



UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA AMAZONAS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

ESTILOS DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL RUBIO
CHACHAPOYAS-2019

Autora: Bach. Mariela Meléndez Cubas

Asesora: Dra. Sonia Tejada Muñoz

Registro (...)

CHACHAPOYAS - PERÚ

2020



UNIVERSIDAD NACIONAL
TORIBIO RODRÍGUEZ DE MENDOZA AMAZONAS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL
DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

ESTILOS DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL RUBIO
CHACHAPOYAS-2019

Autora: Bach. Mariela Meléndez Cubas

Asesora: Dra. Sonia Tejada Muñoz

Registro (...)

CHACHAPOYAS - PERÚ

2020

DEDICATORIA

Agradezco a Dios por darme la existencia de la vida, por los triunfos y momentos difíciles que me han enseñado a valorar cada día, además agradecer a mis padres por su apoyo moral e incondicional y darme la oportunidad de cumplir mis sueños de ser una profesional.

A todos mis amigos y compañeros de estudio por su apoyo ofrecido en cada momento al realizar esta investigación.

AGRADECIMIENTO

A los estudiantes de la Institución Educativa Miguel Rubio por permitirme entrar en sus vidas privadas durante el proceso de recolección de datos, el mismo que sirvió para la respectiva tabulación y análisis de los resultados.

Al Director y Docentes de la Institución Educativa Miguel Rubio por permitir el ingreso a la institución y brindarme las facilidades del caso para el proceso de recolección de datos.

A la Doctora Sonia Tejada Muñoz, por su asesoramiento durante el proceso de la investigación y su paciencia dedicada, sugerencias y observaciones emitidas para que cada día se siga realizando este estudio.

**AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO
RODRÍGUEZ DE MENDOZA-AMAZONAS**

DR. POLICARPIO CHAUCA VALQUI

Rector

DR. MIGUEL ÁNGEL BARRENA GURBILLÓN

Vicerrector Académico

DRA. FLOR TERESA GARCÍA HUAMÁN

Vicerrectora de Investigación

DR. EDWIN GONZALES PACO

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

VISTO BUENO DEL ASESOR DE TESIS

Yo, Sonia Tejada Muñoz, identificado con DNI N° 33409092, con domicilio legal en el Jr. recreo N° 399, Doctora en Ciencias de Enfermería, asociada al Departamento de Salud Pública, actual docente asociada a tiempo completo de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional Enfermería de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.

DOY VISTO BUENO, al informe de tesis titulada Estilos de vida en los Adolescentes Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

Por lo tanto.

A razón de fé el presente estudio, firmo la presente para mayor constancia.

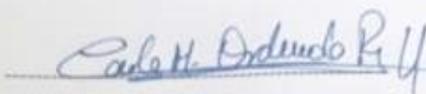
Chachapoyas 24 de Febrero de 2020



Dra. Sonia Tejada Muñoz
DNI: 33409092

JURADO EVALUADOR

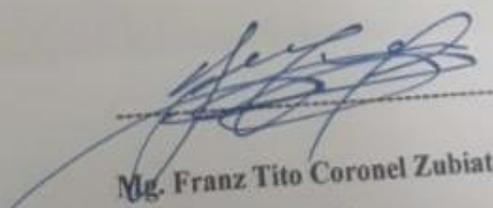
SEGÚN RESOLUCIÓN N°040-2020-UNTRM-VRAC/FACISA



Mg. Carla Maria Ordinola Ramirez
Presidente



Mg. Oscar Joel Oc Carrasco
Secretario



Mg. Franz Tito Coronel Zubiato
Vocal



ANEXO 3-K

**DECLARACIÓN JURADA DE NO PLAGIO DE TESIS
PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL**

Yo MARIELA MELLENDEL CUBAS
identificado con DNI N° 74028136 Estudiante()/Egresado (x) de la Escuela Profesional de
ENFERMERÍA de la Facultad de:
CIENCIAS DE LA SALUD
de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.

DECLARO BAJO JURAMENTO QUE:

1. Soy autor de la Tesis titulada: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL RUBIO, CHACHAPOYAS, 2019.
que presento para
obtener el Título Profesional de: LICENCIADA EN ENFERMERÍA



2. La Tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, y para su realización se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. La Tesis presentada no atenta contra derechos de terceros.
4. La Tesis presentada no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
5. La información presentada es real y no ha sido falsificada, ni duplicada, ni copiada.

Por lo expuesto, mediante la presente asumo toda responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la Tesis para obtener el Título Profesional, así como por los derechos sobre la obra y/o invención presentada. Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para la UNTRM en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido de la Tesis.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que la Tesis para obtener el Título Profesional haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones civiles y penales que de mi acción se deriven.

Chachapoyas, 24 de Febrero de 2020

Firma del(a) tesista

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Autoridades de la UNTRM-A	v
Visto bueno del asesor de Tesis	vi
Jurado evaluador	vii
Delectación jurada de no plagio	viii
Índice de contenido	ix
Índice de tablas	x
Índice de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
I. INTRODUCCIÓN	14
II. MATERIAL Y MÉTODOS	17
III. RESULTADOS	20
IV. DISCUSIÓN	25
V. CONCLUSIONES	30
VII. RECOMENDACIONES	31
VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	32
X. ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 01: Estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	20
Tabla 02: Estilos de vida según dimensiones: familiares y amigos, actividad física, nutrición, sueño y estrés en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	21
Tabla 03: Estilos de vida según dimensiones: tipos de personalidad y satisfacción escolar, imagen interior, control de la salud y sexualidad y orden en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	22
Tabla 04: Estilos de vida según dimensiones: toxicidad de cigarrillos y alcohol en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	23

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01: Estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	20
Figura 02: Estilos de vida según dimensiones: familiares y amigos, actividad física, nutrición, sueño y estrés en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019	21
Figura 03: Estilos de vida según dimensiones: tipos de personalidad y satisfacción escolar, imagen interior, control de la salud y sexualidad y orden en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	22
Figura 04: Estilos de vida según dimensiones: toxicidad de cigarrillos y alcohol en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.	23

RESUMEN

El presente estudio fue: de enfoque cuantitativo; de nivel descriptivo; tipo observacional, transversal y analítico; el objetivo fue: Determinar los estilos de vida en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio, Chachapoyas, 2019. La población muestral es de 120 adolescentes, el instrumento validado es: el FANTÁSTICO. Se observa que del 100% (120), estudiantes encuestados el 91.7% (110) presentan estilos de vida saludables y el 8.3% (10) no saludable. Según dimensiones, que del 100% (120), en la dimensión familiares y amigos el 75.8% presentan estilos de vida saludable y el 24.2% no saludable, en actividad física y social, el 6.7% tiene estilos de vida saludable y el 93,3% no saludable, nutrición, el 94.2% presentan estilos de vida saludable, y el 5.8% no saludable, sueño y estrés, el 80.0% tiene estilos de vida saludables y el 20.0% no saludable. En la siguiente dimensión, tipo de personalidad y satisfacción escolar el 94.2% presentan estilos de vida saludable y el 5.8% no saludable, imagen interior, el 61.7% tiene estilos de vida saludable y el 38.3% no saludable, control de salud y sexualidad, el 67.5% presentan estilos de vida saludable y el 32.5% no saludable, orden, el 38.3% tiene estilos de vida saludable y el 61.7% no saludable, en toxicidad de cigarrillos 90.0% presentan estilos de vida saludable y el 10.0% no saludable, toxicidad de alcohol, el 78.3% tiene estilos de vida saludable y el 21.7% no saludable. En conclusión los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, presentaron predominantemente porcentajes más elevados de estilos de vida saludable.

