



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Medicina

Escuela Profesional de Enfermería

**Estilo de vida de los adolescentes en una institución
educativa de Lima, 2017**

TESIS

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

AUTOR

Rocio Mercedes CCAPA PAUCAR

ASESOR

María Josefa ARCAYA MONCADA

Lima, Perú

2018



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Ccapa R. Estilo de vida de los adolescentes en una institución educativa de Lima, 2017 [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Enfermería; 2018.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



45 P.
1 - SIN.
23 R.

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO(A)
EN ENFERMERÍA**

En la ciudad de Lima, al primer día del mes de marzo del año dos mil dieciocho y en cumplimiento a lo señalado en el inciso "c" del Art. 113 del estatuto de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (R.R. N° 03013-R-2016), se ha realizado la sustentación de la tesis titulada **"ESTILO DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA, 2017"**, sustentada por la Bachiller en Enfermería:

ROCIO MERCEDES CCAPA PAUCAR

para optar el Título Profesional de Licenciado (a) en Enfermería, habiendo obtenido el calificativo de:

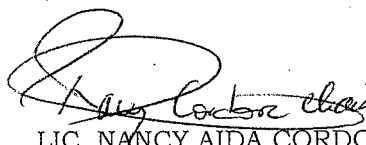
15 (Quince)


Lo que se da fe:


MG. ESPERANZA M. LLUNCOR LLUNCOR
Presidenta




MG. ESTHER G. COTRINA MONTENEGRO
Miembro


LIC. NANCY AIDA CORDOVA CHAVEZ
Miembro


DRA. MARIA JOSEFA ARCAJA MONCADA
Asesor (a)

RALP/erm

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo principal determinar el estilo de vida de los adolescentes en la Institución Educativa “Gran Pascal”, Lima, 2017. Es de tipo cuantitativo, nivel aplicativo método descriptivo de corte transversal. La muestra fue conformada por toda la población siendo un total de 87 adolescentes. La técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario.

Los resultados obtenidos muestran que el 56% (49) de los adolescentes tienen un estilo de vida no saludable.

Al analizarlo por dimensiones; predomina un estilo de vida no saludable en la dimensión alimentación con 72% (68), dimensión descanso y sueño con 63% (55) y dimensión consumo de sustancias nocivas 55% (48). En relación a la dimensión de la actividad física presentan un estilo de vida saludable con 62% (64).

Por lo que se concluye que la mayoría de los estudiantes adolescentes presentan un estilo de vida no saludable. Según dimensiones predomina en los estilos de vida no saludable en la alimentación, el consumo de sustancias nocivas, el descanso y sueño. Por el contrario predomina un estilo de vida saludable en la dimensión de actividad física.

PALABRAS CLAVES: Estilo de vida, Salud del adolescente.

SUMMARY

The objective of this study is to determine the lifestyle of adolescents in the Educational Institution "Gran Pascal", Lima, 2017. It is of a quantitative, descriptive, cross-sectional, descriptive level. The sample was formed by the entire population, with a total of 87 adolescents. The technique was the survey and the instrument a questionnaire.

The results obtained show that 56% (49) of adolescents have an unhealthy lifestyle.

When analyzing it by dimensions; An unhealthy lifestyle predominates in the feeding dimension with 72% (68), rest and sleep dimension with 63% (55) and harmful substances consumption 55% (48). In relation to the dimension of physical activity they present a healthy lifestyle with 62% (64).

The conclusions were, most adolescent students have an unhealthy lifestyle. According to dimensions, it predominates in unhealthy lifestyles in food, the consumption of harmful substances, rest and sleep. On the contrary, a healthy lifestyle predominates in the physical activity dimension.

KEY WORDS: Lifestyle, Adolescent Health.