manejo de su vida saludable.

2.2 Bases teóricas

Este estudio pretende presentar datos empíricos que respalden los marcos conceptuales de los determinantes de la salud propuestos por Marc Lalonde, Dalhgren y Whitehead. Para así, profundizar en la comprensión de los procesos sociales que inciden en la salud y señalar áreas cruciales de intervención. Para promover el bienestar e identificar áreas cruciales de intervención. Además, el objeto de estudio se verá enriquecido por estos autores, ya que pueden ofrecer teorías que se ajustan estrechamente a las experiencias cotidianas del individuo. (26)

Modelo de Marc Lalonde

Marc Lalonde, nos habla de los factores que contribuyen a la mortalidad y la morbilidad entre la población canadiense. Sin embargo, Lalonde publicó un estudio titulado "Nuevas perspectivas sobre la salud de los canadienses", que supuso un importante logro en el campo de la Salud Pública al proporcionar una disciplina centrada en el bienestar de los canadienses. (27)

Según Marc Lalonde (1974) en su modelo él establece en cuatro grupos de factores correspondiente a los determinantes de la salud, donde uno de esos factores es el medio ambiente, estilos de vida, biología humana y al acceso a los servicios de asistencia sanitaria, todo ello giraba al entorno a la salud. (28)



Los determinantes de la salud se enumeran en cuatro grandes categorías

Medio Ambiente: Incluye todo lo relacionado con la salud humana que es extremadamente restrictivo o severo.

En el que los humanos están muy limitados y, en general, impotentes. Pero los humanos no son suficientes para garantizar que nuestros alimentos, artilugios y agua sean seguros para beber. Tampoco pueden prometer que la gente no enfermará por los rápidos cambios que se están produciendo en la sociedad ni que las aguas residuales y la basura se eliminarán correctamente. (29)

Estilo de Vida: Con respecto a la salud, se trata de un conjunto de elecciones que un ser humano es capaz de hacer en relación con su propia salud. Desde el punto de vista de la salud, las malas elecciones y rutinas de un individuo pueden ser perjudiciales, y pueden tener el potencial de entrañar peligros que procedan del mismo individuo. (30)

Biología Humana: Está directamente relacionada con la salud física y mental de una persona porque estas partes de la salud se manifiestan en el cuerpo como resultado directo de la biología de la persona y de la constitución biológica de la especie. Incluye los rasgos biológicos que se transmiten de padres a hijos, la forma en que las personas crecen y envejecen, y las distintas partes y sistemas que componen un cuerpo. (31)

Organización de Atención de salud: La asistencia sanitaria se estructura en función del número de personas, su nivel de educación y experiencia, y la forma en que interactúan con los diversos recursos utilizados para proporcionar tratamiento médico, incluidos los consultorios médicos privados, los programas de salud pública de la comunidad y otros tratamientos sanitarios. (32)

Modelo de Dahlgren y Whitehead

Que distinguen entre los estilos de vida elegidos por los individuos y los influidos por variables estructurales. Por ejemplo, determinados entornos sociales, laborales o económicos pueden determinar determinados estilos de vida o pautas de gasto. Ciertos hábitos o estilos de vida están influidos por un gradiente social, lo que significa que a medida que se desciende en la jerarquía social, ciertas prácticas de riesgo se hacen más comunes. Para prevenir estas variables, es necesario intervenir tanto sobre los elementos estructurales como sobre los comportamientos de forma sinérgica. (33)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que la mayoría de las disparidades sanitarias entre comunidades y sociedades pueden atribuirse a determinantes socioeconómicos de la salud. Los gobiernos y todos los sectores de la sociedad deben colaborar para reducir esas disparidades. (34)



En el núcleo podemos ver los factores biológicos sea la edad, sexo y los factores hereditarios ya que influye mucho en la salud

En el primer nivel: Las personas y comunidades con situaciones sociales y económicas menos favorables se ven afectadas por el factor del estilo de vida individual. Está el componente del estilo de vida personal; las poblaciones desfavorecidas muestran una mayor prevalencia de comportamientos de riesgo, como el consumo excesivo de alcohol y el tabaquismo, entre otros. (35)

En el segundo nivel: Prueba de que las redes sociales y comunitarias son posibles. Lo que esto significa es que el estilo de vida de las personas tiene una correlación directa con la cantidad de tiempo que dedican a interactuar con los demás. (36)

En el tercer nivel: Denota los elementos de las condiciones de vida y de trabajo, incluida la situación de vivienda de la persona, el desempleo, la exposición a condiciones de trabajo peligrosas, los riesgos diferenciales para las personas expuestas a dichas condiciones y los riesgos diferenciales para quienes puedan encontrarse en una posición social y económica menos ventajosa. (36)

Como ultimo y cuarto nivel: En otras palabras, la estratificación social y la desigualdad social resultante pueden estar determinadas por diversos factores sociales, culturales y medioambientales sobre los factores que contribuyen a la estratificación social y a la desigualdad resultante. (36)

Existen según este modelo tres tipos de determinantes sociales de la salud.

Determinantes estructurales: Algunos aspectos de la sociedad, como la política, la economía y el modo de vida de las personas, se conocen como factores estructurales de la desigualdad sanitaria.

Las estructuras que causan desigualdad sanitaria incluyen la situación política, económica y social, así como las políticas públicas, los valores sociales y las cosas que pueden marcar la diferencia en la posición socioeconómica de alguien. Por ejemplo, las diferencias de clase social, raza, educación, ingresos y otros factores que pueden influir en la posición socioeconómica de una persona.

Puede encontrar información sobre la desigualdad social en materia de salud en función de la familia, los amigos y el entorno social de una persona, así como de su nivel de estudios, ingresos y otros factores. (37)

Determinantes intermediarios: Se refiere al estado de la condición material de una persona mientras vive y a su capacidad para desarrollarse dentro de un contexto psicológico, social y ambiental, concretamente en relación con los elementos de comportamiento dentro del sistema sanitario. Ser capaz de participar activamente es crucial para aliviar ansiedades y responsabilizarse del funcionamiento del sistema sanitario. (38)

Determinantes proximales: Estas condiciones de vida tienen un impacto directo en el bienestar físico, emocional, mental o espiritual del individuo.

Los problemas de salud entre las poblaciones susceptibles abarcan factores como la elección de un estilo de vida positivo, la estabilidad financiera, una educación de calidad y, lo que es más importante, el acceso a fuentes de alimentos suficientes y fiables. La seguridad alimentaria desempeña un papel crucial a la hora de determinar la salud general de una persona. (39)

Bases Conceptuales

Estilos de vida: El estilo de vida se refiere al conjunto de actitudes y acciones que los individuos o grupos adquieren y cultivan para satisfacer sus necesidades humanas y alcanzar el crecimiento personal. (40)

Adolescente: La adolescencia es el periodo de transición entre la infancia y la madurez, concretamente entre los 10 y los 19 años. Significa una fase distinta del crecimiento

humano y un periodo crucial para sentar las bases de una salud óptima. (41)

Determinante de la salud: Son factores como el sistema sanitario, que afectan al lugar de nacimiento de las personas, a cómo crecen, a lo que hacen para ganarse la vida y a la edad que tienen. Se producen por la forma en que el dinero, el poder y los recursos se distribuyen ahora y en el pasado a nivel local, regional y mundial. Por ello, se ven directamente afectados por las políticas que se adoptan a estos niveles y se convierten en recurrentes, evitables y sistemáticos. (42)

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación

Tipo: Cuantitativa: Además de recopilar y organizar datos, la investigación cuantitativa promueve una perspectiva optimista, fomenta la comprensión teórica y proporciona una interpretación natural de los hallazgos mediante el análisis y la observación de fenómenos del mundo real cosas que se observaron. (43)

Nivel: Descriptivo: Es una forma de llevar a cabo la investigación, de la cual se utilizó la observación y la descripción del comportamiento, los rasgos o las condiciones de una población o un fenómeno sin modificar ninguna variable. (44)

Diseño de una sola casilla: Este enfoque es eficaz para resolver problemas de identificación mediante la utilización de un único grupo para reunir un informe solitario y aislado de las condiciones existentes durante el estudio. Este diseño es retrospectivo y adecuado para abordar los retos de identificación y descripción, con sus resultados válidos para generar nuevas formulaciones de problemas. (45)

3.2 Población

Población muestral: Estuvo constituido por 250 adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

Unidad de análisis: Cada adolescente de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024, que formo parte de la muestra y responde a los criterios de la investigación.

Criterio de inclusión

- Adolescentes que asistió a la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote. 2024.
- Adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, que tengan disposición de participar en el cuestionario.
- Padres o apoderados de los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, que aceptaron que sus hijos participen en el estudio.

Criterio de exclusión

- Adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, que tengan problemas de comunicación.

- Adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, que tengan problemas de trastorno mental.
- Padres o apoderados de los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, que tengan problemas mentales o de comunicación.

3.3 Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION	CATEGORIA O VALORACION
<p>Estilo de vida</p> <p>El estilo de vida de un individuo está determinado por cuatro factores clave: los atributos personales (como la personalidad, las creencias, la educación y las aficiones), el entorno social inmediato (incluidos la familia, los amigos y el entorno laboral o académico), el contexto social más amplio (como la cultura, las redes sociales, las costumbres y los medios de comunicación) y las características demográficas.</p> <p>(46)</p>	-----	Estilos de Vida	<p>Las veces que fuma</p> <p>Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas</p>	<p>Escala Nominal</p> <p>Escala Nominal</p>	<p>Hábito de fumar</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Si fumo diariamente ● Si fumo, pero no diariamente ● No fumo actualmente, pero he fumado antes ● No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual <p>Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Diario ● Dos a tres veces por semana ● Una vez a la semana ● Una vez al mes ● Ocasionalmente

				<ul style="list-style-type: none"> • No consumo
		Número de horas que duerme	De razón	<p>Número de horas que duermen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 6 a 8 horas • 08 a 10 horas • 10 a 12 horas
		Número de veces cuando se baña	De razón	<p>Frecuencia en que se baña</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diariamente • 4 veces a la semana • No se baña
		Reglas acerca de su conducta	De razón	<p>Reglas y expectativas claras y consistentes acerca de su conducta y/o disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe • No existe

				<p>Tipo de actividad física que realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caminar • Deporte • Gimnasia • No realiza <p>Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realiza • No realiza <p>Conducta alimenticia de riesgo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preocupación por engordar • Come demasiado • Pérdida del control para comer
			<p>Actividad física</p>	<p>Escala Nominal</p>
			<p>Conducta alimentaria</p>	<p>Escala Nominal</p>
				<p>De razón</p>

			<p>Violencia física</p>	<p>De razón</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Vómitos auto inducidos ● Ingesta de medicamentos (Laxantes, diuréticos, pastillas) ● Restricción en la conducta (ayuno, dietas, ejercicios) <p>Daño a su salud por alguna violencia por agresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Armas de fuego ● Objetos cortantes ● Puñetazos, patadas, golpes ● Agresión sexual ● Otras agresiones o maltratos ● No presente
--	--	--	-------------------------	-----------------	---

				<p>Lugar de la agresión o la violencia</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hogar • Escuela • Transporte o vía pública • Lugar de recreo o deportivo • Establecimiento comercial • Otros <p>Si tiene problemas ha pensado quitarse la vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si • No <p>Tiene relaciones sexuales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si
			De razón	
			De razón	Quitarse la vida
			De razón	Relaciones sexuales

				<ul style="list-style-type: none"> • No <p>Primera relación sexual hizo uso de algún método anticonceptivo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Condón • Pastillas, inyectable, píldora de emergencia • Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario • Ningún método <p>Si es mujer: tuvo algún embarazo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si • No <p>Si es mujer: tuvo algún aborto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si
			De razón	
		Método anticonceptivo		
			Embarazo	
			Aborto	
			De razón	

			<p>Acude al establecimiento de salud</p> <p>Alimentación</p>	<p>De razón</p> <p>Escala Ordinal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • No <p>Tiempo que acude a un establecimiento de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Una vez en el año • Dos veces en el año • Varias veces en el año • No acudo <p>Dieta: Frecuencia de consumo de alimentos</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

En la investigación de los adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro, se utilizaron la técnica de entrevista y observación a través de un cuestionario.