Palabras claves: Estilos de vida, adolescentes, salud.

ABSTRACT

The present study was: quantitative approach; descriptive level; observational, transversal and analytical type; the objective was: To determine the lifestyles in secondary level adolescents of the Miguel Rubio Educational Institution, Chachapoyas, 2019. The sample population is 120 adolescents, the validated instrument is: the FANTASTIC. It is observed that of 100% (120), students surveyed 91.7% (110) have healthy lifestyles and 8.3% (10) unhealthy. According to dimensions, that of 100% (120), in the family and friends dimension 75.8% have healthy lifestyles and 24.2% unhealthy, in physical and social activity, 6.7% have healthy lifestyles and 93, 3% unhealthy, nutrition, 94.2% have healthy lifestyles, and 5.8% unhealthy, sleep and stress, 80.0% have healthy lifestyles and 20.0% unhealthy. In the following dimension, personality type and school satisfaction 94.2% have healthy lifestyles and 5.8% unhealthy, internal image, 61.7% have healthy lifestyles and 38.3% unhealthy, health and sexuality control, 67.5% have healthy lifestyles and 32.5% unhealthy, order, 38.3% have healthy lifestyles and 61.7% unhealthy, in cigarette toxicity 90.0% have healthy lifestyles and 10.0% unhealthy, Alcohol toxicity, 78.3% have healthy lifestyles and 21.7% unhealthy. In conclusion, the adolescents of the Miguel Rubio Educational Institution, presented predominantly higher percentages of healthy lifestyles.

Keywords: Lifestyles, adolescents, health.

I. INTRODUCCIÓN

Estudios a nivel mundial refieren que los estilos de vida son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social. Los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo. (OMS, 2016).

Los estilos de vida definidos como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Los estilos de vida son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar, por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social. . (Wong, 2012).

Los estilos de vida en los adolescentes inciden positiva o negativamente sobre su calidad de vida. El estilo de vida está integrado por aspectos como la alimentación, consumo de drogas, realización de actividad física y hábitos como el tabaquismo y el consumo de alcohol, entre otros aspectos que inciden en el proceso salud-enfermedad, convirtiéndose en factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles. (Canova, 2017).

Al inicio de la adolescencia lo más notorio son los cambios físicos que se producen, finalizando ésta con el mayor desarrollo psicosocial. Los eventos descritos para el desarrollo corporal, cerebral, sexual, emocional y social responden de alguna manera a una secuencia lógica de avance. Algunos profesionales de las ciencias sociales, reconocen que debido al importante crecimiento psicológico y social que se produce en estos años, tiene más sentido considerar los años de la adolescencia como una serie de etapas y no como una etapa uniforme.

Según la clasificación de las etapas de la adolescencia elaborada por la OPS son: adolescencia temprana, de los 10 a los 13 años; adolescencia media, de los 14 a los 16 años; adolescencia tardía, de los 17 a los 19 años. (OPS, 1943).

En el Perú los estilos de vida hacen referencia al modo de vida de un individuo o grupo poblacional en el que influyen tanto las características personales y patrones de comportamiento individuales como las condiciones de vida en general y los aspectos socioculturales. Los estilos de vida saludables son considerados como un conjunto de hábitos, comportamientos y conductas que llevan a los individuos a alcanzar un nivel de bienestar y satisfacción plena de sus necesidades en la vida; por el contrario, los estilos de vida no saludables están relacionados con comportamientos que generan efectos negativos para la salud. Hoy existe suficiente evidencia del incremento en la prevalencia e incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) tanto en población adulta como en población infantil, las cuales se encuentran asociadas con estilos de vida no saludables como una alimentación inadecuada y poca actividad física. (Campo, et al, 2017).

En este contexto se planteó la siguiente interrogante ¿Cuáles son los estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019? Cuyo objetivo general fue: Determinar los estilos de vida en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019. Los objetivos específicos fueron: Identificar los estilos de vida según dimensiones: familiares y amigos, actividad física y social, Nutrición, toxicidad, alcohol, sueño /estrés. Identificar los estilos de vida según dimensiones: tipo de personalidad/satisfacción escolar; imagen interior, salud/ sexualidad y orden, caracterizar la población del estudio.

La población en general, se ve involucrada y sujeta por los fenómenos sociales que generan cambios en la forma de concebir la realidad, así como en la forma de actuar, de pensar y de sentir, lo cual conlleva a modificar las formas de comportamiento de la vida cotidiana de los adolescentes. Pero, es en particular la población adolescente quien adopta comportamientos que la llevan a esta en una situación de riesgo mucho mayor, en comparación con la población infantil o adulta. Los adolescentes son los principales consumidores de modas y de comportamientos en la idea de demostrar al mundo de los adultos que están creciendo y que son lo suficientemente

competentes como para valerse por sí mismos, pero desafortunadamente no siempre se desarrollan conductas saludables.

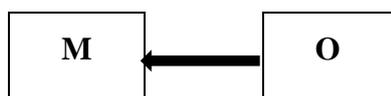
En la vida diaria de los adolescentes se ve involucrado tanto la familia y la sociedad, por ello la importancia y dedicación en su formación y de compartir con ellos estilos de vida logrando así que los adolescentes sean participe de ello para seguir creciendo y fortaleciendo como persona. En esta investigación se recopiló información respecto a los estilos de vida en los adolescentes a partir del cual se seguirá diseñando estrategias para fortalecer hábitos saludables y mejorar la calidad de vida de ésta población vulnerable.

II. MATERIAL Y MÉTODOS

La presente investigación es de enfoque cuantitativo; de nivel descriptivo; tipo de investigación: Según la intervención del investigador será de tipo observacional; según la planificación de toma de datos será de tipo prospectivo; según el número de ocasiones en que se midió la variable será de estudio transversal, según el número de variables de interés será de análisis estadístico descriptivo simple.

