



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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE  
LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARÁ - CARHUAZ - ÁNCASH, 2024**

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

**AUTOR**

**HERRERA BALERIO, ESTEVEN EZEQUIEL**

**ORCID: 0000-0001-5978-5349**

**ASESOR**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

**ORCID:0000-0002-4722-1025**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0119-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **22:30** horas del día **20** 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:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Presidente  
**GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA** Miembro  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARÁ - CARHUAZ - ÁNCASH, 2024**

**Presentada Por :**  
(1212181083) **HERRERA BALERIO ESTEVEN EZEQUIEL**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, 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:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Presidente

**GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Asesor





## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARÁ - CARHUAZ - ÁNCASH, 2024 Del (de la) estudiante HERRERA BALERIO ESTEVEN EZEQUIEL, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 7% 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, 26 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **Dedicatoria**

A mi padre y madre por a ver  
brindado el apoyo incondicional en  
los momentos difíciles para mi  
formación profesional

De igual manera a mis hermanos por su  
apoyo y sus buenos consejos que  
incentivaron a, seguir adelante  
esforzándome por nuestras metas  
propuestas.

## Agradecimiento

Agradecer al único supremo todo poderoso por haber guiado mi camino con la luz y fe, así mismo brindándome la sabiduría y fortaleza.

Así mismo también dedicarle el agradecimiento a la universidad y los docentes por bríndanos y compartir sus saberes en el cual sus sabios consejos que nos motivaron a seguir desarrollado dicha investigación.

De misma manera mencionar a la Sr. directora de la I.E. José María Arguedas y a los estudiantes, por muchas veces sin la población de estudio no sería factible realizar supuestos estudio e investigaciones

## Índice general

|  |      |
|--|------|
| <b>Caratula</b>  |      |
| <b>Dedicatoria</b> .....   | IV   |
| <b>Agradecimiento</b> .....                                      | V    |
| <b>Índice General</b> .....                                      | VI   |
| <b>Lista De Tablas</b> .....                                     | VII  |
| <b>Lista De Figuras</b> .....                                    | VIII |
| <b>Resumen</b> .....   | IX   |
| <b>Abstract</b> .....  | X    |
| <b>I. Planteamiento Del Problema</b> .....                       | 1    |
| <b>II. Marco Teorico</b> .....                                   | 8    |
| <b>2.1. Antecedentes</b> .....                                   | 8    |
| <b>2.2. Bases Teóricas</b> .....                                 | 12   |
| <b>2.3. Hipótesis</b> .....                                      | 19   |
| <b>III. Metodología</b> .....                                    | 20   |
| <b>3.1. Nivel, Tipo Y Diseño De Investigación.</b> .....         | 20   |
| <b>3.2. Población</b> .....                                      | 20   |
| <b>3.3. Operacionalización de las Variables</b> .....            | 21   |
| <b>3.4. Técnica e Instrumentos de Recolección de Datos</b> ..... | 22   |
| <b>3.5. Método de Análisis de Datos</b> .....                    | 24   |
| <b>3.6. Aspectos Éticos</b> .....                                | 24   |
| <b>IV. Reultados</b> .....                                       | 27   |
| <b>V. Discusión</b> .....  | 37   |
| <b>VI. Conclusiones</b> .....                                    | 46   |
| <b>VII. Recomendaciones</b> .....                                | 47   |
| <b>Referencias Bibliográficas</b> .....                          | 48   |
| <b>Anexos</b> .....  | 60   |

## Lista de Tablas

|   |           |
|---|-----------|
| <b>TABLA 1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....</b>   | <b>21</b> |
| <b>TABLA 2. ESTILO DE VIDA EN ADOLESCENTES DE LA I. E JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024.....</b>                     | <b>27</b> |
| <b>TABLA 3. FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ - ANCASH, 2024.....</b>        | <b>28</b> |
| <b>TABLA 4. FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCNETES I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ - ANCASH, 2024.....</b> | <b>33</b> |
| <b>TABLA 5. FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCNETES I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ - ANCASH, 2024.....</b> | <b>34</b> |
| <b>TABLA 6. FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ - ANCASH, 2024.....</b>   | <b>35</b> |

## LISTA DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| <b>FIGURA 1</b> MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD N. PENDER.....  | 13 |
| <b>FIGURA 2</b> ESTILO DE VIDA EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS MARCARA – CARHUAZ ÁNCASH, 2024.....                                       | 27 |
| <b>FIGURA 3</b> SEXO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024.....                | 29 |
| <b>FIGURA 4</b> GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA –CARHUAZ – ANCASH, 2024..... | 30 |
| <b>FIGURA 5</b> RELIGION DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024.....            | 30 |
| <b>FIGURA 6</b> ESTADO CIVIL DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024.....        | 31 |
| <b>FIGURA 7</b> OCUPACION DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024.....           | 31 |
| <b>FIGURA 8.</b> INGRESO ECONOMICO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024 ..... | 32 |

## RESUMEN

En el presente trabajo de investigación se llevó a cabo con el objetivo determinar el estilo de vida en relación a los factores biosocioculturales en adolescentes de la I. E. José María Arguedas Marcara – Carhuaz, con una metodología cuantitativo, de nivel descriptivo, con un diseño correlacional y no experimental, con una muestra de 95 a quienes se les aplico dos instrumentos escala de estilo de vida, el cuestionario de factores biosocioculturales donde se utilizó la técnica de entrevista y la observación. En el análisis y procesamiento de datos se realizó en SPSS/info/software en versión 18.0. Para establecer la relación entre las variables del estudio, se aplicó el Chi cuadro con el 95% de confiabilidad y significancia  $P < 0.05$ . Llegando a las siguientes resultados y conclusiones: El 43,2% (41) de los adolescentes tiene un estilo de vida adecuado, el 33,7% (32) tiene estilo de vida algo bajo podrías mejorar, 21,1% (20) está en el camino correcto y el 2,1% está en zona de peligro. En factores biosocioculturales se identificó que la mayoría profesan la religión católica, más de la mitad son de sexo masculino, en cuanto ocupación se dedican a otros rubros, en estado civil son casados y tienen ingreso económico menor de 400 nuevos soles y menos de la mitad tiene el grado de instrucción secundaria. Al realizar la prueba de Chi cuadrado entre el estilo de vida y factores biosocioculturales, no se encontró relación estadísticamente significativa

**Palabra clave:** estilo de vida y factores biosocioculturales, adolescentes

## Abstract

The present research work was carried out with the objective of determining the lifestyle in relation to the biosociocultural factors in adolescents from the I. E. José María Arguedas Marcara - Carhuaz, with a quantitative methodology, at a descriptive level, with a correlational design and non-experimental, with a sample of 95 to whom two lifestyle scale instruments are applied, the biosociocultural factors questionnaire where the interview technique and observation were used. Data analysis and processing was carried out in SPSS/info/software in version 18.0. To establish the relationship between the study variables, the Chi table was applied with 95% reliability and significance  $P < 0.05$ . Reaching the following results and conclusions: 43.2% (41) of adolescents have an adequate lifestyle, 33.7% (32) have a somewhat poor lifestyle, you could improve, 21.1% (20) is on the right path and 2.1% is in the danger zone. In biosociocultural factors, it was identified that the majority profess the Catholic religion, more than half are male, in terms of occupation they are dedicated to other areas, in marital status they are married and have an economic income of less than 400 new suns and less than half. He has a secondary education degree. When performing the Chi square test between lifestyle and biosociocultural factors, no statistically significant relationship was found.

**Keyword:** lifestyle and biosociocultural factors, adolescen



## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (1), en el año 2020 a 2030 en la actualidad la pandemia ha generado un gran impacto a la salud de los adolescentes teniendo en cuenta el índice más preocupante, en donde se registró un descenso de actividad física en los hombres en diversas países como Bangladesh de 73% a 63%, Singapur y Tailandia de 78% a 70% Benin 71%, Irlanda 64%, y Estados Unidos descendió a aun 64% en cuanto a mujeres los cambios porcentuales fueron a solo 2 puntos de 85% a 83% mientras tanto en Afganistán hubo un ascenso porcentual de 87% a 88%, dicha las coautoras de la investigación refiere que si se mantiene a estas porcentuales no se alcanzará la meta acordada en la Asamblea Mundial de la Salud en 2018.

La Organización Panamericana de la Salud OPS (2), menciona que el adolescente es considerado como un subconjunto del desarrollo de salud que permitirá pasar a la etapa de adultez y el cual muchos de la población adquieren a temprana edad los malos hábitos y se convierte en una situación problemática de la salud. Así mismo, en 2021 el consumo del alcohol ocasiono casi un promedio de 850000 disfunciones al año, subestimando a un 25% y 1,4% es atribuido específicamente al consumo del alcohol, en la mayoría de estas muertes el 64,9% corresponde a personas menores de 59 años; la hepatopatía es de 63,9% y el neuropsiquiátricos de 27,4% a una dependencia del alcohol. Por otro parte, los hombres que fallecen por el consumo de bebidas alcohólicas es mayor que de las mujeres ya que el 80% fue a causa de bebidas alcohólicas, y en de 3 países como EE. UU, hay 36,9% Brasil 24,8% y México 18,4%, en los cuales la mortalidad atribuye a Nicaragua 23,2% por 100000 habitantes.

En la actualidad la adolescencia a nivel mundial vive en una transformación donde el avance tecnológico y conocimiento de la humanidad se han apoderado de la interacción con los demás, es más el 89% de las personas se pasan pegados en los Smartphone o celulares en vez de hacer recreaciones con la familia el cual es más beneficio para determinar un estilo de vida saludables. Entonces la adolescencia es una mezcla de curiosidad y despreocupación donde sufre diversos cambios ya sea físico e intelectual, a ello se suma un gran parte de factores como la salud, el cual va ligado a un estilo de vida,

por lo tanto, es donde se alteran los patrones como el sueño, alimentación, actividad ejercicio físico los cuales son principales riesgos en esta etapa de vida (2).

La Organización Mundial de la Salud OMS (3) refiere que el estilo de vida en la adolescencia, es una agrupación de comportamientos y prácticas que adoptan en grupos o de manera individual. En los cuales se ha dado conocer unas cifras de mortalidad que son de 1,3 a 1,6 millones de adolescentes, al constatar que 3000 al día fallecen, por diversas causas que se pueden contralar o prevenir y ser tratables. En si por otra parte el adolescente goza de una vida saludable, pero la muerte temprana y/o prematura y morbilidad sigue siendo considerable un riesgo. Sin embargo, muchos de los países en desarrollo como nuestro país existe, es mayor la vulnerabilidad y adquirir enfermedades. A ello la probabilidad de la supervivencia del adolescente son variables ya que de 10 a 24 años era un alto índice de morbilidad, como en África, Así Central y en América Latina y el Caribe en el cual la mortalidad es de 10 a 14 años era 0,2 a 14,8% de fallecimiento x 1000 adolescentes entre los 10 años.

En el mundo se ha evidenciado la proporción de vivir en condiciones de pobreza el cual se ha reducido a la mitad. Sin embargo, la desigualdad económica ha ido incrementado, es decir cada persona vive con 1.25 dólares al día el cual afecta a tener una calidad de vida, es mas en América Latina, Así, y África tiene mayor porcentaje de pobreza que los países europeos.

La Organización Panamericana de la Salud OPS (4), ha considerado un incremento de violencia en la región de américa, contribuyendo a una de las amenazas así la salud y desarrollo del adolescente; entre ellos la principal causa de disfunción en los adolescentes de 10 a 19 años han sido el suicidio, homicidios y accidentes automovilísticos. En cuanto a la región de Américas la tasa de muerte en los varones y mujeres es de 68,6% – 6,4% por 100,000 habitantes, a comparación de los países de Europa donde alcanzan solo 1,7% a 0,7% por 100,000 hombres y mujeres.

En Colombia en un estudio realizado en el año 2021, el estilo de vida es un modelo de vida propia que consiste en la forma de vida del individuo y comportamientos, decisiones frente a su salud, en cuanto los factores biosocioculturales se basa al proceso social,

hábitos, costumbres, y comportamientos del hombre en una población o grupo que conlleva a una satisfacción de necesidades y de los sucesos a alcanzar el bienestar y salud (5).

La Federación de Argentina lanza campaña para generar hábitos saludables desde el embarazo hasta la adolescencia a que mejorara el estilo de vida saludable a través de su red social, el cual busca incentivar a los padres de familia, niños y adolescentes referente al cuidado (6).

En México en 2021 realizaron una evaluación el cual encontraron conductas relacionados con la alimentación el cual lidera a nivel mundial con el tema en la salud, como en sobrepeso y obesidad en la población adolescentes entonces en seguidamente la población adulta le sigue: Entonces la prevalencia de dicha población es que existe el consumo excesivo de calorías como también repercute la genética familiar. Así mismo la adolescencia una etapa donde se puede modificarse en cuanto a la alimentación y actividad física, pero la autoeficacia se ha visto en situaciones críticas el cual está relacionado con el promotor de la salud (7).

En el Perú el comportamiento de la adolescencia está relacionado de manera sustancial hacia la salud, en ello están relacionado con la ingesta de sustancias adictivas. Pues en si las referencias que han prevalecido del consumo del alcohol en la población son de 71,8% y 49,9% en el cual está relacionado con infecciones respiratorias y con la enfermedad de cavidad bucal que es aproximadamente a 14,31%, por otro lado, la apendicitis ha sido el mayor causante de la morbilidad en adolescentes y el resto de la población. A ello diversas investigaciones tienden tener relación en sus investigaciones que la adolescencia puede generar y desarrollar hábitos y actitudes que están ligados hacia la salud y de ello pueda que perdure durante su cotidiana vida (8).

La adolescencia es una etapa de vida donde pasa a formarse la personalidad, pero también es la etapa de vida donde adquiere hábitos que pueden ser no tan saludables, y saludables, el cual es imitativo de otra persona, ya que los medios de comunicación están más ligada a su entorno, el cual hay un menor dialogo con sus padres, esto se debe a una comunicación no afectiva. Entonces el entorno escolar tiene una misión de presentar preocupaciones por su estado físico e corporal, o la idea de tener una dieta acerca de la belleza, en ello consigue un hábito inadecuado para su salud (9).

La población joven o adolescente es más vulnerable ya sea por cambios de actitudes y hábitos que haya adquirido en esta etapa de vida, y prolongación de llegar a la madurez será más complicado el cambio de estas conductas insanas. Según datos del INE el 8,2 % de la población tiene entre 15 -19 años a nivel nacional, en donde se encuentran los adolescentes en 9,7% de población respecto al año 2019. Sabiendo que el mayor porcentaje de problemas es en los estilos de vida. Como sabemos que es un grupo bastante vulnerable, es importante que se trabaje en la prevención promoción de la salud tanto el profesional de salud, y el sector político de esa manera cambiar, reducir incluso evitar que se ocasione un riesgo en la salud del adolescente (10).

A consecuencia de los malos hábitos e prácticas del estilo de vida, se ha visto que las enfermedades no transmisibles se han incrementado, es más en el año 2020 unos 16,4% de los hombres de 15 años a más presentan presión arterial alta, bajo las mediciones de ENDES. Por tanto, el 12,0% son mujeres y el 21,3% son varones los cuales fueron los más afectados, mientras que en área urbana es de 17,3% que el de rural cuenta con 12,6%. Sin embargo, el Instituto Nacional de Estadísticas e Informática (INEI) clasificó a los departamentos por presentar las altas tasas de enfermedades en primer lugar se encuentra Callao con un 21,1% Lima metropolitana con 20,7% Lima con un 17,8% Ancash cuenta con 17,4% seguidamente Cajamarca 17,3% Moquegua y Piura 16,6% en cuanto a menor porcentajes se ubican Ucayali, Madre de Dios, Junín y Cusco con 8,3% a 9,3% (11).

El año 2020 se presentó problemas psicológicos en adolescentes de 10 a 19 años, siendo así una falta de conocimiento tanto en los padres y como en las profesionales. En ello existe causas comunes por ejemplo trastorno mental, depresión, frustración entre otras más; que se presenta durante la etapa de adolescencia, como también puede ser el autolesionarse: como el suicidio, trastorno alimenticio el cual lleva a una problema mental e inmunológico, en la adolescencia. (12).

Según la Encuesta Demográfica y de la Salud Familiar ENDES (13), en el año 2022 el servicio básico de viviendas aún no está a disposición de la población con los servicios requeridos para un adecuado estilo de vida los cuales son pocos los beneficiados. Mientras que hubo un incremento en la urbanización. Sin embargo, el 98,1% de viviendas en la urbanización cuenta con el servicio, en cuanto al zona rural el 87,2% solo cuenta con

energía eléctrica, además el 77,9% proveen agua por una red pública ya que son a fueras de las viviendas, en cuanto en área urbana el 79,0% cubre a este servicio. Así mismo con el servicio sanitario, el 71,9% tienen conectado a una red pública en cuanto a área rural el 85,8% no cuenta con este servicio básico el cual es fundamental para estilo de vida saludable.

