



**ESCUELA DE POSGRADO**  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Los estilos de vida y calidad de vida de los estudiantes de  
la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa Chorrillos,  
2016.**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACÁDEMICO DE:**

**Magister en Gestión de los Servicios de la Salud**

**AUTOR**

**Br. Ana Verónica Silva Cornejo**

**ASESOR:**

**Dr. Noel Alcas Zapata**

**SECCIÓN:**

**Ciencias Médicas**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

**Gestión de los Servicios de la Salud**

**PERÚ - 2016**

Página del Jurado

.....  
Dr. Sebastián Sánchez Díaz  
Presidente

.....  
Dr. Johnny Feliz Farfán Pimentel  
Secretaria

.....  
Dr. Noel Alcas Zapata  
Vocal

### **Dedicatoria**

A mi Señor Cautivo de Ayabaca, porque siempre me ha acompañado en todo momento. A mis hijos Allison y Manuel que son mi máxima fuerza para seguir adelante, porque ellos representan mi fortaleza, y son mi máxima inspiración de progreso en mi vida. A mi esposo por su comprensión y apoyo.

### **Agradecimiento**

Agradezco a la Universidad Cesar Vallejo, por brindarme la oportunidad alcanzar un nuevo reto, especialmente agradecer al asesor Dr. Noel Alcas Zapata, por su apoyo constante en la elaboración de la presente tesis.

## Declaración Jurada

Yo, Br. Ana Verónica Silva Cornejo, estudiante del Programa Académico de Maestría en Gestión de los Servicios de la Salud de la Escuela de Postgrado de la Universidad César Vallejo, identificado con DNI 02849812, con la tesis titulada “Los estilos de vida y calidad de vida de los estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa –Chorrillos, 2016” declaro bajo juramento que:

- 1) La tesis es de mi autoría.
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido autoplagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

San Juan de Lurigancho, 1 de febrero 2016.

.....  
Br. Ana Verónica Silva Cornejo  
DNI: 02849812

## Presentación

Señor presidente

Señores miembros del jurado

Presento la Tesis titulada: Los estilos de vida y calidad de vida de los estudiantes de la I.E.Cesar Vallejo, de Vista Alegre de Villa – Chorrillos,2016, en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para optar el grado académico de Magister en Gestión de los Servicios de la Salud.

Esperamos que nuestros modestos aportes contribuyan con algo en la solución de la problemática de la gestión pública en especial en los aspectos relacionados con los estilos de vida y calidad de vida, y particularmente en la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa- Chorrillos,2016.

La información se ha estructurado en siete capítulos teniendo en cuenta el esquema de investigación sugerido por la universidad.

En el primer capítulo se expone la introducción. En el segundo capítulo se presenta el marco metodológico. En el tercer capítulo se muestran los resultados. En el cuarto capítulo abordamos la discusión de los resultados. En el quinto se precisan las conclusiones. En el sexto capítulo se adjuntan las recomendaciones que hemos planteado, luego del análisis de los datos de las variables en estudio. Finalmente en el séptimo capítulo presentamos las referencias bibliográficas y anexos de la presente investigación.

El autor.

## Índice de contenido

<b>PÁGINAS PRELIMINARES</b>	<b>Página</b>
Página de jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaración jurada	v
Presentación	vi
Índice de contenido	vii
Lista de tablas	ix
Lista de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
<b>I INTRODUCCIÓN</b>	<b>14</b>
1.1 Antecedentes	16
1.2 Fundamentación científica, técnica o humanística	20
1.3 Justificación	43
1.4 Problema	44
1.5 Hipótesis	47
1.6 Objetivos	49
<b>II. MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>51</b>
2.1 Variables	52
2.2 Operacionalización de variables	53
2.3. Metodología	56
2.4. Tipo de estudio	56
2.5. Diseño	57
2.6. Población, muestra y muestreo	59
2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	60
2.8 Método de Análisis de datos	66
2.9. Aspectos éticos	67

<b>III: RESULTADOS</b>	68
3.1. Descripción de resultados	69
3.2. Contrastación de hipótesis	80
<b>IV: DISCUSIÓN</b>	91
<b>V: CONCLUSIONES</b>	95
<b>VI: RECOMENDACIONES</b>	98
<b>VII: REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	100