De enfoque cuantitativo: Por que utiliza la recolección de datos para probar hipótesis en base a la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías; descriptivo: porque hace análisis estadístico, es invariado porque solo describe o estima parámetros en la población de estudio a partir de una muestra; observacional: porque no existe intervención del investigador; los datos reflejan la evolución natural de los eventos, ajena a la voluntad del investigador; prospectivo: porque los datos necesarios para el estudio son recogidos a propósito de fuentes primarias, por lo que, posee control del sesgo de medición; transversal: el estudio de investigación es dado en un momento único. Supo (2014).

El diseño fue el siguiente:



Donde:

O= Estilos de vida en los adolescentes.

M= Adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio del 3ro al 4to grado de nivel secundario.

Población muestral

- De acuerdo a los criterios establecidos, la población estuvo constituida por 120 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

Muestra:

La muestra estuvo conformada por 120 estudiantes de la población.

Estudiantes	Sección A	Sección B
3er Grado	18 hombres	17 hombres
	11 Mujeres	12 mujeres
4to Grado	24 hombres	21 hombres
	21 mujeres	9 mujeres
Total	120 Estudiantes	

Criterio de Inclusión

- Todos aquellos estudiantes que asistieron puntualmente a la Institución Educativa que se encuentren orientados en tiempo espacio y persona y tengan la capacidad de realizar el cuestionario.

Criterio de Exclusión

- Todos aquellos estudiantes que no asistieron puntualmente a la Institución Educativa y no lleven correctamente los cursos asignados por la Institución.

Variable de estudio:

V1 = Estilos de vida

Método y Técnica:

Se utilizó el método de la encuesta y la técnica del cuestionario (Canales, 2005). Este método de investigación social por excelencia, debido a su utilidad,

versatilidad y objetividad se basa en la indagación, presentación, instrucciones y datos generales que constituyen la unidad de análisis en el estudio investigativo.

Instrumento:

Se empleó el “cuestionario FANTÁSTICO ¿Cómo es mi estilo de vida? El instrumento consta de dos partes principales, la primera llamada introducción, presenta el estudio, su finalidad y brinda instrucciones precisas para el desarrollo del cuestionario, la segunda parte recoge datos generales de interés del participante y presenta 10 preguntas dimensiones en las cuales cada uno tiene sus ítems para marcar. El sentido de las afirmaciones es positivo y se evalúan con la siguiente puntuación: si es menor de 3 representa estilo de vida no saludable si es de 4-6 representa estilo de vida saludable. Además cada pregunta que marquen es que 2 es siempre, 1 algunas veces y 0 nunca.

Análisis de datos:

La información final fue procesada en el paquete estadístico SPSS versión 23, además se utilizó el programa Microsoft Office Excel 2018. En esta investigación la hipótesis se encuentra implícita, motivo por el cual no es necesario formular la hipótesis. La presentación de los resultados se realizó en tablas simples, de contingencia y figura de barras.

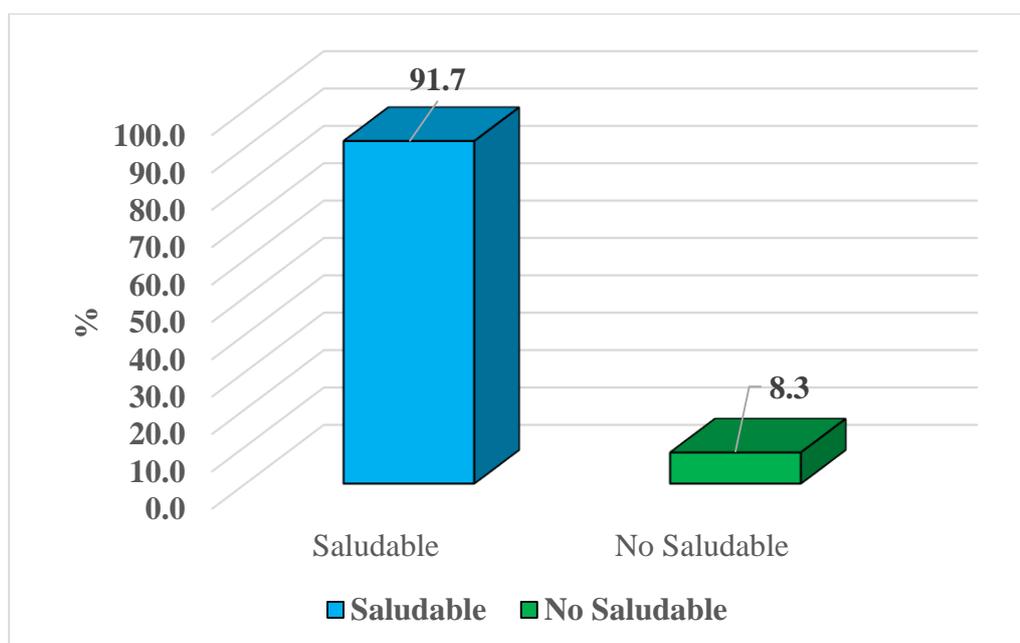
III. RESULTADOS

Tabla 01: Estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

ESTILOS DE VIDA		
Categorías	fi	%
Saludable	110	91.7
No Saludable	10	8.3
Total	120	100.0

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Figura 01: Estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.



Fuente: **Tabla 01**

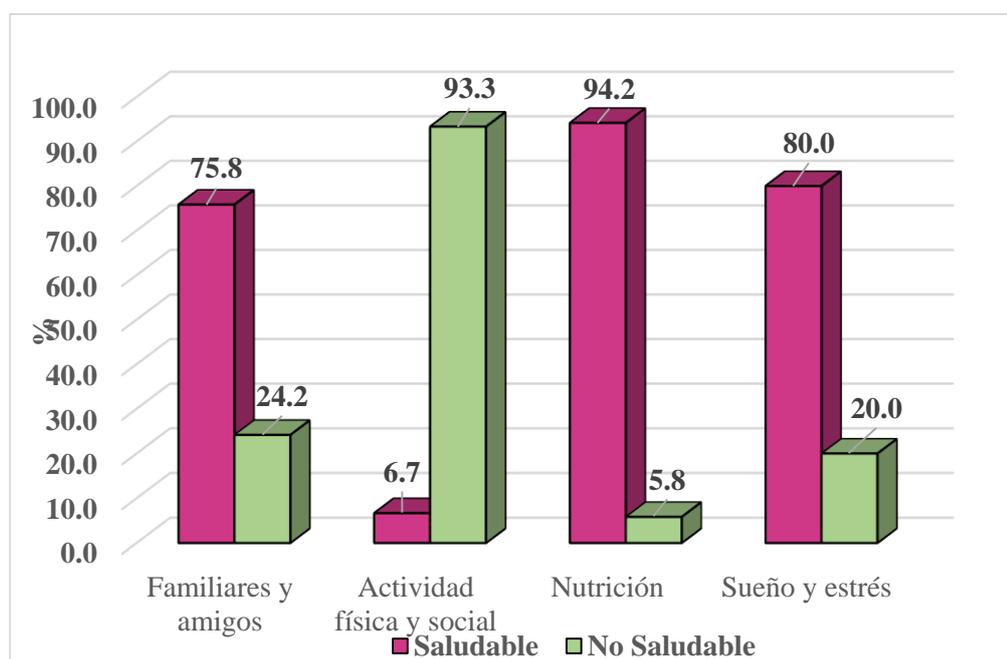
Se observa que del 100% (120), estudiantes encuestados el 91.7% (110) presentan estilos de vida saludables y el 8.3% (10) no saludable.