El instituto nacional de estadística en informática IENI (14), considera que el 44% de padres de familia cuentan con una educación secundaria, el 30,3% tienen educación primaria y sin ningún grado de instrucción, el 15,1% refiere que no tienen grado de instrucción superior no universitaria, y el 10,6% mencionan que tienen grado de instrucción superior universitaria e incluso posgrado. Por otro lado, en condiciones económicas de padres de familia, el 68,3% conforman a la población económica activa (PEA), mientras que el 96,0% participa en los mercados, el 47,7% se desenvuelven como trabajadores independientes, y el 39,6 asalariada, 12,5% trabajan como no remuneradas en sus hogares. Pero en el año 2022 el 68,7% en total se empeñan en actividad económica, que el 40,7% en comercio 28,0% el 22,5% agricultura, minería y pesca, el 8,3% - 0,4% manufactura y construcción. el 4,0% está en busca de empleo, mientras que el 31,7% de padres conforman población económica activa no activa (No PEA).

El estilo de vida ha surgido una trascendencia en cual el sanitario público a derivado a un porcentaje de enfermedades a nivel territorial, pero este surge de conducta de la familia, así como dando un modelo de comportamiento y actitudes tanto en la sociedad donde se relaciona. por tanto, en la provincia de Carhuaz, Mariscal Luzuriaga y Pallasca, en su la totalidad de asegurados están afiliados al SIS. Por el contrario, en provincias urbanas como Santa y Huaraz, mientras que es la razón del adolescente que se autodetermina su propio estilo de vida, de esta manera exponiéndose a factores de riesgo para la salud (15).

Ante esta realidad el adolescente no es ajeno a estar propenso a siguientes enfermedades como las ITS, son víctimas de violencia familiar, consumo de alcohol drogas, embarazo precoz y enfermedades infecciosas.

El distrito de Marcará perteneciente a Provincia de Carhuaz, del Departamento de Ancash, fue creada mediante la ley N<sup>a</sup> 085, el 06 de octubre de 1905, (José Pardo y Barreda), con una superficie de 157,49 km<sup>2</sup>. Donde se encuentra los glaciares más grandes

de Perú. En cual cuenta con un Centro de Salud de nivel I, una I.E. Inicial, Primaria, Secundaria y una Iglesia y Albergue. Así mismo cuenta con saneamiento básicos como agua potable, desagüe, electricidad, mercado, fiscalía, y un centro policial. Se encuentra ubicado a 2757 m.s.n.m cual cuenta con una población de 1285 y 371 viviendas en el Centro del Distrito, en ello se encuentra diferentes Centros Poblados; como (Tuyu, Shumay, Vicos, Copa Grande, Copa Chico, Recuayhuanca, y otros más). Dentro de ello se encuentra como atractivos turísticos: Baños Termales De Chancos, Laguna Lejiacocha entre otros (16).

En el presente informe de investigación se justifica debido que se busca mejorar el estilo de vida y factores biosocioculturales en los adolescentes teniendo en cuenta que esta etapa de vida existe múltiples factores de riesgos en donde el adolescente adquiere los comportamientos y actitudes que pueden desestabilizar la salud, como en aspectos biológicos, ambientales, económicas, sociales y con el propósito de que los autoridades de la localidad puedan manejar intervenir con acciones de mejora para un calidad de vida.

Por otra parte, la I.E es adecuado para realizar dichos estudios porque facilita una mayor comprensión del estilo de vida de los adolescentes. Además, los resultados de la siguiente investigación van a contribuir a poder identificar las necesidades que tiene esta población, así mismo también, a fomentar el desarrollo de programas de salud.

En el aspecto metodológico la siguiente investigación sobre el estilo de vida y factores biosocioculturales es de ser una investigación original y pionera en la región, que facilitará a las autoridades como base científico a supuestos estudios y proyectos, porque es un estudio cuantitativo y descriptivo en cual los resultados son directamente y comprobables. En la siguiente investigación se planteó el siguiente enunciado:

¿Existe relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en adolescentes de la I.E. José María Arguedas - Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024?

Para proporcionar alternativa al problema planteada se sustenta lo siguiente objetivo general:

Determinar el estilo de vida en relación a los factores biosocioculturales en adolescentes de la I.E. José María Arguedas - Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024

Por otro lado, para cumplir con el objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:

Identificar el estilo de vida en los adolescentes de tercer, cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. José María Arguedas Marcará – Carhuaz - Ancash, 2024.

Identificar los factores biosocioculturales en los adolescentes de tercer, cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. José María Arguedas Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024.

## II. MARCO TEORICO

### 2.1. Antecedentes

Palma et al. (17), en su investigación que lleva por título “Asociación de estilos de vida y factores biosociales con el estado nutricional en adolescentes primigestas atendidas en el Centro de Salud ciudad de Dios – Cono Norte, Yura 2019” con el objetivo determinar la asociación de los estilos de vida y factores Biosociales con el estado nutricional en adolescentes primigestas atendidas en el centro de salud de ciudad de Dios, metodología descriptiva, con relación de asociación de corte transversal, constituida por 40 adolescentes en resultados: En actividad física no realizan caminatas a menos de 30 minutos y más de 5 veces a la semana. En cuanto a los Factores Biosociales encontramos que la mayoría 35% fueron adolescentes de 18 años de edad, el 65% estaba conviviendo y un 35% solteras, 75% tenía instrucción entre primaria/secundaria se concluye que la Hipótesis es aceptada parcialmente al encontrar relación significativa.

Campos (18), en su investigación titulada “Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del Bio Bio y factores relacionados 2021” objetivo identificar los estilos de vida de adolescentes de algunos establecimientos educacionales públicos de la región del Bio-Bio y su relación con factores personales y del microsistema. Metodología estudio cuantitativo y transversal en 489 adolescentes Resultados: Solo el 10% obtuvo puntajes muy buenos de estilo de vida. Los hombres presentaron mejores puntajes de estilos de vida, así como en las dimensiones de actividad física, bienestar mental y alimentación. Se observó asociación directa y estadísticamente significativa con Percepción de Salud y Apoyo social y una asociación inversa con el año académico cursado y la edad de los/las adolescentes. Conclusiones: Un bajo porcentaje de adolescentes presentó estilos de vida saludable. mientras que los adolescentes de menor edad presentan mejores estilos de vida.

Guerrero et al. (19), en su investigación que lleva por título “Estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes de cinco instituciones educativas 2020” con el objetivo, Determinar la relación entre estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes escolarizados en dos subregiones del departamento de Sucre Colombia 2020. Con una metodología descriptivo, transversal y correlacional. La



muestra correspondió a 427 estudiantes de básica secundaria, resultados: La edad promedio fue de 13.1 años, con similitud porcentual por género (50%), procedentes de Sincelejo (69.1%) y Santiago de Tolú (30.9%), predominando el estilo de vida adecuado en el grupo de 13 a 15 años (32.9 % y 25.8%). en conclusión, se encontraron diferencias significativas entre algunas dimensiones de estilos de vida respecto a las variables género, edad, grado escolar e instituciones educativas por subregión de procedencia.

Gutiérrez (20), en su investigación como “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 objetivo identificar los hábitos alimentarios y estilos de vida en adolescentes de 12 a 17 años de la institución educativa rural departamental Anatoli, Metodología de tipo mixto (cualitativo cuantitativo), de corte transversal, por muestreo conveniencia a las cuales se evaluó mediante un cuestionario en línea por Google. Resultados, en relación con el consumo de alimentos, aumento a 43% a 47% durante el confinamiento; respecto a las horas de sueño, se encontró a (9 horas o más), durante el confinamiento social. Conclusión: El confinamiento por Covid-19 influyó en el comportamiento alimentario de los adolescentes, sin embargo, en la implementación de hábitos saludables, como preparar sus comidas en casa y tener más horas de sueño.

Galeno (21), en su investigación titulada “Estilos de vida en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello, Hualmay 2019” objetivo: Describir los estilos de vida en los adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la Institución Educativa Julio C. Tello, metodológico estudio no experimental, descriptivo, de corte transversal de enfoque cuantitativo, con una población total de 62 adolescentes de cuarto y quinto de secundaria que asistieron el día de la recolección de datos, para proceso y resultados de la información se usó la técnica del software SPSS versión 20.0, resultados: el estilo de vida de los adolescentes de cuarto y quinto de secundaria es medianamente adecuado en un 51,6%, adecuado 25,8% y 22,6% inadecuado, conclusión el estilo de vida de los adolescentes de cuarto y quinto de secundaria es medianamente adecuado respecto a todas sus dimensiones.

Herrera (22), en su investigación “Estilos de vida de los adolescentes que acuden al Centro de Salud de Huancan, 2019” objetivo, Determinar los estilos de vida de los adolescentes que acuden al Centro de Salud de Huancan con una metodología de tipo cuantitativo, descriptiva, observacional y transversal. La población de 555 adolescentes y la muestra de 80 adolescentes, en los resultados: El estilo de vida, dimensión alimentación y nutrición de los adolescentes fue; saludables en un 72,50% y muy saludables en un 13,7% dimensión recreación y manejo del tiempo libre de los adolescentes fue; poco saludables el 37,5% y saludables en un 53,7%. Dimensión consumo de sustancias nocivas de los adolescentes fue; saludables en un 32,5% y muy saludables en un 58,7%. En conclusión: El estilo de vida de los adolescentes que acuden al Centro de Salud de Huancan en el año 2019 fueron; no saludables 1,3%, poco saludables el 10,0% es saludable en un 75,0%, y muy saludables en un 13,7%.

Fernández (23), en su investigación que lleva por título “Estilo de vida y factores socioculturales en la adolescente gestante usuaria del centro de salud José Leonardo Ortiz, Chiclayo 2019” objetivo, determinar la relación entre estilo de vida y factores socioculturales en las adolescentes metodología cuantitativo, descriptivo, transversal con diseño correlacional; con muestra de 59 adolescentes entre edades de 12 a 17 años. Resultados: se encontró que el 89,8% de adolescentes presentan un estilo de vida no saludable y solo el 10,2% presenta estilo de vida saludable, en relación al factor social: el 55,9% es soltera, el 61% es Ama de casa, el 37,3% estudiante, el 47,5% en relación a lo cultural: el 49,2% tiene solo estudio primario y el 81,4% son católicas. Conclusión, la mayoría de adolescentes presentan un estilo de vida no saludable y tiene relación estadísticamente significativa con algunos factores sociales y culturales.

Vega (24), en el año 2021 en ciudad de carabayllo en su tesis titulada “Estilos de vida en adolescentes en tiempos de pandemia en una institución educativa privada en Carabayllo, 2021” Objetivo determinar los estilos de vida en adolescentes en tiempos de pandemia, metodología cuantitativa, descriptivo no experimental de corte trasversal en resultados se evidencian que, los estilos de vida que adoptan los adolescentes el 50% es inadecuado y el 41% adecuado el cual indica que existe una mala conducta de hábitos tanto en el hogar como la escuela, en conclusión, los estilos de vida de los adolescentes según nuestras

evidencias están basados en los factores predisponentes como la actividad física, la alimentación, dando como resultado la obesidad, el sobrepeso, el sedentarismo, y enfermedades provocadas por dichas conductas.

Melgarejo (25), en su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de promoción y prevención asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente del asentamiento humano villa sol nuevo Chimbote, 2019” objetivo determinar los factores sociodemográficos y acciones de promoción y prevención de la salud de los adolescentes, asociados al comportamiento de la salud metodología cuantitativa, nivel correlacional – transversal, de diseño no experimental, con una muestra de 100 adolescentes, resultados en los factores sociodemográficos se encontró que más de la mitad de los adolescentes son de sexo femenino, la mayoría tiene entre 13 a 15 años y son de nivel secundaria, profesan la religión católica, casi la totalidad son solteros estudiantes. En conclusión, existe relación significativa con la religión, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro, no encontrándose con las demás variables.

Galoso (26), en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adolescente. asentamiento humano ramal playa \_Chimbote, 2019” objetivo determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adolescentes con una metodología cuantitativa, de nivel correlacional transversal y diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 90 adolescentes. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0,005$  resultados en los factores sociodemográficos que la totalidad tienen grado de instrucción secundaria, estado civil solteros y ocupación estudiante, en conclusión, la mayoría tienen un estilo de vida saludable, en el apoyo social la mayoría de los adolescentes, si tienen apoyo.

Henostroza (27), en el año 2019 presentó su investigación que se titula “Estilos de vida de los alumnos del nivel secundario de la I.E. N° 86031 Nuestra Señora de La Asunción – Monterrey – Huaraz, 2019” objetivo identificar los estilos de vida de los alumnos del nivel

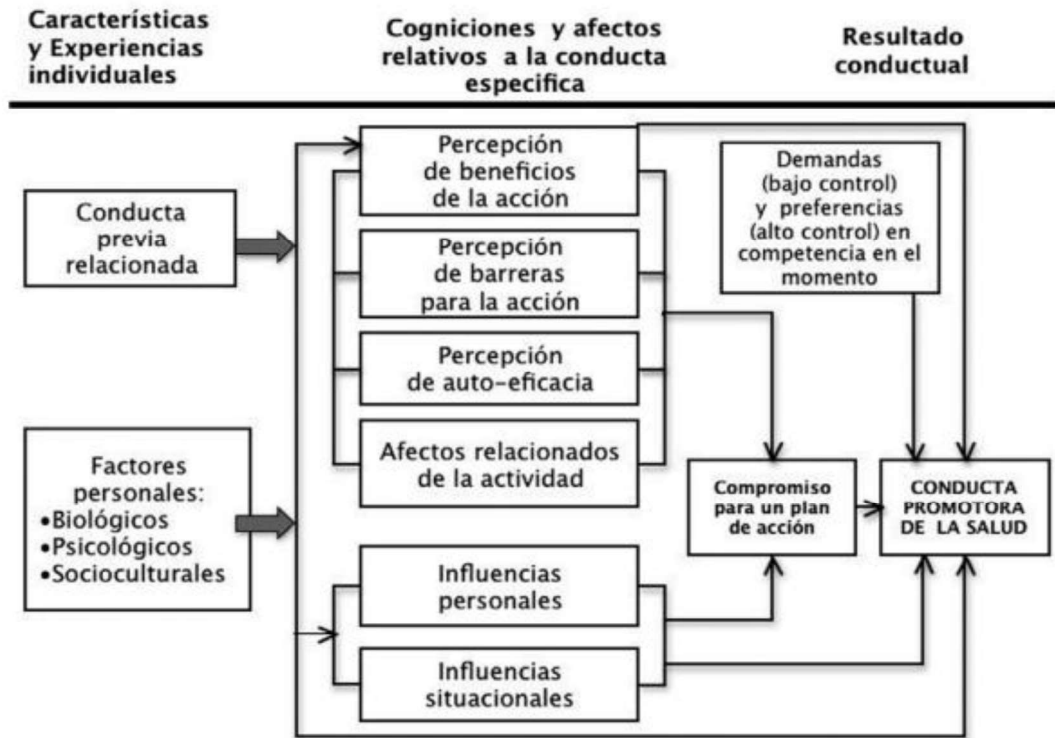
secundaria, metodología de tipo cuantitativo descriptivo de corte transversal; diseño de una casilla, la población muestra fue 112 alumnos. La técnica utilizada fue la entrevista y como instrumento se utilizó: el cuestionario Escala de estilos de vida; resultados y conclusiones más de la mitad presentan un estilo de vida saludable (57,14%), en la dimensión autorrealización (68,75%), la mayoría de alumnos tienen una alimentación saludable (81,25%), actividad y ejercicio (87,50%) y reciben apoyo interpersonal (82,14%), en dimensión estrés menos de la mitad son saludables (25%) y finalmente en responsabilidad en salud pocos son saludables (0,89).

## **2.2. Bases teóricas**

En el presente proyecto de investigación se centra en el modelo de Nola Pender el cual determina la promoción en la salud que se encuentra distribuido en 6 dimensiones, apostando la mejoría y cambiar de padecer a las tomas de decisiones de la persona. En cuanto a factor cognitivo- perceptual se basa en la modificación de las características personales, interpersonales e situacionales, el cual da un resultado de participación de conductas que favorece a la salud del individuo cuando exista una pauta de acción.

N. Pender, desarrolló en diversos directrices como la conducta, prácticas que se encuentra estrechas con la salud del hombre y en un amplio de totalidad que provee la existencia de una vida sana. Así mismo repercute tanto en las familias, comunidades para mejorar la salud de modo que se ejercerá un control sobre sus habilidades tanto administrativos y políticos que facilite a tener un manejo adecuado en su vida de las malas acciones que optan por tener (28).

## MODELO DE PROMOCION DE LA SALUD N. PENDER 1966



**Fuente:** Modelo de promoción de la salud de Pender 1966. En: Cid PH, MERINO JE, Stjepovich JB

En si la Dra. Nola Pender ha presentado un modelo donde existe una gran claridad en el campo de enfermería que trasciende a comprender al hombre, por si brinda ayuda y proponer un bienestar a la sociedad y un fuerza para dar un cambio sostenible. Sin embargo, el modelo de Promoción de la Salud es fundamental para identificar aspectos relevantes sobre las actitudes y comportamientos de la promoción de la salud, donde se integra los resultados de las investigaciones haciendo la comprobación de los hallazgos de estudios (28).

El modelo consiste en identificar conceptos importantes sobre las actitudes de las personas en cuanto a la promoción de la salud y su meta paradigmas, nos permite explicar las conductas saludables, así mismo facilita a realizar un enfoque en su desarrollo y con un objetivo de apoyar a la persona a lograr su nivel más alto de su salud y en cuanto al bienestar poder identificar aquellos factores que puedan influir en su comportamiento. Desde entonces la teoría de “Promoción de la Salud” sigue siendo perfeccionado y extensa ante su capacidad

de explicar la relación de los factores que supone influir en cuanto a la modificación de la conducta sanitaria.