Instrumento

En la investigación se realizó en la Institución Educativa Jesús Maestro, se utilizó un cuestionario para recolectar la información que se presentará a continuación:

El instrumento hace parte del cuestionario de la línea de investigación sobre los determinantes de la salud de los adolescentes elaborado por la investigadora científica Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana y consta de 15 ítems que se divide en 2 partes.

- La información de la identidad, se obtuvo el nombre original o sobrenombre del adolescente entrevistado.
- Los determinantes de la salud de los estilos de vida de los adolescentes: hábitos personales (Tabaquismo, alcoholismo, actividad física, horas de sueño, frecuencia del baño), Alimentos que consumen.

Control de Calidad de los datos:

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

De acuerdo con la evaluación realizada al instrumento de determinantes en salud de la línea de investigación dirigida por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación sobre determinantes en la salud de las personas, la evaluación se basó en la opinión de jueces expertos.

Posteriormente, se realizaron reuniones en las que los participantes, actuando como jueces, recibieron detalles sobre la matriz de operacionalización de la variable y el cuestionario propuesto. Esto se hizo para analizar y compartir sus opiniones. A continuación, cada participante dio su opinión sobre el cuestionario propuesto, lo que permitió hacer las modificaciones necesarias en las afirmaciones y categorías de respuesta relacionadas con los factores que influyen en la salud de los adolescentes de 12 a 17 años.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA

Validez de contenido: De acuerdo al instrumento de determinantes en salud de la línea de investigación, el cual fue creado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea, determinantes en la salud de las personas, se realizó un control del instrumento. La pertinencia de los ítems al constructo evaluado por dimensiones se investigó utilizando

diez criterios de expertos para calificarlos. En esta investigación se evaluó la validez de contenido utilizando la fórmula V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

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

Donde:

\bar{x} : Es la medida 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 puede tener valores entre 0 y 1. Un valor de 1 significa que todos los jueces o expertos están de acuerdo, y cualquier valor por debajo significa que alguien no está de acuerdo en absoluto. Se puede utilizar para puntuar con dos o más opciones (Robles, 2018). (47)

Confiabilidad

Confiabilidad inter evaluador

Se realizó el mismo día de la entrevista a un pequeño grupo de 15 adolescentes, lo que permitió a los investigadores observar que no hubiera cambios, con base en el control realizado al instrumento de determinantes en salud de la línea de investigación, el cual fue elaborado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación, determinantes en la salud de las personas.

Se calculó un coeficiente Kappa de Cohen de 0,095. El coeficiente Kappa oscila entre -1 y 1, donde 1 indica un acuerdo perfecto, 0 indica un acuerdo equivalente al azar y los números negativos indican un acuerdo inferior al azar. Se trata de un valor relativamente bajo. (48)

3.5 Método de análisis de datos

Procedimiento de recolección de datos

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

- Se coordinó la autorización al director de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, haciendo énfasis en la estricta confidencialidad de los datos recolectados y resultados obtenidos de su participación.

- Después que se coordinó en firmar la autorización con el director de la Institución Educativa Jesús Maestro, se procedió a ver el tema de la fecha y hora donde se podrá ejecutar el instrumento.
- Por otro lado, después que se coordinó con el director ver el tema de la fecha y hora, se coordinó también con los docentes de los alumnos de secundaria para que turno se podrá realizar el instrumento.
- Después, de que el profesor le llegara el instrumento procedió a mandar a cada uno de los adolescentes su declaración jurada para que sus padres autoricen su participación.
- Por último, después que aceptaron los padres con libertad participación de sus hijos, se aplicó el instrumento durando 30 minutos aproximadamente, donde las respuestas fueron respondidas con claridad por parte de los adolescentes.

Análisis y Procesamiento de los datos

Para su procesamiento, los datos se importaron a una base de datos en el programa PASW Statistics versión 18.0 a partir de una base de datos de Microsoft Excel. Los datos se analizaron creando tablas de distribución de frecuencias porcentuales relativas y absolutas. Además de los gráficos estadísticos correspondientes.

3.6 Aspectos éticos

Los principios éticos están basados según el reglamento de integridad V001 aprobado por el consejo universitario con resolución N° 0277–2024–CU – ULADECH Católica. (49)

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: El objetivo último de cualquier estudio es asegurar el bienestar y la seguridad de los adolescentes, manteniendo los principios de dignidad, identidad, diversidad socio-cultural, confidencialidad, privacidad, creencias y religión.

Los adolescentes deben dar su consentimiento informado y tener la posibilidad de elegir si participar o no en el estudio. Sin embargo, este principio también requiere la protección de sus derechos fundamentales, especialmente si se encuentran en una situación de vulnerabilidad.

Cuidado del medio ambiente: Los investigadores, los adolescentes, los docentes tutores están obligados de mostrar respeto ante el entorno y poder conservar la biodiversidad del lugar de investigación. Los adolescentes deben comprometerse de proteger la biodiversidad que tienen para beneficio de la institución.

Libre participación por propia voluntad: Los adolescentes tienen derecho a ser informados sobre los objetivos y objetivos del estudio en que están involucrados, lo que les permite tomar una decisión bien informada sobre su participación.

Los adolescentes están obligados a proporcionar autorización expresa y por escrito para la utilización de su información personal, estrictamente en armonía con los objetivos declarados del proyecto y únicamente para esos fines específicos. El consentimiento debe prestarse voluntariamente y después de una explicación exhaustiva de los objetivos y la metodología de la investigación.

Beneficencia, no maleficencia: Todo esfuerzo de investigación debe mantener un equilibrio favorable y defensible entre los riesgos potenciales y las recompensas a fin de garantizar una atención suficiente a la salud y el bienestar de los individuos que participan en el estudio. Desde esta perspectiva, la conducta del investigador debe conformarse con los siguientes principios generales: evitar causar daño; limitar la probabilidad de resultados negativos; maximizar el potencial de beneficios positivos; y minimizar la posibilidad de repercusiones desfavorables.

Integridad y honestidad: Los investigadores, que incluyen estudiantes, graduados, profesores y personal no docente, están obligados a demostrar un comportamiento ético consistente. No deben retener información potencialmente perjudicial de los participantes y deben comunicar libremente las ventajas o desventajas potenciales de su trabajo.

El investigador también debe mantener el rigor científico, asegurándose de que sus metodologías, fuentes y datos sean fiables. Además, es responsable de salvaguardar la coherencia y la solidez del procedimiento completo de investigación, que abarca la concepción, ejecución, análisis y comunicación de la investigación.

Justicia: Los intereses personales del investigador deben estar subordinados a la búsqueda de la verdad y el bien común, colocándolos en una posición secundaria. El ejercicio de un buen discernimiento es crucial para prevenir el trato injusto de las personas debido a su falta de conocimiento, creencias preconcebidas o educación insuficiente. Evitar la aplicación de políticas que promuevan la discriminación. Los investigadores tienen la obligación ética de tratar a todas las personas que se dedican a actividades relacionadas con la investigación, reciban servicios relacionados con ella o tengan acceso a los hallazgos de la investigación de manera justa y equitativa.

IV. RESULTADOS

4.1. RESULTADOS

TABLA 2

*ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE,
2024.*

¿Actualmente fuma?	n	%
Si fumo, pero no diariamente	6	2,4
No fumo actualmente, pero he fumado antes	35	1,4
No fumo actualmente, pero he fumado antes	0	0,0
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	209	83,6
Total	250	100,0
¿Con qué frecuencia ingiere bebidas alcohólicas?	n	%
Diario	0	0,0
Dos a tres veces por semana	0	0,0
Una vez a la semana	1	0,4
Una vez al mes	6	2,4
Ocasionalmente	90	36,0
No consumo	153	61,2
Total	250	100,0
¿Cuántas horas duerme Ud.?	n	%
6 a 8 horas	174	69,6
08 a 10 horas	66	26,4
10 a 12 horas	10	4,0
Total	250	100,0
¿Con que frecuencia se baña?	n	%
Diariamente	184	73,6
4 veces a la semana	66	26,4
No se baña	0	0,0
Total	250	100,0
Tiene establecidas sus reglas y expectativas claras y consientes acerca de su conducta y/o disciplina	n	%
Si	220	88,0
No	30	12,0
Total	250	100,0
¿En su tiempo libre realiza alguna actividad física?	n	%
Caminar	39	15,6
Deporte	134	53,6
Gimnasia	17	6,8
No realizo	60	24,0
Total	250	100,0

¿En las dos últimas semanas que actividad física realizó durante más de 20 minutos?	n	%
Caminar	81	32,4
Gimnasia suave	56	22,4
Juegos con poco esfuerzo	40	16,0
Correr	54	21,6
Ninguna	19	7,6
Total	250	100,0
¿Ha presentado alguna conducta alimenticia de riesgo?	n	%
Preocupación por engordar		
Si	139	55,6
No	111	44,4
Total	250	100,0
Come demasiado	n	%
Si	86	34,4
No	164	65,6
Total	250	100,0
Pérdida del control para comer	n	%
Si	66	26,4
No	184	73,6
Total	250	100,0
Vómitos auto inducidos	n	%
Si	39	15,6
No	211	84,4
Total	250	100,0
Ingestas de medicamentos: Diuréticos, laxantes, pastillas	n	%
Si	39	15,6
No	211	84,4
Total	250	100,0
Restricción en la conducta: Ayuno, dietas, ejercicios	n	%
Si	113	45,2
No	137	54,8
Total	250	100,0
En el último año ha sufrido algún daño a su salud por alguna violencia por agresión	n	%
Armas de fuego	1	0,4
Objetos cortantes	4	1,6
Puñetazos, patadas, golpes	21	8,4
Agresión sexual	0	0,0
Otras agresiones o maltratos	12	4,8
No presente	212	84,8
Total	250	100,0

Indique el lugar de la agresión o violencia	n	%
Hogar	8	3,2
Escuela	11	4,4
Transporte o vía pública	7	2,8
Lugar de recreo o deportivo	20	8,0
Establecimiento comercial	1	0,4
Otros	203	81,2
Total	250	100,0
Cuando ha tenido algún problema, ha pensado en quitarse la vida	n	%
Si	67	26,8
No	183	73,2
Total	250	100,0
Tiene relaciones sexuales	n	%
Si	22	8,8
No	228	91,2
Total	250	100,0
Si su respuesta es afirmativa: En su primera relación sexual hizo uso de algún método anticonceptivo:	n	%
Condón	22	100
Pastillas, inyectable, píldora de emergencia	0	0,0
Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario	0	0,0
Ningún método	0	0,0
Total	22	100,0
Si es mujer	n	%
Tuvo algún embarazo	n	%
Si	0	0,0
No	98	100,0
Total	98	100,0
Tuvo algún aborto	n	%
Si	0	0,0
No	98	100,0
Total	98	100,0
Cada cuanto tiempo acude a un establecimiento de salud	n	%
Una vez al año	51	20,4
Dos veces en el año	54	21,6
Varias veces durante el año	86	34,4
No acudo	59	23,6
Total	250	100,0