Tabla 02: Estilos de vida según dimensiones: familiares y amigos, actividad física, nutrición, sueño y estrés en adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

Dimensiones	Familiares y Amigos		Actividad Física y Social		Nutrición		Sueño y Estrés	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Saludable	91	75.8	8	6.7	113	94.2	96	80.0
No Saludable	29	24.2	112	93.3	7	5.8	24	20.0
Total	120	100.0	120	100.0	120	100.0	120	100.0

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Figura 02: Estilos de vida según dimensiones: familiares y amigos, actividad física, nutrición, sueño y estrés en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.



Fuente: **Tabla 02**

Según dimensiones, que del 100% (120), en la dimensión familiares y amigos el 75.8% presentan estilos de vida saludable y el 24.2% no saludable, en actividad física y social, el 6.7% tiene estilos de vida saludable y el 93.3% no saludable,

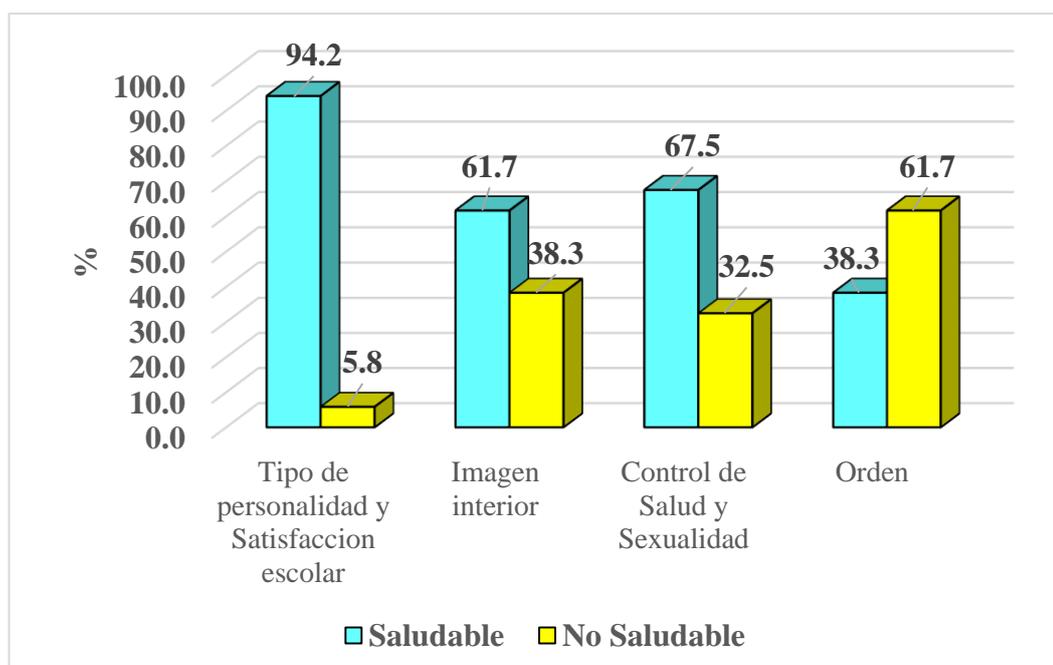
nutrición el 94.2% presentan estilos de vida saludable, y el 5.8% no saludable, sueño y estrés el 80.0% tiene estilos de vida saludables y el 20.0% no saludable.

Tabla 03: Estilos de vida según dimensiones: tipos de personalidad y satisfacción escolar, imagen interior, control de la salud y sexualidad y orden en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

Dimensiones	Tipo de Personalidad y Satisfacción Escolar		Imagen Interior		Control de Salud y Sexualidad		Orden	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Saludable	113	94.2	74	61.7	81	67.5	46	38.3
No Saludable	7	5.8	46	38.3	39	32.5	74	61.7
Total	120	100.0	120	100.0	120	100.0	120	100.0

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2020.

Figura 03: Estilos de vida según dimensiones: tipos de personalidad satisfacción escolar, imagen interior, control de la salud y sexualidad y orden en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.



Fuente: **Tabla 03**

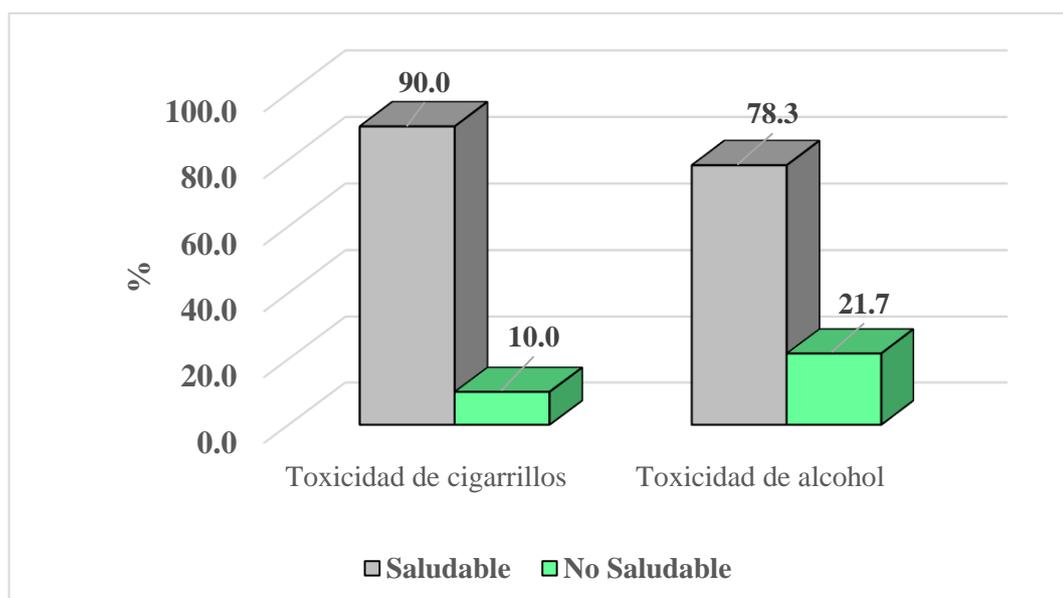
Se observa en las dimensiones, que del 100% (120), tipo de personalidad y satisfacción escolar el 94.2% presentan estilos de vida saludable y el 5.8% no saludable, imagen interior el 61.7% tiene estilos de vida saludable y el 38.3% no saludable, control de salud y sexualidad el 67.5% presentan estilos de vida saludable, y el 32.5% no saludable, en orden el 38.3% tiene estilos de vida saludable y el 61.7% no saludables.