La Doctora Nola Pender, ha predominado la promoción de la salud en meta paradigmas como la salud: que es conceptualizado como unos de mayores importantes que cualquier enunciado: Así mismo tenemos a la persona; que esta conceptualizado como un patrón propio cognitivo y perceptual, en cuanto al entorno, se describe como factores modificantes que intervienen en la aparición de actitudes que fluyen en la salud; y por último la enfermería el conocedor del bienestar y la responsabilidad en los cuidados sanitarios que se constituye como el principal encargado de motivar a las personas a mantener una buena salud.

Como otros autores lo precisan puede ser a un corto tiempo, pero también puede tener una duración variada; esto se puede estar relacionado con el biosocioeconomico, social y cultural de la familia. Pero los siguientes efectos biológicos que se presentan tanto en mujer y en el varón pueda abarcarse en la calidad de vida que los conllevara, a experimentar cambios en el cuerpo, y así recordemos que el desarrollo es sumamente acelerado y notorio en la etapa de la adolescencia. Entonces existe tres tipos de cambio lo cual tenemos la activación de la hormona gonadotrofina que se encarga de producir tanto el ovulo y el espermatozoide, pero en ese contexto no debe faltar lo que son las características sexuales tanto del varón y de mujer (29).

Desde la perspectiva filosófica el estilo de vida se dimensiona en tres miradas de donde Sócrates, hace mención una larga espera y la forma de vida que se presenta y el arte de poder vivir en una luz y una cruzada de hilo (26).

El concepto fue desarrollado por los filósofos, donde ofrecieron una caminata ante la sociología que determino que la mayor parte del patrón y actitud del individuo fue denominado como una función que opta en la sociedad. Pero al inicio del siglo XX Alfred Adler surgió con el desplazamiento de dichos factores socioculturales donde se merita en el estilo de vida como patrón único de la persona que determinara para poder sentirse desarrollado (30).

### 2.2.1 Bases Conceptuales

El estilo de vida es un enfoque global es la interacción de las condiciones de vida ya sea en el contexto amplio y de patrones individual de las acciones determinadas por si de la persona. Pero la OMS un estilo de vida saludable es una calidad de vida que permite reducir el riesgo de tener una vida corta. Si vemos desde la perspectiva integral de la salud es importante considerar la dimensión social y colectiva que pueda comprender en seis puntos del estilo de vida (31).

Estilos de vida saludable se puede definir como un conjunto de hábitos interpersonales que pueda contribuir a equilibrar el bienestar, como promover la salud por ejemplo realizando actividad física y tener una alimentación correcta que contengan toda una nutriente necesaria para el organismo. Por otra parte, la conducta de hombre es transmitida por el mismo entorno familiar y que está relacionado con la percepción y situaciones de la salud que se dan en la vida cotidiana, evidenciado en sus diversas dimensiones del estilo de vida, dado en cuenta como practicas no saludables y saludables para la salud de la persona.

Estilos de vida no saludables: Son hábitos o comportamientos negativas que adopta el hombre para su salud y esto puede conllevar a deteriorar el cuerpo tanto biológico, físico. Sin embargo, se encuentra relacionado con el consumo excesivo de lo normal, bebidas alto endulzadas, comidas rápidas y grasas incluso los más dañinos como el alcohol, drogas, cigarrillos y la inactividad es el causante de no tener un cuerpo sano y pueda que conlleva a desarrollar enfermedades (32).

Dentro del estilo de vida se encuentra las dimensiones donde son primordiales para el estudio. Dimensión Nutrición: Es considerado como un proceso donde el organismo cumple cierta función, es por ello que es importante saber y conocer que alimentos consumir, calidad y las cantidades de cada grupo de alimentos, sería bueno reducir las grasas de animales, tanto el azúcar, harinas refinadas y el alcohol; en cambio reforzar lo que son en fibras, vitaminas, proteínas que se encuentran en las verduras, frutas, menestras, frutos secos e otros alimentos más, pues esto hará que exista un control adecuado de la alimentación.

De lo contrario pueda que sea perjudicial para el organismo porque una inadecuada alimentación puede traer causas de morbilidad como enfermedades no trasmisibles cardiovasculares, diabetes, obesidad, hipertensión arterial, entre otras. Pero también hay un

estrechos de factores en la familia que se les dificulta a optar a una adecuada alimentación: ya sean por un bajo ingreso económico, costumbres y/o otros (33).

**Actividad y ejercicio:** es un esfuerzo corporal que donde se determina el movimiento del cuerpo generando el gasto de energético en el cuerpo, así mismo es de secuencia, armonioso y repetida el cual se practica de manera cotidiana con la finalidad de mejorar, conservar y desarrollar el funcionamiento del cuerpo y los muslos, pues se puede practicar de terminados niveles como leves, moderado e intensas, el cual repercute un papel muy importante en salud porque evitara cualquier posible enfermedad que pueda generarse en ello y en organismo.

Entonces al no realizar una práctica de ejercicio es una de las causas de presentar una mayor mortalidad y son uno de las diez causas principales en el mundo, generando el aumento de muerte, a ello se suman a tener casos como una diabetes mellitus tipo II, cáncer de colon, obesidad, sobrepeso, depresión y entre otras más que afectara la salud del individuo. Además de ser beneficio en lo fisiológicamente el organismo ayuda a tener una digestión y un funcionamiento correcto de los órganos por ejemplo el bombeo de la sangre, un intercambio gaseoso y del oxígeno fortaleciendo las masas musculares ante cualquier acontecimiento (34).

**Toxicidad y Alcohol:** Al respecto, se considera que esta etapa es crucial para intentar evitar la adopción de hábitos no saludables y, en caso de que se hayan iniciado, intentar modificarlos antes de que se establezcan definitivamente, ya que la adquisición de estilos de vida adecuados, tanto en la infancia como en la adolescencia y su mantenimiento posterior, constituyen una de las principales herramientas para promocionar hábitos saludables en la población adulta. Muchos aspectos adquiridos en la adolescencia, debido a las diversas interrelaciones que se establecen en esta etapa de la vida, determinan en gran medida la forma de satisfacer o enfrentar las necesidades en la vida en la edad adulta .

**Sueño y estrés:** El control del estrés refiere el esfuerzo que realiza la persona con el propósito de controlar y disminuir la tensión que perturba cuando alguna situación es imposible de manejar por medio de acciones, técnicas planteadas para sobre llevarlas la tensión. El estrés es una respuesta del cuerpo a las condiciones externos que hacen desequilibrar el estado emocional del individuo. De mismo modo es la reacción de todos los órganos ya sea por las tenciones que está sometido el cuerpo (35).



Pero también el estrés es bueno porque el cuerpo estaría respondiendo de manera correcta a las tensiones y se está liberando toda energía negativa que se haya acumulado. Entonces para que el estrés tenga una mejor acción es útil el ocio porque permitirá dar un respiro a la mente y cuerpo de modo que previene algún riesgo para la salud, o bienestar de la persona. Sabemos que forma parte de la vida diaria de cada uno de nosotros, pero no deberíamos subestimarlos porque podría ganarnos graves consecuencias (36).

Tipo de personalidad y satisfacción escolar: Las relaciones interpersonales se pueden establecer a base de un vínculo con la autoestima y con la opción de poder ofrecer algo a la otra persona a puesto que se logra como una motivación de enseñársela a otros y respetando las características de las otras personas. En fin, toda ser tenemos aquella habilidad donde es cuestión de desarrollar y fortalecer como la escucha, la socialización en medio de que podamos relacionarnos con los demás.

Por otra parte, las relaciones interpersonales son importante en la etapa de la adolescencia como un ser social y que pueda optar redes de apoyo comunal y familiar que le permitan desarrollarse y sostenerse en el camino de multitud de individuos en su contexto y una manera de mantener actitud positiva en la vida (37).

Imagen interior: Es una medida de adopción de las personas en cuanto a desarrollar sus habilidades, capacidades, y destrezas en su mayor totalidad y alcanzar la superación y dado logrado la satisfacción en sí mismo de la persona (38).

Control de la salud y sexualidad: La responsabilidad en salud del sujeto implica a saber identificar y tomar decisión sobre aquellas alternativas favorables para la salud saludable, a su vez que podrían generar riesgos. Desde luego tiene una relación con el autocuidado porque es el bienestar de la persona individual. La OMS refiere que es un comportamiento, actitud del hombre en donde tiene la capacidad de tomar medidas preventivas ya sea en la alimentación, higiene, ejercicio y sueño salud (39) (40).

Factores biosocioculturales son características sociales de la persona que pueden ser modificables o no, en ello se considera el sexo, edad, grado de instrucción, estado civil, ocupación, ingreso económico y religión., donde influye a un estilo de vida saludable de la persona. A demás ciertos factores tienen relación directa con la salud, y pueden ser demográficos, cognitivos como política que esta con la calidad de vida que demuestra al sostener al transcurso del tiempo (41), (42).

Factor biológico es considerado como una herencia genética de cada ser vivo, es decir la mayoría de casos se puede heredar algunos factores de riesgo de nuestros antepasados, ya que son estudios que determinan la herencia de enfermedades degenerativas, además es el principal responsable de las características y rasgos físicos como el sexo, el color de nuestra raza humana.

Entonces el factor biológico contempla dos puntos importantes como la edad y el sexo: la edad se basa en la cantidad de años que se haya transcurrido por el hombre a su ciclo de vida. También se define como un periodo donde se encuentra la etapa de vida de la persona joven, adolescente, joven adulto así sucesivamente. De mismo modo el sexo se determina que es una combinación de genes que conforman un ser, así dando un resultado definido si es masculino o femenino. Pero el responsable de esto son los gametos del varón (espermatozoides) y de la mujer (ovulo) el cual va diferenciar la asociación del sexo de cada uno (43) (44).

Factores culturales: Son características relacionados con las creencias, tradiciones y culturas y valores de una población o grupo mediante leyes y reglas símbolos donde la humanidad viva y que se haya desarrollado intelectualmente en sí mismo. De tal manera que se asocia a dos factores que son el grado de instrucción y la religión. Entonces cabe señalar que el grado de instrucción: Es considerado como el año cursado de la persona, donde pueda mostrar sus habilidades, conocimientos y saberes obtenidos durante la enseñanza intelectual que es considerado como un factor importante en la vida del hombre; mientras que la religión: pone creencias, practicas sobre la existencia de lo sobrenatural y la moral. Pero se entiende que la religión es una fe, que haya sido creado por una voluntad de ser supremo; a ello ha surgido diferentes creencias como el judaísmo, islam y cristianismo establecieron a las sagradas escrituras. Por ciertas razones las creencias religiosas tienden ser buena para nuestra salud espiritual y físico (45) (46).

Factores sociales: Tienden ser características que permite reconocer los riesgos sociales de la persona en cuanto al ambiente que está rodeado y los recursos que puedan optar. De modo que los factores conductuales se basan en las decisiones interpersonales de cada persona, es decir son aquellos que se puede experimentar, de tal manera que afecta psicológicamente y en el bienestar de la persona, a ello se encuentra la pobreza, el desempleo, el grado de instrucción y la satisfacción. Por ende, el estado civil: Se determina los siguientes

aspectos donde la persona si es casado, soltero, viudo, conviviente, divorciado en una relación familiar, del matrimonio, parentesco, denominando como el registro civil donde es reconocido ante la sociedad jurídicamente a una serie de deberes y de derechos del conyugue (47).

Mientras tanto que la ocupación es un cargo que se le haya ejercido en un centro laboral con las capacidades obtenidas durante su preparación y así poder satisfacer las necesidades que pueda tener en familia y como un ser. El ingreso económico: Puede ser la ganancia o la cantidad que percibe de manera mensual de un trabajo realizado y pueda que repercute ante la sociedad, pues esto puede dar una definición de una calidad de vida. Entonces el ingreso económico tiene una relación con la pobreza porque puede restringirte a optar a ciertos servicios como vivienda, saneamiento básico (alimento, vestido, atenciones médicas entre otras más (48) (49).

### **2.3. Hipótesis**

Hipótesis nula **H<sub>0</sub>**: No, existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024

Hipótesis alterna **H<sub>1</sub>**: Si existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en los adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024

### III METODOLOGÍA

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

Nivel: Descriptivo se utiliza para descubrir nuevos hechos y significados de una investigación. donde se recopila la información de manera sistemática e objetiva y haciendo uso de diferentes técnicas como la entrevista, el cuestionario y la observación (50).

Tipo: Cuantitativo porque es un método estructurado de recopilación y análisis de los datos numéricos e información que se obtiene a través de diversas fuentes. Este proceso se lleva a cabo con el uso de herramientas estadísticas y matemáticas con el propósito de cuantificar el problema de investigación (51).

Diseño: El siguiente estudio es correlacional y no experimental; se lleva a cabo para poder medir dos variables y hasta qué punto se relaciona las dos variables del estudio. El cual se basa a conceptos, variables, comunidades y contexto que se dan, sin la intervención directa del investigador, es decir no altera el objeto de investigación (52).

#### 3.2. Población y muestra

**Población:** Estuvo constituido por 141 adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024

**Muestra:** Se realizó mediante el muestreo aleatorio simple y mediante la fórmula probabilística se obtuvo una muestra de 95 adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024.

##### **Unidad de análisis**

La unidad de análisis comprende de cada estudiante de la I.E. José, María, Arguedas del Distrito de Marcará, de tal manera que correspondiente a los criterios de la investigación.

##### **Criterios de inclusión:**

- Los adolescentes que formaron parte de la I.E. José María Arguedas
- Los adolescentes que aceptaron a participar de manera voluntaria
- Adolescentes de ambos sexos de la I.E. José María Arguedas

##### **Criterios de exclusión**

- Adolescentes que no son estudiantes del tercer, cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. José María Arguedas
- Adolescentes que presenten alguna discapacidad auditiva o comunicación e otros.
- Adolescentes que no deseen participar de forma voluntaria en el estudio.

### 3.3. Variables. Definición y operacionalización

**Tabla N° 01:** operacionalización de las variables

| Variabl<br>e              | Definición<br>operacional   | Dimensiones  | Indicador<br>es | Escala<br>de<br>medició<br>n | Valoración   |
|---------------------------|---|--|-----------------|------------------------------|--|
| <b>Estilo<br/>de vida</b> | Nos centramos a comportamiento de la persona que adoptan y de desarrollo libre en ello se pueden modificar, con la finalidad de evitar o fortalecer el estilo de vida, en si ciertas actitudes tienen efecto positivo y negativos para la salud (53, 54). | Familia y amigos<br>Actividad física y social<br>Nutrición<br>Toxicidad Alcohol<br>Sueño y estrés<br>Tipo de personalidad y satisfacción<br>escolar<br>Imagen interior<br>Control de la salud<br>orden |                 | Likert                       | 0-46 estas en zona de peligro<br>47-72: algo bajo<br>73-84: adecuado<br>85-102 buen trabajo<br>103-120: felicitaciones |

|                                    |  |  |   |  |  |
|------------------------------------|--|--|---|--|--|
| <b>Factores biosocioculturales</b> | Características manejables de las personas, que puede ser cambiantes (55). |  | Factores Biológicos<br>Factores culturales<br>Factores sociales |  |  |
|------------------------------------|--|--|---|--|--|

**Fuente:** elaboración propia

### 3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información

**Técnica:** En el presente informe de investigación se empleó la entrevista y la observación.

**Instrumento:** En presente informe de investigación se empleó dos cuestionarios para la recolección de información para dicho estudio.

#### Instrumento N° 1

Elaborado por (Rodríguez-Moctezuma, López-Carmona, Munguia, Hernández-Santiago y Bermúdez-Martínez, 2003) modificada, diseñada en el Departamento de Medicina Familiar de la Universidad McMaster de Canadá . El instrumento fue adaptado y validado para la población chilena sin alterar su valoración. “Para validar el instrumento se efectuó un proceso inicial mediante la técnica Delphi con expertos, y se logró su validez facial y de contenido (García y Suárez, 2013)”. conformada por 30 preguntas y 10 dimensiones referidas:

**F:** Familiares y amigos

**A:** Actividad física y social

**N:** Nutrición

**T:** Toxicidad

**A:** Alcohol

**S:** Sueño y estrés

**T:** Tipo de personalidad y satisfacción escolar

**I:** Imagen interior

**C:** Control de la salud y sexualidad

**O:** Orden

Las preguntas se responden en base a una escala likert de tres puntos, en la que:

**0:** Nunca **1:** Algunas veces **2:** Siempre.

“El rango de puntuación es de 0 a 120 puntos -a mayor puntaje de la dimensión la calificación es más positiva hacia la salud; la calificación total se clasifica en rangos cualitativos, asumiendo que el promedio general no es definitivo. Al puntaje final se le multiplica por 2, obteniéndose un rango final de puntajes de 0 a 120”. Este rango de valores es clasificado en las siguientes categorías

**0-46:** Estás en zona de peligro.

**47-72:** Algo bajo, podrías mejorar.

**73-84:** Adecuado, estas bien.

**85-102:** Buen trabajo, estas en el camino correcto

**103-120:** Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantástico

## **Instrumento N° 2**

### **Cuestionario sobre factores biosocioculturales**

Elaborado por Delgado, R; Días, R, Reyna, E. modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver en anexo N° 2) Constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

Datos de Identificación, “donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de los padres entrevistados (1 ítems). Factores Biológicos, donde se determinó la edad y el sexo (2 ítems). Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (03 ítems). Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico” 4 ítems).