Continúa

TABLA 2

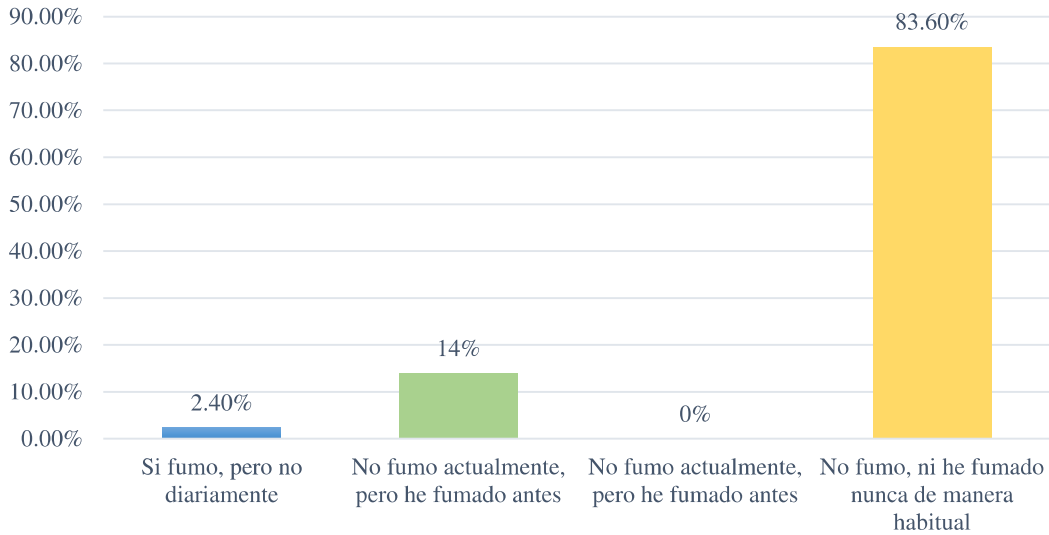
*ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE,
2024.*

Alimentos	Diario		3 o más veces a la semana		1 o 2 veces a la semana		Menos de una a la semana		Nunca o casi nunca		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Fruta	125	50,0%	49	19,6%	45	18,0%	29	11,6%	2	0,8%	250	100%
Carne (Pollo, res, cerdo, etc.)	159	63,6%	58	23,2%	25	10,0%	4	1,6%	4	1,6%	250	100%
Huevos	82	32,8%	77	30,8%	69	27,6%	12	4,8%	10	4,0%	250	100%
Pescado	26	10,4%	48	19,2%	105	42,0%	55	42,0%	55	22,0%	250	100%
Fideos, arroz, papas...	149	59,6%	76	30,4%	17	6,8%	8	3,2%	0	0,00%	250	100%
Pan, cereales	140	56,0%	54	21,6%	44	17,6%	8	3,2%	4	1,6%	250	100%
Verduras y hortalizas	118	47,2%	94	37,6%	23	9,2%	11	4,4%	4	1,6%	250	100%
Legumbres	61	24,4%	71	28,4%	71	28,4%	24	9,6%	23	9,2%	250	100%
Embutidos, enlatados	29	11,6%	59	23,6%	69	27,6%	68	27,2%	25	10,0%	250	100%
Lácteos	52	20,8%	66	26,4%	66	26,4%	39	15,6%	27	10,8%	250	100%
Dulces, gaseosas	22	8,8%	21	20,4%	73	29,2%	70	28,0%	34	13,6%	250	100%
Refrescos con azúcar	54	21,6%	58	23,2%	42	16,8%	53	21,2%	43	17,2%	250	100%
frituras	29	11,6%	60	24,0%	78	31,2%	62	24,8%	21	8,4%	250	100%

Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

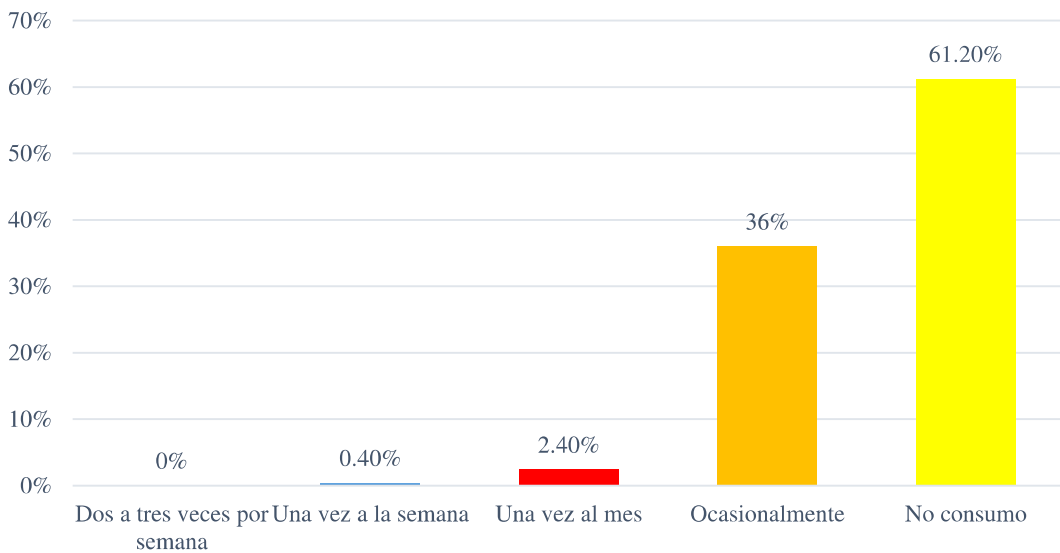
FIGURA DE LA TABLA 2

FIGURA 1: SEGÚN FUMAN ACTUALMENTE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



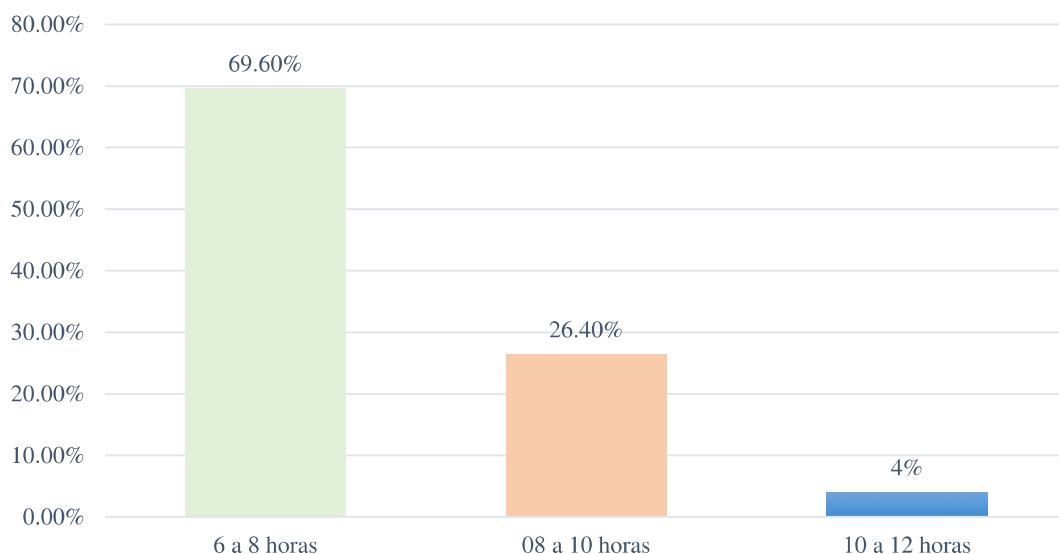
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 2: SEGÚN FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



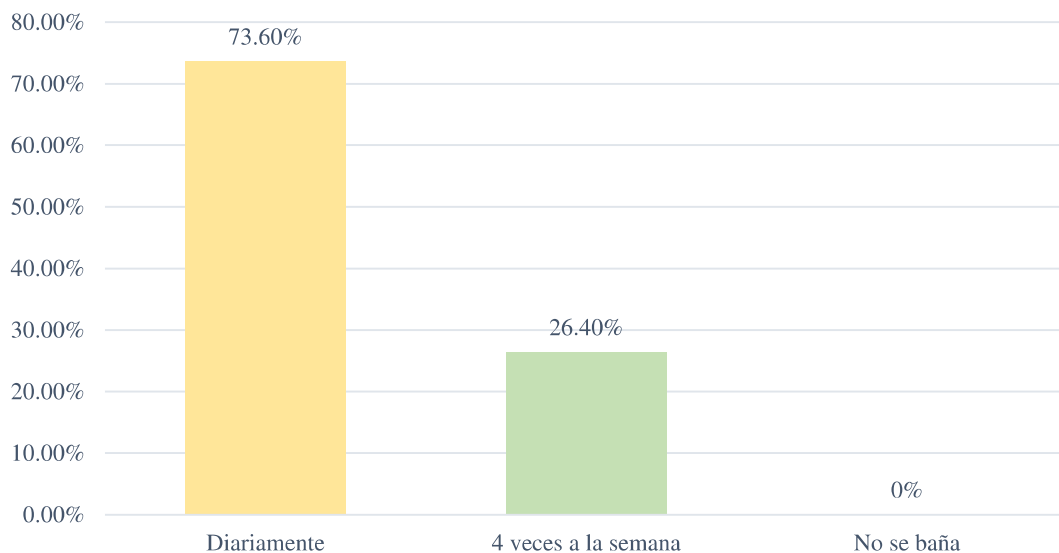
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 3: SEGÚN NUMERO DE HORAS QUE DUERME LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



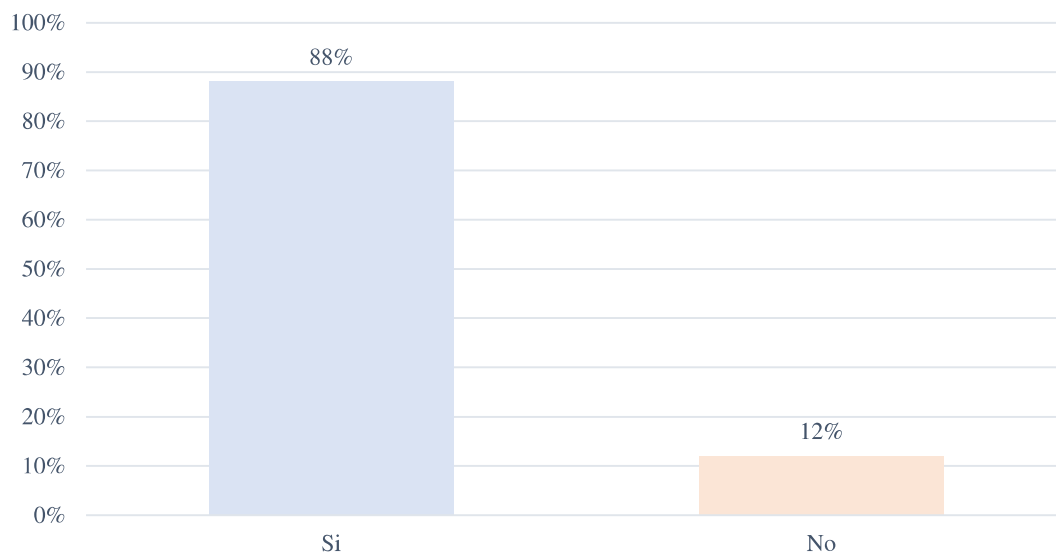
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 4: SEGÚN FRECUENCIA CON QUE SE BAÑA LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