Tabla 04: Estilos de vida según dimensiones: toxicidad de cigarrillos y alcohol en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

Dimensiones	Toxicidad de cigarrillos		Toxicidad de Alcohol	
Categorías	fi	%	fi	%
Saludable	108	90.0	94	78.3
No Saludable	12	10.0	26	21.7
Total	120	100.0	120	100.0

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Figura 04: Estilos de vida según dimensiones: toxicidad de cigarrillos y alcohol en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.



Fuente: **Tabla 04**

Se observa que del 100% (120) encuestados en toxicidad de cigarrillos 90.0% presentan estilos de vida saludable y el 10.0% no saludable. En toxicidad de alcohol el 78.3% tiene estilos de vida saludable y el 21.7% no saludable.

IV. DISCUSIÓN

En la tabla y gráfico 01; según los estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas 2019, se evidenció que la mayoría de ellos presentó estilos de vida saludable con el 91.7% y el 8.3% presentó estilos de vida no saludable, asimismo, el estilo de vida saludable es mayor en varones con el 91.7%; mientras que en las mujeres el 40.0% presentaron estilos de vida no saludable. Además las edades que fluctúan entre los 14-16 años son los que presentan estilos de vida saludable con el 86.4% y los que tienen estilos de vida no saludable es el 100.0%; así mismo de las edades 17-18 años, el 13.6% presentan estilos de vida saludable y el 0.0 % presentan estilos de vida no saludable.

Por otro lado, en el presente estudio también se evidencio, que de todas las edades encuestadas el 100% sin excepción del porcentaje alcanzado de los adolescentes tienen estilos de vida saludable con el 91.7%; así mismo, el 8.3% que es un porcentaje mínimo presentan estilos de vida no saludable.

Estudios similares a los resultados obtenidos Pardo (2016), en Lima afirmó: que los estilos de vida de los adolescentes de 225 el 52% de estudiantes tienen estilos de vida poco saludable. Sin embargo, Ramos (2017) en Puno afirma que los estilos de vida en general que presentaron los estudiantes fueron en su mayoría saludable y solo 40% lleva un estilos de vida poco saludable.

En su estudio Sánchez (2018), en Lima se evidencia que el estilo de vida de los estudiantes que el 23.6% (24) tienen estilos de vida no saludable, siendo en su mayoría un 66% (39) tienen un estilo de vida poco saludable y saludable solo el 10.4% (6). La mayoría de los adolescentes de esta institución presentan estilos de vida saludable, podría ser que reciben educación sanitaria a través del proceso enseñanza - aprendizaje impartido por sus docentes en el curso de Persona Familia y Relaciones Humanas además, con la ayuda de sus maestros mentores en sesiones de tutoría ya sea individual y/o colectiva.

En la tabla y gráfico 02; es de acotar que según las dimensiones de los estilos de vida saludable el que más resalta es la nutrición entre ellos los demás por lo que varios estudios están enfocados en ello. En esta investigación se evidencia que la mayoría de los adolescentes tienen estilos de vida saludable que del 100% (120), en la dimensión familiares y amigos el 75.8% presentan estilos de vida saludable y el 24.2% no saludable. En actividad física y social, el 6.7% tienen estilos de vida saludable y el 93.3% no saludable. Nutrición, el 94.2% presentan estilos de vida saludable y el 5.8% no saludable. Sueño y estrés, el 80.0% tiene estilos de vida saludables y el 20.0 no saludable.

Como señaló, Serrano et al. (2015), en Sevilla los estilos de vida de los adolescentes, en áreas de alimentación desayunaban a diario el 67% y consumían más de seis veces a la semana: lácteos (56.3%), cereales (44.1%), frutas (40.7%) y verduras (28.5%) realizaban actividad física, al menos 60 minutos 4.34 días a la semana y el índice de masa corporal se situó en normopeso (19.85%). Se conoció la influencia de la edad, el sexo/género y el estatus social sobre el índice de masa corporal, el consumo de frutas y verduras así como frecuencia de actividad física de estos adolescentes. Además se encuentran desigualdades en las áreas de alimentación y actividad física en los adolescentes.

Aroni & Sosaya (2016), en Arequipa manifiestan que los estilos de vida en los adolescentes en mayor proporción son saludables tanto en el aspecto básico como en el Social, los estilos de vida Sociales son en mayor proporción positivos sobre todo en la comunicación y empatía; sin embargo las relaciones interpersonales con amigos y familia es negativo destacando que habla muy poco con sus padres sobre amigos, colegio etc., si bien la actividad física, sueño e higiene son en mayor predominio saludable teniendo en cuenta que fuera del horario escolar hay poca participación en actividades deportivas o recreativas.

Loayza & Muñoz (2017), concluyó que del total de 100% (90) estudiantes, 58.89% (53) estudiantes presenta un estilo de vida no saludable de los cuales 27.78% (25) resultaron con estado nutricional de sobrepeso y riesgo a sobrepeso, solo un 3.33% (3) arrojaron un estado nutricional normal. Mientras que un 41.11% (37) mostraron

un estilo de vida saludable de los cuales un 1.11 % (1) se encuentra con estado nutricional de sobrepeso y riesgo a sobrepeso y un 38.89% (35) normal.

También Alvites (2018), en Ica en la dimensión alimentación el 65.7% es saludable, para la dimensión ejercicio el 62.9% es saludable, en cuanto a la dimensión manejo del estrés el 61.4% es saludable, en cuanto a la dimensión apoyo interpersonal en el 67.1% es saludable, según autorrealización el 67.1% es saludable y para la dimensión responsabilidad el 67.1% es saludable. Demostrándose que los estilos de vida son saludables y el estado nutricional es normal en los adolescentes. Así mismo Fernández (2018), en Lima concluyó que en la dimensión nutrición se obtuvo un estilo no saludable del 76% y únicamente el 16% goza del estilo saludable.