### **Control de Calidad de los datos:**

#### **Validez externa:**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro expertos en el área a investigación, quienes con las sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos .

#### **Validez Interna:**

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

#### **Confiabilidad:**

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach (Anexo 2)

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

Para la recolección de datos e información del presente informe de investigación se dio conocer los siguientes aspectos.

- Se le informo y se solicitó el consentimiento de los padres de familia del menor hijo(a) el permiso de participar en la investigación, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se estableció con la Sr. directora de la I.E. sobre el tiempo para aplicar el instrumento.
- Se procedió aplicar el instrumento a cada estudiante que participo.
- El instrumento fue aplicado en 20 a 30 minutos y las respuestas fueron de manera personal y directa por los adolescentes de la I.E.

#### **Análisis y procesamiento de datos**

Los datos fueron procesados en SPSS/info/software en versión 18.0 en el cual se presentaron los datos en tablas simples y de doble entra y con sus respectivos gráficos empleando el Chi cuadrado con una significancia de  $p < 0.05$

### **3.6. Aspectos éticos**

En presente investigación se tendrá en cuenta los principios éticos del reglamento de integridad científica de versión 001 de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

#### **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes**



La persona ante toda una investigación es un fin, es por esa razón necesita cierta protección, no solo implica la participación voluntaria, sino también se debe proteger sus derechos, como también incurrir a riesgo y obtenga un beneficio. El siguiente principio se cumplirá de manera, que la persona encuestada o el que brinde la información será de forma anonimato y confidencial por parte del investigador (56).

#### **Cuidado del medio ambiente:**

En siguiente investigación, se llevará a cabo por respetar la biodiversidad en donde se realice dicho estudio, por ejemplo, se procederá en desechar a los respectivos contenedores en el cual se encuentre en la institución educativa en caso de llevar alguna alimento o bebidas.

#### **Libre participación por propia voluntad**

Aquella persona que participa en la investigación tiene el derecho de estar informado sobre el propósito y finalidad de la investigación y libertad de elegir si participa o no. En el siguiente principio ético se aplicará mediante un oficio del consentimiento informado de libre participación que se le presentará al participante donde se encuentra la finalidad del estudio.

#### **Beneficencia no maleficencia**

En toda investigación existe un balance riesgo-beneficio positivo y justificado en ello se asegura el bienestar de la persona que participa en el proyecto de investigación, Por ende, la conducta del investigador responder a las siguientes reglas: “no causar daño disminuir los posibles efectos adversos y potenciar los beneficios”. En el siguiente principio ético se le recurrirá a explicarle que no habrá riesgo ya que no se va poder manipular el estudio y fenómeno, también no le perjudicara en algunos programas sociales que se encuentre registradas las personas que participan.

#### **Integridad y honestidad**

Todo investigador estudiante, egresados, docentes tiene prohibido evitar el engaño en aspectos de la investigación. Además de garantizar la veracidad en todo proceso de investigación, desde la formulación, desarrollo, análisis, y comunicación de los resultados. Se cumplirá de manera sincera, veras, sin falsificaciones de los datos durante la investigación y en la recolección de datos.

#### **Justicia**

El investigador ejerce un juicio razonable y sin interés personales, es más está obligado a tener un trato equitativo a quienes formen parte del procedimiento y acceso de los resultados del proyecto de investigación. En este principio se recurre a tener un respeto así los participantes de la investigación, el cual se le dará un buen trato, y sin desigualdades como también respetando sus culturas (56).

## IV. REULTADOS

**TABLA 2**

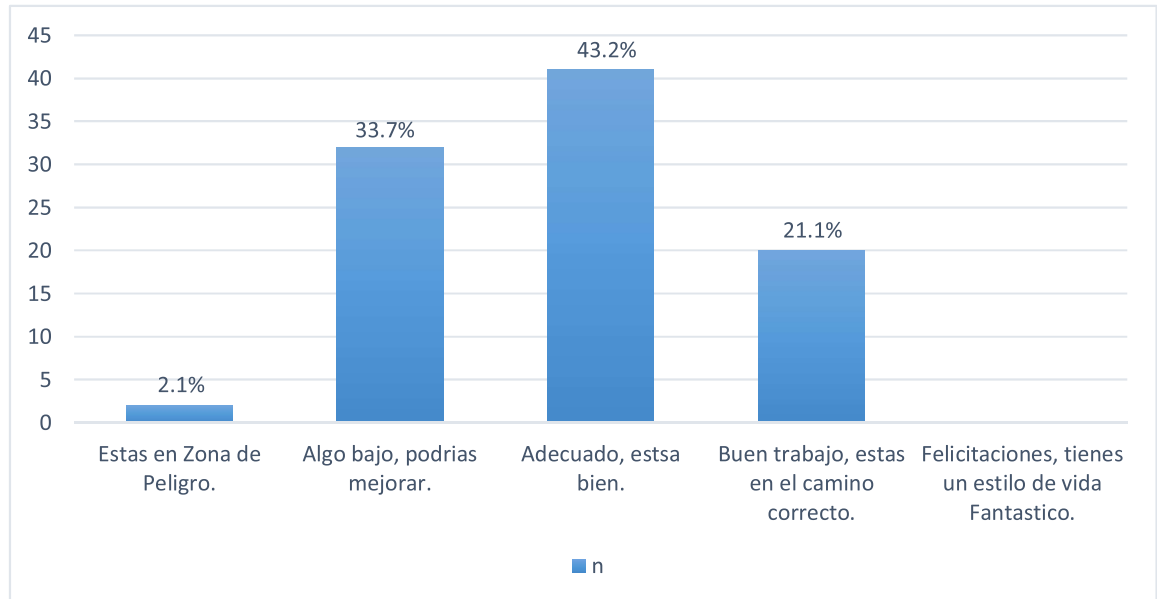
ESTILO DE VIDA EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS -  
MARCARÁ – CARHUAZ – ANCASH, 2024

| Estilo de Vida                                       | n         | %             |
|--|-----------|---------------|
| Estas en Zona de Peligro.                            | 2         | 2.1%          |
| Algo bajo, podrias mejorar.                          | 32        | 33.7%         |
| Adecuado, estas bien.                                | 41        | 43.2%         |
| Buen trabajo, estas en el camino correcto.           | 20        | 21.1%         |
| Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantástico. | 0         | 0.0%          |
| <b>TOTAL</b>   | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por Rodríguez M. López C. Hernández S. y Bermúdez M. Aplicado en adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcara –Carhuaz – Ancash, 2024.

**FIGURA 2**

ESTILO DE VIDA EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS -  
MARCARÁ – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por Rodríguez M. López C. Hernández S. y Bermúdez M. Aplicado en adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcara –Carhuaz – Ancash, 2024.

**TABLA 3**

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024

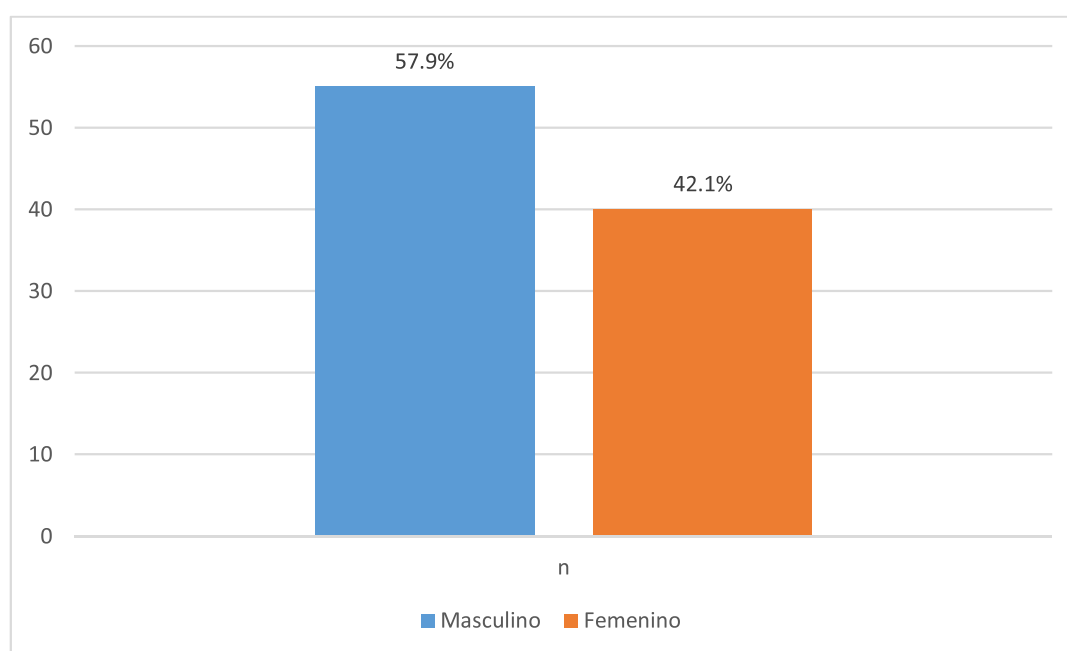
| <b>Factores biológicos</b>               |           |               |
|--|-----------|---------------|
| <b>Sexo</b>                              | <b>n</b>  | <b>%</b>      |
| Masculino                                | 55        | 57.9%         |
| Femenino                                 | 40        | 42.1%         |
| <b>TOTAL</b>                             | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |
| <b>Factores Culturales</b>               |           |               |
| <b>¿Cuál es su grado de instrucción?</b> | <b>n</b>  | <b>%</b>      |
| Analfabeto                               | 7         | 7.4%          |
| Primaria                                 | 38        | 40.0%         |
| Secundaria                               | 44        | 46.3%         |
| Superior                                 | 6         | 6.3%          |
| <b>TOTAL</b>                             | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |
| <b>¿Cuál es su religión?</b>             | <b>n</b>  | <b>%</b>      |
| Católico                                 | 63        | 66.3%         |
| Evangélico                               | 10        | 10.5%         |
| Otros                                    | 22        | 23.2%         |
| <b>TOTAL</b>                             | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |
| <b>Factores Sociales</b>                 |           |               |
| <b>¿Cuál es su estado civil?</b>         | <b>n</b>  | <b>%</b>      |
| Soltero (a)                              | 15        | 15.8%         |
| Casado                                   | 51        | 53.7%         |
| Conviviente                              | 15        | 15.8%         |
| Separado                                 | 12        | 12.6%         |
| Viudo                                    | 2         | 2.1%          |
| <b>TOTAL</b>                             | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |
| <b>¿Cuál es su ocupación?</b>            | <b>n</b>  | <b>%</b>      |
| Obrero                                   | 15        | 15.8%         |
| Empleado                                 | 5         | 5.3%          |
| Ama de casa                              | 17        | 17.9%         |
| Estudiante                               | 7         | 7.4%          |
| Otros                                    | 51        | 53.7%         |
| <b>TOTAL</b>                             | <b>95</b> | <b>46.3%</b>  |
| <b>¿Cuál es su ingreso económico?</b>    | <b>n</b>  | <b>%</b>      |

|                            |           |               |
|----------------------------|-----------|---------------|
| Menor de 400 Nuevos Soles  | 50        | 52.6%         |
| De 400 a 650 Nuevos Soles  | 15        | 15.8%         |
| De 650 a 850 Nuevos Soles  | 4         | 4.2%          |
| De 850 a 1100 Nuevos Soles | 15        | 15.8%         |
| Mayor de 1100 Nuevos Soles | 11        | 11.6%         |
| <b>TOTAL</b>               | <b>95</b> | <b>100.0%</b> |

**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes, cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013).

**FIGURA 3**

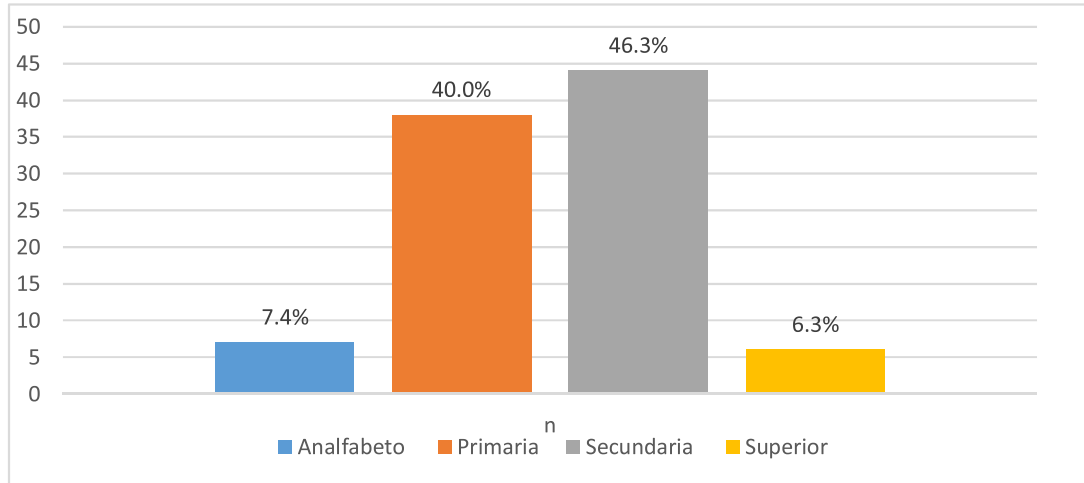
**SEXO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024**



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)

**FIGURA 4**

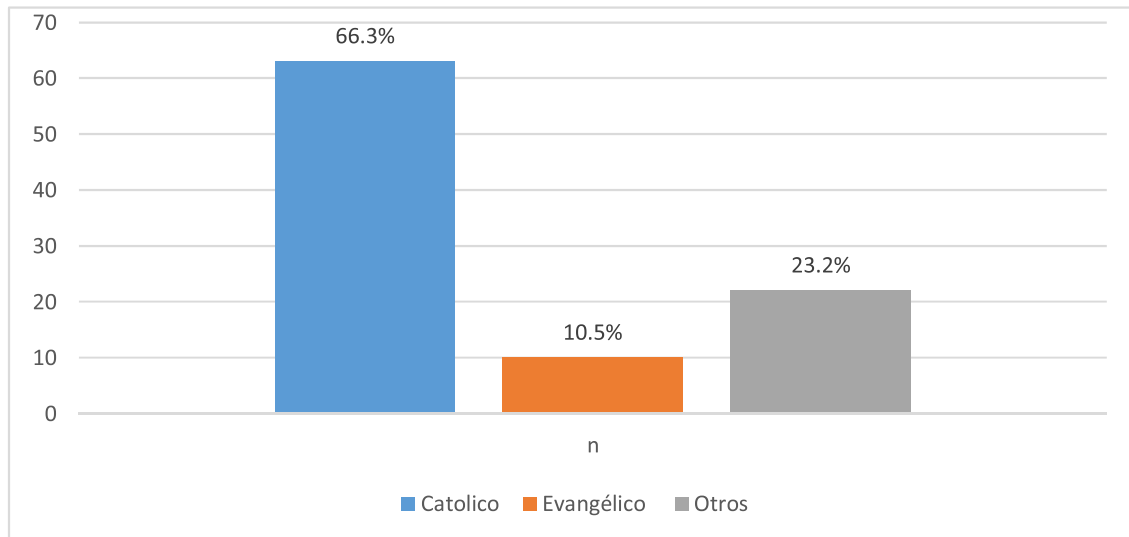
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)

**FIGURA 5**

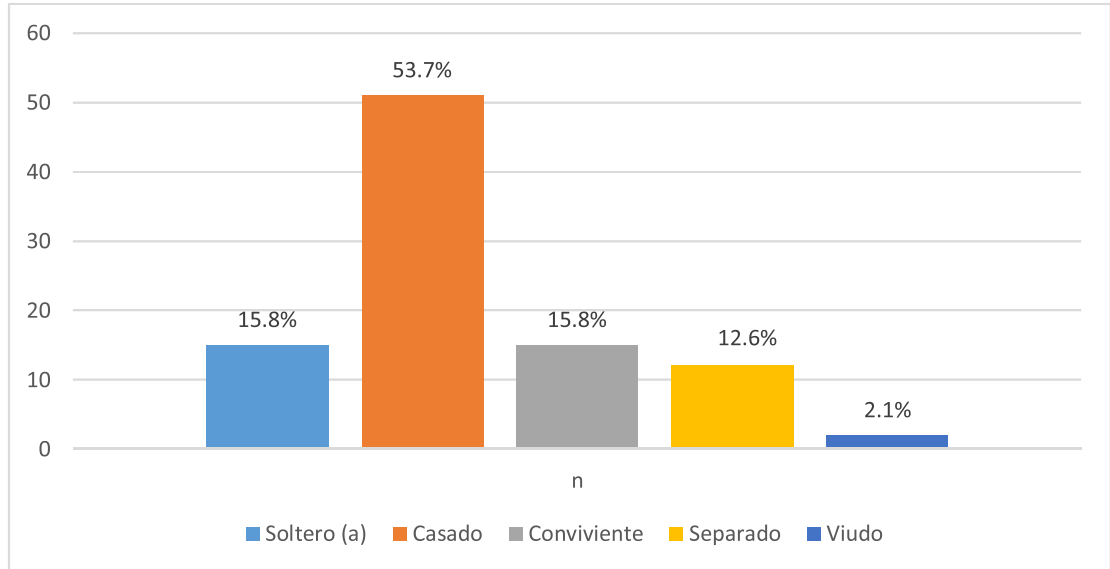
RELIGION DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)