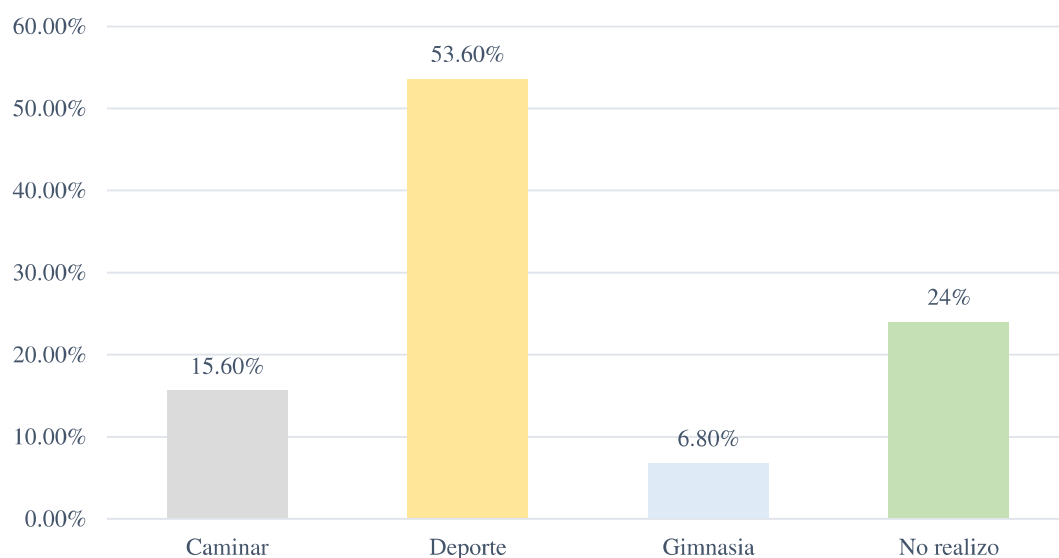
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 5: SEGÚN LAS REGLAS ESTABLECIDAS Y EXPECTATIVAS CLARAS ACERCA DE SU CONDUCTA Y/O DISCIPLINA DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



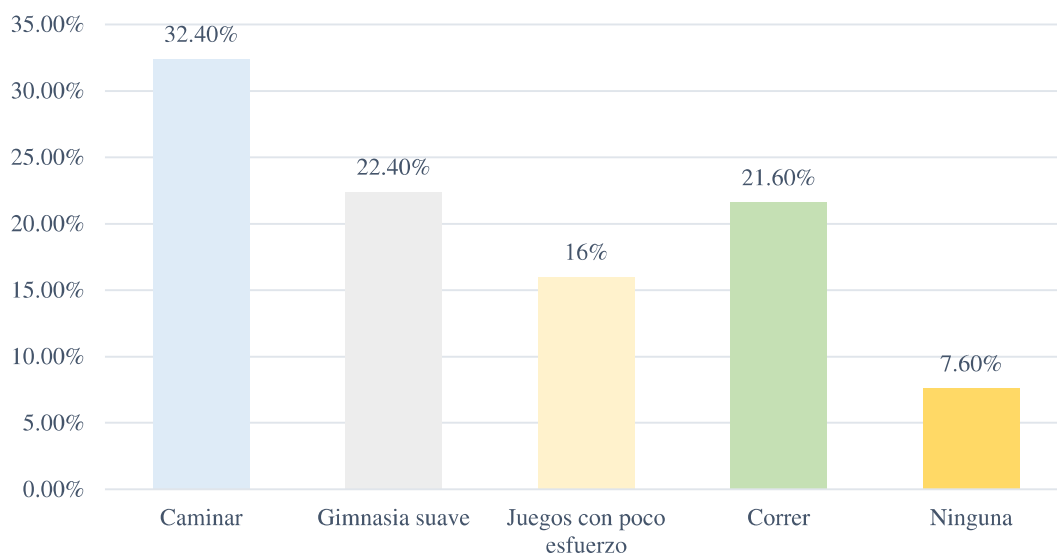
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 6: SEGÚN LA ACTIVIDAD FISICA QUE REALIZA EN SU TIEMPO LIBRE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



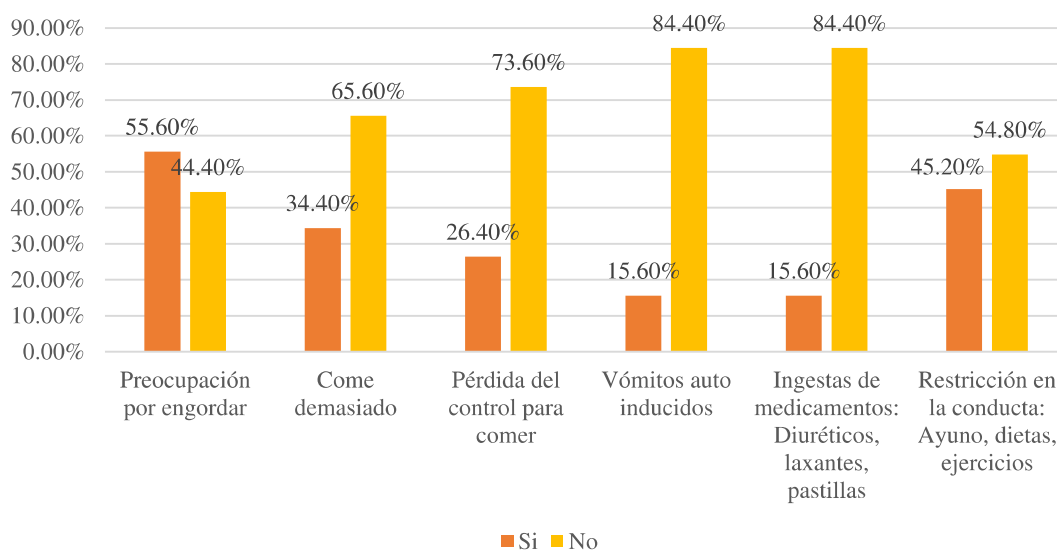
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 7: SEGÚN LA ACTIVIDAD QUE REALIZO DURANTE 20 MINUTOS LAS ULTIMAS SEMANAS LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



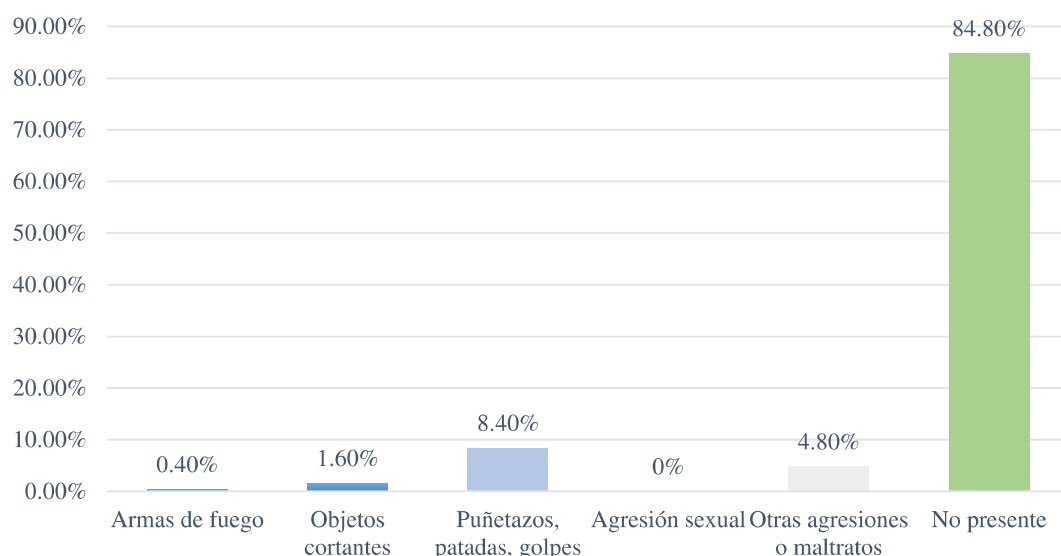
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 8: SEGÚN LA CONDUCTA ALIMENTICIA DE RIESGO DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



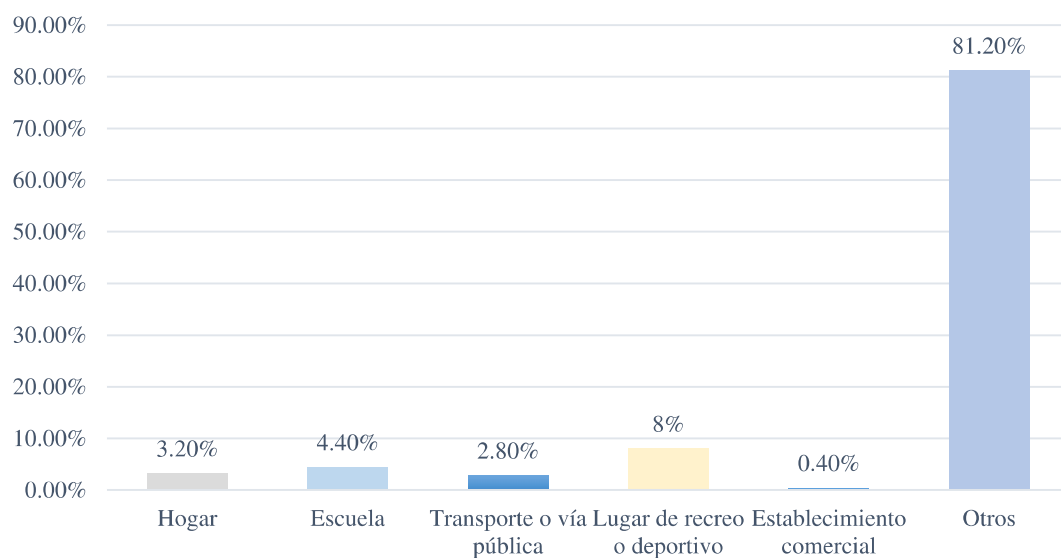
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 9: SEGÚN EL DAÑO A LA SALUD EN EL ÚLTIMO AÑO POR ALGUNA VIOLENCIA POR AGRESIÓN A LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



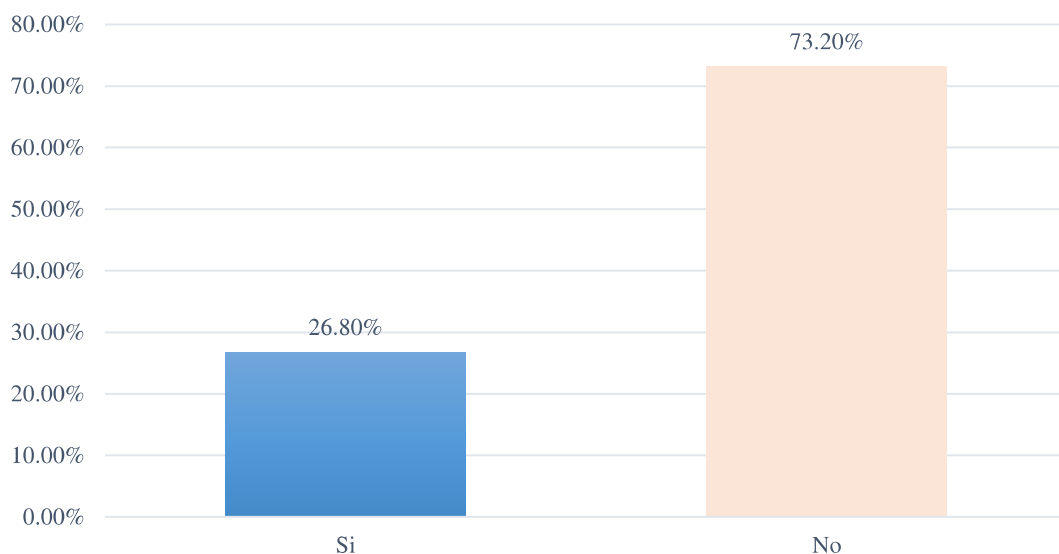
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 10: SEGÚN EL LUGAR DE LA AGRESIÓN O VIOLENCIA A LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