En este estudio, el estado nutricional de los adolescentes, evidencia una buena alimentación saludable que le permite tener un rendimiento académico satisfactorio y que genera un estado de salud física con una sensación de bienestar y que le permita realizar sus actividades académicas en óptimas condiciones. Sin embargo se ha encontrado que esta población tiene mínima actividad física y social por lo que se sugiere dedicarse mayor tiempo para realizar actividades recreativas, caminar, trotar entre otros para un mejor estilo de vida que le favorezca su crecimiento y desarrollo en este periodo, al mismo tiempo se convierta en rutina luego, las bases de hábito saludable para una vida plena y feliz.

En la tabla y gráfico 03; en este estudio de acuerdo a las dimensiones se evidencia el tipo de personalidad y satisfacción escolar el 94.2% presentan estilos de vida saludable y el 5.8% no saludable, imagen interior, el 61.7% tiene estilos de vida saludable y el 38.3% no saludable, control de salud y sexualidad el 67.5% presentan estilos de vida saludable el 32.5% no saludable, en orden el 38.3% tiene estilos de vida saludable y el 61.7% no saludable.

Flores (2012), en Chachapoyas los adolescentes Wampis Awajun residentes en Chachapoyas presentan estilos de vida poco saludables, el 27 % (20) presentaron estilos de vida saludable y no se evidencia estilos de vida no saludables. En la higiene personal 63.01 % y el tiempo de ocio 52.05%. En el aspecto social, el 52.05% presentaron relaciones interpersonales poco saludables. El 57.53 % presentaron sueño nocturno poco saludable, el 47.95 % presentaron estrés poco saludable y el 73.97 % presentaron comportamiento sexual saludable. Lo que indica que los jóvenes tienen estilo de vida poco saludable porque se deduce que necesitan mayor tiempo para adecuarse a una realidad diferente a sus costumbres y formas de convivencia.

Además, Vélez & Betancurth (2015), en Colombia los estilos de vida de adolescentes según las dimensiones fue la media más alta en tipo de personalidad y actividades $5,67 \pm 1,36$. Los estilos de vida, a mayor edad más tendencia al riesgo, los hombres reportaron mejor valoración de los mismos ($p= 0,000$) manifestándose como estilos de vida adecuados.

Los adolescentes tienen en su mayoría estilos de vida saludable en el tipo de personalidad y satisfacción escolar, esto conlleva a que los estudiantes tienen una personalidad y una actitud positiva en su etapa de estudio para desarrollarse como personas íntegras y profesionales en el futuro. Sin embargo se evidencia un mayor porcentaje de estilos de vida no saludable en la dimensión orden lo que indica que los adolescentes en casa, no se encuentran organizados consigo mismos y están experimentando la etapa de desarrollo psicosocial vs difusión de identidad por lo que necesita el cuidado de sus padres y la guía de sus docentes, profesionales de enfermería y de psicología para ayudar a ordenarse y organizar su proyecto de vida.

En la tabla y gráfico 04; en este estudio se evidencia que del 100% (120), en toxicidad de cigarrillos 90.0% presentan estilos de vida saludable y el 10,0% no saludable. En toxicidad de alcohol el 78.3% tiene estilos de vida saludable y el 21.7% no saludable. Los adolescentes no consumen mucho cigarrillo lo que indica un estilo de vida saludable, sin embargo el consumo de alcohol es más elevado indicando un estilo de vida no saludable.

Ccapa (2018), en Lima concluyó, que los estudiantes tienen estilo de vida no saludable, identificándose un estilo de vida no saludable en el consumo de sustancias nocivas. Arenales (2019), en Huancavelica se evidencia el consumo de sustancia toxica, el 35.9% tiene respuesta saludable y el 6.4% tiene respuesta no saludable frente al consumo de sustancias toxicas en los adolescentes.

Los jóvenes de hoy se encuentran en un mundo tentativo para cualquier hábito nocivo y el consumo de alcohol sigue cobrando vidas desde el periodo de la pubertad y adolescencia esto implica priorizar una política de salud y educación enmarcado en el aspecto preventivo promocional y así movilizar estrategias compartidas multidisciplinarias a todos los niveles para contribuir al logro de la salud mental de las personas generándoles mecanismos de defensa para contrarrestar dificultades de la vida y de esta manera motivar una cultura de cuidado y bienestar a su ser individual familiar y organizacional.

V. CONCLUSIONES

- Los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio, presentaron predominantemente porcentajes más elevados de estilos de vida saludable.
- Los adolescentes del estudio según dimensiones familiares y amigos, nutrición y sueño /estrés mostraron predominantemente estilos de vida saludables a diferencia de la dimensión actividad física y social que presentaron estilos de vida no saludable.
- Según dimensión personalidad y satisfacción escolar, imagen interior, salud y sexualidad, presentaron estilos de vida saludable mientras que en dimensión orden en un mayor porcentaje tienen estilos de vida no saludable.
- En la dimensión toxicidad de cigarrillos los adolescentes presentaron estilos de vida saludable a diferencia de toxicidad de alcohol tienen estilos de vida no saludable con mayor porcentaje.
- Según la edad de los adolescentes de 14-16 años presentaron estilos de vida saludable pero con menor porcentaje de estilos de vida no saludable, mientras que en las edades de 17-18 años se evidencia que todos tienen estilos de vida saludable.
- Los adolescentes de sexo masculino presentaron un mayor porcentaje de estilos de vida saludable a diferencia del sexo femenino que tienen estilos de vida no saludable.