**FIGURA 6**

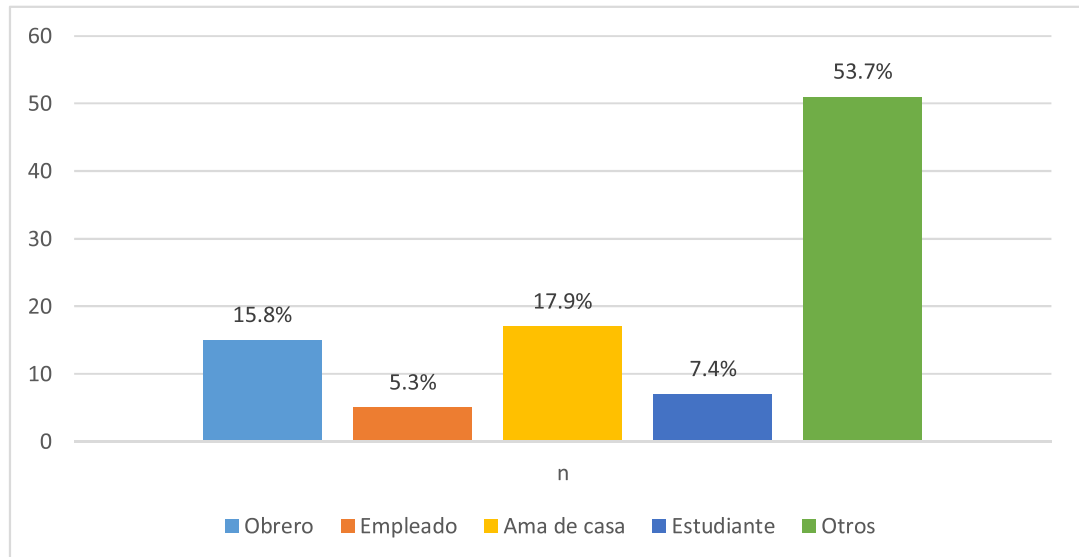
ESTADO CIVIL DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)

**FIGURA 7**

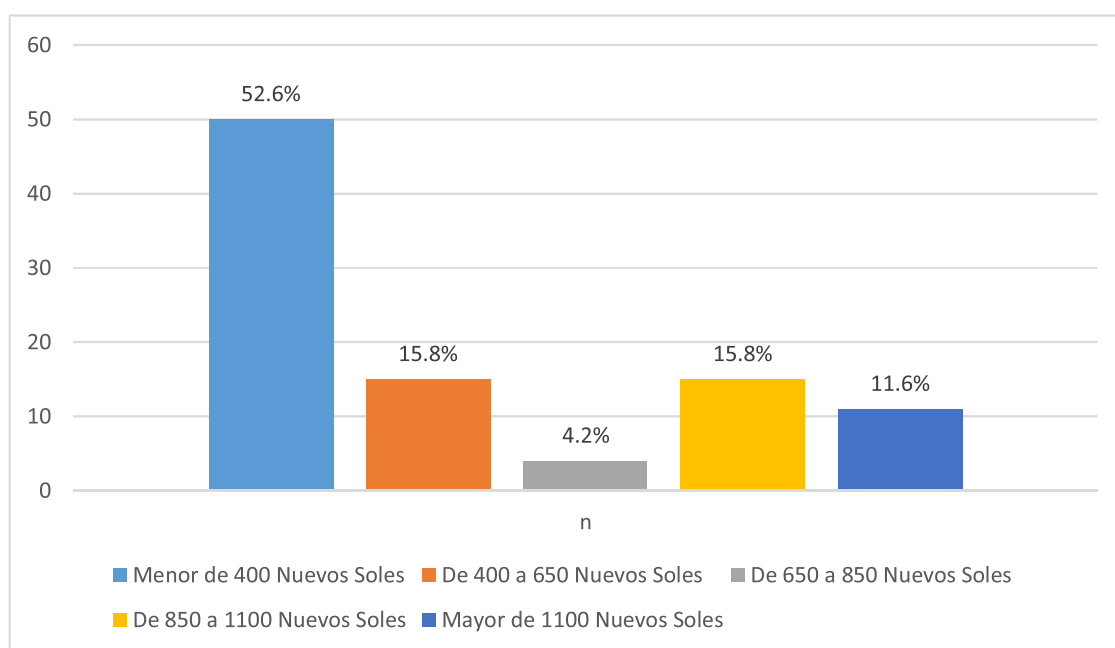
OCUPACION DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)

**FIGURA 8**

INGRESO ECONOMICO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024



**Fuente:** Aplicado a los padres de los adolescentes Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013)



**TABLA 4**

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024

| Factor es biológicos | Estilo de Vida            |             |                            |              |                       |              |   |              |   |             |          |               | CHI CUADRADO       |      |     |
|----------------------|---------------------------|-------------|----------------------------|--------------|-----------------------|--------------|---|--------------|---|-------------|----------|---------------|--------------------|------|-----|
|                      | Estas en Zona de Peligro. |             | Algo bajo, podrias mejorar |              | Adecuado, estas bien. |              | Buen trabajo, estas en el camino correcto |              | Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantastico |             | TOTAL    |               |                    |      |     |
|                      | n                         | %           | n                          | %            | n                     | %            | n   | %            | n   | %           | n        | %             | x2 =               | gl = | P = |
| <b>Sexo</b>          |                           |             |                            |              |                       |              |   |              |   |             |          |               |                    |      |     |
| Masculino            | 1                         | 1.1%        | 2                          | 21.1%        | 2                     | 22.1%        | 1   | 13.7%        | 0   | 0.0%        | 5        | 57.9%         |                    |      |     |
| Femenino             | 1                         | 1.1%        | 1                          | 12.6%        | 2                     | 21.1%        | 7   | 7.4%         | 0   | 0.0%        | 4        | 42.1%         | No existe relación |      |     |
| <b>TOTAL</b>         | <b>2</b>                  | <b>2.1%</b> | <b>3</b>                   | <b>33.7%</b> | <b>4</b>              | <b>43.2%</b> | <b>2</b>                                  | <b>21.1%</b> | <b>0</b>  | <b>0.0%</b> | <b>9</b> | <b>100.0%</b> |                    |      |     |

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por Rodríguez M. López C. Hernández S. y Bermúdez M. Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013) Aplicado en adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcara –Carhuaz – Ancash, 2024.

**TABLA 5**

FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024

| Factor es culturales | Estilo de Vida                  |                           |          |                              |          |                        |          |   |          |  |          | CHI CUADRADO  |                    |         |
|----------------------|---------------------------------|---------------------------|----------|------------------------------|----------|------------------------|----------|---|----------|--|----------|---------------|--------------------|---------|
|                      | Cuál es su grado de instrucción | Estas en Zona de Peligro. |          | Algo bajo, podrias mejorar . |          | Adecua do, estas bien. |          | Buen trabajo, estas en el camino correcto . |          | Felicitacio nes, tienes un estilo de vida Fantastico . |          |               |                    |         |
| n                    |                                 | %                         | n        | %                            | n        | %                      | n        | %   | n        | %  | n        | %             | x2                 | gl      |
| Analfab eto          | 0                               | 0.0 %                     | 3        | 3.2 %                        | 2        | 2.1 %                  | 2        | 2.1 %                                       | 0        | 0.0%   | 7        | 7.4%          | =                  | 12      |
| Primari a            | 1                               | 1.1 %                     | 1        | 12.6 %                       | 1        | 18.9 %                 | 7        | 7.4 %                                       | 0        | 0.0%   | 3        | 40.0 %        | P                  | 0.29834 |
| Secund aria          | 0                               | 0.0 %                     | 1        | 15.8 %                       | 1        | 20.0 %                 | 1        | 10.5 %                                      | 0        | 0.0%   | 4        | 46.3 %        | =                  | 1018    |
| Superior             | 1                               | 1.1 %                     | 2        | 2.1 %                        | 2        | 2.1 %                  | 1        | 1.1 %                                       | 0        | 0.0%   | 6        | 6.3%          | No existe relación |         |
| <b>TOTAL</b>         | <b>2</b>                        | <b>2.1 %</b>              | <b>3</b> | <b>33.7 %</b>                | <b>4</b> | <b>43.2 %</b>          | <b>2</b> | <b>21.1 %</b>                               | <b>0</b> | <b>0.0%</b>  | <b>9</b> | <b>100.0%</b> |                    |         |
| <b>L</b>             |                                 |                           | <b>2</b> |                              | <b>1</b> |                        | <b>0</b> |   |          |  | <b>5</b> | <b>0%</b>     |                    |         |

| Cuál es su religión | Estilos de Vida           |              |                              |               |                        |               |   |               |  |             |          | CHI CUADRADO  |                    |         |
|---------------------|---------------------------|--------------|------------------------------|---------------|------------------------|---------------|---|---------------|--|-------------|----------|---------------|--------------------|---------|
|                     | Estas en Zona de Peligro. |              | Algo bajo, podrias mejorar . |               | Adecua do, estas bien. |               | Buen trabajo, estas en el camino correcto . |               | Felicitacio nes, tienes un estilo de vida Fantastico . |             | TOTAL    |               |                    |         |
| n                   | %                         | n            | %                            | n             | %                      | n             | %   | n             | %  | n           | %        | x2            | gl                 |         |
| Catolic o           | 1                         | 1.1 %        | 1                            | 20.0 %        | 2                      | 30.5 %        | 1   | 14.7 %        | 0  | 0.0%        | 6        | 66.3 %        | =                  | 8       |
| Evangé lico         | 0                         | 0.0 %        | 2                            | 2.1 %         | 4                      | 4.2 %         | 4   | 4.2 %         | 0  | 0.0%        | 1        | 10.5 %        | P                  | 0.27261 |
| Otros               | 1                         | 1.1 %        | 1                            | 11.6 %        | 8                      | 8.4 %         | 2   | 2.1 %         | 0  | 0.0%        | 2        | 23.2 %        | =                  | 8656    |
| <b>TOTAL</b>        | <b>2</b>                  | <b>2.1 %</b> | <b>3</b>                     | <b>33.7 %</b> | <b>4</b>               | <b>43.2 %</b> | <b>2</b>                                    | <b>21.1 %</b> | <b>0</b>   | <b>0.0%</b> | <b>9</b> | <b>100.0%</b> | No existe relación |         |
| <b>L</b>            |                           |              | <b>2</b>                     |               | <b>1</b>               |               | <b>0</b>                                    |               |  |             | <b>5</b> | <b>0%</b>     |                    |         |

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por Rodríguez M. López C. Hernández S. y Bermúdez M. Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2013) Aplicado en adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcara –Carhuaz – Ancash, 2024.

**TABLA 6**

FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS – MARCARA – CARHUAZ – ANCASH, 2024

| Factores sociales | Estilo de Vida          |                           |          |                              |          |                       |          |   |          |  |          | CHI CUADRADO  |                    |      |
|-------------------|-------------------------|---------------------------|----------|------------------------------|----------|-----------------------|----------|---|----------|--|----------|---------------|--------------------|------|
|                   | Cuál es su estado civil | Estas en Zona de Peligro. |          | Algo bajo, podrias mejorar . |          | Adecuado, estas bien. |          | Buen trabajo, estas en el camino correcto . |          | Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantastico o. |          |               |                    |      |
| n                 |                         | %                         | n        | %                            | n        | %                     | n        | %   | n        | %  | n        | %             | x2 =               | gl = |
| Soltero           | 0                       | 0.0%                      | 5        | 5.3%                         | 9        | 9.5%                  | 1        | 1.1%  | 0        | 0.0%   | 1        | 15.8%         | = 16.7867          | = 16 |
| Casado            | 1                       | 1.1%                      | 1        | 16.8%                        | 2        | 22.1%                 | 1        | 13.7%                                       | 0        | 0.0%   | 5        | 53.7%         | P 0.42035          | > 0. |
| Conviviente       | 1                       | 1.1%                      | 5        | 5.3%                         | 5        | 5.3%                  | 4        | 4.2%  | 0        | 0.0%   | 1        | 15.8%         | = 9295             | > 05 |
| Separado          | 0                       | 0.0%                      | 6        | 6.3%                         | 6        | 6.3%                  | 0        | 0.0%  | 0        | 0.0%   | 1        | 12.6%         | No existe relación |      |
| Viudo             | 0                       | 0.0%                      | 0        | 0.0%                         | 0        | 0.0%                  | 2        | 2.1%  | 0        | 0.0%   | 2        | 2.1%          |                    |      |
| <b>TOTAL</b>      | <b>2</b>                | <b>2.1%</b>               | <b>3</b> | <b>33.7%</b>                 | <b>4</b> | <b>43.2%</b>          | <b>2</b> | <b>21.1%</b>                                | <b>0</b> | <b>0.0%</b>  | <b>9</b> | <b>100.0%</b> |                    |      |

| Factores sociales | Estilo de Vida       |                           |          |                              |          |                       |          |   |          |  |          | CHI CUADRADO  |                    |      |
|-------------------|----------------------|---------------------------|----------|------------------------------|----------|-----------------------|----------|---|----------|--|----------|---------------|--------------------|------|
|                   | Cuál es su ocupación | Estas en Zona de Peligro. |          | Algo bajo, podrias mejorar . |          | Adecuado, estas bien. |          | Buen trabajo, estas en el camino correcto . |          | Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantastico o. |          |               |                    |      |
| n                 |                      | %                         | n        | %                            | n        | %                     | n        | %   | n        | %  | n        | %             | x2 =               | gl = |
| Obrero            | 1                    | 1.1%                      | 6        | 6.3%                         | 4        | 4.2%                  | 4        | 4.2%  | 0        | 0.0%   | 1        | 15.8%         | = 10.3550          | = 20 |
| Empleado          | 0                    | 0.0%                      | 1        | 1.1%                         | 3        | 3.2%                  | 1        | 1.1%  | 0        | 0.0%   | 5        | 5.3%          | P 0.33015          | > 0. |
| Ama de casa       | 1                    | 1.1%                      | 2        | 2.1%                         | 9        | 9.5%                  | 5        | 5.3%  | 0        | 0.0%   | 1        | 17.9%         | = 1687             | > 05 |
| Estudiante        | 0                    | 0.0%                      | 3        | 3.2%                         | 3        | 3.2%                  | 1        | 1.1%  | 0        | 0.0%   | 7        | 7.4%          | No existe relación |      |
| Otros             | 0                    | 0.0%                      | 2        | 21.1%                        | 2        | 23.2%                 | 9        | 9.5%  | 0        | 0.0%   | 5        | 53.7%         |                    |      |
| <b>TOTAL</b>      | <b>2</b>             | <b>2.1%</b>               | <b>3</b> | <b>33.7%</b>                 | <b>4</b> | <b>43.2%</b>          | <b>2</b> | <b>21.1%</b>                                | <b>0</b> | <b>0.0%</b>  | <b>9</b> | <b>100.0%</b> |                    |      |

| Cuál es su ingreso económico | Estas en Zona de Peligro. |             | Algo bajo, podrías mejorar . |              | Adecuado, estas bien. |              | Buen trabajo, estas en el camino correcto . |              | Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantástico. |             | TOTAL    |               | CHI CUADRADO       |                             |
|------------------------------|---------------------------|-------------|------------------------------|--------------|-----------------------|--------------|---|--------------|--|-------------|----------|---------------|--------------------|-----------------------------|
|                              | n                         | %           | n                            | %            | n                     | %            | n   | %            | n  | %           | n        | %             |                    |                             |
|                              | Menor de 400 Nuevos Soles | 1           | 1.1%                         | 1            | 18.9%                 | 2            | 25.3%                                       | 7            | 7.4%   | 0           | 0.0%     | 5             | 52.6%              | x <sup>2</sup><br>= 12.7069 |
| De 400 a 650 Nuevos Soles    | 0                         | 0.0%        | 3                            | 3.2%         | 7                     | 7.4%         | 5   | 5.3%         | 0  | 0.0%        | 1        | 15.8%         |                    |                             |
| De 650 a 850 Nuevos Soles    | 0                         | 0.0%        | 3                            | 3.2%         | 1                     | 1.1%         | 0   | 0.0%         | 0  | 0.0%        | 4        | 4.2%          | P<br>= 0.36572     | 0.05                        |
| De 850 a 1100 Nuevos Soles   | 1                         | 1.1%        | 5                            | 5.3%         | 6                     | 6.3%         | 3   | 3.2%         | 0  | 0.0%        | 1        | 15.8%         |                    |                             |
| Mayor de 1100 Nuevos Soles   | 0                         | 0.0%        | 3                            | 3.2%         | 3                     | 3.2%         | 5   | 5.3%         | 0  | 0.0%        | 1        | 11.6%         | No existe relación |                             |
| <b>TOTAL</b>                 | <b>2</b>                  | <b>2.1%</b> | <b>3</b>                     | <b>33.7%</b> | <b>4</b>              | <b>43.2%</b> | <b>2</b>                                    | <b>21.1%</b> | <b>0</b>   | <b>0.0%</b> | <b>9</b> | <b>100.0%</b> |                    |                             |

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por (Rodríguez-Moctezuma, López-Carmona, Munguia, Hernández-Santiago y Bermúdez-Martínez, 2003). Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R Aplicado a los adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcará –Carhuaz – Ancash, 2024

## V. DISCUSIÓN

### Tabla 2

En el presente estudio realizado sobre el estilo de vida del adolescente de la I.E. José María Arguedas – Marcara – Carhuaz – Ancash, 2024, con una muestra de 95 participantes se obtuvo los siguientes resultados, el 43,2% (41) están el rango de Adecuado, el 33,7% (32) se encuentra en Algo bajo podrías mejorar, en tanto que el 21,1% (20) estas en el camino correcto y el 2.1% (2) se estima que esta en zona de peligro.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación nos permitió conocer que los adolescentes están en un rango de mejoría, ya sea en las diversas dimensiones del estilo de vida a ello cabe recalcar que se podría sumar a mejorar el estilo de vida de nuestros estudiantes a mismo se podría minimizar los riesgos que más adelante podría interferir en la vida cotidiana y en la salud. Así mismo menos de la mitad se encuentra una zona de peligro en donde fortalecería con actividades como sesiones educativas, charlas u otros y con el apoyo de nuestras profesionales de la salud.