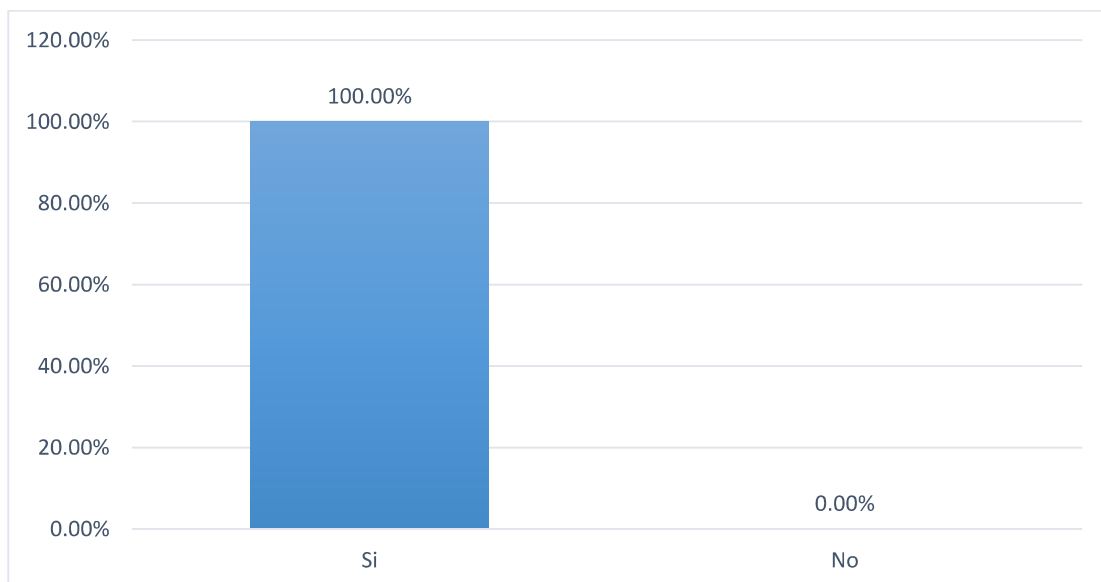
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 11: SEGÚN EL PENSAMIENTO DE QUITARSE LA VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESUS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



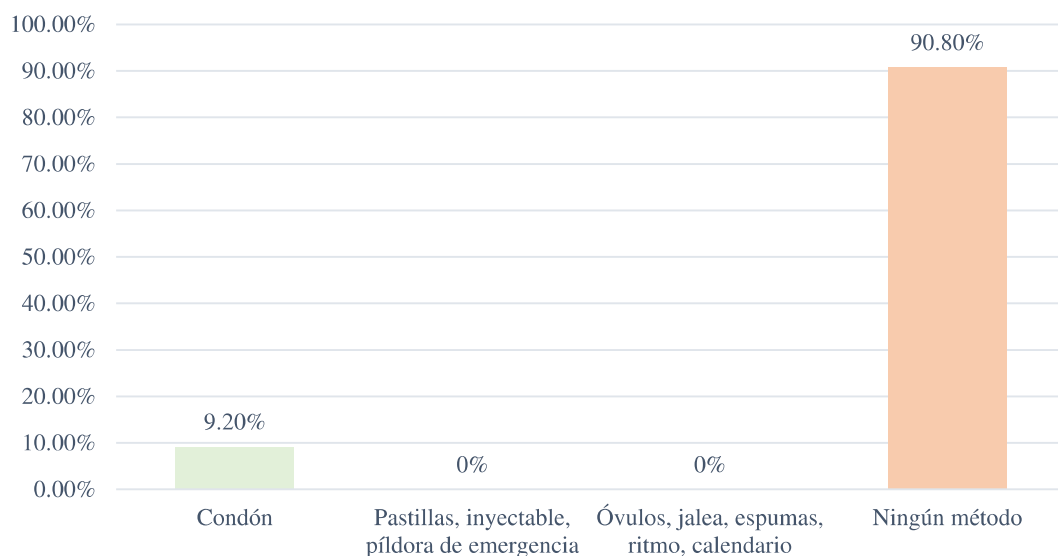
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 12: SEGÚN SI TIENEN RELACIONES SEXUALES LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



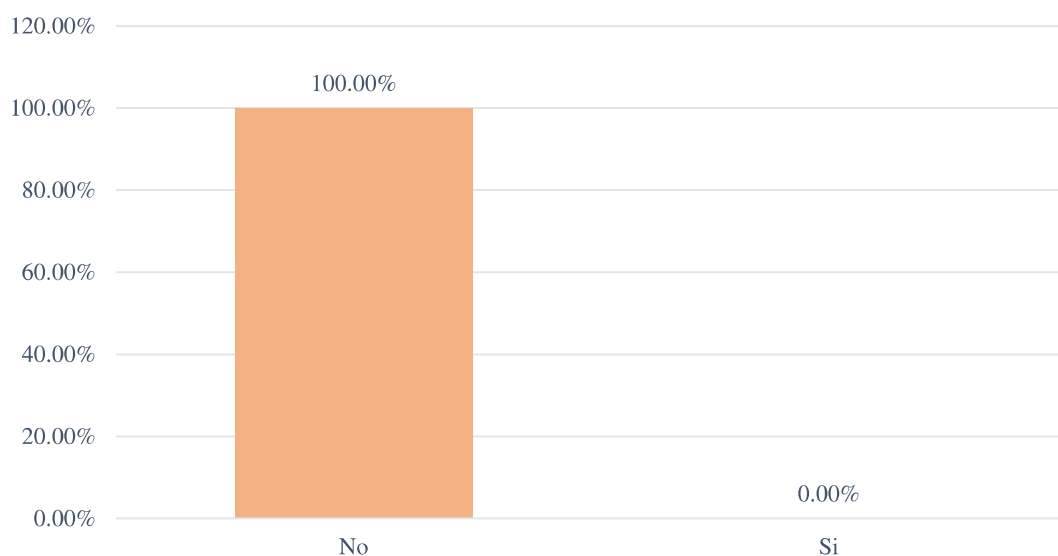
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 13: SEGÚN EL USO DE ALGUN METODO ANTICONCEPTIVO DE LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



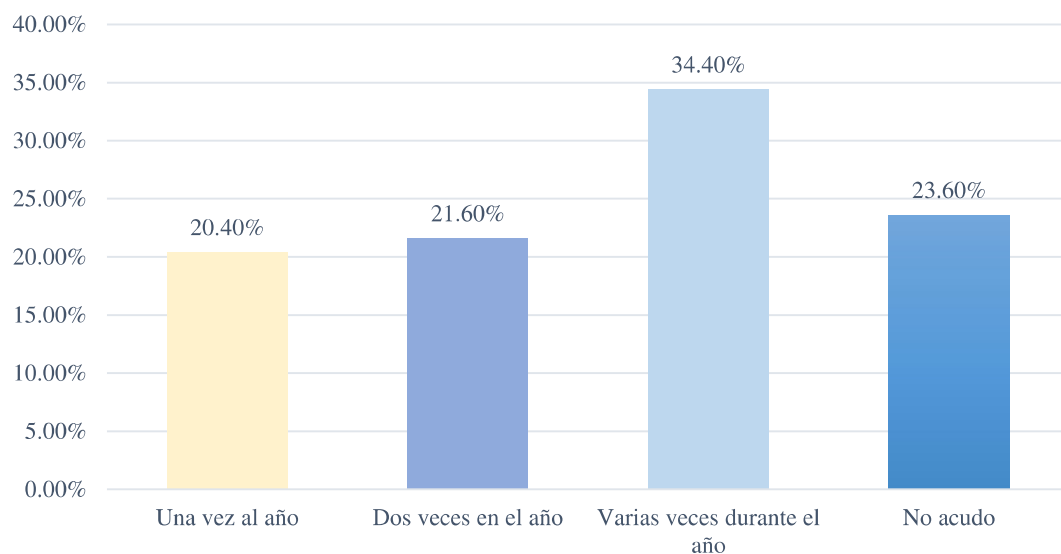
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 14: SEGÚN EL EMBARAZO O ABORTO EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESUS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 15: SEGÚN EL TIEMPO QUE ACUDE AL ESTABLECIMIENTO DE SALUD LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

FIGURA 16: SEGÚN FRECUENCIA QUE CONSUME LOS ALIMENTOS LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud en adolescentes, elaborado por Vílchez, A. Aplicado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

V. DISCUSIÓN

En la tabla 2: El 83,9% (209) No fuman, ni han fumado nunca de manera, el 61,2% (153) no consumen bebidas alcohólicas, el 69,6% (174) duermen 6 a 8 horas, el 73,6% (184) se bañan diariamente, el 88% (220) si tienen establecidas sus reglas y expectativas claras, el 53,6% (134) hacen deporte en su tiempo libre, el 32,4% (81) caminan en las dos últimas semanas durante 20 minutos.

Así mismo el 55,6% (139) si se preocupan en engordar, el 65,6% (164) no comen demasiado, el 73,6% (184) no han perdido el control para comer, el 84,4% (211) no han vomitado por medio del auto inducido, el 84,4% (211) no han ingerido medicamentos, el 54,8% (137) no restringen en su conducta de alimentación, el 84,8% (212) no han sufrido daño a su salud en el último año, el 81,2% (203) han sufrido en otros lugares algún tipo de agresión, el 73,2% (183) no han pensado quitarse la vida.

Respecto a la sexualidad, el 91,2% (228) no han tenido relaciones sexuales, el 100% (22) han tenido relaciones sexuales sabiendo los métodos anticonceptivos; el condón, en cuanto a las mujeres adolescentes el 100% (98) no tuvieron algún embarazo o aborto, el 34,4% (86) acuden varias veces durante el año al establecimiento de salud. En los alimentos que consumen; el 63,6% (159) consumen carnes (Pollo, res, cerdo, etc.); el 59,6% consumen diariamente a la semana el fideo, arroz, pan, cereales, frutas y verduras; el 42% (105) consumen 1 o 2 veces a la semana pescado; el 31,2% (78) consumen 1 o 2 veces a la semana frituras, dulces, gaseosas, legumbres, embutidos, enlatados, lácteos; el 23,2% (58) consumen 3 o más veces a la semana refrescos con azúcar.

En la presente investigación realizada en los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro. Se observa que la mayoría de los adolescentes no fuman, ni han fumado nunca, más de la mitad no han consumido bebidas alcohólicas. Pero si hay un porcentaje que si consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente.

Es por ello que existen estudios donde se difieren con la investigación de Francisco E, (50) titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Eleazar Guzmán Barrón La Victoria – Chimbote, 2019”, donde el 60% no fuman, ni han fumado nunca, pero el 37,11% si han consumido alcohol una vez al mes, la razón por la cual es un indicador para que los adolescentes estén propensos a situaciones de riesgo.