VI. RECOMENDACIONES

- Al decano y docentes de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas, que inculquen a los estudiantes a realizar actividades en salud preventivo promocionales en las Instituciones Educativas.
- A los profesionales de salud en las áreas de investigaciones fomenten a los estudiantes que realicen sus proyectos de tesis relacionados a la salud de los adolescentes, por los que son muy vulnerables por el cambio físico, psicológico y social que influyen mucho en ellos.
- A los Docentes de la Institución Educativa que deben Incluir temas de actividad física, nutrición, consumo de sustancias toxicas o nocivos para la salud, entre otros durante el desarrollo de clases.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- OMS. (2016). *Que son los estilos de vida saludable*. Ministerio de Salud. Salvador, Guatemala Recuperado de https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2016_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf.
- Wong, C. (2012). *Estilos de vida*. Salud Pública. San Carlos, Guatemala Recuperado de <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>.
- Canova, C.; Quintana, M.; Álvarez, L. (2018). *Estilos de Vida y su implicación en la salud de los estudiantes Universitarios de las Ciencias de la Salud: Una revisión sistemática*. Revista Científica. ISSN: 1514-9358, (2). Recuperado de [file:///C:/Users/mariela/Downloads/531-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2382-1-10-20181213%20\(8\).pdf](file:///C:/Users/mariela/Downloads/531-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2382-1-10-20181213%20(8).pdf).
- OPS, (1943). *Cuarta versión del libro virtual Cesolaa de educación sexual*. Etapas de la adolescencia. Chile. Recuperado de <http://Educaciónsexual.uchile.cl/index.php/hablandosexo/adolescencia/etapas-de-la-adolescencia>.
- Campo, L.; Herazo, Y.; García, F. (2017). “*Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes*”. Artículo Salud Uninorte. ISSN: 0120-5552, (3) BBN 2011-7531. Recuperado de <file:///C:/Users/mariela/Downloads/articuloestilodevida.pdf>.
- Pardo, K. (2016). “*Estilos de vida y estado nutricional en adolescentes de secundaria. Institución educativa Glorioso Húsares de Junín. El Agustino, 2016*”. Lima, Perú (Tesis de Pregrado). Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/18363/Pardo_L_KK.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Ramos, G. (2017). “*Estilos De Vida Y Su Influencia Sobre El Estado Nutricional En Escolares Adolescentes De La Institución Educativa Técnico Industrial San Miguel Achaya – 2017*”. Puno, Perú (Tesis de Pregrado). Recuperado de http://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/6341/Ramos_Huamanquispe_Gabriela.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

- Sánchez, E. (2018). “*Estilos de vida en adolescentes de secundaria del Consorcio Educativo Palmher Ingenieros de San Juan de Lurigancho, 2018*”. Puno, Perú (Tesis de Pregrado). Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/22723/Sanchez_MEE.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Aroni, A. & Sosaya, M. (2016). “*Estilos de vida saludable en adolescentes de 4to y 5to de secundaria de la “I.E. Casimiro Cuadros” Sector i – Cayma- 2016*”. Arequipa- Perú. (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.ucs.edu.pe/bitstream/UCS/23/1/aroni-damian-americo.pdf>.
- Betancurth, D.; Vélez, C.; Jurado, L. (2015). *Validación de contenido y adaptación del cuestionario Fantastico por técnica Delphi*. Revista Científica Salud Uninorte. ISSN: 0120-5552, (2) 214-227. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81742138002>.
- Canales, F. (2005). *Metodología de la investigación: manual para el desarrollo del personal de salud*. México: Edit. Limusa. Casalino.
- Alvites, Y. (2018). “*Estilos de Vida y Estado Nutricional en Estudiantes del 3er, 4to y 5to grado de Secundaria I.E Andrés Avelino Cáceres Subtanjalla Ica, Agosto 2017*”. Ica, Perú (Tesis de Pregrado). Recuperado de <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1938/T-TPLE-Yubali%20Alvites%20Cardenas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Fernández, A. (2018). “*Estilo de Vida de los adolescentes de La I.E Villa Los Reyes, Ventanilla – Callao, 2018*”. Lima, Perú. (Tesis de pregrado). Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/18194/Fernandez_PA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Ccapa, R. (2018). *Estilo de vida de los adolescentes en una Institución Educativa de Lima, 2017*. Lima- Perú. (Tesis de pregrado). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7605/Ccapa_pr%20%20Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Flores, L. (2012). *Estilos de vida de los adolescentes de la asociación de estudiantes Wampis Awajum*. Chachapoyas, Perú. (Tesis de pregrado).

- Loayza, D. & Muñoz, J. (2017). *Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes de la institución educativa américa huancavelica-2017*. Huancavelica, Perú. (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/1376/TP%20%20UNH.%20ENF.%200099.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Serrano, L.; Guerra, M.; Lima, J. (2015). *Estilos de vida y factores asociados a la alimentación y la actividad física en adolescentes*. Revista Nutrición Hospitalaria. ISSN 0212-1611, (6) 2838-2847. Recuperado de <http://www.aulamedica.es/nh/pdf/9831.pdf>.
- Supo, J. (2014). *Metodología de la investigación para las ciencias de la Salud*. (2da Edición). España: Edit. Spanish.
- Vélez, C. & Betancurth, D. (2015). *Estilos de vida en adolescentes escolarizados de un municipio colombiano*. Revista Cubana de Pediatría. (4) 440-448. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/ped/v87n4/ped06415.pdf>.
- Carbajal, R. (2017). *Estilo de vida de los adolescentes de una Institución Educativa 2017*. Lima- Perú. (Tesis de pregrado). Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/7672/Carbajal_rj%20-%20Resumen.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
- Arenales, V. (2019). *Estilo de vida de los adolescentes de la Institución Educativa "La Victoria "el Tambo Huancayo 2018*. Huancavelica- Perú. (Tesis para el título de especialista). Recuperado de <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/2663/TESES-SEG-ESP-OBSTETRICIA-2019ARENALES%0GRANADOSpdf?Sequence=1&isAllowed=y>.

ANEXOS

Anexo N° 01: Validación del Instrumento



**UNIVERSIDAD NACIONAL TORIBIO
RODRÍGUEZ DE MENDOZA AMAZONAS
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
FORMULARIO DE CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA**



(Betancurth et al. 2015)

INTRODUCCIÓN:

El presente instrumento tuvo como finalidad recolectar información sobre estilos de vida en los adolescentes de la Institución Educativa Miguel Rubio del 3ro y 4to grado de secundaria.

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada pregunta, para lo cual se le solicita responder con veracidad las siguientes preguntas y marcar con un aspa (x) la respuesta que crea conveniente donde 2 es siempre, 1 algunas veces y 0 es nunca.

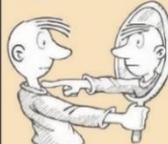
DATOS PERSONALES:

- EDAD:.....
- SEXO:.....

- PROCEDENCIA:
 - a) Chachapoyas. c) Luya. d) Condorcanqui.
 - e) Pedro Ruiz. f) Rodríguez de Mendoza.
 - h) otros.....

- RELIGIÓN:
 - a) Católico. b) Adventista. c) Evangélico. d)
 - Otros.....

¿cómo es mi estilo de vida?