La organización de las Naciones Unidas (57), refiere que el estilo de vida está determinado como forma de vida, basado en actitudes que repercute de manera favorable o negativa así la salud. A ello comprende diferentes prácticas habituales como actividad física e ejercicio, una alimentación balanceada, manejo de estrés, evitar el consumo de sustancia de toxicidad como el alcohol, drogas, así mismo también el manejo del estrés y sueño, por último, el control de la salud que es fundamental en nuestra vida cotidiana y de cada persona.

La Organización Mundial de la Salud (58), caracteriza al estilo de vida como un a dieta balanceada y saludable en cuanto a la alimentación ya sea en todas sus formas, como en las enfermedades transmisibles y no transmisibles como accidentes cerebrovasculares, diabetes, y el cáncer. Sin embargo, la OMS los hábitos comienzan desde el primer año de vida, como es la lactancia materna el cual favorece un crecimiento fuerte y sanos por ello esto puede ser beneficioso a lo largo plazo reduciendo padecer riesgos como obesidad y el sobrepeso y las enfermedades no transmisibles a lo lardo de la vida.

En la dimensión familia y amigos el adolescente contribuir a que el estilo de vida se puede condicionar en la etapa de inmadurez, donde los padres son los primeros en crear un vínculo, donde va marcar la personalidad del adolescente para sus relaciones futuras

con las demás. A ello las interacciones van cogiendo una relación fuerte o la aceptación dentro de un grupo, el cual va conllevar a poner pruebas donde el éxito y el fracaso va hacer que el individuo sea valorado por los logros que obtuvo y a ello la autoestima influirá (59).

Por consiguiente, en la actividad física y social los adolescentes ejercen practicas durante su estadía en colegio entre una hora a dos horas, en el resto de la semana suele pasar más tiempo en los teléfonos móviles, como en redes sociales o el internet, el cual hace que las comunicaciones con entorno social sea menor, y esto puede generar un aumento de peso, un paro cardiaco, estrés, afecciones a la visión entre otras. Por ende, la inactividad de una actividad física puede ocasionar riesgos como también favorables para la salud.

Así mismo, en la alimentación y nutrición del adolescente es donde comienza los cambios físicos y psíquicos que pueden afectar, en el entorno psicosocial en cuanto a la nutrición, por ende, el cuerpo se prepara para la procreación. Entonces en esta etapa de vida la nutrición tiene una mayor relevancia no solo se asegura un crecimiento optimo y sano si no que se prevee prevenir de enfermedades cuyas que se manifiesten clínicamente y repercutirá a la edad adulta. Sin embargo, la alimentación del adolescente a veces se debe conocer algunos factores como el grado de maduración sexual, composición corporal, preferencias, características psicológicas, ritmo decrecimiento, el grado de aceptación de su personalidad y su imagen corporal, sociales y culturales (60).

De manera que el consumo del alcohol se evidencia que pone en un riesgo a asi la salud, de padecer problemas ya sean a corto plazo, como peleas entre ellos, actividad sexual no deseado y la sobredosis. Por el cual, esto puede causar problemas en el desarrollo del cerebro, trastornos de salud mental, bajo rendimiento intelectual en colegio. En la actualidad la sociedad moderna y las generaciones actuales busca satisfacer sus necesidades y buscar emociones, por esta razón no debe ser ignorado por los adultos estas actitudes. Mientras tanto en la encuesta “Nacionales de Estados Unidos” en 2019 refieren que un 25,5%, ingirió estas sustancias, mientras que el consumo de cigarrillos en 2021 disminuyo a un 19,6% de no haber consumido a lo largo de su cotidiana vida sustancias ilícita (61).

En el manejo de estrés es sumamente perjudicial para la salud del individuo, pero así mismo también es bueno siempre cuando este de manera controlada. El estrés es considerado en la etapa de adolescencia como cansancio mental que puede ser provocado por una exigencia o situaciones que pueden ser amenazadoras e irritante donde el cuerpo pierde la resistencia y llega a caer o enfermarse. Pero también es un desafío para integrarse a la etapa de madurez y expone a retos, conductas que conllevan a ser más vulnerables (62).

En la adolescencia el tipo de personalidad y satisfacción escolar es único y necesario para su crecimiento y desarrollo psicológico. Y es donde obtiene una intimación entre sus amistades y logra una comunicación y recibir consejos porque se siente en el mismo escenario. A ello se suma una investigación realizada y menciona que resulta pertinente como la familia e instituciones a que promuevan ambientes de integración donde el adolescente pueda relacionarse e interactuar a través de dinámicas.

En control de la sexualidad y salud la etapa de la adolescencia es lo más importante, recordemos que existe cambios fisiológicos como la también la práctica del acto sexual en donde los adolescentes debe conocer métodos de protección de las ETS y ser más responsable que nunca. En si el adolescente en la presente investigación ha demostrado que si hay una buena práctica en cuanto a lo que es la responsabilidad en salud.

En la presente investigación que se titula Atalaya et al (63), “Estilos de vida en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar Chamorro – Sayan 2020” al llegar a los siguientes resultados y conclusiones que el 93,3% son saludables y un 6,6% son no saludables.

Así mismo con el estudio de Gutiérrez (64), se difieren en los siguientes resultados titulándose “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” dado las siguientes conclusiones el 43% es saludable y el 47% son no saludables.

En el siguiente estudio presentado por Sánchez (65), que se titula “Estilos de vida saludables y estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa Privada San Fernando Distrito De Santa María- 2019”, en particular se asemeja que el

52%, de estudiantes tienen un estilo de vida saludables, mientras tanto, que el 48% tiene un estilo de vida saludable.

En la siguiente investigación que lleva por título estilo de vida, vinculado con la depresión en el siglo XXI, considera que el estilo de vida, es como una forma peculiar de las condiciones de vida que se integra al mundo actual y que está relacionado con la alimentación, sexualidad, relaciones sociales, familias entre otras (66).

Así mismo las consecuencias de no optar por un estilo de vida saludable trae consecuencias como enfermedades hacia el corazón, presión arterial alta, colesterol entre otras más enfermedades no trasmisibles. Por ende, el estilo de vida juega un papel importante en el desarrollo del adolescente en cual se enfrentan como el sobrepeso, la obesidad, anorexia, bulimia y estrés. Sin embargo, es el comienzo de diversos hábitos que podría condicionar a diferentes factores de riesgos en la vida adulta; como el consumo de sustancias nocivas (alcohol, tabaquismo, drogas, cigarrillos sedentarismo).

Por ende, se concluye que en los resultados obtenidos en la investigación la mayoría se encuentra en un estilo de vida saludables mientras que un porcentaje minoritario está en zona de peligro (no saludable). Por tanto, se sugiere al personal de salud a seguir promoviendo los estilos de vida ya sea con materiales didácticos, charlas, capacitaciones, para que puedan seguir manteniéndose las buenas practicas, porque solo así se podrá mantener una vida sana y saludable: Sin embargo, algunas de las dimensiones del estilo de vida son indispensables para nuestra salud como; la alimentación, actividad fisica, control de la salud y sexualidad, sueño estrés son principalmente importantes. Es por aquella razón tanto los centros de salud de dichos lugares se deben orientar y brindar información tanto en las instituciones como comunidades e centros asistenciales, porque esto influirá a la edad madura y pocas probabilidades de padecer enfermedades de riesgo al transcurso de los años.

### **Tabla 3**

En cuanto a los resultados obtenidos sobre los factores biosocioculturales en los padres de los adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcara –Carhuaz – Ancash, 2024, se obtuvieron los siguientes resultados del 100% (95) de entrevistados que el 57,9% (55) son de sexo masculino mientras que el 46,3% (44) tiene grado de instrucción secundaria, el 66,3% (63) profesan la religión católica, que el 53,7% (51) son de estado civil casado,



el 53,7% (51) tiene ocupación en otros rubros y el 52,6% (50) tiene un ingreso económico menor de 400 nuevo soles.

En la siguiente tabla se muestra las variables de factores biosocioculturales el cual los estudiantes de la I.E. José María Arguedas – Marcará, cabe indicar que cada individuo tiene sus propias características en particular que han favorecido a desarrollar sus necesidades y que cada ser ha conseguido un bienestar optimo en la salud. Por el cual, los factores biosocioculturales que se tomaron en el siguiente estudio, fueron el factor biológico que se encuentra conformado por la (edad y sexo), en cuanto al factor cultural; (religión y grado de instrucción) y por último en factor social tenemos a (ocupación, estado civil e ingreso económico). En lo biológico la edad se puede definir como edad cronológica que está basado al calendario del año, es mencionar el tiempo que ha transcurrido desde el nacimiento y en cuanto en lo biológico “es la edad del organismo, de tus células y según el estilo de vida que lleves será mayor o menor” la supervivencia (67)

En cuanto al sexo es conceptualizado como “características fisiológicas y sexuales con las que nacen mujeres y hombres. El sexo como reproducción de la raza, es el proceso mediante el cual los humanos y cualquier especie se aparean conduciendo a la reproducción de las mismas especie” (68).

El grado de instrucción es nada menos aquel tiempo o periodo en donde la persona adquiere conocimientos y habilidades ya sea en campo específico y es considerada como un eje de integración a la sociedad y uno de los requisitos de encajar en el mercado laboral. A ello se suma diferentes fuentes de investigaciones que el grado de instrucción son estudio realizado o cursos más alto o reconocidos que el individuo este cursando durante su trayecto de vida.

La religión también es tomada como un variable de dicho estudio, es considerado como una creencia y prácticas a un ser supremo, divino y lo sobrenatural. Sin embargo, se puede conceptualizar como costumbres e símbolos propuesta ya sea por una idea divina o sagrada: El cual conocemos como la doctrina compuesta por principios y/o creencias algo que nosotros lo responsabilizamos de manera teológico.

Por lo consiguiente el en factores sociales tenemos a estado civil, ocupación y el ingreso económico a ello estos puntos son puntuales en la en la vida del ser humano como

el estado civil con el fin de procrear una familia y ser amado. En cuanto a la ocupación es trabajo que se desempeña o logros que hace para satisfacer la necesidad de su conyugal como de sí mismo. Por último, la economía es el fruto de esta arduo trabajo laboral que se le remunera ya sea mensual o quincenales para pagar sus gastos y necesidades.

Al revisar los antecedentes obtuvimos estudios que difieren como de Armas (69). Titulándose “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Pueblo Joven Miraflores Alto Zona II Sector I Chimbote, 2019”. Llegando a concluir que el 64,0% son sexo femenino y el 95,5% tiene la edad de 15 a 17 años mientras que 68,5% son de grado de instrucción secundaria.

Así mismo en la investigación que realizó Reyes (70). “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Pueblo Joven Miraflores Alto Zona II Sector II \_ Chimbote, 2019”. Se asemejan en las conclusiones y resultados dando que el 55,0% son de sexo femenino, el 52,5% son de 15 a 17 años, 92,5% tienen secundaria, e ingreso económico, el 40,0% tienen 650 a 850 soles de ingreso económico.

Por esta razón los factores que pueden afectar la salud existen diversas como la biología que pueden ser hereditaria e comportamientos personales lo cual si fumamos cigarrillos o algún ejercicio repercute a la salud. En cambio, los factores culturales van afectar de manera positiva mientras que al otro grupo va desfavorecer, en cuanto a prevención y tratamiento de algunos síntomas que padezca. Por tanto, tener un ingreso económico bajo afecta la capacidad de optar un seguro con una atención de calidad, y pues esto afecta la frecuencia de poder visitar a un médico el cual puede generar un efecto en la salud.

Ante los resultados obtenidos se concluye que los factores biosocioculturales influye a la salud de cada persona como el factor biológico el cual predomina las características del hombre, mientras tanto que el factor cultural, está relacionado con las costumbres y creencias de las personas y más que todo en aquellas familias que tienen ciertas creencias antiguas y en su estilo de vida, en factor sociales también es uno de los predominantes en estilo de vida del hombre, de manera que la economía es fundamental como otros puntos de la vida, de modo que se busca mejorar la calidad de vida. Por aquella razón es importante hacer mención o de hacer conocimiento a las autoridades como el municipio,

al centro de salud, a las autoridades de los centros educativos para ejercer y mejorar la salud.

#### **Tabla 4**

En cuanto en relación a factores biológicos “sexo” y el estilo de vida del adolescente de la I.E. José María Arguedas del 100% (95) el 57,9% (55) son de sexo masculino, donde tienen un estilo de vida adecuado “estas bien”, el cual no existe relación estadísticamente e significativamente  $P= 0.122196386$  entre el estilo de vida y el sexo.

En revisión de supuestos estudio se difiere a de Chaves F, (71). “Factores biosocioculturales y familiares asociados al inicio de las relaciones coitales en adolescentes de Trujillo 2019” llegado a los resultados y conclusiones la prueba de Chi cuadrado confirma que se obtuvo un 6,632 con significancia  $P= 0,0472$ . mientras que en estudio realizado también existen una relación significativa.

Supuesto estudios encontrados, han referido que el estilo de vida saludable influye a la salud del adolescente ya que es una etapa de vida que ocurre diversos cambios psicológicos e hormonales, así mismo otras investigaciones de diferentes países hacen mención que la alimentación, la actividad física tiene una significancia. Como así, por ejemplo, la dieta inadecuada va desfavorecer el crecimiento y el desarrollo sexual.

En conclusión, se debe considerar que los padres y entorno debe de ser un modelo donde los adolescentes puedan copiar aquellas acciones e imágenes de las personas adultas, y de esa manera tener en cuenta un estilo de vida saludable para supuestos generaciones que trasciendan a generación a generaciones, para así y poder disminuir altas porcentajes del estilo de vida no saludables y sumar por lo saludable.

#### **Tabla 5**

En la siguiente tabla se presenta la relación entre los variables factores culturales como (grado de instrucción, religión) y el estilo de vida del adolescente, el 46,3% (44) tienen grado de instrucción secundaria, el 43,2% (41) tiene estilo de vida adecuado “estas bien”, el cual no se encontró una relación estadísticamente significativa  $P= 0.298341018$  con el estilo de vida y grado de instrucción: Por tanto, el 66,3% (63) profesan la religión católica, lo cual no existe relación estadística  $P= 0.272618656$  con el estilo de vida y la religión.

En análisis de las variables del factor cultural la mayor parte de la población estudiada son de grado instrucción secundaria, el cual los conocimientos ha permitido a tener un

estilo de vida saludable. Mientras que la religión no hay relación para poder determinar un estilo de vida saludable, porque la mayoría no acuden al centro de culto o “sus reuniones religiosas, pero ello no determina que ellos manifiesten conductas apropiadas en el cuidado a su salud, consumen alimentos no saludables ya que como son obreros comen en su mayoría fuera del hogar”; pero otros mecanismo o mediadores ha manifestado que les ayuda de sobresalir de diferentes vicios (72).

Referente con el grado de instrucción de los padres y el estilo de vida del adolescente se mostró que no existe relación estadística. Sin embargo, diferentes literaturas e expertos mencionan que a mayor nivel educativo tenga la persona, va comprender su salud, que es el autocuidado, una alimentación saludable y podrá identificar enfermedades severas, como no transmisibles es la razón que es importante que las autoridades promuevan, influyan a que se integren a practicar estilos de vida saludable.

Por lo tanto, Objetivo de Desarrollo Sostenible (73), refieren, que en su estudio que el grado de instrucción es un “vehículo de movilidad social” donde se puede buscar y garantizar que la educación sea equitativa y que pueda promover una oportunidad para la persona y que garantice la socioeconómica del país, donde es punto para salir de la pobreza y mejorar la calidad de vida. Por otra parte, la religión es considerado como una fuente ordinaria de la salud mental e física de la persona e población que promueven un comportamiento saludable para vivir en cuanto a la enfermedad y en la salud.

En cuanto a socioculturales influye así la salud y el bienestar: La educación y la religión es sumamente significativo para tomar decisiones así nuestra salud. Por el cual la persona con una mayor educación tiene mayor probabilidad de vivir más. Entonces las probabilidades de participar en actividades saludables como la actividad física y consulta médica regular va permitir ser menos propenso a adquirir enfermedades severas.

Llegado al análisis de los resultados se concluye que el grado de instrucción, religión y estilo de vida se demostró que no existe relación entre sí. Por esta razón se debe continuar con las medidas de promoción y prevención en cuanto en nuestros grupos etario y de riesgo, además tomando en cuenta las necesidades de nuestras teoristas Nola pender, donde está asociado con el nivel educativo y creencias de la persona y esto es que determina de poder conllevar un estilo de vida saludable.

