

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE
SECUNDARIA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
EMBLEMÁTICA MERCEDES
INDACOCHEA
2022

TESIS
PRESENTADA POR BACHILLER
QUISPE ESCOBAR CARMEN ROSA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

LIMA – PERÚ
2023

RESUMEN

Introducción: Los estilos de vida de los adolescentes es un esencial complemento para la formación óptima del sujeto, psicosocial y físico. Así mismo, los niveles elevados de obesidad, sedentarismo, malnutrición, sobre todo, ponen en peligro la salud de los jóvenes y exigen una mejor promoción de estilos de vida saludables, que es la meta de la actual sociedad. **Objetivo:** Determinar los estilos de vida de los adolescentes de secundaria de la Institución Educativa Emblemática Mercedes Indacochea. **Metodología:** indagación de enfoque cuantitativo, descriptivo de cortes transversales, la población estaba integrada por 142 alumnas y la muestra fue censal considerando a las 142 alumnas en total del 4° año de secundaria que acataron con los criterios de exclusión e inclusión. La encuesta fue la técnica utilizada y el cuestionario fue el instrumento del estudio. **Resultados:** Los resultados logrados fueron que un 40.8% (60) de las adolescentes evidencian estilos de vida pocos saludables, el 17% (24) muy saludables y el 40.2% (58) saludables. En vinculación a la dimensión nutrición el 62% (88) presenta un estilo de vida saludable, mientras que en las dimensiones ejercicio el 49% (69) y responsabilidad en salud el 84.5% (120) presentaron un estilo de vida poco saludable, por otro lado, en las dimensiones manejo del estrés el 45.2% (64), soporte interpersonal el 52.8% (75) y autorrealización el 59.3% (84) presentaron estilos de vida saludables.

Palabras clave: Estilo de vida, adolescentes, psicosocial, obesidad, sedentarismo, malnutrición.

INFORME DE ANTIPLAGIO

INFORME DE ORIGINALIDAD			
17%	16%	3%	9%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
FUENTES PRIMARIAS			
1	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet		8%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet		2%
3	hdl.handle.net Fuente de Internet		1%
4	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet		1%
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante		1%
6	repository.javeriana.edu.co Fuente de Internet		<1%
7	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet		<1%
8	revistas.unjbg.edu.pe Fuente de Internet		<1%
9	repositorio.untrm.edu.pe Fuente de Internet		<1%



INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 02 Octubre 2023

NOMBRE DEL AUTOR (A) / ASESOR (A):

Carmen Rosa Quispe Escobar / María A. Cristina Flores Luján

TIPO DE PROINVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ()
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ()
- TESIS (X)
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ()
- ARTICULO ()
- OTROS ()

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO:

Estilo de vida de los adolescentes de secundaria
Institución Educativa Emblemática Mercedes Indacochea
2022

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 17 %

Conformidad Autor:

Nombre: Carmen Rosa Quispe Escobar

DNI: 76169711

Huella:



Conformidad Asesor:

Nombre: María A. Cristina Flores Luján