



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**EFFECTO DE UN TALLER EDUCATIVO SOBRE ESTILOS DE VIDA
SALUDABLE EN ADULTOS MADUROS DEL CENTRO DE SALUD DE
LIBERACIÓN SOCIAL, TRUJILLO 2017**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA.

AUTOR:

DÍAZ VIGO, JESÚS ANDRÉS

ASESOR:

MG. HERNÁNDEZ FERNÁNDEZ, CÉSAR

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

PROMOCIÓN Y COMUNICACIÓN DE LA SALUD.

TRUJILLO – PERU

2017

TESIS: EFECTO DE UN TALLER EDUCATIVO SOBRE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN ADULTOS MADUROS DEL CENTRO DE SALUD DE LIBERACIÓN SOCIAL, TRUJILLO 2017

AUTOR: DÍAZ VIGO, JESÚS ANDRÉS

JURADO EVALUADOR



PAREDES AYALA, BALVINA

PRESIDENTE



HERNÁNDEZ FERNÁNDEZ,
CÉSAR

SECRETARIO



RIVERA TEJADA, HELEN

VOCAL

Trujillo, Diciembre del 2017

Dedicatoria

A Dios, por darme salud y vida para cumplir mis metas.

A mi mamá, por brindarme protección, amor, afecto a pesar de las diferentes circunstancias que permiten que estemos separados, por apoyarme y guiar cada paso que doy, ser la persona que me inspira a seguir y ser mi vitalidad en mi vida personal y académica. A mi padre por apoyarme.

A mi familia por hacer de mí cada día un mejor ser humano mediante sus enseñanzas y consejos, por estar siempre en los momentos más difíciles conmigo, y ser mi bastón en mi día a día.

Agradecimiento

A mi familia, amigos, colegas y a mis docentes que son el soporte de mi formación académica, ya que en todo momentos a través de sus enseñanzas y experiencias contribuyen para ser un buen profesional.

A mis docentes, asesores. Mg. Hernández Fernández, César y Mg. Rivera Tejada, Helen por el apoyo brindado en la realización de esta investigación.

También a las personas del Centro de Salud de Liberación Social que me ayudaron durante este proceso el cual han hecho posible que pueda desarrollar mi tesis.

Gracias Totales.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Yo Díaz Vigo Jesús Andrés con DNI N° 71268372, 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 de Enfermería, declaro bajo juramento que toda la información, documentación y datos que se presenta en la presente tesis son veraces y auténticas.

De tal manera, acepto toda responsabilidad, que se relaciona con cualquier plagio, camuflaje o exclusión de los registros y los datos aportados que presento según lo establecido por las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Trujillo, 12 de septiembre del 2017.

Díaz Vigo Jesús Andrés

DNI: 71268372

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la Tesis titulada “Efecto de un taller educativo sobre estilos de vida saludable en Adultos Maduros del Centro de Salud de Liberación Social, Trujillo 2017”, para obtener el título Profesional Licenciado en Enfermería, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación.

Díaz Vigo, Jesús Andrés

DNI: 71268372

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar el efecto de un taller educativo sobre los estilos de vida saludable en los adultos maduros del Centro de Salud de Liberación Social, Trujillo 2017, según su naturaleza es cuantitativo con diseño pre experimental pre prueba, post prueba con un solo grupo, tomando como población a 400 adultos maduros, y muestra de 40 adultos maduros atendidos en dicho Centro de Salud, a los cuales se les aplicó un pre test seguido un taller educativo, luego un post test, obteniendo como resultado que antes de la aplicación del taller educativo el 15% de los adultos maduros tuvieron un estilo de vida bueno, 65% regular y 20% deficiente; después de la aplicación del taller educativo los resultados cambiaron favorablemente resultando 67,5% en estilo de vida bueno, 25% en regular y solo un 15% en deficiente. Estos resultados fueron analizados mediante la prueba de Homogeneidad Marginal dado que se trata de un estudio pre experimental con pre y post prueba, dicha prueba confirma la hipótesis planteada. En conclusión; el taller educativo ha sido efectivo porque logró obtener mejores resultados de estilos de vida en comparación con resultados antes de la aplicación del taller educativo.

Palabra clave: estilos de vida, adultos maduros, taller educativo.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the effect of an educational workshop on healthy lifestyles in mature adults of the Social Liberation Health Center, Trujillo 2017, according to its quantitative nature with pre-experimental pre-test design, post-test with a only group, taking as a population 400 mature adults, and sample of 40 mature adults attended in said Health Center, to which a pretest was applied followed by an educational workshop, then a post test, obtaining as a result that before the application of the educational workshop 15% of mature adults had a good lifestyle, 65% regular and 20% deficient; after the application of the educational workshop, the results changed favorably, resulting in 67.5% in good lifestyle, 25% in regular and only 15% in deficient. These results were analyzed by the Marginal Homogeneity test given that it is a pre-experimental study with pre and post test, this test confirms the proposed hypothesis. In conclusion; The educational workshop has been effective because it managed to obtain better results of lifestyles compared to results before the application of the educational workshop.

Keyword: lifestyles, mature adults, educational workshop