## **Tabla 6**

Del 100% (95) de los adolescentes de la I.E. José María Arguedas – Marcará – Carhuaz – Ancash, el 53,7% (51) de los padres de los adolescentes son casados por tanto no existe relación estadísticamente significativa  $P= 0.420359295$  con el estilo de vida y el estado civil, el 53,7% (51) ocupan otros rubros el cual no tiene relación estadística significativa  $P= 0.330151687$  entre el estilo de vida y estado ocupacional, el 52,6% (50) cuenta con un ingreso económico menor de 400 nuevo soles, por el cual no existe relación estadística significativa  $P= 0.365728386$  con el estilo de vida y el ingreso económico.

Desde los resultados expuestos, se han encontrado que no existe relación estadística con los variables de factores sociales, por ende, se señala que el estado civil de los padres de los adolescentes no influye tanto en cuanto al estilo de vida, mientras tanto que el estado ocupacional y el ingreso económico si abarca mediante expertos ya que influye a una calidad de vida y a oportunidades laborales (74).

Así también el ingreso económico que refieren tener de sus padres es de 400 nuevos soles el cual no cubre la canasta familiar que mucho de ellos conforma más de 5 integrantes de la familia es por esta razón que muchas veces se presentan problemas de la salud generando un gasto económico en la adquirir medicamentos ya que muchos de ellos y mediante de SIS se toman una atención de salud en centros de salud.

En cuanto a los factores socioeconómicos puede afectar a la salud mediante oportunidades de trabajo y remuneración salarial por el cual las personas con mayores ingresos tienden a ser más saludables y vivir más tiempo que las personas con bajos ingresos. Es más probable que vivan en vecindarios seguros. Tienen mayor acceso a tiendas de comestibles y alimentos saludables. Por lo general, tienen más acceso a espacios seguros para el ejercicio u otras actividades para una buena salud.

En conclusión, se hace mención que muchos de las familias de los adolescentes tienen un ingreso económico menor a 400 nuevos soles y esto influye en cuanto al estilo de vida, así mismo la ocupación también está relacionada en cuanto al salario del hombre, entonces recalcar a las autoridades de dichos lugares para que puedan generar un empleo y una coordinación con los gobiernos regionales y programas de apoyo. Como también mencionar al sector salud a implementar medidas de temas de promoción de la salud para que el servicio de la salud pueda mejorar en cuanto a la atención.

## **VI. Conclusiones**

Se determinó el estilo de vida del adolescente de la I.E. José María Arguedas – Marcara – Carhuaz –Ancash, 2024 que menos de la mitad se encuentran en zona de adecuado, y un porcentaje minoritario se encuentra en zona de peligro.

En factores biosocioculturales se identificó que la mayoría profesan la religión católica, más de la mitad son de sexo masculino, en cuanto ocupación se dedican a otros rubros, en estado civil son casados y tienen ingreso económico menor de 400 nuevos soles y menos de la mitad tiene el grado de instrucción secundaria.

Al realizar la prueba de Chi cuadrado entre el estilo de vida y factores biosocioculturales, no se encontró relación estadísticamente significativa.

## **VII. Recomendaciones**

Se recomienda reformular las orientaciones a las directivas de la APAFA de la institución educativa para que se pueda coordinar con el alcalde del Distrito para seguir mejorando la salud de los estudiantes y padres de familia.

Sugerir a la Directora a invitar al personal de salud a realizar charlas y campañas en la institución educativa con el fin de promover un estilo de vida saludable en promoción y prevención de enfermedades.

De misma manera se recomienda a realizar sesiones educativas sobre la alimentación y el manejo de estrés con la Psicóloga del I.E. y junta con los padres de familia y docentes.

Hacer de conocimiento los resultados obtenidos en la investigación a comunidad estudiantil y la directora de la institución educativa José María Arguedas y a las autoridades del distrito de Marcará.

Así mismo también mencionarle a supuesto estudios a realizarse y hacer comparación con los resultados para poder identificar el comportamiento de los factores que intervienen a la persona.

## Referencias bibliográficas

1. Organización Panamericana de la Salud. Plan de acción para la salud de la mujer, niño y el adolescente 2028-2030 [internet]. [consultad el 11 de marzo de 2024]. Disponible en [Plan de Acción para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente 2018-2030 \(paho.org\)](#)
2. Organización Mundial de la Salud. Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. [internet]. 2019 [consultado 11 de marzo de 2024] disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
3. Organización Mundial de la Salud..Salud del adolescente y el joven adulto. [internet]. 2021 [consultado 11 de marzo de 2024 ]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
4. Organización Panamericana de la Salud. Nuevo estudio de la OPS/OMS indica que 85 mil personas al año en las Américas pierden la vida exclusivamente por consumo de alcohol [internet]. 2021 [consultado 11 de marzo de 2024 ]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/12-4-2021-nuevo-estudio-opsoms-indica-que-85-mil-personas-al-ano-americas-pierden-vida>
5. Galindo M, Forero A, Romero J. Características de las concentraciones elevadas de yoduria en escolares y adolescentes de Colombia. Rev. Perú Med. Exp. Salud Publica [Internet] 2021 [consultado 11 marzo de 2024]; 38(1): 24-32. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/2021.v38n1/24-32/es>
6. Pajuelo Lopez L, Mendoza Saldaña Y, Medina Corcuera G, Estilos de vida saludable y mejora del aprendizaje en estudiantes del séptimo ciclo de la institución educativa república Argentina, Rev. Med. Exp. [internet]. 2021 [consultado 11 de Marzo de 2024]. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1504/2098>



7. Trujillo P, et al. Analisis de las propiedades psicometricas de la escla de autoeficacia d ela conducta alimentaria en adolescentes mexicanos. Nutr Hosp [internet] 2021 [consultado 11 de Marzo de 2024]; 38(4):821-826. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v38n4/0212-1611-nh-38-4-821.pdf>
8. Sustis A. Adolescentes en la ciudad: rebeldía y conformismo en la narrativa peruana moderna. LEXIS [Internet]. 15 dic.2021 [citado 11 mar.2024];45(2):891-16. Recuperado a partir de: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/lexis/article/view/24652>
9. MINEDU. Asi nos encontro: las juventudes peruanas ante la pandemia. [internet] 2021 [consultado 11 de marzo de 2024] recuperado a partir de: <https://juventud.gob.pe/wp-content/uploads/2021/05/Las-juventudes-peruanas-ante-la-pandemia-2.pdf>
10. Instituto Nacional de Estadística e Informática . enfermedades no transmisibles y transmisibles 2020. [internet] [consultado 11 de marzo de 2024] disponible en: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/SALUD/ENFERMEDADES\\_ENDES\\_2020.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2020.pdf)
11. Instituto Nacional de Estadística e Informática, Encuesta demográfica y de salud familiar ENDES 2022 [internet] [consultado 11 de marzo de 2024] disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4570183/Resumen%3A%20Per%C3%BA.%20Encuesta%20Demogr%C3%A1fica%20y%20de%20Salud%20Familiar%20-%20ENDES%202022.pdf>
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Más de 8 millones 800 mil madres conmemoran su día en el Perú. 2023 [internet] [consultado 13 de marzo de 2024] disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/756802-mas-de-8-millones-800-mil-madres-conmemoran-su-dia-en-el-peru-estedomingo>
13. Instituto Peruano de Economía. Ancash Avances en salud [Internet]. 2018 [citado 11 de marzo de 2024]; Recuperado a partir de: <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-avances-en-salud/>
14. Municipalidad de Marcará. Prevección ante el virus. [internet] 2020 [consultado 11 de marzo de 2024]. disponible en:

<https://sigrid.cenepred.gob.pe/sigridv3/storage/biblioteca//10034plandepreencion-y-reduccion-del-riesgo-ante-covid-19-del-distrito-de-marcará.pdf>

15. Palma Chaucha M, Zeballos Chambi N, Asociación de estilos de vida y factores biosociales con el estado nutricional en adolescentes primigestas atendidas en el Centro de Salud Ciudad de Dios – Cono Norte, Yura 2019. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2019 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/10327>
16. Campos Valenzuela N, Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del Bio Bio y factores relacionados 2021 [Tesis para optar el grado académico de magister en Enfermería]. Universidad de Concepción; 2019 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.udec.cl/xmlui/bitstream/handle/11594/6049/TESIS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20DE%20ADOLESCENTES%20DE%20ESTABLECIMIENTOS%20.Image.Marked.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Guerrero de Caballero H, Contreras Orozco C. Estilos de vida y características sociodemográficas de adolescentes de cinco instituciones educativas. Rev. cienc. ciudad. [Internet]. 1 de enero de 2020 [citado 11 de marzo de 2024]; 17(1):85-98. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/10327/NHpachma%26zechn.g.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Gutierrez Cepeda 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 grado de nutricionista dietista]. Pontificia Universidad Javeriana – Bogotá [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54026/DOCUMENTO%20FINAL%20TG.pdf?sequence=2>
19. Galeno Mori J, Estilos de vida en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello, Hualmay 2019. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión;

- 2019 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/3753>
20. Quispe de Herrera T “Estilos de vida de los adolescentes que acuden al Centro de Salud de Huancan, 2019 [Tesis para optar el título de especialista en: salud familiar y comunitaria]. Universidad Nacional de Huancavelica; 2019 [citado 28 de marzo de 2022]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/3024/TESIS-SEG-ESP-OBSTETRICIA2019TITO%20QUISPE%20DE%20HERRERA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Fernandez Portilla D, Estilo de vida y factores socioculturales en la adolescente gestante usuaria del centro de salud Jose Leonardo Ortiz, Chiclayo 2019 [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Señor de Sipan; 2019 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6361>
22. Vega Andia de Ninostroza C, Estilos de vida en adolescentes en tiempos de pandemia en una Institucion Educativa privada en Carabayllo, 2021. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Cesar Vallejo [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91291/Vega\\_ADHCC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91291/Vega_ADHCC-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Melgarejo Vasquez P, Factores sociodemográficos y acciones de promoción y prevención asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adolescente del asentamiento humano Villa Sol\_Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Catolica los Angeles de Chimbote; 2021 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19959>
24. Gallosso Garay M, Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adolescente. asentamiento humano ramal playa \_Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Catolica los Angeles de Chimbote;

- 2021 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/20953>
25. Henostroza Solis B, Estilo de vida de los alumnos del nivel secundario de la I.E. N° 86031 Nuestra Señora de la Asunción – Monterey – Huaraz, 2019 [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Angeles de Chimbote; 2021 [citado 11 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26341>
26. Peraza de Aparicio C, Benítez de Hernández F, Galeano Tamayo Y, Modelo de promoción de salud en la Universidad Metropolitana de Ecuador. Medisur [Internet]. 2019 [citado 15 de marzo de 2024]; 17(6):903-906. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727897X2019000600903](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727897X2019000600903)
27. Agustín V. TEORÍA DE TEORÍAS SOBRE LA ADOLESCENCIA. 2014. [citado 15 de marzo del 2024]; 40: 11-36. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/195/19531682002.pdf>
28. Gil Claros M. FILOSOFÍA Y ESTILOS DE VIDA PARA NUESTRO PRESENTE [Internet]. 1era edición. Red Iberoamericana de Pedagogía, editor Julio César Arboleda Aparicio. 2019. [citado 17 de marzo del 2024]; 1-98 p. Recuperado a partir de: [https://www.academia.edu/38479554/Libro\\_filosofia\\_y\\_estilos\\_de\\_vida\\_para\\_nuestro\\_presente\\_pdf](https://www.academia.edu/38479554/Libro_filosofia_y_estilos_de_vida_para_nuestro_presente_pdf)
29. Burga D, Sandoval J, Campos Y, Estilos de vida de las adolescentes de una Institución Educativa de Chiclayo. Cietna [Internet] 2018 [citado 17 de marzo del 2024]; 3(2):29. Recuperado a partir de: <http://revistas.usat.edu.pe/index.php/cietna/article/view/44>
30. Organización Mundial de la Salud. Salud mental de adolescentes [Internet] 2020 [citado 17 de marzo del 2024]; Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
31. Campo L. et al. Estilos de vida saludable de niños, niñas y adolescentes. Salud Uni.

- Norte [citado 17 de marzo del 2024]; 33(3): 419-428. recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v33n3/2011-7531-sun-33-03-00419.pdf>
32. Chavez J. et al. Alimentación , Nutrición Y Actividad Física En Humanos. Investig en Psicología Basica y Apl Av Perspect. [Internet]. 2019 [citado 17 de marzo del 2024]; Recuperado a partir de: [https://www.researchgate.net/publication/315820724\\_ALIMENTACION\\_NUTRICION\\_Y\\_ACTIVIDAD\\_FISICA\\_EN\\_HUMANOS](https://www.researchgate.net/publication/315820724_ALIMENTACION_NUTRICION_Y_ACTIVIDAD_FISICA_EN_HUMANOS)
33. Organización mundial de la salud. Actividad fisica [Internet]. 2020 [citado 17 de marzo del 2024]; pg. 1-7. Recuperado partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
34. Suárez, M. Manejo del tiempo libre: actividades recreativas y de ocio para la promoción del bienestar mental en escolares. Cuid. y Ocupación Humana [Internet]. 2019 [citado 17 de marzo del 2024]; 6: 43-9. Recuperado a partir de: [http://revistas.unipamplona.edu.co/ojs\\_viceinves/index.php/COH/article/view/3457](http://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/COH/article/view/3457)
35. Valdez M. Estilos De Afrontamiento al estrés en adolescentes con buena y mala percepción del clima Social familiar en una institución educativa pública de Lima Sur 2018 [Internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Autonoma del Perú [citado de 19 marzo 2024]; recuperado a partir de: [http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/543/1/YESICA\\_YENE\\_TUEROS\\_URBANO.pdf](http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/543/1/YESICA_YENE_TUEROS_URBANO.pdf)
36. Pando Ezcurra T, Quispe Calisaya A, Autoestima y las relaciones interpersonales en adolescentes del Centro de Salud la Revolución Juliaca 2021 [Internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología Universidad Autonoma deIca [citado de 19 marzo 2024]; 3: 37-38. Recuperado a partir de: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1663>
37. Mendoza R., Varas M. La Necesidad De Autorrealización Y Su Incidencia En La Satisfacción Laboral 2019. [Internet]. Tesis para optar el título profesional de licenciada en psicología. Universidad Estatal De Milagro. [citado de 19 marzo 2024]; Recuperado a partir de: <http://repositorio.unemi.edu.ec/xmlui/handle/123456789/4294?localeattribute=en>

38. Mera D. Estilos de vida y su relación en el estado nutricional en estudiantes de la Institución Educativa Marcial Acharan y Smith - Trujillo, 2019. [Internet]. Tesis Para Obtener El Título Profesional De Licenciada En Nutrición. Universidad Cesar Vallejo; 2019. [citado de 19 marzo 2024]. recuperado a partir de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36207/mera\\_vd.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36207/mera_vd.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
39. Rodriguez E. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En La Mujer Adulta Mayor En Pueblo Joven Dos De Mayo\_Chimbote, 2019 [Internet]. Tesis para optar el grado de odontología. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [citado de 19 marzo 2024]; Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1536/ATENCIO\\_ODONTOLOGICA\\_DESARROLLO\\_DENTAL\\_CANTARO\\_SHUAN\\_FRAK\\_JHOR\\_DY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1536/ATENCIO_ODONTOLOGICA_DESARROLLO_DENTAL_CANTARO_SHUAN_FRAK_JHOR_DY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
40. Echabautis Orejón A, Gómez Ceferino Y, Zorrilla Carbajal A, Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019 Tesis para optar el título de licenciada en enfermería. Universidad María Auxiliadora [citado de 19 marzo 2024]; Recuperado a partir de: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
41. Ruiz Cantero M, et al. Equidad según sexo y de género en la investigación: justificación de las guías SAGER y recomendaciones para su uso. [internet] 2019 [citado de 19 marzo 2024]; 33(2): Disponible en: <https://scielosp.org/article/gs/2019.v33n2/203-210/es/>
42. Rodríguez Ávila Nuria. Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. Horiz. sanitario [revista en la Internet]. 2018 [citado de 19 marzo 2024]; 17(2): 87-88. Recuperado a partir de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S200774592018000200087](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200774592018000200087)
43. Correa Mujica D, Rojas Cerna F, Relación entre grado de instrucción, nivel económico familiar con la violencia infantil 2021. Tesis para optar el título de

- licenciada en enfermería. Universidad Nacional de Trujillo [citado 20 Marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/18565/2004.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
44. García Marín A, Religión. Economipedia [internet] 2020 [citado el 20 de abril de 2022]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/religion.html>
  45. Ministerio de trabajo y promoción del empleo. ¿Cuáles fueron las ocupaciones con mayor demanda durante el 2021? [internet] 2021 [citado 20 Marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/mtpe/noticias/576491-cuales-fueron-las-ocupaciones-con-mayor-demanda-durante-el-2021>
  46. EUROINNOVA. Que es un ingreso económico [internet]. [citado 20 Marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.euroinnova.pe/blog/que-es-un-ingreso-economico>
  47. Mamani Y, Introducción a la metodología de la investigación [Internet] 2021 [citado 20 Marzo de 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.researchgate.net/publication/353246749\\_INTRODUCCION\\_A\\_LA\\_METODOLOGIA\\_DE\\_LA\\_INVESTIGACION\\_2021](https://www.researchgate.net/publication/353246749_INTRODUCCION_A_LA_METODOLOGIA_DE_LA_INVESTIGACION_2021)
  48. Raffino E, «Metodología» [Internet]. 2021 Argentina. [citado 20 Marzo de 2024]. p. 1-5. Recuperado a partir de: <https://concepto.de/metodologia/>
  49. Sánchez H, Reyes C, Mejía K, Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística [Internet]. 2018 Biblioteca Nacional del Perú -Lima: Universidad Ricardo Palma; [citado 20 Marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
  50. Maguiña A, Estilo de vida en tiempos de pandemia [Internet]. 20212020 [citado 23 de marzo del 2024] 8(2) 14-24. Recuperado a partir de: <https://revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/195>
  51. Gonzales Ruiz N, Salvador Quispe D, Estilo de vida saludable y su relacion con el desarrollo de los aprendizajes de los niños y niñas de 4 anos de la I.E Divino Maestro, ciudad de Pucalpa, 2021 [Internet]. 2022 2020 [ citado 23 de marzo del 2024].



