

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



**ESTILOS DE VIDA EN CHOFERES DE LA EMPRESA DE  
TRANSPORTE PÚBLICO SAN PEDRO S.A RUTA 28  
JUNIO 2019**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER**

**SALAZAR CELESTINO KAREM MIRELLA**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**LIMA – PERÚ**

**2021**

## RESUMEN

**Introducción:** Los estilos de vida es la forma que los seres humanos adoptan para gozar de buena salud, aunque estén condicionados por efectos del consumismo de la sociedad. **Objetivo:** Determinar los estilos de vida en choferes de la empresa de transporte público San Pedro S.A. ruta 28 junio 2019. **Metodología:** El estudio es de nivel descriptivo, enfoque cuantitativo, de corte transversal. La población estuvo conformada por los transportistas de la empresa. Se utilizó la encuesta como técnica y el instrumento fue un cuestionario sobre los Estilos de Vida "Esvida". **Resultados:** La muestra estuvo conformada por 59 choferes de la Empresa de Transporte Público San Pedro, ruta 28. Los entrevistados fueron varones, el 48% son casados, el 25% son adultos jóvenes 20 a 40 años y el 58% adultos entre 41 a 60 años, el 33% ha cursado la secundaria, el 12% tiene una profesión. Las dimensiones de estilo de vida adecuado fueron: Actividad física con un 83% y hábitos tóxicos con 86% mientras que las dimensiones de estilo de vida inadecuado fueron: Integración social 69%, hábitos alimenticios 73% y sueño y estrés con un 85%. **Conclusión:** Los estilos de vida de los choferes de la empresa de transporte público San Pedro S.A ruta 28, son inadecuados.

**Palabra clave:** Estilos de vida, Actividad física, Tóxicos y Alimentación.