## Índice de tablas

	Página
Tabla 1: Operacionalización de la variable 1:Estilos de vida	54
Tabla 2: Operacionalización de la variable 2:Calidad de vida	55
Tabla 3: Jurados expertos	64
Tabla 4: Interpretación del coeficiente de confiabilidad	64
Tabla 5: Resultados del análisis de confiabilidad del instrumento que mide la variable: estilos de vida	65
Tabla 6: Resultado de análisis de confiabilidad del instrumento que mide la variable: calidad de vida	65
Tabla 7: Niveles de los estilos de vida	69
Tabla 8: Niveles de la calidad de vida	70
Tabla 9: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y la calidad de vida	71
Tabla 10: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y el bienestar emocional	72
Tabla 11: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y relaciones interpersonales	73
Tabla 12: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y el bienestar material	74
Tabla 13: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y el desarrollo personal	75
Tabla 14: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y bienestar físico	76
Tabla 15: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y la autodeterminación	77
Tabla 16: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida e inclusión	78
Tabla 17: Distribución de frecuencias entre los estilos de vida y derechos	79

Tabla 18:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y la calidad de vida	81
Tabla 19:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y el bienestar emocional de la calidad de vida	82
Tabla 20:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y las relaciones interpersonales	83
Tabla 21:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y el bienestar material de la calidad de vida.	84
Tabla 22:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y el desarrollo personal de la calidad de vida.	85
Tabla 23:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y el bienestar físico de la calidad de vida.	86
Tabla 24:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y la autodeterminación de la calidad de vida.	87
Tabla 25:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y la inclusión social de la calidad de vida.	89
Tabla 26:	Correlación de Spearman entre los estilos de vida y los derechos de la calidad de vida.	90

## Índice de figuras

Figura 1: Piramide de Maslow.	33
Figura 2: Esquema de tipo de diseño.	58
Figura 3: Niveles de lós estilos de vida.	69
Figura 4: Niveles de la calidad de vida	70
Figura 5: Niveles entre los estilos de vida y la calidad de vida.	71
Figura 6: Niveles entre los estilos de vida y el bienestar emocional.	72
Figura 7: Niveles entre los estilos de vida y relaciones interpersonales.	73
Figura 8: Niveles entre los estilos de vida y el bienestar material.	74
Figura 9: Niveles entre los estilos de vida y el desarrollo personal.	75
Figura 10: Niveles entre los estilos de vida y el bienestar físico.	76
Figura 11: Niveles entre los estilos de vida y la autodeterminación.	77
Figura 12: Niveles entre los estilos de vida e inclusión.	78
Figura 13: Niveles entre los estilos de vida y derechos.	79

## Resumen

En la investigación titulada: Los estilos de vida y calidad de vida de los estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016. El objetivo general de la investigación fue determinar la relación que existe entre los estilos de vida y la calidad de vida de los estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa – Chorrillos, 2016.

El tipo de investigación es básica, de alcance correlacional, con un diseño no experimental, de corte transversal, con un enfoque cuantitativo. La muestra utilizada fue censal, y el muestreo es no aleatorio; estuvo conformada por toda la población, constituida por 190 estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016. La técnica que se empleó fue la encuesta y los instrumentos de recolección de datos fueron dos cuestionarios de medición tipo Likert. Para la validez de los instrumentos, se utilizó el juicio de expertos y, para la confiabilidad de cada instrumento se utilizó el alfa de Cronbach que arrojó valores numéricos en ambas variables: 0.783, para la variable estilos de vida y 0.737 para la variable calidad de vida.

Con referencia al objetivo general: Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y la calidad de vida de los estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa- Chorrillos, 2016, se concluye que existe relación directa y significativa entre los estilos de vida y la calidad de vida de los estudiantes de la I.E. Cesar Vallejo de Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016. Lo que se demuestra con el estadístico de Spearman (sig. bilateral = .000 < 0.01; Rho = .600\*\*).

Palabras Clave: Estilos de Vida, Calidad de Vida.

## Abstract

In the research entitled: The lifestyles and quality of life of students of the I.E. Cesar Vallejo from Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016. The general objective of the research was to determine the relationship between lifestyles and the quality of life of students of the I.E. Cesar Vallejo from Vista Alegre de Villa - Chorrillos, 2016.

The type of research is basic, correlational in scope, with a non-experimental cross-sectional design with a quantitative approach. The sample used was census, and the sampling is non-random; Was made up of the whole

Population, made up of 190 students from the I.E. Cesar Vallejo from Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016. The technique used was the survey and the instruments of data collection were two questionnaires measuring Likert type. For the validity of the instruments, expert judgment was used and, for the reliability of each instrument, the Crombach's alpha was used, which yielded numerical values in both variables: 0.783, for the variable life-styles and 0.737 for the quality variable lifetime.

With reference to the general objective: To determine the relation that exists between the lifestyles and the quality of life of the students of the I.E. Cesar Vallejo from Vista Alegre de Villa-Chorrillos, 2016, concludes that there is a direct and significant relationship between lifestyles and the quality of life of IE students. Cesar Vallejo de Vista alegre de Villa-Chorrillos, 2016. Lo Which is demonstrated by the Spearman statistic (bilateral = .000 <0.01; Rho = .600 \*\*).

Key Words: Lifestyles, Quality of Life.