Por consiguiente, también existen Estudios que se dónde se asemejan a la investigación de Santos Y, (51). titulada “Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa N° 15022 Chulucanas – Piura, 2020”, donde el 87,9% no fuman, ni lo han hecho de manera habitual, pero el 72,7% no han consumido alcohol.

También se considera el tabaco es la principal causa de mortalidad evitable en los países desarrollados y representa un importante problema de salud pública. El inicio del consumo de tabaco (CT) en la adolescencia a menudo conduce a su persistencia en la edad adulta, Dando a entender que los adolescentes se enfrentan a riesgos a largo plazo equivalentes a los fumadores; en cuanto a la adquisición de cáncer, enfermedades cardiovasculares o enfermedad pulmonar obstructiva crónica. (52)

Es por ello que el consumo de alcohol durante la adolescencia puede impedir el desarrollo normal de un estilo de vida saludable, promover hábitos perjudiciales y elevar la probabilidad de desarrollar trastornos relacionados con el alcohol en la madurez. Esta nota informativa proporciona datos sobre el consumo de alcohol entre los jóvenes de la Región de las Américas y destaca su susceptibilidad a las consecuencias del alcohol. (53)

Por consiguiente, se da a entender que el consumo de bebidas alcohólicas por adolescentes puede tener efectos perjudiciales y suponer un riesgo importante para su vida. Además, los adolescentes que consumen estas sustancias son especialmente vulnerables.

Desde un punto de vista fisiológico, están experimentando una serie de alteraciones en su desarrollo. El cerebro adolescente está en plena maduración, durante la encuesta con adolescentes, algunos de ellos revelaron que ocasionalmente consumen bebidas alcohólicas mientras socializan en fiestas o durante celebraciones familiares, como cumpleaños. Además, algunos adolescentes mencionaron sentirse solos debido a la separación de sus padres, y buscan consuelo confiando sus problemas personales a sus amigos.

Como segundo punto tenemos claro que en la presente investigación se observa que más de la mitad de los adolescentes realizan deporte en su tiempo libre, en las últimas dos semanas no hicieron actividad física los 20 minutos.

Es por ello que hay estudios que difieren con la investigación tales como Villanueva Y, (54), titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado – Nuevo Chimbote, 2019”, se evidencio que el 41,7

realizan deporte en su tiempo libre, pero el 38,9% en las dos últimas semanas caminan por más de 20 minutos.

Al igual que en su estudio de Chavarría L, (55). titulado “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Santa María Reina - Chimbote, 2019”, donde se vio evidenciado que el 40% caminan en su tiempo libre, pero el 30% en las últimas dos semanas han caminado durante más de 20 minutos.

Es por ello que la actividad física, tal y como la define la OMS, se refiere a cualquier movimiento del cuerpo generado por los músculos esqueléticos y que tiene como resultado el gasto de energía. El ejercicio físico abarca cualquier forma de movimiento, ya sea durante el tiempo libre, con fines de transporte o como componente de la propia ocupación. La actividad física, ya sea moderada o intensa, mejora la salud general.

También las actividades físicas típicas incluyen caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes y participar en actividades recreativas y juegos. Estas actividades pueden ser practicadas por personas de distintas capacidades y son accesibles a todo el mundo. (56)

Por otro lado, la práctica de actividad física, especialmente durante la adolescencia, es crucial ya que promueve la salud y previene enfermedades. Es por ello que es especialmente importante que los adolescentes estén experimentando un importante desarrollo físico y sexual. Por consiguiente, también es necesario que las personas de todas las edades participen en actividades físicas regulares para mantener y mejorar su bienestar general. La investigación científica ha revelado que contribuye a alargar la vida y a mejorar su calidad al proporcionar ventajas fisiológicas, psicológicas y sociales.

Ya que es un determinante positivo, porque en la entrevista que se realizó manifestaron que, si hacen deporte para realizar actividad física, manifestaron que es su hobby, practican el fútbol, el atletismo y también algunas actividades que realizan en la Institución Educativa, a lo largo de la adolescencia la actividad física nos ayuda a nuestro organismo para mejorar en todo el sistema hormonal y también previene cualquier enfermedad cardiovascular realizando cualquier actividad física.

Como tercer punto en este estudio realizado a los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro, se observó que más de la mitad no presentaron violencia por agresión, pero si han recibido agresión en el transporte o vía pública.

Es por ello que tenemos estudios que se asimilan a la investigación realizada tales como Velásquez D, (57). Titulada “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Teresa Gonzales de Fanning – Chimbote, 2019”, la muestra fue de 20 adolescentes, se vio evidenciado que el 85% no presenta alguna violencia por agresión, pero el 33,3% si han recibido agresión en el transporte o vía pública.

Damos a entender que la violencia se manifiesta de varias formas, que abarcan agresiones verbales como gritos, insultos y amenazas, así como daños físicos como palizas y abusos sexuales. Donde también incluye actos de prejuicio y negligencia. Sea cual sea la situación, tiene importantes repercusiones corporales, psicológicas y sociales, y socava la capacidad de cultivar estrategias y habilidades de afrontamiento duraderas. (58)

Para ser más exactos, la violencia es generalmente dada por un grupo de adolescentes que se da en diferentes momentos como una riña de persona a persona y automáticamente se genera la violencia, no solo se da en el colegio también se puede dar en lugares públicos, centros comerciales entre otros lugares, basta que una persona genere algún tipo de alteración para que la otra persona genere más violencia.

Estos casos de pandillaje o grupo de adolescentes que generen algún perjuicio social se da mayormente por jóvenes que han sufrido de algún tipo de violencia familiar donde ven que sus padres pegan a sus madres y ello conlleva a que el joven tenga esos indicios de violencia, es por ello que se recomienda a los padres tengan demasiado cuidado con sus hijos ya que su forma de crianza debe ser de unión y paz para que pueda crecer con una ideología diferente dando a respetar a las personas.

Como cuarto punto en la investigación realizada se evidencia, casi todas las mujeres no tuvieron embarazo, ni aborto, la mitad, menos de la mitad han tenido relaciones sexuales, pero en su totalidad saben sobre el uso de los métodos anticipativos: el condón.

Por lo cual hay estudios que se difieren a la investigación realizada como Fernández C, (59). Titulada “Efectividad del programa promocional de estilos de vida saludable en adolescentes de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión, 2019”, donde se evidencia que el 35,6% representan un poco nivel saludable, asociados al conocimiento que tienen sobre el sexo y la sexualidad, sobre métodos anticonceptivos, e incluso favorecen a la obtención de malos hábitos, de la misma forma se recalca que el 32,2% representan un estilo de vida saludable sexualmente.

Hay estudios donde se da a conocer que más del 27% de los estudiantes de secundaria de todo el país declararon haber mantenido relaciones sexuales en los tres meses anteriores a la encuesta. Aproximadamente el 90% de los estudiantes sexualmente activos declararon haber utilizado un preservativo o un método anticonceptivo primario durante su relación sexual más reciente, lo que resulta alentador, es por ello que el preservativo fue el método anticonceptivo más predominante según informaron, es por ende que más de la mitad (54%) de los adolescentes afirmaron haber utilizado un preservativo durante su relación sexual más reciente. No obstante, el 20% de los adolescentes indicaron que sólo confiaban en el método de sólo abstinencia, que es muy poco eficaz, o que no utilizaban ningún tipo de anticonceptivo. (60)

Un conjunto de datos de historias clínicas de una red regional de centros centinela que ofrecen servicios de aborto legal y atención postaborto completa en 12 países de América Latina y el Caribe sirvió de base para esta investigación. En ella se estiman las tasas de complicaciones institucionales en relación con las adolescentes mayores (de 15 a 19 años) y las adultas jóvenes (de 20 a 24 años) y se caracteriza a la población de adolescentes de 10 a 14 años que solicitan aborto legal o tratamiento postaborto solo. También se aplicaron los requisitos de las directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para evaluar la calidad de la atención prestada. (61)

Los adolescentes que han mantenido relaciones sexuales deberían utilizar métodos anticonceptivos para poder prevenir la transmisión de diversas enfermedades. Además, es crucial que las mujeres utilicen métodos anticonceptivos para evitar nacimientos no deseados. Según los resultados de las entrevistas, los adolescentes declararon utilizar preservativos como medio para prevenir tanto los embarazos como las enfermedades de transmisión sexual. Esto les permite proseguir sus estudios y convertirse en profesionales, aumentando así sus ingresos y proporcionando una mayor calidad de vida a sus futuros hijos.

Como último punto en la investigación realizada. Podemos observar que el estilo de vida en los adolescentes la mayoría consumen carne (pollo, res, cerdo, etc.) diariamente, y menos de la mitad consumen verduras y hortalizas 1 o 2 veces a la semana.

Donde existen estudios que se difieren a la investigación realizada por Fernández C, (62). Titulada “Hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años, de

la Institución Educativa Rural Departamental Anatoli, en el Municipio de la Mesa Cundinamarca, Durante el confinamiento por COVID – 19”, donde el 41% de los adolescentes nunca o casi nunca han comido carnes, pero el 22% comen verduras 2 a 4 veces a la semana, reflejando que consumen más verduras que carnes, presentando una alimentación balanceada.

El mantenimiento del peso corporal en la adolescencia depende sobre todo de una buena dieta y nutrición. En este sentido, la obesidad puede evitarse en este momento de la vida con la ayuda de unos conocimientos nutricionales adecuados y actitudes positivas hacia una alimentación sana. En consecuencia, la base de cualquier programa de educación nutricional debe ser una buena alimentación y nutrición. (63)

Según el modelo de Dahlgren y Whitehead resalta mucho en tres determinantes sociales de la salud, por la cual se da énfasis en los determinantes proximales ya que habla de los factores que pueden influenciar en el estilo de vida, sea una buena alimentación o el bienestar física, mental o espiritual en el adolescente, ya que esos aportes que presentan son fundamentales para tener un estilo de vida saludable, también se toma la estabilidad financiera para que se pueda generar una buena alimentación en el adolescente.

Es primordial recomendar a los adolescentes que mantengan un régimen de horario para su alimentación correcta para que así tengan un buen requerimiento que les ayudara en el desarrollo corporal y rendimiento académico, es importante que la alimentación a los adolescentes sea equilibrada ya que ellos realizan actividades físicas de la cual consumen muchas energías, donde dichas energías salen de la alimentación adecuada.

Dentro de las limitaciones o implicancias que tiene la investigación de los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro, se refleja mucho la falta de conocimiento de la actividad sexual y reproductiva, dando a entender que muchos de los adolescentes no saben que los métodos anticonceptivos previene alguna enfermedad de transmisión sexual, por otra parte la falta del personal de salud en la institución educativa se evidencia mucho, ya los adolescentes aparte de no tener conocimiento sobre la actividad sexual y reproductiva, no saben cómo alimentarse adecuadamente, es por ello que el personal de salud implementara sesiones demostrativas para tener un estilo de vida saludable al adolescente de dicha institución.

VI. CONCLUSIONES

- En los Determinantes de la salud en el estilo de vida en adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024, la mayoría, no fuma, ni ha fumado nunca, pero también no han consumido bebidas alcohólicas, siendo así que más de la mitad realizan algún deporte, pero menos de mitad solo caminan en sus dos últimas semanas con una duración más de 20 minutos, por otro lado, más de la mitad no han sufrido violencia por agresión, pero en otros lugares si han presentado, con respecto a los adolescentes si tienen relaciones sexuales, más de la mitad no han tenido, pero si menos de la mitad si lo han tenido, por lo tanto existen muchos que han dicho que si están utilizando el método de anticonceptivo: condón, por ende, en su totalidad de las mujeres no han presentado embarazos ni abortos, por otro lado mas de la mitad consumen carne (pollo, res, cerdo, etc), pero menos de la mitad consumen una o dos veces a la semana verduras y hortalizas.