- recuperado a partir de: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rchnut/v45n2/0716-1549-rchnut-45-02-0119.pdf>
52. Diez B. Cuál es la diferencia entre sexo y género (¿y son términos que están quedando obsoletos?) NEWS MUNDO [Internet]. 2020 [ citado 23 de marzo del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-53155899>
53. Minsalud. ciclo de vida ". la salud es de todos. [Internet] 2020. [ citado 23 de marzo del 2024]. recuperado a partir de: [https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/cicloVida.aspx#:~:text=La%20siguiente%20clasificaci%C3%B3n%20es%20un,\(60%20a%C3%B1os%20y%20m%C3%A1s\).&text=0%2D5%20a%C3%B1os\),Infancia%20\(6%20%2D%2011%200a%C3%B1os\),Juventud%20\(14%20%2D%2026%20a%C3%B1os\)](https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/cicloVida.aspx#:~:text=La%20siguiente%20clasificaci%C3%B3n%20es%20un,(60%20a%C3%B1os%20y%20m%C3%A1s).&text=0%2D5%20a%C3%B1os),Infancia%20(6%20%2D%2011%200a%C3%B1os),Juventud%20(14%20%2D%2026%20a%C3%B1os))
54. Sarmiento Huallpa T, Relación entre el nivel de conocimiento sobre salud bucal durante el embarazo y grado de instrucción en puérperas del Hospital III Salcedo Puno 2019. Tesis para optar título de licenciada en enfermería. [citado el 25 de marzo de 2024]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/UNAP/12998>
55. Garcia A. Religión. “Religión”. Economipedia. [Internet] 1 de noviembre 2020. [ citado 25 de marzo del 2024]. recuperado a partir de: <https://economipedia.com/definiciones/religion.html>
56. Universidad Católica los Angeles Chimbote. Código de ética para la investigación. Cons. Univ. Repos. uladech. 2020 [citado 25 de, marzo 2024]; 004: 1-10. Recuperado a partir de:
57. Organización Naciones Unidas. [internet] Cambiar el estilo de vida una prioridad de la ONU 2021 [citado 15 de abril del 2024]. Recuperado a partir de: <https://cuidatusaludcondiane.com/cambiar-el-estilo-de-vida-una-prioridad-de-la-onu/>
58. Organización Mundial de la Salud [internet] alimentación sana, 2018 [citado el 15 de abril del 2024]. recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
59. Perez et al. El entorno y la influencia en la adolescencia: familia amigos, escuela, universidad y medios de comunicación. pediatría integral. [internet] 2022 [citado el



- 15 de abril del 2024]; xxvi (4): 214-221 recuperado a partir de: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2022-06/el-entorno-y-la-influencia-en-la-adolescencia-familia-amigos-escuela-universidad-y-medios-de-comunicacion/>
60. Perez A. nutrición y adolescencia. Nutrición Clínica Medicina. [Internet] 2020 [citado el 16 de abril del 2024]; 14(2): 64-68 recuperado a partir de: <https://www.aulamedica.es/nutricionclinicamedicina/pdf/5090.pdf>
61. Levy S. Consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos y otras sustancias en adolescentes. [internet], Harvard Medical School 2022 [citado el 16 de abril del 2024] recuperado a partir de: <https://www.msmanuals.com/es-pe/hogar/salud-infantil/problemas-en-los-adolescentes/uso-de-sustancias-en-adolescentes>
62. Barraza Sánchez BE, Pelcastre Neri A, Martínez Mario D, Iglesias Hermenegildo AY, Ruvalcaba Ledezma JC, El estrés como problema de salud durante la adolescencia. ICSA [Internet]. 2019 [citado 20 de abril de 2024]; 8(15):273-6. recuperado a partir de: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/4804>
63. Atalaya Martínez E, Velásquez Medina K, Estilos de Vida en Adolescentes de Nivel Secundario de la Institución Educativa Manuel Tovar y Chamorro - Sayán, 2020 Tesis para optar el título de licenciada enfermería. Universidad Cesar Vallejo [citado el 23 de abril de 2024]. Recuperado a partir de: [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)
64. Gutierrez Cepeda 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 licenciada en nutricionista dietista. Pontificia Universidad Javeriana [citado el 23 de abril de 2024]. Recuperado a partir de: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54026/DOCUMENTO%20FINAL%20TG.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
65. Sanches Valerio W, Estilos de vida saludable y estado nutricional en los estudiantes del v ciclo de la institución educativa privada “San Fernando” distrito de santa maría – 2019. Tesis para optar el grado académico de maestro en docencia superior e

investigación universitaria. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión [citado el 24 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4528/WILLYAM%20PORFIRIO%20S%20c3%81NCHEZ%20VALERIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

66. Lorenzo Díaz J, Díaz Alfonso H, Estilos de vida, vínculo con la depresión en el siglo XXI. [Internet]. 2019 [citado 24 de abril 2024]; 23 (2): 170-171. Recuperado a partir de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561319420190002001702](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561319420190002001702)
67. Alcantara Zegarra V, Caracterización de los determinantes biosocioeconomicos, estilos de vida y apoyo social en adolescentes del asentamiento humano villa España, Chimbote, 2019. Trabajo de investigación para optar el grado de Bachicher en enfermeria. [citado el 25 de abril de 2024]: Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/24843/APOY\\_SO\\_CIAL\\_ALCANTARA\\_ZEGARRA\\_VIVIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/24843/APOY_SO_CIAL_ALCANTARA_ZEGARRA_VIVIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
68. Mamani Ccari YM. Estilos de vida en adolescentes de instituciones educativas de nivel secundario en un distrito de Puno. Investig. innov. [Internet]. 18 de mayo de 2022 [citado 05 de mayo de 2024]; 2(1): 40-8. Disponible en: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1369>
69. Armas Ruiz O, Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Pueblo Joven Miraflores Alto Zona II Sector I Chimbote, 2019 Tesis para optar el título de licenciada enfermeria. [citado el 05 de mayo de 2024]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/22357/ADOLESCENTE\\_ESTILO%20DE%20VIDA\\_ARMAS\\_RUIZ\\_DE%20PORRAS\\_TATIANA\\_ROSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/22357/ADOLESCENTE_ESTILO%20DE%20VIDA_ARMAS_RUIZ_DE%20PORRAS_TATIANA_ROSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
70. Reyes Romero C, Factores sociodemograficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Pueblo Joven Miraflores Alto Zona II Sector II \_ Chimbote, 2019 Tesis para optar el título de licenciada enfermería. [citado el 05 de mayo de 2024].

Recuperado a partir de:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19379/ADOLESCENTE\\_APOYO\\_REYES\\_ROMERO\\_CLAUDIA\\_ANTTONET.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19379/ADOLESCENTE_APOYO_REYES_ROMERO_CLAUDIA_ANTTONET.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

71. Chaves García F, Paredes Vallejo S, Factores biosocioculturales y familiares asociados al inicio de las relaciones coitales en adolescentes embarazadas Hospital Belen de Trujillo 2018 [Tesis para optar el título de licenciada en laboratorio clínico e histopatológico] [citado el 15 de mayo de 2024]: Recuperado a partir de:  
[http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5294/1/RE\\_ENF\\_FLOR.CHAVEZ\\_SANDRA.PAREDES\\_RELACIONES.COITALES.ADOLESCENTES\\_DATOS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5294/1/RE_ENF_FLOR.CHAVEZ_SANDRA.PAREDES_RELACIONES.COITALES.ADOLESCENTES_DATOS.pdf)
72. Castillo et al. Análisis de la certificación de competencias: una mirada funcional del sector educacional en el Perú. [internet] 2022 [citado 17 de mayo del 2024]. recuperado a partir de:  
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4031025/An%C3%A1lisis%20de%20la%20certificaci%C3%B3n%20de%20competencias%3A%20Una%20mirada%20funcional%20del%20Sector%20Educativo%20en%20el%20Per%C3%BA.pdf>
73. Cruz L. Factores de la calidad de vida y su incidencia en el aprendizaje. *Conrado* [online]. 2020, vol.16, n.76 [citado 20 de mayo del 2024], pp. 234-238. Recuperado a partir de:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S199086442020000500234#:~:text=Las%20condiciones%20de%20calidad%20de,globalizada%20que%20cada%20d%C3%ADa%20evoluciona](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199086442020000500234#:~:text=Las%20condiciones%20de%20calidad%20de,globalizada%20que%20cada%20d%C3%ADa%20evoluciona)
74. Contreras Torre D, Mendoza Bello J, “Nivel de estilos de vida en adolescentes del 2° y 3° año de secundaria de la I.E. Cesar Vallejo 8170; del distrito de Comas; 2019-II”. Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. [citado el 25 de abril de 2022]: Recuperado a partir de:  
<http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1277/1/Doris%20Carina%20Contreras%20Torre.pdf>

Anexos

Título: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADOLESCENTES DE LA I.E. JOSÉ MARÍA ARGUEDAS - MARCARÁ – CARHUAZ – ANCASH, 2024

| FORMULACIÓN DEL PROBLEMA   | OBJETIVOS  | HIPÓTESIS  | VARIABLES  | METODOLOGÍA  |
|--|--|--|--|--|
| <p>Existe relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en adolescentes de la I.E. José María Arguedas - Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024</p> | <p><b>Objetivo general</b><br/>Determinar el estilo de vida en relación a los factores biosocioculturales en adolescentes de la I.E. José María Arguedas - Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024</p> <p><b>Objetivos específicos</b><br/>Identificar el estilo de vida en los adolescentes de tercer, cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. José María Arguedas Marcará – Carhuaz - Ancash, 2024.</p> <p>Identificar los factores biosocioculturales en los adolescentes de tercer, cuarto y quinto año de secundaria de la I.E. José María Arguedas Marcará – Carhuaz – Ancash, 2024.</p> | <p><b>Hipótesis nula Ho:</b> No, existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024</p> <p><b>Hipótesis alterna Ha:</b> Si existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en los adolescentes de la I.E. José, María, Arguedas Marcará- Carhuaz – Ancash, 2024.</p> | <p><b>Estilos de vida</b><br/>0-46: Estás en zona de peligro<br/>47-72: Algo bajo, podrías mejorar<br/>73-84: Adecuado, estas bien.<br/>85-102: Buen trabajo, estas en el camino correcto<br/>103-120: Felicitaciones, tienes un estilo de vida Fantástico</p> <p><b>Factores biosocioculturales</b><br/>Factores biológicos<br/>Factores culturales<br/>Factores sociales</p> | <p>Tipo de Investigación cuantitativo.<br/>Nivel de Investigación descriptivo y correlacional.<br/>Diseño de Investigación de doble casilla y no experimental.<br/><b>Población y muestra:</b><br/>141 adolescentes<br/>95 adolescentes</p> <p><b>Técnica Instrumento</b><br/>Entrevista, observación.<br/>Escala del estilo de vida y cuestionario de factores biosocioculturales</p> |

## Anexo 02 Instrumento de recolección de información

### Instrumento “FANTASTICO”

|   |                     |                     |                     |
|---|---------------------|---------------------|---------------------|
| 1. Tengo con quien hablar sobre cosas que son importantes para mi   | 2 Siempre           | 1 Algunas veces     | 0 Nunca             |
| 2. Yo doy cariño  | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 3. Yo recibo cariño   | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 4. Asisto a un grupo conformado ( grupos de scouts, cruz roja, deportivo, religioso, cultural o juvenil)                        | 2 Siempre           | 1 Algunas veces     | 0 Nunca             |
| 5. En los últimos 7 días he realizado ejercicio físico durante 30 minutos, tan intenso como para sentirme agitado /a y terminar | 2<br>De 5 a         | 1<br>Entre 2 y      | 0<br>Entre 0 y      |
| 6. Mi alimentación diaria es balanceada   | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 7. Diariamente por lo menos desayuno, almuerzo y como   | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 8. Con frecuencia consumo mucha azúcar, sal, grasas, mecató o comida chatarra   | 2 Ninguna           | 1 Algunas           | 0 Todas             |
| 9. Hago control periódico de mi peso  | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 10. En algún momento he fumado un cigarrillo  | 2 Nunca             | 1 Algunas           | 0 Siempre           |
| 11. Uso medicamentos sin fórmula médica   | 2 Nunca             | 1 Algunas           | 0 Siempre           |
| 12. Tomo bebidas que contengan cafeína (Coca Cola, Pepsi, Vive 100, Redbull, Ciclón, Monster)                                   | 2 Menos de 3 al día | 1 De 3 a 6 al día   | 0 Más de 6 al día   |
| 13. He consumido licor en los últimos 6 mese (cerveza, coctel, canelazo, ron, aguardiente)                                      | 2<br>0 veces        | 1<br>De 1 a 3 veces | 0<br>Más de 3 veces |
| 14. Considero que los efectos del alcohol son dañinos   | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 15. Las personas con quienes vivo toman licor   | 2 Nunca             | 1 Algunas           | 0 Siempre           |
| 16. Duermo bien y me siento descansado/a al levantarme  | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |
| 17. Me siento capaz de manejar situaciones estresantes y encontrar fácilmente alternativas de solución                          | 2 Siempre           | 1 Algunas veces     | 0 Nunca             |
| 18. Me relajo y disfruto mi tiempo libre  | 2 Siempre           | 1 Algunas           | 0 Nunca             |

|   |           |                 |           |
|---|-----------|-----------------|-----------|
| 19. Sin razón me siento molesto/a y enojado/a   | 2 Nunca   | 1 Algunas       | 0 Siempre |
| 20. Me siento de buen humor, alegre y activo/a  | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 21. Me siento contento/a con mi estudio   | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 22. Me he sentido presionado/a agredido/a físicamente o maltratado verbalmente por parte de mis compañeros    | 2 Nunca   | 1 Algunas veces | 0 Siempre |
| 23. Tengo pensamientos positivos y optimistas   | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 24. Me siento tenso/a o estresado/a   | 2 Nunca   | 1 Algunas       | 0 Siempre |
| 25. Me siento deprimido/a o triste  | 2 Nunca   | 1 Algunas       | 0 Siempre |
| 26. Asisto a consulta para vigilar mi estado de salud   | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 27. Converso con integrantes de mi familia temas de sexualidad  | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 28. Me acepto y me siento satisfecho con mi apariencia física o la forma como                                 | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 29. Soy organizado/a con las responsabilidades diarias  | 2 Siempre | 1 Algunas       | 0 Nunca   |
| 30. Respeto las normas de tránsito (cinturón de seguridad, paso por las cebras, puentes peatonales, semáforo) | 2 Siempre | 1 Algunas veces | 0 Nunca   |



ANEXO N°



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA  
SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA CUESTIONARIO  
SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

Reyna R (2013)

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

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

**A) FACTORES BIOLÓGICOS:**

1. **Marque su sexo:**  
a) Masculino b) Femenino
2. **¿Cuál es su edad?**  
a) 20 – 35 años b) 36 – 59 años c) 60 a mas

**B) FACTORES CULTURALES:**

3. **¿Cuál es su grado de instrucción?**  
a) Analfabeto(a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior
4. **¿Cuál es su religión?**  
a) Católico b) Evangélico c) Otras

**C) FACTORES SOCIALES:**

5. **¿Cuál es su estado civil?**  
a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado
6. **¿Cuál es su ocupación?**  
a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante e) Otros
7. **¿Cuál es su ingreso económico?**  
a) Menor de 400 nuevos soles  
b) De 400 a 650 nuevos soles  
c) De 650 a 850 nuevos soles  
d) De 850 a 1100 nuevos soles  
e) Mayor de 1100 nuevos soles

## PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTA

(Ciencias Médicas y de la Salud)

Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por, **Herrera Balerio Esteven**, que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada **Estilos de vida y factores biosocioculturales en adolescentes de la I.E. José María Arguedas - Marcara – Carhuaz – Ancash, 2024**

- La entrevista durará aproximadamente 20 minutos y todo lo que usted diga será tratado de manera anónima.
- La información brindada será grabada (si fuera necesario) y utilizada para esta investigación.
- Su participación es totalmente voluntaria. Usted puede detener su participación en cualquier momento si se siente afectado; así como dejar de responder alguna interrogante que le incomode. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puede hacerla en el momento que mejor le parezca.
- Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: [Ezeherva2017@gmail.com](mailto:Ezeherva2017@gmail.com) o al número 941625335. Así como con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad, al correo electrónico [webmaster@uladech.edu.pe](mailto:webmaster@uladech.edu.pe)

Complete la siguiente información en caso desee participar:

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Nombre completo:        |  |
| Firma del participante: |  |
| Firma del investigador: |  |
| Fecha:                  |  |