F	A	N	T	A	S	T	I	C	O
FAMILIARES Y AMIGOS	ACTIVIDAD FÍSICA Y SOCIAL	NUTRICIÓN	TOXICIDAD	ALCOHOL	SUEÑO Y ESTRÉS	TIPO DE PERSONALIDAD Y SATISFACCIÓN ESCOLAR	IMAGEN INTERIOR	CONTROL DE SALUD Y SEXUALIDAD	ORDEN
<p>Tengo con quien hablar sobre cosas que son importantes para mí:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Yo doy cariño:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Yo recibo cariño:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> 	<p>Asisto a un grupo conformado (grupos de scouts, cruz roja, deportivo, religioso, cultural o juvenil):</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>En los últimos 7 días he realizado ejercicio físico durante 30 minutos, tan intenso como para sentirme agitado/a y terminar fatigado/a (a):</p> <p>2 5 o más veces 1 Entre 2 y 4 veces 0 Entre 0 y 1 vez</p> 	<p>Mi alimentación diaria es balanceada*:(ver hoja 2)</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Diariamente por lo menos desayuno, almuerzo y cena:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Casi Nunca</p>  <p>Con frecuencia consumo mucha azúcar, sal, grasas, mecató o comida chatarra:</p> <p>2 Ninguna de éstas 1 Algunas de éstas 0 Todas éstas</p> <p>Hago control periódico de mi peso:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>	<p></p> <p>En algún momento he fumado un cigarrillo:</p> <p>2 Nunca 1 Alguna vez 0 Siempre</p> <p>Uso medicamentos sin fórmula medica:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas Veces 0 Siempre</p>  <p>Tomo bebidas que contengan cafeína:(Café, Coca Cola, pepsi, vive 100, red bull, ciclon, Monster):</p> <p>2 Menos de 3 al día 1 De 3 a 6 al día 0 Más de 6 al día</p>	<p>He consumido licor en los últimos 6 meses: (cerveza, cocktail, canelazo, ron, aguardiente):</p> <p>2 0 veces 1 1 a 3 veces 0 Más de 3 veces</p>  <p>Considero que los efectos del licor son dañinos:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Las personas con quienes vivo toman licor:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p>	<p></p> <p>Duermo bien y me siento descansado/a al levantarme:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Regularmente me duermo a las ___ y me levanto a las ___</p> <p>Me siento capaz de manejar situaciones estresantes y encontrar fácilmente alternativas de solución:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me relajo y disfruto mi tiempo libre:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>	<p>Sin razón me siento molesto/a y/o enojado/a:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> <p>Me siento de buen humor, alegre y activo/a:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p> <p>Me siento contento/a con mi estudio:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me he sentido presionado/a, agredido/a físicamente o maltratado verbalmente por parte de mis compañeros:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p>	<p></p> <p>Tengo pensamientos positivos y optimistas:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me siento tenso/a o estresado/a:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p> <p>Me siento deprimido/a o triste:</p> <p>2 Nunca 1 Algunas veces 0 Siempre</p>	<p>Asisto a consulta para vigilar mi estado de salud:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Converso con integrantes de mi familia temas de sexualidad:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Me acepto y me siento satisfecho/a con mi apariencia física o la forma cómo me veo:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>	<p>Soy organizado/a con las responsabilidades diarias:</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>  <p>Respeto las normas de tránsito (Cinturón de seguridad, paso por las cebras, puentes peatonales, semáforo):</p> <p>2 Siempre 1 Algunas veces 0 Nunca</p>
									

Anexo N° 02

Tabla 01: Estilos de vida en los adolescentes según edades, de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

ESTILOS DE VIDA SEGÚN EDADES					
Categorías	Saludable		No saludable		Total
	fi	%	fi	%	
Edad					
14-16	95	86.4	10	100.0	105
17-18	15	13.6	0	0.0	15
Total	110	100.0	10	100.0	120

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Se observa que del 100% (120), estudiantes encuestados de 14-16 años el 86.4 % (95) presentan estilos de vida saludable, el 100% (10) tienen estilos de vida no saludable. Las edades de 17-18 años el 13.6%(15) tienen estilos de vida saludable y el 0.0%(0) presentan estilos de vida no saludable los adolescentes.

Anexo N° 03

Tabla 02: Estilos de vida según sexo en los adolescentes, de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

ESTILOS DE VIDA SEGÚN SEXO					
Categorías	Saludable		No Saludable		
Sexo	fi	%	fi	%	Total
Masculino	68	61.8	42	60.0	110
Femenino	6	38.2	4	40.0	10
Total	74	100.0	46	100.0	120

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Se observa que del 100% (120), encuestados de sexo masculino el 61.8% (68) presentan estilos de vida saludable, el 60.0 (42) tienen estilos de vida no saludable. Del sexo femenino el 38.2% (6) presentan estilos de vida saludable y el 40.0%(4) tiene estilos de vida no saludable los adolescentes.

Anexo N° 04

Tabla 03: Estilos de vida según su Procedencia, en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio- Chachapoyas, 2019.

ESTILOS DE VIDA SEGÚN PROCEDENCIA					
Categorías	Saludable		No Saludable		
Procedencia	fi	%	fi	%	Total
Amazonas	103	93.6	10	100.0	113
Lima	2	1.8	0	0.0	2
Tarapoto	1	0.9	0	0.0	1
Chiclayo	1	0.9	0	0.0	1
Cajamarca	3	2.7	0	0.0	3
Total	110	100.0	10	100.0	120

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Se observa que del 100% (120), encuestados que pertenecen a Amazonas el 93.6% (103) presentan estilos de vida saludable; el 100% (10) tienen estilos de vida no saludable; los de Lima el 1.8%(2) presentan estilos de vida saludable; el 0.0%(0) tienen estilos de vida no saludable; de Tarapoto; el 0.9%(1) presentan estilos de vida saludable; el 0.0%(0) tienen estilos de vida no saludable; los de Chiclayo el 0.9%(1) presentan estilos de vida saludable; el 0.0%(0) tienen estilos de vida no saludable y los de Cajamarca 2.7% (3) presentan estilos de vida saludable; el 0.0%(0) tienen estilos de vida no saludable los adolescentes.

Anexo N° 05

Tabla 04: Estilos de vida según Religión, en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2019.

ESTILOS DE VIDA SEGÚN RELIGIÓN					
Categorías	Saludable		No Saludable		
Religión	fi	%	fi	%	Total
Católico	82	74.5	5	50.0	87
Adventista	4	3.6	2	20.0	6
Evangélico	20	18.2	1	10.0	21
Otros	4	3.6	2	20.0	6
Total	110	100.0	10	100.0	120

Fuente: Formulario de estilos de vida “Fantástico”; 2019.

Se observa que del 100% (120), encuestados el 74.5% (82) de la religión católica presentan estilos de vida saludable; el 50.0% (5) tienen estilos de vida no saludable; la religión Adventista; el 3.6% (4) presentan estilos de vida saludable y el 20.0 % (2) tienen estilos de vida no saludable; los Evangélicos; el 18.2% (20) presentan estilos de vida saludable y el 10.0 % (1) presentan estilos de vida no saludable y el tienen estilos de vida no saludable y en otros el 3.6% (4) presentan estilos de vida saludable y el 20.0 % (2) presentan estilos de vida no saludable los adolescentes.