



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Estilos de vida en el Profesional de Enfermería de la Clínica Ricardo  
Palma, 2016**

**TESIS PARA OBTENER EL TITULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

Rocio Yesenia Quito Vargas

**ASESORA:**

Mg. Janet Mercedes Arévalo Ipanaqué

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Cuidado de Enfermería en Salud Ocupacional

**LIMA - PERÚ**

**2016**

## **PÁGINA DEL JURADO**

---

Dra. Roxana Obando Zegarra

**Presidente**

---

Dra. Elizabeth Alvarado Chávez

**Secretario**

---

Mg. Janet Arévalo Ipanaqué

**Vocal**

### **DEDICATORIA:**

A mis padres por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo. Todo este trabajo ha sido posible gracias a ellos.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por haberme guiado a lo largo de mi camino y ser mi fortaleza en los momentos de debilidad.

A mis padres por haberme inculcado valores, apoyo y paciencia en todo este tiempo. También a mis hermanas por la motivación constante a seguir con mis ideales.

A mi asesora de tesis Janet Arévalo Ipanaqué, por su paciencia y motivación que han sido fundamentales para mi formación como investigadora.

## **DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD**

Yo Quito Vargas, Rocio Yesenia con DNI N° 46268973, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela Académico Profesional de Enfermería, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Lima, Marzo del 2017

Quito Vargas, Rocio Yesenia

## **PRESENTACION**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la Tesis titulada "Estilos de vida en el Profesional de Enfermería de la Clínica Ricardo Palma, 2016", la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Licenciada de Enfermería.

Quito Vargas, Rocio Yesenia

<b>INDICE</b>	<b>Página</b>
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Resumen	ix
Abstract	x

## **I. INTRODUCCION**

1.1 Planteamiento del problema	11
1.2 Antecedentes	14
1.2.1 Antecedentes Internacionales	15
1.2.2 Antecedentes Nacionales	18
1.3 Teorías relacionadas al tema	21
1.3.1 Profesional de enfermería	21
1.3.2 Estilos de vida	23
1.3.3 Componentes del estilo de vida	29
1.4 Formulación del problema	38
1.5 Justificación del estudio	39
1.6 Hipótesis	40
1.7 Objetivos	40

## **II. MARCO METODOLÓGICO**

2.1 Diseño de investigación	41
2.2 variable y Operacionalización	41
2.3 Población y muestra	42
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	42
2.5 Métodos de análisis de datos	44
2.6 Aspectos éticos	45

<b>III. RESULTADOS</b>	46
<b>IV. DISCUSION</b>	50
<b>V. CONCLUSIONES</b>	56
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	57
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b>	58
<b>ANEXOS</b>	
Anexo 1: Matriz de consistencia	67
Anexo 2: Calculo de Muestra	68
Anexo 3: Instrumento: Cuestionario de Estilos de Vida	69
Anexo 3: Juicio de expertos	71
Anexo 4: confiabilidad del instrumento	82
Anexo 5: Libro de códigos	84
Anexo 7: Cálculo de puntajes de interpretación	86
Anexo 8: Tabla de resultados según dimensiones	88
Anexo 9: Consentimiento informado	91
Anexo10: Carta de Autorización	92



## Resumen

La investigación titulada “Estilos de vida en el profesional de enfermería de la clínica Ricardo Palma, 2016”, tuvo como objetivo determinar los estilos de vida de los profesionales de enfermería de la Clínica Ricardo Palma. La investigación realizada fue de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, con un diseño no experimental, de corte transversal. La población estuvo conformada por 270 Licenciadas de Enfermería, y la muestra fue de 129. Se utilizó el cuestionario como instrumento y la encuesta como técnica. Se obtuvieron los siguientes resultados, el 70.5 % presentan estilos de vida saludables, en la dimensión conductas habituales el 55.3% son no saludables y el 44.7% saludables, en la dimensión entorno afectivo el 93.8% de licenciadas presentan estilos de vida saludables y el 6.2% no saludables, en la dimensión Socioeconómica, el 60.5% de los profesionales tienen estilos de vida no saludables y el 39.5% saludables. En conclusión las licenciadas de la clínica Ricardo Palma tienen estilos de vida saludables, especialmente en la dimensión entorno afectivo; mas no así en las dimensiones conductas habituales y socioeconómica.

*Palabras clave: Estilos de vida, hábitos de vida, enfermeras, estilos de vida de enfermeras.*

## Summary

The research entitled "Ways of life in the professional nursing of clinic Ricardo Palma, 2016", aimed to determine the lifestyles of the Ricardo Palma clinic nurses. Quantitative approach, the research was descriptive level, with a non-experimental design, cross-cutting. The population was formed by 270 nursing graduates, and the sample was 129. The questionnaire as an instrument and the survey technique was used. We obtained the following results, the 70.5% have healthy lifestyles, in the dimension normal behavior the 55.3% are not healthy and the 46.5 healthy %, 93.8 affective environment dimension % of graduates have healthy lifestyles and 6.2% unhealthy, in the socioeconomic dimension, the 60.5% of professionals have unhealthy lifestyles and 39.5% healthy. In conclusion the licensed Ricardo Palma clinic have healthy lifestyles, especially in the affective environment dimension; but not so in dimensions common and socio-economic behaviour.

*Key words: lifestyle, lifestyle habits, nurses, lifestyles of nurses.*