VII. RECOMENDACIONES

- Difundir los resultados de la investigación a las autoridades de la Institución Educativa donde se ejecutó con el fin de contribuir a la mejora del estilo de vida coordinen, elaboren y ejecuten acciones a favor del adolescente.
- Difundir los resultados de la investigación a las autoridades del centro de salud más cercano de la Institución Educativa donde se ejecutó con el fin de poder atribuir a la mejora del estilo de vida de los adolescentes, coordinando con las autoridades de la Institución Educativa.
- Realizar nuevas investigaciones donde puedan aportar en la mejora del estilo de vida según edad de los adolescentes, mejorando su alimentación mediante el apoyo de las autoridades de cada Institución.

Referencias bibliográficas

1. Ortigoza A, Canova Barrios C, Ortigoza A, Canova Barrios C. Estilos de vida de estudiantes de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad Nacional de Tucumán, Argentina. Revista Finlay [Internet]. 2023. [citado el 1 de abril del 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2221-24342023000200199&script=sci_arttext&tlng=es
2. Chalapud L, Molano Tobar N, Roldán González E. Estilos de vida saludable en docentes y estudiantes universitarios (Healthy lifestyles in teachers and college students). Retos. 2021. [Citado el 1 de abril del 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8220095>
3. Pérez M. Promoción de estilos de vida saludables entre estudiantes universitarios. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2022. [Citado el 1 de abril del 2024]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312022000200434
4. Campos N, Espinoza M, Celis M, Luengo L, Castro N, Cabrera S. Estilos de vida de adolescentes y su relación con la percepción de sus contextos de desarrollo. Sanus. 2023. [Citado el 1 de abril del 2024]. Disponible en: <https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/389/397>
5. Romero C, Calle L, Vázquez A, Romero L, Ramírez A. Estilos de vida y estado nutricional de los adolescentes. prosciences [Internet]. 2021 [citado 7 de abril de 2024]. Disponible en: <https://journalprosciences.com/index.php/ps/article/view/435>
6. Shamah T, Gaona E, Cuevas L, Morales C, Valenzuela D, Méndez I, et al. Prevalencias de sobrepeso y obesidad en población escolar y adolescente de México. Ensanut Continua 2020-2022. Salud Pública de México [Internet]. 2023 [Citado el 7 de abril del 2024]. Disponible en: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/14762/12421>
7. Medina A, Vitón S, Valderrama O, Salazar J, Riojas de los Á, Hiyo E. Intervenciones para prevenir el sobrepeso y la obesidad en adolescentes. Investig e Innovación Rev Científica Enfermería. 2023. [Citado el 1 de abril del 2024]. Disponible en: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1855/2043>

8. Meléndez M. Estilos de vida en los adolescentes de la institución educativa Miguel Rubio Chachapoyas-2019 [Tesis para optar el grado de titulación de enfermería]. Chachapoyas-Perú: Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza Amazonas; 2020. [Internet]. Disponible en: <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/2079?locale-attribute=en>
9. Escolares C. Grasa en masa: el problema del consumo de comida poco saludable en adolescentes y jóvenes de Villa El Salvador. El Comercio [Internet]. 2022 [Citado el 7 de abril del 2024]. Disponible en: <https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/historias/corresponsales-escolares-villa-el-salvador-consumo-de-grasas-comida-chatarra-adolescentes-jovenes-mala-alimentacion-noticias-noticia/>
10. PERÚ EP de SESAE. Unicef: más de 38% de niños de 6 a 13 años padece obesidad en el Perú [Internet]. 2023. [Citado el 7 de abril del 2024]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-unicef-mas-38-ninos-6-a-13-anos-padece-obesidad-el-peru-950874.aspx>
11. Huamán J. Sobrepeso y Obesidad en el Perú. Pata amarilla [Internet]. 2023 [Citado el 9 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.patamarilla.com/2023/03/sobrepeso-y-obesidad-en-el-peru/>
12. Vigo X. Cuidado de enfermería en promoción de la salud y determinantes de los estilos de vida en adolescentes de la Urbanización el Acero _ Chimbote, 2021 [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34385>
13. Poveda C, Poveda D. Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de un centro educativo de Vélez Santander, 2019 [Internet]. Cienc e Innovación en Salud. 2021. [Citado el 8 de abril del 2024]. Disponible en: <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/view/4590>
14. Campos N. Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del bio-bio y factores relacionados [Tesis para optar el gado académico de magister en enfermería]. Universidad de concepción [Internet]. 2021 [Citado el 7 de abril del 2024]. Disponible en: <http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/6049/1/TESIS%20ESTILOS%20DE%20>

15. Rodríguez J. Estilos de vida, inteligencia emocional y comportamientos sedentarios en adolescentes que toman clases remotas durante el periodo de aislamiento por Covid-19 [Tesis para optar el magister en Educación]. Pontificia Universidad Javeriana. Pontificia Universidad Javeriana; 2021. [Citado el 8 de abril del 2024], Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/58122>
16. Gutiérrez, E. Hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años, de la Institución Educativa Rural Departamental Anatoli, en el municipio de La Mesa Cundinamarca, durante el confinamiento por COVID-19. [Tesis para optar el título de nutricionista dietista]. 2021. [Citado el 4 de mayo del 2024] Disponible en: <http://hdl.handle.net/10554/54026>
17. Núñez M, Cruz V. Estilos de vida de los adolescentes estudiantes de una institución educativa privada. Chiclayo, 2021 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. 2023 [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/11680>
18. Zegarra A. Estilos de vida saludable en adolescentes de una institución educativa privada ubicada en Lima Norte, 2022. Cuidado y Salud Pública [Internet]. 2022 [Citado el 4 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.cuidadoysaludpublica.org.pe/index.php/cuidadoysaludpublica/article/view/47>
19. Moro S, Victoria R. Estilo de vida de los adolescentes de 3ro a 5to de secundaria de la Institución Educativa Genes- Los Olivos 2022 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Privada San Juan Bautista. 2023 [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/4775>
20. Atalaya E, Velásquez K. Estilos de Vida en Adolescentes de Nivel Secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar y Chamorro - Sayán, 2020 [Tesis para obtener el título profesional de licenciada en enfermería]. UCV. Universidad Cesar Vallejo; 2021. [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en:

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63410/Atalaya MEP-Vel%c3%a1squez MKD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63410/Atalaya_MEP-Vel%c3%a1squez_MKD-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

21. Cabanillas R, Venegas M, UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO. Estilos de vida en adolescentes del cuarto y quinto de secundaria de la institución Educativa Nicolai Lobachewsky, durante la pandemia COVID – 19 – Comas, 2021 [Tesis para obtener el título profesional de licenciada en enfermería]. UCV. Universidad Cesar Vallejo; 2021. [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a08.pdf>. 2009 abr-jun; 13(2).
22. Chavarría L. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la institución educativa Santa María Reina - Chimbote, 2019. [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2023 [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35174>
23. Villanueva Y. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2022 [Citado el 3 de abril del 2024]; Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/31200>
24. Velásquez G. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Teresa Gonzáles de Fanning - Chimbote, 2019 [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Tesis. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2021 [Citado el 9 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/32015>
25. Francisco E. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Eleazar Guzmán Barrón La Victoria –Chimbote, 2019 [Trabajo de investigación para optar el grado académico de Bachiller en Enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2021. [Citado el 13 de mayo del 2024]. Disponible en: http://repositorio.uch.edu.pe/xmlui/handle/uch/112%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/13540/COMUNICACION_FAMILIAR_FAMI

- [LIA FLORES BENAVENTE TANIA NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/ha](#)
26. Barboza C, Sáenz J, Fantin R, Gómez I, Rojas K. Bases teórico-conceptuales para el análisis de inequidades sociales en salud: una discusión. *Odovtos* [Internet]. 2020. [Citado el 3 de abril del 2024]; Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-34112020000100011
 27. Dionicio M. Estilos de vida del capital humano en un centro de investigación a través de un modelo de gestión en salud. 2021. [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600065&script=sci_arttext
 28. Salud Pública y promoción de la salud. 2021. [Citado el 8 de abril del 2024]. Disponible en: <https://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2022/02/1.2-Antecedentes-historicos-de-PS.pdf>
 29. Salerno S. Alfabetización en salud: Health literacy. *Revista del Hospital de Niños de Buenos Aires* [Internet]. 2023 [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.profesionaleshnr.org.ar/ojs/index.php/Revista_HNRG/article/view/111
 30. Franco Ál. Modelos de promoción de la salud y determinantes sociales: una revisión narrativa. *Hacia promoc. Salud* [Internet]. 2022. [Citado el 3 de abril del 2024]; Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772022000200237&script=sci_abstract&tlng=es
 31. Luis M. ¿Qué es la biología humana? *RevPsi* [Internet]. 6 de junio de 2020 [Citado 4 de abril del 2024]. Disponible en: <https://revistas.unlp.edu.ar/revpsi/article/view/10060>
 32. Puertas E, Sotelo J, Ramos G. Liderazgo y gestión estratégica en sistemas de salud basados en atención primaria de salud. *Revista Panamericana de Salud Pública* [Internet]. 2020 [Citado el 4 de abril del 2024]. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52895>
 33. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, O.A. MP (INSST). La promoción de la salud en el trabajo: Concepto y principios de actuación. La red

- española de empresas saludables. 2022. [Citado el 8 de abril del 2024]. Disponible en:
<https://www.insst.es/documents/94886/4154780/Tema%2021.%20Concepto%20y%20determinantes%20de%20la%20salud.pdf>
34. La salud social: qué es y porqué es importante. Jump The Line [Internet]. 2023 [Citado el 4 de abril del 2024]. Disponible en:
<https://www.jumpthelineproject.com/post/la-salud-social-qu%C3%A9-es-y-porqu%C3%A9-es-importante>
35. Ruiz M, Aginagalde A, Del Llano J. Los determinantes sociales de la salud en España (2010-2021): una revisión exploratoria de la literatura. [Internet] España, 2022 [Citado el 4 de abril del 2024]. Disponible en:
file:///C:/Users/JEAN%20CARLOS/Downloads/RS96C_202205041.pdf
36. Alarcón I, Sánchez R, Yuguero O, Acezat J, Martínez A, Saperas C. La alfabetización digital como elemento clave en la transformación digital de las organizaciones en salud. Aten Primaria [Internet]. 2023 [Citado el 4 de abril del 2024]; Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2024.102880>
37. Flores A, Saelzer L, Cartagena-Ramos D. Social determinants of health that influence in the incidence/prevalence of cardiovascular disease. Salud, Ciencia y Tecnología [Internet]. 2023 [Citado el 4 de abril del 2024]; Disponible en: <https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/343>
38. Venegas C, Pedrero V, Chepo M, Venegas C, Pedrero V. Discriminación racial y Determinantes Sociales de la salud en niños y niñas migrantes: revisión narrativa. Revista Salud Uninorte [Internet]. 2023 [Citado el 4 de abril del 2024]; Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-55522023000100241&script=sci_arttext
39. Crisóstomo B dos S, Nascimento AS do, Oliveira RA de, Balsells MMD, Ribeiro SG, Gadelha IP, et al. Determinantes sociales de la salud y el uso de drogas psicoactivas durante el embarazo. Acta Paulista de Enfermagem [Internet]. 2022 [Citado el 4 de abril del 2024]; Disponible en:
<https://www.scielo.br/j/ape/a/Hs3mVc3c4cdV3t5GwQhjDSS/?format=html&lang=en>

40. Estilos de Vida [Internet]. Atención Primaria. 2021. [Citado el 5 de abril del 2024]; Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida#:~:text=El%20estilo%20de%20vida%20es>
41. Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente [Internet]. Organización Mundial de la salud. 2024. [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
42. Antoñanzas A, Gimeno L. Los determinantes sociales de la salud y su influencia en la incidencia de la COVID-19. Una revisión narrativa. Rev Clin Med Fam [Internet]. 2022 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2022000100004
43. Alam M. ¿Qué es la investigación cuantitativa? Definición, ejemplos, principales ventajas, métodos y buenas prácticas [Internet]. IdeaScale. 2023 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <https://ideascale.com/es/blogs/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
44. Salomão A. ¿Qué es un estudio descriptivo y por qué es importante en la investigación? [Internet]. Blog Mind the Graph. 2023. [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <https://mindthegraph.com/blog/es/que-es-un-estudio-descriptivo/>
45. Serrano J. Metodología de la Investigación edición Gamma 2020: 1er semestre Bachillerato General [Internet]. Google Books. Bernardo Reyes; 2020 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=XnnkDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
46. UNSIS. Estilos de vida [Internet]. Universidad de la sierra sur. 2020 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.unsis.edu.mx/ciiissp/estilos%20de%20vida.html#:~:text=Los%20estilos%20de%20vida%20de,sociales%2C%20tradiciones%2C%20medios%20de%20comunicaci%C3%B3n>
47. Flores J, Terán M. Validez De Contenido De Juicio Por Expertos En Instrumento Para Medir La Influencia De Factores Psicosociales En El Estrés Organizacional En

- Empresas Del Giro Hotelero. Compend Cuad Econ y Adm. 2022 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <file:///C:/Users/JEAN%20CARLOS/Downloads/Dialnet-VALIDEZDECONTENIDODEJUICIOPOREXPERTOSENINSTRUMENTO-8736869.pdf>
48. Martínez R, Moína A, Estrella B. Evaluación de concordancia entre mediciones de glucosa laboratorial y con glucómetro en pacientes de Ecuador. Rev Cuba Investig Biomed. 2023 [Citado el 5 de abril del 2024]. Disponible en: <file:///C:/Users/JEAN%20CARLOS/Downloads/3028-14722-1-PB.pdf>
49. Uladech. Reglamento de integridad en la investigación. Unife [Internet]. 2024. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
50. Francisco E. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Eleazar Guzmán Barrón La Victoria –Chimbote, 2019 [Trabajo de investigación para optar el grado académico de Bachiller en Enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2021. [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en: http://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/123456789/13540/COMUNICACION_FAMILIAR_FAMILIA_FLORES_BENAVENTE_TANIA_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/ha
51. Santos Y. Determinantes de la salud del adolescente en la Institución Educativa N° 15022 CHULUCANAS – Piura, 2020 [Tesis para optar el título de profesional de licenciada en Enfermería]. Tesis. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en : [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16625%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5878/BIOSEGURIDAD_CONOCIMIENTO_VILCA_SALCEDO_DEISSY_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/uch/112](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5878/BIOSEGURIDAD_CONOCIMIENTO_VILCA_SALCEDO_DEISSY_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/123456789/16625%0Ahttp://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5878/BIOSEGURIDAD_CONOCIMIENTO_VILCA_SALCEDO_DEISSY_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttp://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/uch/112)

52. Galbe J, Rando D, San Miguel J, Colomer J, Cortés O, Esparza J et al . Prevención del consumo de tabaco en la adolescencia. Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]. 2020. [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322020000500021
53. OPS. Serie Alcohol - El alcohol en la adolescencia - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. www.paho.org. 2022 [Citado el 27 de mayo del 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/serie-alcohol-alcohol-adolescencia#:~:text=El%20consumo%20de%20alcohol%20en,alcohol%20en%20la%20edad%20adulta.>
54. Villanueva Y. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa María Alvarado- Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2022 [Citado el 3 de abril del 2024]; Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/31200>
55. Chavarría L. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la institución educativa Santa María Reina - Chimbote, 2019. [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2023 [Citado el 3 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35174>
56. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet]. Who.int. World Health Organization [Internet]. WHO. 2022. [Citado el 27 de mayo del 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
57. Velásquez G. Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Teresa Gonzáles de Fanning - Chimbote, 2019 [Tesis para optar el grado académico de bachiller en enfermería]. Tesis. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2021 [Citado el 9 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/32015>
58. UNICEF. La violencia contra niñas, niños y adolescentes tiene severas consecuencias a nivel físico, psicológico y social [Internet]. Unicef.org. 2020.

- [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-violencia-contra-ni%C3%B1as-y-adolescentes-tiene-severas-consecuencias-nivel>
59. Fernández C. Efectividad del programa promocional de estilos de vida saludable en adolescentes de la Institución educativa José Faustino Sánchez Carrión, 2019 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Tesis. Universidad Señor de Sipán. 2020. [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7797/Fern%C3%A1ndez%20Hern%C3%A1ndez%20Claudia%20Krystel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
60. Loaiza M. Adolescentes tienen relaciones sexuales sin protección, conducen ebrios y vapean, entre otros comportamientos de riesgo, dicen los CDC [Internet]. CNN. 2020 [Citado el 28 de abril del 2024]. Disponible en: <https://cnnespanol.cnn.com/2020/08/21/adolescentes-tienen-relaciones-sexuales-sin-proteccion-conducen-ebrios-y-vapean-entre-otros-comportamientos-de-riesgo-dicen-los-cdc/>
61. OPS. Salud sexual y reproductiva de adolescentes menores de 15 años asistidas por un aborto legal o postaborto en América Latina - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. www.paho.org. 2023 [Citado el 27 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/29-3-2023-salud-sexual-reproductiva-adolescentes-menores-15-anos-asistidas-por-aborto>
62. Gutiérrez E. Hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años, de la Institución Educativa Rural Departamental Anatoli, en el Municipio de la Mesa Cundinamarca, Durante el confinamiento por COVID – 19 [Tesis para optar el título de Nutricionista dietista]. Tesis. Pontificia Universidad Javeriana; 2021. [Citado el 28 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54026/DOCUMENTO%20FINAL%20TG.pdf?sequence=2>
63. Rivas S, Saintila J, Rodríguez M, Calizaya E, Javier J. Conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable e índice de masa corporal en adolescentes

peruanos: un estudio transversal. Rev Esp Nutr Hum Diet [Internet]. 2021. [Citado el 28 de mayo del 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452021000100087

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de Consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Estilos de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024	¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024?	<p>General: Describir el estilo de vida como Determinante de la salud en los adolescentes de la Institución educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los estilos de vida como determinante de la salud en los adolescentes de la institución educativa Jesús maestro – Nuevo Chimbote, 2024. 	Estilos de vida	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Diseño: De una sola casilla</p> <p>Población Muestral: Estará constituido por 250 adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024</p>

ANEXO 2: Instrumento de recolección de información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE FACULTAD
CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

INSTRUMENTO



CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD DEL ADOLESCENTES

Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana

Datos de Identificación

Iniciales o seudónimos 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 que frecuencia se baña?

- Diariamente ()
- 4 veces a la semana ()

- No se baña ()
5. Tiene establecidas sus reglas y expectativas claras y consientes 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 realizo 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:

- Condón ()
- Pastillas, inyectable, píldora de emergencia ()
- Óvulos, jalea, espumas, ritmo, calendario ()
- 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 que 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
Frutas					
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 3: Ficha técnica de los Instrumentos

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO:

EVALUACIÓN CUALITATIVA

Permitió aclarar la opinión de los individuos del sector Salud que actúan como mediador del informe, con la finalidad de determinar propuestas para el cuestionario de determinantes de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro – Nuevo Chimbote, 2024; desarrollado por la Dra. Enf. Vélchez Reyes María Adriana, directora de la presente línea de investigación.

Durante las reuniones, se entregó a los participantes la matriz de operacionalización de la variable y el cuestionario propuesto. Luego se les pidió que analizaran y compartieran sus opiniones. Después de eso, todos ofrecieron retroalimentación sobre el cuestionario, lo que ayudó a refinar las preguntas sobre los determinantes de la salud en adolescentes (12-17 años) y sus categorías de respuesta.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA

Validez de Contenido: Para investigar la relevancia de los ítems en relación con el constructo evaluado por dimensiones, se utilizó la calificación de los ítems mediante criterios de expertos, en total diez. La fórmula V de Aiken, desarrollada por Penfield y Giacobbi (2004), se utilizó para evaluar la integridad del contenido a efectos de este análisis.

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

Donde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

Procedimiento llevado a cabo para la validez:

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la “FICHA DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESUS MAESTRO _ NUEVO CHIMBOTE, 2024”.
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta:
¿El conocimiento medido por esta pregunta es...

esencial?

útil pero no esencial?

no necesaria?

4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total. (Ver Tabla 1)
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a 1(ver Tabla 2).

Tabla 1

V de Aiken de los ítems del Cuestionario sobre determinantes de la salud en adolescentes de 10 a 19 años en el Perú.

N°	V de Aiken	N°	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		
Coeficiente 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 de la institución educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024.

EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD

Confiabilidad Inter evaluador

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 llevará 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 Inter evaluador.

TABLA 2

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

N°	Expertos consultados										Sumatoria	Promedio	n (n° de jueces)	Número de valores de la escala de valoración	V de Alken	
	Expert 0.1	Expert 0.2	Expert 0.3	Expert 0.4	Expert 0.5	Expert 0.6	Expert 0.7	Expert 0.8	Expert 0.9	Expert 1.0						
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
3.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000
6.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	3	10	3	1,000

6. 2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000	
6. 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
6. 4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
6. 5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
6. 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000

13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0,95	0
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0,95	0
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00	0

24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,000

35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00 0	
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00 0
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00 0
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1,00 0
Coefficiente de validez del instrumento																						0,99 8	

ANEXO 4: Formato de consentimiento informado u otros



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES
CHIMBOTE

**ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN
ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JESÚS MAESTRO _
NUEVO CHIMBOTE, 2024**

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



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Año del bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Chimbote, 25 de abril del 2024

OFICIO N° 0174-2024-DIR-EPE-FCCS-ULADECH Católica

Dir. Pablo Iván Bazán Linares

Director de la Institución Educativa Particular Jesús Maestro

Presente. -

ASUNTO: Solicito el permiso de acceder a la institución educativa, para poder aplicar las encuestas a los adolescentes pertinentes.

Es grato dirigirme a usted, para saludarle cordialmente y al mismo tiempo solicitar el acceso de la Institución Educativa Jesús Maestro que Ud. dirige, al estudiante **Baca Torres Jean Carlos** con código de matrícula N° **0112172187**, Egresado de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, quien solicita autorización para ejecutar de manera presencial, el proyecto de investigación titulado “Estilo de vida como determinante de la salud en adolescentes de la Institución Educativa Jesús Maestro _ Nuevo Chimbote, 2024”, durante los meses de abril a mayo del 2024.

Por este motivo, mucho agradeceré brinde el acceso y las facilidades a la estudiante a fin de que ejecute satisfactoriamente su investigación, la misma que redundará en beneficio del adolescente que acude a la institución educativa. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente.



Dir. Pablo Iván Bazán Linares



Dra. Sonia A. Girón Luciano
DIRECTORA DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA