



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO  
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de  
una institución educativa de Juliaca, 2023

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**

Maestro en Psicología Educativa

**AUTOR:**

Ramos Mamani, Diego Armando ([orcid.org/0000-0001-6400-6522](https://orcid.org/0000-0001-6400-6522))

**ASESORAS:**

Dra. Leiva Torres, Jakline Gicela ([orcid.org/0000-0001-7636-5746](https://orcid.org/0000-0001-7636-5746))

Dra. Denegri Velarde, Maria Isabel ([orcid.org/0000-0002-4235-9009](https://orcid.org/0000-0002-4235-9009))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Apoyo a la reducción de brechas y carencia en la educación en todos sus niveles

LIMA – PERÚ

2023

## **DEDICATORIA**

A mis padres por forjarme como la persona que soy en la actualidad, muchos de mis logros entre los que se incluyen este, me formaron con valores y me motivaron permanentemente para alcanzar mis anhelos.

### **Agradecimiento**

El principal agradecimiento es a DIOS que me da fortaleza para seguir adelante.

A mi familia por su comprensión y estima. Y el apoyo incondicional.

Y a todas las personas que me ayudaron a la realización de este trabajo.

# DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

## **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, LEIVA TORRES JAKLINE GICELA, docente de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023", cuyo autor es RAMOS MAMANI DIEGO ARMANDO, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

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 vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 29 de Julio del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
LEIVA TORRES JAKLINE GICELA <b>DNI:</b> 40601866 <b>ORCID:</b> 0000-0001-7635-5746	Firmado electrónicamente por: LEIVATJ el 12-08- 2023 14:28:58

Código documento Trilce: TRI - 0626961



# DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**ESCUELA PROFESIONAL DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

## **Declaratoria de Originalidad del Autor**

Yo, RAMOS MAMANI DIEGO ARMANDO estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO de la escuela profesional de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
DIEGO ARMANDO RAMOS MAMANI <b>DNI:</b> 47614343 <b>ORCID:</b> : 0000-0001-6400-6522	Firmado electrónicamente por: DRAMOSMA el 29-07- 2023 19:33:15

Código documento Trilce: TRI - 0626962



## Índice de contenidos

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	5
III. METODOLOGÍA	19
3.1. Tipo y diseño de investigación	19
3.2. Variable y operacionalización	19
3.3. Población, muestra y muestreo	23
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	25
3.5. Procedimientos	28
3.6. Método de análisis de datos	29
3.7. Aspectos éticos	30
IV. RESULTADOS	31
V. DISCUSIÓN	37
VI. CONCLUSIONES	46
VII. RECOMENDACIONES	48
REFERENCIAS	50
ANEXOS	57

## Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1 Población	23
Tabla 2 Muestra	24
Tabla 3 Validación de los cuestionarios por opinión de expertos	27
Tabla 4 Confiabilidad de los instrumentos	28
Tabla 5 Niveles del estilo de vida y sus dimensiones	31
Tabla 6 Niveles del consumo de alcohol y sus dimensiones	32
Tabla 7 Correlación del estilo de vida y el consumo de alcohol	33
Tabla 8 Correlación del estilo de vida y el consumo de riesgo	34
Tabla 9 Correlación del estilo de vida y el síntoma de dependencia	35
Tabla 10 Correlación del estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol	36

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023, desarrollada desde un enfoque cuantitativo, de tipo básico, de nivel correlacional y de diseño no experimental, donde la población la integraron 738 estudiantes del VII ciclo de educación básico, además, por medios probabilísticos de tipo estratificado, se pudo determinar la muestra integrada por 255 estudiantes, a quienes se le aplicaron dos cuestionarios, una escala denominada PEPS-I para el estilo de vida, y la escala AUDIT, para el consumo de alcohol, los cuales evidenciaron estar validados y ser confiables. En referencia a los resultados por medio del Rho de Spearman, se constató que la Sig. = 0.000 < 0.05, llegando a rechazar la hipótesis nula, además la correlación fue de -0.339, interpretado como inverso y de baja potencialidad, por ende, se concluyó que un saludable estilo de vida evidencia bajo consumo de alcohol en los estudiantes.

**Palabras clave:** Estilo de vida, consumo de alcohol, desarrollo del bienestar, aprovechamiento académico.



## ABSTRACT

The purpose of this research was to determine the relationship between lifestyle and alcohol consumption in high school students of an educational institution in Juliaca, 2023, developed from a quantitative approach, basic, correlational and non-experimental design, where the population consisted of 738 students of the VII cycle of basic education, In addition, by stratified probabilistic means, it was possible to determine the sample of 255 students, to whom two questionnaires were applied, a scale called PEPS-I for lifestyle, and the AUDIT scale for alcohol consumption, which proved to be validated and reliable. In reference to the results by means of Spearman's Rho, it was found that the Sig. = 0.000 < 0.05, reaching to reject the null hypothesis, in addition the correlation was - 0.339, interpreted as inverse and of low potentiality, therefore, it was concluded that a healthy lifestyle evidences low alcohol consumption in the students.

**Keywords:** Lifestyle, alcohol consumption, well-being development, academic achievement.

## I. INTRODUCCIÓN

Desde la perspectiva internacional, las Naciones Unidas (2021) manifestaron que existen una gran cantidad de enfermedades que se asocian con el estilo de vida que evidencian haber desarrollado los estudiantes debido a su exposición prolongada a conductas de consumo de alcohol, como también ingesta de alimentos poco saludables y la inactividad y desarrollo físico, el cual incide sobre su desarrollo crónico de enfermedades, que afectan a su corazón, accidente cerebrovascular, diabetes, enfermedad a los pulmones, desarrollo de algún tipo de cáncer, obesidad o síndrome metabólico, en ese sentido, los malos estilos de vida que llevan los estudiantes pueden afectar su independencia, proporcionándole años de discapacidad o hasta la muerte suponiéndose ser una carga familiar considerable por los servicios de salud que se ha de adquirir.

Aportando a lo manifestado, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, se refirió a los retos educativos de la actualidad, siendo uno la atención oportuna al desarrollo de niños y adolescentes, donde la malnutrición es una problemática relevante, porque si ello persiste en la infancia tendrá a futuro impactos negativos, como un mal desarrollo de sus sistema inmune, pérdida de crecimiento, además, de desarrollar sobrepeso, obesidad, los cuales a su vez desfavorecen al buen funcionamiento de la circulación, del corazón y riñones, lo cual repercute gravemente y afecta su calidad de vida, por un mal estilo llevado a cabo hasta ese momento (UNICEF, 2021).

Por otro lado, para la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, manifestó que, debido a desatenciones en el estado emocional, social, psíquico, cognitivo, participativo y de aprovechamiento escolar de estudiantes adolescentes, derivan una baja autoestima, además, la ausencia de apoyo a tales problemas en las escuelas, o la omisión a solicitar apoyo por temor o vergüenza, causa que los jóvenes lleguen a pensar en consumir sustancia psicoactiva como lo es la ingesta de alcohol el cual, incide negativamente sobre su salud tanto física y mental y pone en alto riesgo su bienestar, debido que se ha comprobado que consumir alcohol tiene efecto negativo para su rendimiento escolar, y para fundamentalmente el desarrollo de vínculos, participación escolar y deserción escolar (UNESCO, 2020).

En cuanto a la perspectiva nacional, según el Instituto Nacional de Salud, los malos estilos de vida, causado por hábitos alimentarios, ha elevado los riesgos de desarrollar diversas enfermedades que afectan al corazón debido a los altos índices de colesterol y triglicéridos en los infantes y adolescentes, así como su negativa a realizar actividad física, además, se estima que problemas asociados con los malos estilos de vida, incidentes en el desarrollo de enfermedades crónicas como la obesidad y sobrepeso, afecten a más de 2,8 millones de peruanos directamente, así también debido a problemas de acoso y bullying en las escuelas, puede incidir en que los estudiantes que evidencian malos estilos de vida, abandonen las escuelas y desarrollen actitudes antisociales y evidencien baja autoestima (INS, 2019).

Asimismo, el Ministerio de Salud del Perú, reportó que los estudiantes que al menos han sido maltratados por sus propios familiares o han sido hostigados por sus compañeros de clase alguna vez en su vida, han desarrollado comportamientos negativos debido a su consumo constante de alcohol, además, se constató que el 12.0 % de estudiantes muere a causa de la condición de salud producida por la ingesta de alcohol, como también desarrollo de lesiones no intencionadas e intencionadas y cirrosis hepáticas, llegan a explicar el 70.0 % de muertes prematuras asociadas al alcohol, lo cual conlleva a tender e identificar las etapas tempranas de la presente adicción, debido que es considerado como factor determinante porque es perpetrador o víctima de actos delictivos o violencia en el hogar el cual también es determinante para que los estudiantes lleguen a desarrollar posibles enfermedades mentales (MINSA, 2021).

Respecto a la perspectiva local, en una institución educativa de nivel secundaria ubicada en Juliaca, se ha podido constatar que los estudiantes, no traen consigo comida saludable para los tiempos de esparcimiento y receso dentro de la jornada escolar, lo que deriva que adquieran alimentos procesados, golosinas, gaseosas, entre otros, alimentos denominados chatarra, además, a partir de una encuesta proporcionada a los estudiantes sobre rutina de actividad física, más del 50.0 % evidenció realizar mínimamente una vez ejercicio a la semana o no lo llega a realizar, asimismo, existen ciertos estudiantes que traen consigo problemas de obesidad, pulmonar (asma), diabetes y cardiovasculares, lo cual da a entender que han adquirido malos estilos de vida, por otro lado, algunos estudiantes, poseen

problemas al encontrar el sueño, temblores, están irritables, ansiosos, a veces se llegan a deprimir, son inquietos, sienten náuseas y sudores, lo cual son síntomas de trastornos por consumir alcohol constantemente, como también bajo aprovechamiento escolar y actitudes disruptivas.

De lo propuesto, se ha determinado como problema general: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023?

En cuanto a la justificación, desde el aspecto teórico, se llegó a dar porque se ha realizado búsquedas especializadas en repositorios y revistas indexadas, con la finalidad de recabar información y construir un sustento teórico consistente del estilo de vida como del consumo de alcohol, lo cual es beneficioso porque a partir de tal conocimiento se va poder llevar a cabo la investigación, y se van a obtener conocimiento actual de los mismos, los cuales van a aportar a futuras investigaciones que consideren hacer uso de la presente investigación como antecedente y punto de partida de sus investigaciones.

Respecto al aspecto metodológico, a partir de la consideración de dos cuestionarios, uno denominado PEPS-I para determinar los niveles de estilo de vida conformado por 48 ítems separados en cinco subescalas y el otro conocido como AUDIT para medir los niveles de consumo de alcohol, que contiene 10 ítems que valoran tres dimensiones, van a aportar soporte y credibilidad a los resultados que se puedan conseguir en la presente investigación, asimismo, para proporcionar mayor veracidad, también van a someterse a validez por especialistas y a evidenciar su consistencia interna al determinar su confiabilidad.

Y referente al aspecto práctico, a partir de la aplicación de los instrumentos, se van a poder determinar los niveles tanto del estilo de vida y del consumo de alcohol, lo cual se va a proporcionar tal información a la dirección de la institución educativa donde se está llevando el presente estudio, con miras a que con anticipación tomen conciencia, y recurran a determinar y llevar a cabo propuestas de solución, talleres, intervenciones, entre otros, que apoyen a cambiar el estado actual de las variables como también brindarle soporte a su fortalecimiento y cuidado, llegando a beneficiar a los estudiantes directamente y también

fortaleciendo la propuesta educativa escolar en materia de ayuda temprana a estudiantes que poseen problemas asociados al alcohol y malos estilos de vida.

De similar manera, se ha propuesto como objetivo general: Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023; y de lo manifestado se propusieron como objetivos específicos: (1) Establecer la relación que existe el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria; (2) Establecer la relación que existe el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria, y (3) Establecer la relación que existe el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria.

Como punto final, se ha considerado como hipótesis general: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023; y de lo mencionado se propuso como hipótesis específicas: (1) Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria; (2) Existe relación significativa entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria; y (3) Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria.

## II. MARCO TEÓRICO

Referente a los antecedentes, desde la perspectiva internacional, se consideró el trabajo de Reyes-Martínez et al. (2022) porque determinaron la coherencia del consumo de alcohol con el estilo de vida en estudiantes de Ixmiquilpan, México, bajo una perspectiva cuantitativa y de profundidad correlacional, donde la muestra fue conformada por 50 estudiantes, donde para recoger información se utilizó el cuestionario AUDIT para el consumo de alcohol y el PEPS-I para determinar el estilo de vida estudiantil. Referente a los hallazgos, el 32.0 % de estudiantes lleva un estilo de vida poco saludable, 56.0 % saludable y 12.0 % muy saludable, además, el 58.0 % no tiene riesgo de alcohol, 16.0 % en riesgo y 26.0 % es dependiente, en cuanto al vínculo se llegó a calificar en  $-0.155$ , lo cual permitió afirmar que tal coherencia es negativa y muy baja, evidenciando que el vínculo no es significativo (Sig. 0.284), en tal sentido, aseverar que el trabajo aporta en determinar que los estilos de vida saludable, evidencia control hacia el consumo de alcohol sin llegar a un estado de riesgo de su salud.

Asimismo, el trabajo de Velázquez-Hernández et al. (2021) se consideró porque determinó el vínculo del funcionamiento familiar con el consumo de alcohol en estudiantes de Durango, México, cuyo proceso metódico fue de alcance correlacional y de enfoque cuantitativo, donde la muestra la integraron 463 estudiantes, y por medio de la aplicación del cuestionario AUDIT se determinó los niveles del consumo de alcohol, y el cuestionario APGAR sirvió para medir el funcionamiento familiar. Referente a los resultados, el 59.0 % de estudiantes ha presentado un consumo de alcohol no riesgoso, 22.0 % en riesgo y 19.0 % perjudicial, además, la relación se valoró en  $-0.117$ , llevando a interpretarse como vínculo negativo pero muy bajo, en tal sentido, la investigación aportó en manifestar que los estudiantes que poseen mayor consumo de alcohol es debido al mal funcionamiento familiar, lo cual requiere de atención oportuna para su mejora y no llegue a afectar su aprovechamiento escolar.

Además, Telumbre et al. (2020) estableció la coherencia entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de Campeche, México, llevado a cabo bajo un enfoque cuantitativo y de profundidad correlativa, llegando a participar en el estudio 280 estudiantes quienes por medio de la aplicación de un cuestionario

para la determinación de trastornos que promueven el consumo de alcohol y una escala de estilo de vida, se llegó a determinar los niveles de las variables, los cuales fueron validados y confiables. Respecto a los resultados, el 48.2 % de estudiantes evidenció tener un estilo de vida saludable y el 51.8 % no saludable, además, el 73.6 % acotó que si consumió alcohol alguna vez, referente al análisis inferencial, se constató que el vínculo se valoró en -0.192, llegando a ser interpretado como una coherencia inversa y muy baja, por ello, el estilo de vida saludable evidencia bajo nivel de consumo de alcohol, en tal sentido, encaminar diversas acciones para el fomento saludable del estilo de vida permite que se modifique la conducta, aportando mejora a la salud de los estudiantes.

También, Flores-Garza et al. (2019) establecieron la relación del consumo de alcohol con la agresividad en estudiantes de secundaria de Nuevo León, México, cuyo enfoque fue cuantitativo y de alcance correlacional, donde la muestra la integraron 259 estudiantes a quienes mediante la aplicación del cuestionario AUDIT se determinó los niveles del consumo de alcohol y el cuestionario AQ para la agresividad, los cuales se han validado y establecido su confiabilidad. Respecto a los hallazgos, el 47.1 % de estudiantes manifestó haber consumido alguna vez alcohol y el 52.9 % que no lo ha realizado, asimismo, el 57.7 % presentó riesgo, 28.9 % es dependiente y 13.4 % posee nivel de perjuicio al consumir alcohol, en cuanto al análisis inferencial, se constató que el vínculo se valoró en 0.213 con una significancia de 0.036, lo cual se valoró como positivo y bajo, es decir, que el consumo de alcohol genera conductas agresivas en los estudiantes.

Por último, se consideró lo realizado por Peker et al. (2019) porque establecieron la incidencia del estilo de vida con la calidad de vida en estudiantes de secundaria de Estambul, Turquía, cuyo proceso metódico fue de enfoque cuantitativo y de alcance correlacional, donde la muestra fue integrada por 413 estudiantes a quienes, para recabar información, se aplicó cuestionarios que contenían particularidades sociodemográficas, y un cuestionario genérico para determinar los niveles de ambas variables. En referencia a los hallazgos, el 69.0 % reportó participar en actividad física, 64.0 % rara vez consume comida rápida, 45.0 % desayuna con regularidad y 69.0 % duerme poco, además, el análisis inferencial permitió determinar la existencia de vínculo entre las variables el cual fue de 0.233,

interpretándose como significativo, positivo y bajo, en tal sentido, se puede destacar su aporte, porque si se llega a desarrollar saludables estilos de vida de los estudiantes entonces tendrá una mejor calidad de vida.

En cuanto a los antecedentes nacionales, se llegó a considerar el trabajo de Riquelme et al. (2022) porque determinó el vínculo de la habilidad social con el consumo de alcohol, desde la participación de estudiantes de secundaria de Arequipa, desarrollado desde una perspectiva cuantitativa y de profundidad correlacional, donde la muestra fue de 500 estudiantes de dos entidades educativas, y por medio de una escala de habilidad social y la prueba AUDIT, se llegó a determinar los niveles de las variables. En referencia a los resultados, se constató una diferencia mayor de consumo de alcohol en una entidad escolar que en otra puntuada en 3.2 y 2.1 respectivamente, además, el análisis inferencial, llegó a evidenciar la existencia de coherencia, valorada en  $-0.122$ , siendo este valor positivo y muy bajo, lo que conllevó a manifestar que el desarrollo de las habilidades sociales evidencian un bajo nivel de consumo de alcohol en los estudiantes.

Además, se consideró lo propuesto por Lipa-Tudela (2022) porque determinó el vínculo del consumo de alcohol con la resiliencia en estudiantes de secundaria de Puno, realizado a partir de un enfoque cuantitativo y de alcance correlacional, donde la población fue de 913 estudiantes y por medio de un muestreo estratificado se determinó que la muestra la van a conformar 702 estudiantes. Por otro lado, para recabar información se consideró el cuestionario AUDIT y un test sobre resiliencia. Respecto a los resultados, se evidenció que el 62.0 % posee bajo riesgo de consumo de alcohol, 14.0 % en riesgo y el 3.0 % perjudicial, referente al análisis inferencial, el cual se dio desde la consideración de la prueba Chi<sup>2</sup>, permitió aseverar que el  $\chi^2$  se valoró en 1.456 y una significancia de 0.962, lo cual llevó a afirmar que entre las variables no existe vínculo significativo, es decir, que el consumo de alcohol en niveles de dependencia no necesariamente evidencia el desarrollo de la actitud resiliente en los estudiantes.

De similar manera, se consideró el trabajo de Vera (2021) porque estableció la coherencia de las habilidades sociales con el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria, cuyo proceso metodológico fue de alcance correlativo y de enfoque cuantitativo, asimismo, la muestra fue conformada por 182 estudiantes, a quienes



por medio de la aplicación de un historial de consumo de alcohol y un cuestionario acerca de componentes de riesgo de habilidad social, se llegó a determinar los niveles de ambas variables. Respecto a los resultados, se determinó que el 4.0 % de estudiantes consumió alcohol alguna vez, 38.5 % en el año, 13.6 % en el mes y 3.3 % en la última semana, además, se constató que la relación se valoró en -0.243, con una significancia de 0.380, lo que llevó a determinar que no existe vínculo significativo, negativo y bajo, en ese sentido, las habilidades sociales han demostrado eficacia no solo para prevenir sino para confrontar una amplia gama de comportamientos de alto riesgo en los estudiantes.

También el trabajo de Bautista-Coaquira y Rodríguez-Quiroz (2021) quien determinó la coherencia del estudio de vida y el nivel de estrés en estudiantes de Arequipa, desarrollado desde un enfoque cuantitativo y de profundidad correlativa, cuya muestra fue conformada por 145 estudiantes, a quienes desde la consideración del cuestionario PEPS-I se determinó el nivel de estilo de vida y una escala de percepción sobre el estrés. Respecto a los hallazgos, el 15.86 % de estudiantes tiene un estilo de vida no saludable, 62.07 % moderada y 22.07 % saludable, referente al análisis inferencial, se llegó a determinar que la coherencia fue valorada en -0.447, lo cual se calificó como negativo y moderado, por ello, se llegó a determinar que el estudio evidencia, que el desarrollo de un estilo de vida saludable, brinda soporte al control del estrés, lo cual resulta beneficioso para la salud de los estudiantes.

Finalmente, el trabajo de Palomino et al. (2021) evidenció haber determinado la relación del estilo de vida y el aprovechamiento escolar, en estudiantes de Lima, el cual se desarrolló desde un enfoque cuantitativo y de profundidad correlacional, además, la muestra fue de 157 estudiantes a quienes, para recabar información, se les aplicó un cuestionario, referido a la práctica y creencia de su estilo de vida y a partir de los registros académicos se determinó su rendimiento. Referente a los hallazgos, el 85.99 % de estudiantes calificó su estilo de vida como mediamente saludable y el 14.01 % como saludable, respecto al análisis inferencial, se constató que el vínculo se ha valorado en 0.827, con una significancia de 0.000, llegando a ser tal coherencia positiva y alta, por tales motivos, se ha concluido que cuando mayor saludable es el estilo de vida de los estudiantes mayor su conocimiento.

En cuanto al sustento teórico para el estudio de la variable estilo de vida, se ha considerado a la Teoría del Dominio, postulada por Olson y Barnes en el año de 1982, los cuales han postulado que una particular común asociado al estilo de vida es la consideración de satisfacer el dominio de la experiencia vital de los seres humanos, es decir, que cada uno de los dominios se llega a enfocar en una determinada faceta particulares de las experiencias vitales de las personas, es decir, que se basa en su vida familiar, amical, domiciliar, y de facilidad de vivienda, del ámbito educativo, empleos, religiosidad, entre otros, por ello, dentro de esta perspectiva se evidencia una diversidad de investigaciones sobre el dominio del estilo de vida y su vínculo con la satisfacción y dominios en específico, en tal sentido, se asocia con la forma que las personas satisfacen su dominio constituyendo un juicio propio y subjetivo sobre la necesidad y logro de su interés en un cierto contexto donde se llega a desenvolver (Díaz et al., 2020).

Asimismo, según Gil-Girbau et al. (2021) el estilo de vida saludable se llega a clasificar en tres modelos: (1) Modelo intrapersonal, el cual se centra en el apoyo a los seres humanos y que esta se empodere incrementando su conciencia asociada a los riesgos y el beneficio de cambiar su manera de comportarse y que se guie en poder implementar un comportamiento que apoye a su salud, (2) Modelo interpersonal, el cual llega a implicar a las familias y a los propios profesionales del área de la salud en la estrategia para cambiar el hábito alimenticio de las personas y (3) Modelo comunitario, el cual proporciona explicaciones a la incidencia referente a la salud de cada persona de la red social y comunitaria, como de su política y a la estructuración de la condición de sanidad.

Cabe agregar, que otro de los modelos actuales de vida saludable se refiere al de promoción de la salud (MPS), el cual se ha propuesto desde dos perspectivas teóricas, es decir que desde la Teoría de Aprendizaje postulada por Bandura, donde se evidencia la relevancia que el proceso cognitivo aporta al cambio conductual, llegando a incorporar particularidades del aprendizaje cognitivo y conductual, reconocimiento que el elemento psicológico llega a incidir sobre el comportamiento de los seres humanos, y la otra perspectiva asociada al modelo de valor de expectativa de motivación postulado por Feather, da a entender que la conducta es realmente racional , debido que se toma en cuenta que los componentes

motivacionales son puntos clave para que se pueda lograr la intención, por ende, cuando existe intenciones muy claras, concretas y definidas por la consecución de metas, incrementa la verosimilitud de logras las metas (García-García et al., 2022).

Respecto al sustento conceptual, se entiende al estilo de vida, según Blesa (2020) como la implicancia de conocer aquel comportamiento que aporta mejora o socava la salud de las personas, es decir, que llega a entenderse al estilo de vida como la conducta o aquella acción que se lleva a cabo por las personas, que son incidentes en la verosimilitud de llegar a conseguir consecuencia física y fisiológica inmediata o a diverso plazo, que llega a repercutir en el bienestar físico y en la edad.

Asimismo, de acuerdo con Callejo (2021) el estilo de vida se entiende como la cultura o subcultura de una preestablecida categorización de la sociedad que se llega encontrar acomodo en la obra de quien ha fijado en específico la actitud autónoma de la clase popular general y particular, situando que el estilo de vida es una palanca que ha de convertir a las clases sociales en actores políticos de gran importancia, por ello, se considera como sistematización del comportamiento del cuerpo, que llega a identificar al miembro que conforma distinta clase social.

De similar manera, el estilo de vida se llega a definir como el grupo de patrones conductuales asociados a la salud tanto física y psicológica de las personas, que se determina por la elección de los mismos de la opción disponible asociado a la oportunidad que ofrece la misma vida, la cual puede llegar a seleccionarse conforme al estrato social al que pertenece, también al ingreso, a la actividad física, hábito alimenticio, momento de comer, entre otros, que establecer un estado de nutrición (Rivas-Suarez et al., 2020).

Por otro lado, el estilo de vida llega a clasificarse en saludable, en el momento que se llega a propiciar que se pueda adquirir y mantener una actitud que aporte a la mejora de la calidad de vida o también puede ser no saludable, en el instante que se llega a aludir la conducta activa o pasiva que supone una gran amenaza para el bienestar físico como psicológico de la persona, lo cual genera y evidencia consecuencia negativa para la salud y bienestar personal de los seres humanos (Cajachagua et al., 2022).

Desde la perspectiva de Vega (2020) se entiende que el estilo de vida es la representación de las interacciones que se suscitan entre la condición de vida y el

patrón individual del comportamiento, el cual se determina por la cultural, las costumbres y el ámbito en el que se desenvuelve el ser humano, por ello, el estilo de vida se define como el patrón de acciones multidimensionales que se mantienen al pasar el tiempo por la incidencia de ciertos factores internos como externos, además, hace referencia al constructo que se asocia con la personalidad y el patrón de motivación con conducta de riesgo y de protección, llegando a entender al estilo de vida como aquel comportamiento que implica riesgos para la salud como también aquellos hábitos que lo llegan a proteger, comprendiendo actitud y valor que se puede expresar en la manera de comportarse de la persona.

Cabe agregar que el papel de las escuelas, es el de prevenir y proporcionar acciones saludables desde la edad temprana, llegando a destacar cuatro actuaciones de mayor efectividad para la prevención de excesos de peso en entidades educativas de Latinoamérica: (a) Empoderar y cambiar la conducta alimenticia, nutritiva y de salud de los escolares, (b) Incrementar el desarrollo de actividades físicas, (c) Determinación de un estándar de alimentación saludable en las entidades escolares, (d) Regulación y lineamiento para la protección del ambiente alimenticio y a niveles mayores de estudio se debe de aportar a dos ambientes, por uno apoyar a la implementación de programas que focalicen el fomento de actividad física y desarrollo educativo nutricional y del otro lado, aportar a la formación de la capacidad para que se intervenga idóneamente en el estilo de vida poblacional (Maguiña, 2021).

Desde la perspectiva de Mayo (2022) se desprende una concepción diferente acerca del estilo de vida que se llega a entender como la expresión de la configuración del comportamiento de la persona, la cual es subjetiva de la propia personalidad, que es diversa y que integra una diversidad constituyente de estilos que proporciona inteligibilidad a las coherencias complejas de las personas bajo diferentes ambientes en donde este se desenvuelve, por ello, bajo tal enfoque, se evidencia la singularidad del estilo que evidencia configuración personal que se constituye en maneras de comportarse complejas que actúan sobre la personalidad de las personas que la han llegado a engendrar, evidenciando una autodeterminación individual, al considerar un conglomerado de constituyentes que aportan a la comprensión de la acción singular de la persona.

En cuanto al hábito saludable, el cual hace referencia a un estilo de vida bueno, evidencia la intervención de patrones de conducta personal que considera un estado de vida o salud generalizada y de aspecto sociocultural, por ello, el predominio de vidas poco saludable en escolares se hace presente porque se encuentra en etapas de abandono de ciertos hábitos saludables, debido a la actividad educativa que generan ciertas adicciones por la demanda cognitiva, los cuales se consideran como factor de riesgo que puede contribuir de manera independiente a la alza de hábitos de consumo de alcohol, o de dietas poco saludables como conductas de sedentarismo (Suarez et al. 2021).

Además, agregar que en la etapa de la adolescencia se llega a prender comportamientos que llegan a incidir en la salud de las personas, la cual se llega a fortalecer cuando pasa a la juventud y que es difícil de cambiar cuando llega a ser adulto, por tal motivo es realmente importante que se enseñen hábitos saludables, porque es en etapas tempranas donde se debe desarrollar el conocimiento, habilidad y actitud saludable, que aporte al desarrollo de actitudes que determinen la salud, en tal sentido, a plenitud se ha llegado a comprobar que el principal problema de salud en los adolescentes se asocia con su estilo de vida, debido que el mal estilo conlleva al desarrollo de enfermedades crónicas y en mayor medida a enfermedades asociadas con el corazón, que cada vez se evidencia con mayor frecuencia a edades tempranas (Cruz-Sánchez et al., 2018).

En cuanto a los modelos de estilo de vida, se ha considerado la propuesta realizada por Santiago Bazán y Carcausto (2019) quien ha determinado cuatro dimensiones: (1) Físico y mental, basado en el mal consumo de comida, poco consumo de frutar y verduras a diario, consumo de bebidas y hábito de fumar, realización de poca actividad física y poca actividad deportiva, (2) Social, asociada con el disfrute del tiempo libre, mantención de relaciones adecuadas con sus compañeros, participación en actividades sociales y culturales, en actividades recreativas y lúdicas y actividad en grupo, referidos a lo académico y social, (3) Ético y moral, basado en la toma de decisión de hacer o no actividad física, sentimientos negativos sobre su salud, respeto a la normativa establecida y solidaridad con los compañeros, y (4) Académico y familiar, basado en la comprensión en el seno familiar, actitud de desgano al momento de llevar a cabo

trabajos académicos, tolerancia en situaciones de incomodidad dentro del ambiente escolar y sentimiento de cansancio al realizar actividades escolares.

Referente a las dimensiones para valorar el nivel de estilo de vida de los estudiantes, se ha llegado a considerar el cuestionario de Perfil de Estilo de vida PEPS-I propuesto en 1996, el cual contiene 48 reactivos y seis dimensiones, los cuales se describen a continuación:

La primera dimensión es la nutrición, se refiere a la ingesta saludable de alimentos asociado con necesidades dietéticas del propio cuerpo humano, por ello, determinar medios saludables de nutrición es un componente básico para poder tener un estilo de vida de mayor salud, por tal motivo, comer saludablemente se basa en dietas suficientes y equilibradas que armonizadas con constantes ejercicios físicos regulares aporta a la salud personal, pero la inadecuada nutrición incide sobre la disminución de defensa e intensificación de un estado vulnerable a la enfermedad afectando que la persona se pueda desarrollar física y mentalmente (Rivera-Lozada, 2022).

La segunda dimensión es la actividad física, aspecto que aporta a la mantención y mejora de tolerar hacer ejercicio físico, a consumir máximamente oxígeno, y a incrementar la capacidad de función, salud cardiovascular, composiciones corporales, fuerza en los músculos, entre otros., es decir, que para que se logren tales beneficios es relevante que se considere realizar actividad física, a diario y libremente, desarrollándola moderadamente y combinarlo con ejercicios de subir escalera, de baile, salto, uso de diversos espacios de la vivienda y componentes diversos (Villaquirán et al., 2020).

La tercera dimensión es el manejo del estrés, se refiere al uso de estrategias para manejar y reducir el estrés como planear actividades priorizando las más importantes, tomar decisiones entre una gran diversidad de técnicas para estudiar, alimentarse de forma saludable en horarios adecuados, practicar constantemente deportes, recrearse, dedicar un tiempo a desarrollar pasatiempos, mantener estabilidad al dormir, mantenerse alegre y esforzarse para calmarse y mantener su tranquilidad (Barrios y Torales, 2019).

La cuarta dimensión es la responsabilidad en salud, referido al hábito saludable de un conjunto de personas, percibiendo una serie de acciones sociales,

los cuales se emplean por el conjunto de personas como el mecanismo para que se haga frente a problemáticas que se presentan diariamente asociada a la salud, es decir, que se debe practicar libremente el cuidado de la mejor forma posible, siendo responsable sobre la salud propia, de acuerdo a la situación de la persona y su capacidad, por tal motivo, todo lo que se piensa y se hace repercute en la vida mismo, lo cual significa que se tiene el poder de cambiar y tomar el control de la salud de uno mismo (Yanqui, 2021).

La quinta dimensión es el soporte interpersonal, basado en el valor y la parte esencial de la formación y actitud conductual de las personas que evidencia el desarrollo de vínculos saludables dentro de un determinado grupo social, referente a los estudiantes, el valor se asocia al fortalecimiento de sus competencias, por tal motivo, no solo se llega a exigir que desarrollen conocimiento propio sino que evidencien ser personas con altos valores interpersonales que hagan una persona competente (Yanqui, 2021).

Y la sexta dimensión es la autoactualización, asociado con la utilización a plenitud y aprovechamiento del talento, capacidad y potencia de la persona, es decir, que se refiere un estado no estático, de fortalecimiento constante, donde la persona hace uso de su propia capacidad plena, creativa y gustosamente, por tal motivo, la persona que está auto actualizadas no evidencia ser un sujeto ordinal, sino que es una persona que no tiene carencia alguna (Yanqui, 2021).

Referente al sustento teórico de la variable consumo de alcohol, se ha llegado a aseverar que el que brinda soporte es la Teoría de las Expectativas, porque postuló que la suposición de abstinencia y utilización y abuso de sustancias alcohólicas pueden llegar a ser predichos por una expectativa positiva o negativa asociada a su efecto, por ende, se ha llegado a evidenciar que la expectativa positiva, particularmente evidencia que el alcohol aporta a desarrollar actitudes sociales elevando el ánimo y determinando fuerte predictor de su consumo, de su frecuencia y cantidad ingerida y de la consecuencia negativa, asimismo, los hombres que son jóvenes, tiende a mantener su expectativa positiva, pero las mujeres se acogen a expectativa predominante negativa, asimismo, manifestar que la expectativa en los hombres llega a incrementar la agresividad y aporta a que se lleven a cabo conflictos y riñas con frecuencia (Diaz et al., 2015).

Asimismo, el modelo de Aprendizaje Social postulado por Akers, aporta al estudio sobre el consumo de alcohol, debido que llega a postular que una construcción de imitación como modelo significativo de consumo de alcohol, también vínculo diferencial con sus iguales, referido a la perspectiva de la utilización de alcohol con sus iguales, reforzamiento diferenciado, que es la expectativa positiva y negativa de su utilización y la definición, que se asocia con aprobar o desaprobar su consumo, en tal sentido, se llega a entender que el presente modelo sostiene que abusar del alcohol contiene una función imitadora, la perspectiva de altos niveles de utilización entre conocido y la actitud y expectativa favorable relacionada a su consumo, pero en gran medida corresponde al vínculo diferencial con sus compañeros o grupo social seguidamente por la definición y refuerzo inferencial (De la Torre et al., 2022).

Y finalmente, también se ha considerado como sustento del consumo de alcohol a la Teoría de Conducta Planificada, la cual es una de las extensiones del modelo acción razonado, que se llega a desarrollar desde la limitación que la impulsa, la que proporciona explicaciones de la conducta que no se encuentra bajo control cognitivo en las personas, además, manifestar que la presente teoría se encuentra siendo aplicada a poblaciones iguales para que se evalúe la conducta que está asociada con su salud benéfica, asimismo agregar que la teoría proporciona valoración a la expectativa y brinda soporte a la sapiencia del comportamiento, el cual debe predecirse mediante las intenciones de la persona, llegada a ser una representación cognitiva del plano o proyección conductual, de igual modo la teoría explica la identificación conductual por medio de la construcción de significado de autoeficacia, la cual se asocia con el control de la conducta, pero en la actualidad se asocia con la expresión de la manera de comportarse saludablemente (Campos-Ramírez et al., 2019).

Respecto al sustento conceptual, se entiende según Cabanillas-Rojas (2020) al consumo de alcohol como uno de los factores de alto riesgo, debido que trae consigo una serie de consecuencias adversas para el ciclo de la vida, pero, en la etapa de la adolescencia cobra mayor protagonismo por su efecto negativo en el fortalecimiento físico y el mental, asimismo, el involucramiento de la utilización de la bebida alcohólica de los escolares llega a relacionarse con el efecto negativo del



desarrollo del cerebro, un inferior aprovechamiento escolar, vínculo sexual de riesgo, conducta delictiva, lesión y accidente, suicidio, y trastorno por el abuso de tal sustancia a edades adultas, es decir, que tales riesgos psicosociales y sanitario se vincula con la utilización del alcohol, justificando una gran necesidad de que se emprendan esfuerzos para los adolescentes.

De similar manera, Meneses et al. (2019) aseveraron que el consumo de alcohol, posee una particularidad psicoactiva la cual posee una propiedad que genera en las personas dependencia, por ello, sus efectos acarrear consecuencias para la salud, como atraen enfermedades, la muestra, desarrollar problemas sociales en todo el mundo, pero, diversas investigaciones han llegado a sugerir que las personas con altos niveles socioeconómicos, a pesar de que poseen adición al consumo de alcohol, también poseen hábitos comúnmente poco resgoso asociado con otras personas que se ubican en el nivel socioeconómico más bajo.

Además, Pérez-Fuentes et al. (2020) mencionaron que comúnmente las personas de entre 14 y 30 años llegan a consumir alcohol, es decir, que desde tal etapa se evidencia elevado nivel de ingestas y con mayor énfasis en la etapa estudiantil superior, porque la vida de los adolescentes llega a cambiar al sentir que posee mayor independencia y menor supervisión de los adultos, lo cual facilita el vínculo social con el ambiente cercano y fomenta su consumo, por tal motivo, a menudo ello se ha de convertir en actividad social, fortaleciendo su identidad, pero el consumo elevado del alcohol frecuentemente lleva a que se desarrollen problemáticas psicológicas y físicas, siendo hallazgo del vínculo de particularidades de la persona, el ambiente y sociodemográfico.

Por otro lado, consumir el alcohol se ha asociado con actitudes violentas y de impulso, así como a la actitud de alto riesgo psicosocial en el que los adolescentes al evidenciar bajo estado emocional, que deriva de bajo aprovechamiento en la escuela y bajo soporte familiar y amical, llegan a sentirse propensos a poder iniciar la ingesta de alcohol (Fernández-Lasarte et al., 2019). Asimismo, otro de los factores que incide sobre el incremento del consumo de alcohol es el aprovechamiento de las festividades, así como la participación en eventos de esparcimiento, estar de vacaciones o una variedad de situaciones donde los adolescentes tiene posibilidad de su ingesta, la cual se llega a

caracterizar por la cantidad de alcohol que consume, pero el más propenso es la ingesta incontrolable que trae consigo consecuencia perjudicial para su salud (Maganto et al., 2019).

Respecto a lo manifestado, consumir alcohol, es práctica frecuente en adolescentes, debido que la existencia de consumo único o esporádico, no viene a ser referente altamente significativo de peligro, sino la consolidación del mismo, y especialmente la pérdida de control de los consumos mismos, por ello, para que se establezca un patrón es relevante que se llegue a considerar las cantidades de ingesta, la cual puede valorarse por unidad de medida estándar o tragos cortos, que viene asociado a la cantidad de gramos que se ingiere de alcohol que en promedio es de 8 a 9 gramos, independiente de la bebida que se llega a consumir, además, el hábito de consumo, en los adolescentes se encuentra sujeto a diferentes factores, pero desde la perspectiva cultural es relativamente importante, en ese sentido, un indicador es la cantidad que se consume, pero también otro es lo frecuente y el ambiente, por ello, la manera de clasificar el patrón de consumo llega a realizarse asociado al per cápita del bebedor (Moreta-Herrera et al., 2020).

Cabe agregar que los efectos del alcohol, repercuten en la cognición, debido que según Bernabéu y De la Peña (2019) el alcohol viene a ser un hábito dañino que más se ha extendido en el mundo, debido que se considera como una herramienta que hacen uso los adolescente para hacerle frente a problemas asociados con el estrés o el no manejo de emociones contraproducentes, que pueden ser experimentados en el momento que las actividades que debe realizar lo sobrepasan completamente, asimismo, el consumo de alcohol también llega a estimular la ingesta, buscando someterse a nuevas sensaciones, que pueden llegar a conducirlo al binge drinking y conjuntamente al consumo de otras sustancias psicotrópicas, por tal motivo los adolescentes, se han llegado a considerar como población riesgosa debido al alto consumo problemático asociado con sustancias alcohólicas.

Asimismo, existen otras repercusiones del consumo de alcohol a escala cerebral y neuropsicológica que se encuentra vinculada al exceso de dependencia de tal sustancia, la cual llega a alterar la estructuración fisiológica neuronal de forma altamente significativa que afecta de manera negativa el funcionamiento

neuropsicológico, en tal sentido, diversos estudios asociados a la neuroimagen que se ha llegado a ser a adolescentes referido al alto consumo del alcohol han evidenciado que existe un desgaste cognitivo realmente considerable y daños al cerebro, que afecta entre otra región a la corteza frontal, teniendo como alta consecuencia, que el exceso de ingesta se relaciona con un bajo desempeño de la función ejecutiva, que llega a integrar la habilidad de planeación, inicio y regulación del comportamiento apuntando a la meta, memorias al realizar la actividad, flexibilidad y resolución de problemáticas (Jones et al., 2018).

Respecto a las dimensiones para determinar los niveles de consumo de alcohol, se ha llegado a tomar en consideración a la Escala AUDIT, propuesta por la Organización Mundial de la Salud (2001) como metodología simple para la determinación del exceso de consumo del alcohol y como apoyo para una breve valoración e identificación del mismo, donde se llega a destacar tres dominios:

La primera dimensión es el consumo de riesgo, el cual hace referencia al consumo frecuente de los adolescentes en diversas situaciones, sea social, familiar o profesional, además, valora la cantidad en específico de consumo y la frecuencia de consumo elevada de alcohol y los problemas que consigo llega a traer la ingesta en exceso de la misma (OMS, 2001).

La segunda dimensión es el síntoma de dependencia, la cual se encuentra asociada con la pérdida del control sobre su comportamiento al consumo elevado de alcohol, como también al incremento de la importancia de consumir alcohol constantemente y su frecuencia de consumo matutino (OMS, 2001).

Y la tercera dimensión es el consumo perjudicial de alcohol, basado en los sentimientos de culpa posterior al consumo del alcohol, como también las evidentes lagunas en su memoria y falta de conciencia y de acciones, desarrollo de lesiones asociadas con el alto consumo de alcohol y otras personas que llegan a preocuparse por el consumo en exceso (OMS, 2001).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

El trabajo investigativo considero como paradigma al positivista, porque se encontró que el método considerado es similar al hipotético-deductivo, basado en llegar a verificar las suposiciones propuestas anticipadamente, lo cual va ser corroborado desde la cuantificación y medida del mismo por medios estadísticos, donde los hallazgos se van a llegar a usar para poder informar y de esa manera avanzar con el conocimiento de las variables consideradas en el estudio. En cuanto a lo manifestado Omodan (2022) el positivismo, llega a considerarse en investigaciones que poseen como meta poder descubrir nuevas leyes que rigen el orbe y se hacen uso, para la corroboración y generación de supuestos.

En referencia al tipo, se ha considerado desarrollar una investigación básica, debido que se quiere profundizar en el conocimiento sobre el estilo de vida y el consumo de alcohol de los estudiantes de secundaria, sin que exista algún fin práctico de por medio, es decir, que solo se quiere generar mayor conocimiento de las variables para aportar bases a otros estudios. Al respecto, Sánchez et al. (2018) mencionaron que el tipo de investigación considerado, se encuentra orientado a buscar la determinación de nuevo conocimiento, sin que exista un fin práctico específico o de forma inmediata, es decir, que propone la búsqueda del principio y ley científica, pretendiendo organizar una propuesta teórica científica.

##### 3.1.2. Diseño de investigación

Además, será de enfoque cuantitativo, debido que se ha tomado en cuenta seguir procesos de medición numérica para el estilo de vida y el consumo de alcohol, es decir, que se va usar instrumentos de recojo de datos y posterior análisis de los mismos para poder brindar una contestación a los problemas investigativos determinados y llegar a probar los supuestos también propuestos con anticipación, confiando en la medida numérica, conteo y utilización de la estadística. Sobre lo manifestado, Sánchez (2019) aseveró que el presente enfoque trata con particularidades que pueden ser medibles, por medio del uso de la técnica estadística para posterior análisis de la información recogida cuya meta es

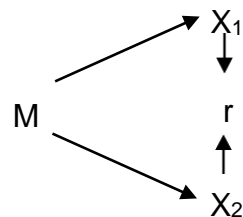
describir, explicar, predecir y controlar el fenómeno y predecir su ocurrencia desde el desvelamiento de la misma.

De similar modo, el método será el hipotético-deductivo, porque la investigación ha considerado generar hipótesis desde el estudio de cuestiones universales y de la propia visión empírica del investigador, las cuales van a llegar a contrastarse con la realidad, teniendo como fin poder comprender al desarrollo del estilo de vida y porqué el consumo de alcohol brindando explicaciones sobre las causalidades que lo llevan a cabo. Aportando a lo mencionado, según Arispe et al. (2020) el método seleccionado, parte de los supuestos generados por el análisis de perspectivas generales con las empíricas, buscando falsearlas o refutarlas, permitiendo que se puedan obtener conclusiones que deben de confrontarse con los hechos con sustento de apoyo estadístico.

Asimismo, el nivel de investigación es correlacional, porque se tiene presente que la meta a abordar es conocer la coherencia, vínculo o relación entre el estilo de vida y el consumo de alcohol desde la participación de los estudiantes de secundaria, también se tiene presente buscar poder conocer el comportamiento de un fenómeno conociendo como se llega a comportar el otro, sin que se desarrolle y explique la causalidad de los mismos. Desde la perspectiva de Rodríguez y Buelvas (2021) el nivel correlacional, tiene como meta determinar y encontrar vínculos entre diferentes fenómenos sin que se incluya como objetivo que se busque las causas de sus ocurrencias de tales vínculos.

Referente al corte, se consideró el transversal, debido que es generados de supuestos, además de aportas a la identificación de los elementos con condicionantes o factores, asimismo, aportan a identificar la frecuencia, magnitud y distribución de lo que se pretende investigar, como el recojo de conocimiento útil para que se defina la necesidad de atención y asignar recurso para poder fortalecerlo, finalmente porque se basa en muestra representativa poblacional que aporta al establecimiento de particularidades de las variables. En tal sentido, el corte transversal según Rodríguez y Mendivelso (2018) hace énfasis en el fomento de investigaciones observacionales, cuyo soporte fue individual cuya finalidad radica en describir y analizar un fenómeno, su finalidad de investigación deriva de la prevalencia como de la encuesta en un solo momento.

Finalmente, el diseño abordado es el no experimental, debido que en la investigación no se va manipular la perspectiva de los estudiantes acerca del estilo de vida y del consumo de alcohol, porque estas variables van a medirse en su ambiente natural para posteriormente llegar a analizarse. Al respecto, Rivero et al. (2021) mencionaron que el presente diseño, se lleva a cabo sin que se incida deliberadamente sobre la perspectiva de un fenómeno, es decir, que llegan a desarrollarse investigaciones donde no se hace variar de forma intencional a los fenómenos, porque lo que se hace es observarlos tal y como se llegan a dar en su ambiente natural, para que posteriormente se analicen.



Donde:

X1: Estilo de vida

X2: Consumo de alcohol

M: Muestra

r: Grado o nivel correlativo de X1 y X2.

### 3.2. Variable y operacionalización

#### Variable 1: Estilo de vida

**Definición conceptual:** Según Blesa (2020) el estilo de vida es la implicancia de conocer aquel comportamiento que aporta mejora o socava la salud de las personas, es decir, que llega a entenderse al estilo de vida como la conducta o aquella acción que se lleva a cabo por las personas, que son incidentes en la verosimilitud de llegar a conseguir consecuencia física y fisiológica inmediata o a diverso plazo, que llega a repercutir en el bienestar físico y en la edad, asimismo, es la cultura o subcultura de una preestablecida categorización de la sociedad que se llega encontrar acomodado en la obra de quien ha fijado en específico la actitud autónoma de la clase popular general y particular

**Definición operacional:** El estilo de vida se cuantificó desde la consideración de un cuestionario, denominado Escala PEPS-I, el cual valoró a seis

X2 M r X1 21 dimensiones desde la propuesta de 48 preguntas, donde los puntajes que llegaron a obtener fueron clasificados en tres niveles de desarrollo: Poco saludable, saludable y muy saludable.

**Indicadores:** El estilo de vida, posee 16 indicadores: Toma alimentos saludables, se informe e incluye alimentos saludables, lleva a cabo ejercicios, participación y control, conciencia y participación, relajación, concentración e información, atención médica y conocimiento del estado de salud, debate profesional y asistencia en salud, expresión del sentir y asistencia a programas, discusión, elogio y expresión, relación interpersonal y pasatiempo, expresión y gusto, conocimiento de uno mismo, sentimiento de felicidad y capacidad, importancia y respeto y gusto, realismo y finalidad.

**Escala de valoración:** Para poder valorar a las preguntas propuestas, se ha considerado una escala Likert con cuatro opciones de contestación: (1) Nunca, (2) A veces, (3) Frecuentemente y (4) Rutinariamente.

## **Variable 2: Consumo de alcohol**

**Definición conceptual:** Para Cabanillas-Rojas (2020) el consumo de alcohol como uno de los factores de alto riesgo, debido que trae consigo una serie de consecuencias adversas para el ciclo de la vida, pero, en la etapa de la adolescencia cobra mayor protagonismo por su efecto negativo en el fortalecimiento físico y el mental, asimismo, el involucramiento de la utilización de la bebida alcohólica de los escolares llega a relacionarse con el efecto negativo del desarrollo del cerebro, un inferior aprovechamiento escolar, vínculo sexual de riesgo, conducta delictiva, lesión y accidente, suicidio, y trastorno por el abuso de tal sustancia a edades adultas.

**Definición operacional:** El consumo de alcohol se cuantificó a partir de la aplicación de la escala conocida como AUDIT, el cual valoró a tres dimensiones desde la propuesta de 10 preguntas, donde los puntajes que obtuvieron se clarificaron en tres niveles de desarrollo: Bajo, alto y muy alto.

**Indicadores:** El consumo de alcohol, posee diez indicadores: Frecuencia de consumo de alcohol, cantidad de consumo, frecuencia elevada de consumo, descontrol sobre el consumo, incremento de la importancia de consumir, consumo

regular, sentimiento de culpa, laguna mental, lesión asociada al alcohol y otro se preocupa por consumir.

**Escala de valoración:** La escala considerada será una Likert ordinal, con cinco alternativas de contestación: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.

### 3.3. Población, muestra y muestreo

#### 3.3.1. Población

Cabe mencionar, que, para efectos de la investigación, se han considerado a los 738 estudiantes de VII ciclo (tercero, cuarto y quinto de secundaria) de una institución educativa de Juliaca, de gestión pública. Aportando a lo mencionado, según Ñaupas et al. (2018) hablar de la población es hablar de un conjunto de elementos definidos en una investigación, que tienen la ventaja de poseer similares particularidades que se requieren para que se consideren como tal, donde tales elementos pueden ser sujetos, objeto, grupos, hechos o fenómenos.

**Tabla 1**

*Población*

Grado	N° de estudiantes		Total
	Varones	Mujeres	
3°	124	122	246
4°	120	126	246
5°	116	130	246
Total	360	378	738

*Fuente:* Registros de matrícula del año escolar 2023.

#### 3.3.2. Muestra

Posterior a usar la fórmula finita para determinar la cantidad de estudiantes que van a ser parte del estudio, el cálculo de la fórmula permitió afirmar que la muestra la van a conformar 255 estudiantes de VII ciclo de una institución educativa de Juliaca. De lo mencionado, se entiende a la muestra, según Rivero et al. (2021) como la representación que es determinada de la población, el cual tiene la ventaja de tener y heredar las mismas características de las cuales se pretenden



estudiar, el cual es seleccionado por métodos o técnicas para que se mantenga su representación y se pueda generalizar los resultados a la población.

Además, con la meta de mantener la participación de todos los estudiantes considerados en la investigación, se ha llegado a establecer una muestra de mayor representación y propuesta equitativamente, por ello, en primer lugar se va hallar el factor proporcional, realizando una división entre el tamaño poblacional (738) y el tamaño muestral (255), es decir,  $f=n/N = 255/738 = 0.344$ , tal valor va ser multiplicado por la cantidad de estudiantes de cada grado de estudio, obteniendo de esa forma una muestra equiparable de cada grupo.

**Tabla 2**

*Muestra*

Grado y sección	N° de estudiantes		Población	Factor	N° de estudiantes		Muestra
	Hombres	Mujeres			Hombres	Mujeres	
3°	124	122	246	0.344	43	42	85
4°	122	126	246	0.344	41	44	85
5°	116	130	246	0.344	40	45	85
Total	360	378	738		124	131	255

*Fuente:* Elaboración propia

### 3.3.3. Muestreo

Para efectos de la investigación, se ha realizado un muestreo estratificado debido que la población, se ha presentado en grupos, donde de cada uno de esos grupos se va determinar una muestra, a partir del establecimiento de un factor de proporción que se va multiplicar por la cantidad de estudiantes, manteniendo de esa forma la representatividad de los mismos. Cabe agregar, que para Hernández y Carpio (2019) el muestreo estratificado, se entiende como una metodología que toma en cuenta la división de toda la población en estratos que en esencia son parecidos internamente, donde desde la consideración de la determinación de un muestreo simple en cada grupo, se van a llegar a seleccionar los elementos que van a conformar a la muestra de investigación,

### 3.3.4. Unidad de análisis

Asimismo, respecto a la unidad de análisis, se ha podido referir a cada uno

de los estudiantes del VII ciclo de educación básica (tercero, cuarto y quinto de secundaria) de una institución educativa de gestión pública de Juliaca. Respecto a lo manifestado, para Arias y Covinos (2021) se llega a entender que la unidad de análisis son los elementos de una investigación, los cuales se consideran porque se pretende determinar ciertos fenómenos a partir de su percepción o estudio de su comportamiento, para luego sean analizados.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.4.1. Técnicas**

Para poder cuantificar al estilo de vida que llevan los estudiantes y al grado de consumo de alcohol, se ha considerado como técnica a la encuesta, porque los estudiantes en algún momento de su vida han llegado a responder alguna de estas, así también porque es la más usada en el campo de la investigación científica, cabe agregar, que la encuesta, es de fácil aplicación y aporta al recojo de una basta cantidad de información acerca de las variables, presentadas en tablas a partir de la determinación de preguntas que responden a los indicadores de cada dimensión. Sobre lo mencionado, Cabezas et al. (2018) mencionó que es una técnica usada con la meta de indagar, de averiguar la opinión de los sujetos por medio de interrogantes estructuradas basado en un proceso operacional.

#### **3.4.2. Instrumentos**

De similar modo, el instrumento considerado para ambas variables es el cuestionario, porque su uso es común en trabajos investigativos, basado en la propuesta de un grupo de interrogantes, que se ordenan y enumeran en una tabla, valorada desde una serie de contestaciones que los participantes deben llegar a contestar, asimismo, mencionar que las contestaciones proporcionadas no tienen un resultado correcto e incorrecto, sino que tales contestaciones llevan a la obtención de hallazgos diversos lo cual beneficia a la investigación. Aportando a lo dicho, según Arias (2020) el cuestionario, tiene la particularidad de realizarse sucintamente, donde para ser aplicado no es necesario que el investigador esté presente, además, es relevante que la propuesta de preguntas no sea tan extensa, porque los sujetos participantes pueden llegar a contestar de manera diferente a la realidad para terminar la actividad.

**Propiedades psicométricas originales de la escala PEPS-I para medir el estilo de vida:** La verificación de la validez de la escala se dio por medio de un método de constructo, donde se ha llegado a estudiar la apropiación de la muestra por intermedio del test KMO, que viene a ser un índice comparativo de la fortaleza del coeficiente correlativo observable, con la potencia del coeficiente correlativo parcial, dando a conocer si la escala llega a mostrar si cuanto o no con una profunda validación de construcción, por ende, se ha llevado a cabo la metodología KMO oblicuo un análisis factores, determinando un valor de 0.811, superior a 0.05, lo cual nos llega a indicar aceptable análisis de la validez de constructo, asimismo, referente a la confiabilidad se llegó a aplicar el instrumento y procesarlo por media del alfa de Cronbach, llegando a catalogarlo como de muy fuerte consistencia, porque el valor fue de 0.86 (Espinoza y Vanegas, 2018).

**Propiedades psicométricas peruanas de la escala PEPS-I para medir el estilo de vida:** Para que se determine la validez del contenido de la escala, se llegó a redactar una carta de presentación, con la finalidad de poder solicitar la apreciación de especialistas en el campo de estudio y valoren cada una de las preguntas desde tres criterios de validación, asimismo, tales resultados proporcionaron mayor claridad y finalmente al consolidarse se pudo destacar que el cuestionario en mención posee alta suficiencia por tal situación, se verificó que la escala mide para lo que fue construida, además, para la determinación de la confiabilidad se hizo uso para su procesamiento al test de Pender, donde se puntuó en 6.4055 tomando como promedio un valor de 1.0675, llegándose a percibir como que la escala evidencia poseer alta potencialidad (Yáñez, 2021).

**Propiedades psicométricas originales de la escala AUDIT para medir al consumo de alcohol:** Para que se pueda calcular la confiabilidad de la escala se llegó a procesar la información por intermedio de la metodología de dos mitades o también conocida como prueba Hemitest, cuya valoración fue de 0.845, que viene a ser un coeficiente de relación entre el puntaje del test aplicado, asimismo, se ha seleccionado las contestaciones pares e impares, suponiendo que las dos mitades son paralelos, mostrando similitud de longitud y varianza, asimismo, para la determinación de la validez de contenido, se solicitó la perspectiva de tres

profesionales expertos, que dieron su perspectiva individual, cuyos resultados llevaron a constatar poseer una valoración constante de un 95 % (Pilco et al., 2019).

**Propiedades psicométricas peruanas de la escala AUDIT para medir al consumo de alcohol:** La presente escala, fue llevada a verificar su validez por el método de valoración de contenido, donde se solicitó la opinión acerca de las preguntas a cinco expertos, quienes lo valoraron por medio de tres criterios, lo cuales aportaron a poder obtener un promedio de valoración porcentual del 89.8 % interpretándose como un grado de validez excelente, asimismo, luego de haber determinado la validez de la escala, se paso a establecer su confiabilidad de contenido, donde se aplicó la escala a 20 personas, llegando a recopilar datos los cuales se procesaron mediante el alfa de Cronbach, cuya valoración fue calificado en 0.808, valorado como de considerable confiabilidad (Zevallos, 2020).

### 3.4.3. Validez y confiabilidad

#### Validez

Sobre la validez, se constató que son cuestionarios estándar, pero de igual forma pasaron por un proceso de validación a partir de la solicitud de la opinión de tres expertos en dos diferentes estudios de maestría, donde se ha podido constatar que ambos cuestionarios poseen suficiencia y tienen lo necesario para poder medir efectivamente a las variables que se consideraron en el estudio. En cuanto a la validez, según Villasís-Keever et al. (2018) aparentemente se llega a entender como el reflejo de la medición de los instrumentos al medir lo que deben de medir, es decir, que tales acciones juegan un rol importante en la edificación y prueba a la propuesta de cuestionarios, el cual puede llevarse a cabo, mediante la valoración del contenido, del constructo o por criterios.

#### Tabla 3

*Validación de los cuestionarios por opinión de expertos*

Validadores	Especialidad	Decisión
Mg. Saavedra Carrion, Nicanor Piter	Estadístico	Aplicable
Mg. Quispe Ramos, Raul Jaime	Temático	Aplicable
Mg. Arotoma Ore, Wilfredo	Metodólogo	Aplicable

*Fuente:* Certificados de validación de los instrumentos.

## Confiabilidad

Referente a la confiabilidad, para poder evidenciar su consistencia interna, se ha tenido presente aplicar ambos instrumentos a un grupo de 20 estudiantes del VII ciclo de educación básica, con la meta de recoger información, la cual va servir de apoyo para determinar su confiabilidad desde el procesamiento de los datos por medio del alfa de Cronbach, llegando a la conclusión, ambos instrumentos son confiables debido que reproducen resultados similares. Sobre lo manifestado, Ahmad et al. (2021) mencionaron que la confiabilidad, significa que los instrumentos llegan a reflejar la consistencia de su construcción que llega a medir al determinar una misma puntuación si se aplica durante un lapso de tiempo o al momento de suministración en múltiples ocasiones en similares condiciones.

**Tabla 4**

*Confiabilidad de los instrumentos*

Variables	N.º ítems	N.º elementos	Confiabilidad
Estilo de vida	48	20	0,921
Consumo de alcohol	10	20	0,959

Fuente: Elaboración propia.

### 3.5. Procedimientos

Se consideró solicitar una carta de presentación, a la escuela de posgrado, con el objetivo de formalmente presentar la solicitud a la institución educativa en donde se realizó la investigación, así también aprovechar hablar con el personal directivo y los coordinadores pedagógicos, de tutoría y los psicólogos de la institución educativa, para poder presentar en un primer momento, el estudio, las metas que se llegaron abordar y también hablar sobre los beneficios que trajo consigo la investigación para la comunidad educativa, a los estudiantes y a la propia calidad educativa.

Asimismo, luego de obtener el permiso debido y haber aclarado las preguntas realizadas por los propios directivos, coordinadores y personal del área de psicología y apoyo al estudiante, se solicitó llevar a cabo una reunión con los tutores de los salones del VII ciclo (tercero, cuarto y quinto de secundaria), para peticionar su apoyo y de igual manera, explicarles lo que se pretende llevar a cabo,

28 así también, poder a través de ellos, enviar el consentimiento informado respectivo a los padres de familia de los estudiantes, para que puedan aceptar que sus menores hijos van a formar parte del estudio, así también, se llegó a culminar la reunión acordando una fecha en donde se aplicó los instrumentos que se han planteado en el estudio.

Para efectos de la investigación, se aplicaron en un día distinto los instrumentos a cada uno de los grados, con la finalidad de poder estar presente al momento que los estudiantes están llenando los cuestionarios y así evitar posibles malos entendidos sobre las preguntas y aclarar las dudas para un correcto llenado así también brindar soporte a los docentes que están apoyando en la tarea de aplicar los instrumentos; culminado el recojo de información se llegará a agradecer a los estudiantes y también a los docentes, asimismo, se va coordinar una fecha con el personal directivo para poder presentar los resultados a la dirección.

### **3.6. Método de análisis de datos**

En cuanto al análisis de la información recabada, con tiempo de anticipación se va crearon dos datas en el programa Microsoft Excel, para poder almacenar toda la información recolectada de las variables, en ese sentido, se llegó solicitar la ayuda de un personal de apoyo, para poder traspasar la información de los cuestionarios a la data cuidando de no cometer errores, que puedan cambiar e incidir sobre los resultados de la investigación.

Posterior a ello, se llegaron a sumar los calificativos conseguidos de las variables y las dimensiones, para poder copiarlos y pasarlos al programa SPSS, con el fin de poder clasificarlos en niveles, llegando a realizar los análisis descriptivos, desde la consideración de tablas descriptivas, tablas cruzadas acordes con los propósitos de la investigación y gráficos de barras, los cuales llegaron a interpretarse con la finalidad de poder proporcionar un mayor entendimiento de lo conseguido.

Para el análisis inferencial, las mismas puntuaciones de las variables y dimensiones que se han traspasado, fueron sometidos a prueba para establecer su normalidad, a partir de la interpretación de los resultados del test de KolgomorovSmirnov, porque la muestra ha superado el límite de 50 elementos, en

tal sentido, se va a decidir entre una prueba para distribución normal y no normal, para ello, se considerará el método de valor p, donde si la significancia llega a ser superior a 0.05, se asume que la distribución posee normalidad, y se procedió desde la prueba de Pearson, pero si existe una mixtura de distribuciones o en su totalidad la significancia no pasa el límite de 0.05, se llegó a usar el Rho de Spearman.

### **3.7. Aspectos éticos**

Para la redacción de la investigación, se siguió las recomendaciones de redacción APA, en su séptima entrega, el cual aportó a que se evite la referenciación indebida y se incurra en plagio, además, se tiene presente la guía de construcción de investigaciones de la Universidad César Vallejo, siguiendo las recomendaciones para la propuesta de un estudio, desarrollado bajo un enfoque cuantitativo, además, se respetó la confidencialidad de los resultados a obtener y también el anonimato de los participantes, debido que la finalidad de la información a recolectar solo fue utilizada con fines investigativos y proyectándose a beneficiar y no a realizar daño alguno a los participantes.

En cuanto a los principios éticos, desde el estudio del código de ética de la Universidad, para llevar a cabo la investigación se consideró cuatro principios: (1) Beneficencia, basado en que todo proceso investigativo para optar algún grado académico, debe procurar que se proporcione bienestar y beneficiar a quienes llegan a ser parte de la investigación, (2) No maleficencia, el cual se asocia a las acciones a llevarse a cabo anticipadamente referido al análisis de los posibles riesgos y también del beneficio que traerá llevar a cabo el estudio, respetando la integridad de los participantes, (3) Autonomía, asociado con que todo participante tiene la decisión de participar o de no hacerlo o de retirarse si estuviera participando en el momento que él lo crea conveniente y (4) Justicia, basado en el trato de igual forma para todos los participantes en el estudio, sin que se llegue a excluir a alguno a partir de diversos factores.

## IV. RESULTADOS

### Descriptivo del estilo de vida y sus dimensiones

**Tabla 5**

*Niveles del estilo de vida y sus dimensiones*

Variable y dimensiones	Niveles							
	Poco saludable		saludable		Muy saludable		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Estilo de vida	0	0.0	28	9.8	230	90.2	255	100.0
D1: Nutrición	0	0.0	0	0.0	255	100.0	255	100.0
D2: Actividad física	0	0.0	145	56.9	110	43.1	255	100.0
D3: Manejo de estrés	0	0.0	126	49.4	129	50.6	255	100.0
D4: responsabilidad en salud	0	0.0	109	42.7	146	57.3	255	100.0
D5: soporte interpersonal	0	0.0	145	56.9	110	43.1	255	100.0
D6: Autoactualización	0	0.0	71	27.8	184	72.2	255	100.0

*Fuente:* Análisis estadístico SPSS.

La tabla 5, evidencia el procesamiento descriptivo de la variable estilo de vida, lo cual brinda a destacar que del 100.0 % (255) de estudiantes, el 9.8 % (28) evidenciaron poseer un saludable estilo de vida, y el 90.2 % (230) poseen un muy elevado estilo de vida saludable.

Asimismo, respecto a la dimensión nutrición, se determinó que el 100.0 % (255) de los estudiantes se alimenta muy saludablemente, además, sobre la dimensión actividad física, el 56.9 % (145) manifestaron que realizan a menudo ejercicio físico y el 43.1 % (110) lo toman como muy importante, por otro lado, sobre la dimensión manejo del estrés, el 49.4 % (126) calificaron que está bajo control y el 50.6 % (129) totalmente controlado, por otro lado, referente a la responsabilidad en salud, el 42.7 % (109) lo ubicaron en rango saludable y el 57.3 % (146) en nivel muy saludable, de igual manera, sobre el soporte interpersonal, el 56.9 % (145) llegaron a ubicarlo en nivel saludable y el 43.1 % (110) en muy saludable, finalmente, sobre la dimensión autoactualización, el 27.8 % (71) lo señalaron como saludable y el 72.2 % (184) muy saludable.



## Descriptivo del consumo de alcohol y sus dimensiones

**Tabla 6**

*Niveles del consumo de alcohol y sus dimensiones*

<i>Variables y dimensiones</i>	<i>Niveles</i>						<i>Total</i>	
	<i>Bajo</i>		<i>Alto</i>		<i>Muy alto</i>		<i>f</i>	<i>%</i>
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>		
Consumo de alcohol.	255	100.0	0	0.0	0	0.0	255	100.0
D1: Consumo de riesgo.	255	100.0	0	0.0	0	0.0	255	100.0
D2: Síntoma de dependencia.	255	100.0	0	0.0	0	0.0	255	100.0
D3: Consumo perjudicial de alcohol.	248	97.3	7	2.7	0	0.0	255	100.0

*Fuente:* Análisis estadístico SPSS.

Los hallazgos de la tabla 6, referidos a la determinación de los niveles descriptivos de la variable consumo de alcohol, aportaron a poder afirmar que del 100.0 % (255) de los estudiantes que se encuestaron, el mismo 100.0 % (255) se llegaron a referir al consumo de alcohol como muy bajo.

Además, de igual manera se analizaron las dimensiones de la variable, donde el 100.0 % (255) de los estudiantes concluyeron que el consumo de riesgo es bajo, asimismo, sobre la dimensión síntoma de dependencia, también el 100.0 % (255) de los estudiantes lo señalaron en nivel bajo, y por último, respecto a la dimensión consumo perjudicial de alcohol, el 97.3 % (248) lo calificaron como bajo y el 2.7 % (7) en nivel alto.

Cabe agregar, que se entiende que un consumo prolongado y dependencia de consumo de alcohol en exceso, influye sobre la causalidad de obtención de enfermedad crónica y otras problemáticas serias como sufrir de presión alta, enfermedades del corazón, cáncer, problemas digestivos, entre otros.

### Prueba de hipótesis general:

Ho: No existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.

Ha: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.

**Tabla 7**

*Correlación del estilo de vida y el consumo de alcohol*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		<i>Coefficiente de correlación</i>	-0.339**
<i>Estilo de vida</i>	<i>Consumo de alcohol</i>	<i>Sig. (bilateral)</i>	0,000
		<i>N</i>	255

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Análisis estadístico SPSS.

A partir de los hallazgos expuestos en la tabla 7, respecto al análisis correlativo del estilo de vida con el consumo de alcohol de los escolares de secundaria de Juliaca, se pudo constatar que la valoración de la significación llegó a medirse en  $0.000 < 0.050$ , por lo que estadísticamente se ha rechazado la Ho, permitiendo aseverar la existencia de dependencia entre los fenómenos, asimismo, el coeficiente correlativo, al ser calificado proporcionó determinar una apreciación de dirección inversa y de baja potencialidad, (Rho=-0.339), esto ha apoyado a concluir, que la variable estilo de vida al ser valorado en niveles altos predice un bajo y controlable consumo de alcohol de parte de los escolares, o caso contrario, si se tiene un insalubre estilo de vida, es debido por el muy alto consumo de alcohol.

### Prueba de hipótesis específica 1:

Ho: No existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria.

**Tabla 8**

*Correlación del estilo de vida y el consumo de riesgo*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		<i>Coefficiente de correlación</i>	-0.320**
<i>Estilo de vida</i>	<i>Consumo de riesgo</i>	<i>Sig. (bilateral)</i>	0,000
		<i>N</i>	255

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*Fuente:* Análisis estadístico SPSS.

A partir de los hallazgos expuestos en la tabla 8 respecto al análisis correlativo del estilo de vida con la dimensión consumo de riesgo de los escolares de secundaria de Juliaca, se pudo constatar que la valoración de la significación llegó a medirse en  $0.000 < 0.050$ , por lo que estadísticamente se ha rechazado la Ho, permitiendo aseverar la existencia de dependencia entre los fenómenos, asimismo, el coeficiente correlativo, al ser calificado proporcionó determinar una apreciación de dirección inversa y de baja potencialidad, (Rho=-0.320), esto ha apoyado a concluir, que la variable estilo de vida al ser valorado en niveles altos predice un bajo y controlable consumo de riesgo de parte de los escolares, o caso contrario, si se tiene un insalubre estilo de vida, es debido por el muy alto consumo de alcohol y de riesgo.

### Prueba de hipótesis específica 2:

Ho: No existe relación significativa entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria.

**Tabla 9**

*Correlación del estilo de vida y el síntoma de dependencia*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
		<i>Coeficiente de correlación</i>	-0.269**
<i>Estilo de vida</i>	<i>Síntoma de dependencia</i>	<i>Sig. (bilateral)</i>	0,000
		<i>N</i>	255

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Análisis estadístico SPSS.

A partir de los hallazgos expuestos en la tabla 9, respecto al análisis correlativo del estilo de vida con la dimensión síntoma de dependencia de los escolares de secundaria de Juliaca, se pudo constatar que la valoración de la significación llegó a medirse en  $0.000 < 0.050$ , por lo que estadísticamente se ha rechazado la Ho, permitiendo aseverar la existencia de dependencia entre los fenómenos, asimismo, el coeficiente correlativo, al ser calificado proporcionó determinar una apreciación de dirección inversa y de baja potencialidad, (Rho=-0.269), esto ha apoyado a concluir, que la variable estilo de vida al ser valorado en niveles altos predice un bajo y controlable sintomatologías de dependencia de parte de los escolares, o caso contrario, si se tiene un insalubre estilo de vida, es debido por el muy alto síntoma de dependencia.

### Prueba de hipótesis específica 3:

Ho: No existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria.

Ha: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria.

**Tabla 10**

*Correlación del estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol*

Rho de Spearman		Estadísticos	Valores
<i>Estilo de vida</i>	<i>Consumo perjudicial de alcohol</i>	<i>Coefficiente de correlación</i>	-0.337**
		<i>Sig. (bilateral)</i>	0,000
		<i>N</i>	255

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*Fuente:* Análisis estadístico SPSS.

A partir de los hallazgos expuestos en la tabla 10, respecto al análisis correlativo del estilo de vida con la dimensión consumo perjudicial de alcohol de los escolares de secundaria de Juliaca, se pudo constatar que la valoración de la significación llegó a medirse en  $0.000 < 0.050$ , por lo que estadísticamente se ha rechazado la Ho, permitiendo aseverar la existencia de dependencia entre los fenómenos, asimismo, el coeficiente correlativo, al ser calificado proporcionó determinar una apreciación de dirección inversa y de baja potencialidad, (Rho=-0.337), esto ha apoyado a concluir, que la variable estilo de vida al ser valorado en niveles altos predice un bajo y controlable consumo perjudicial de alcohol de parte de los escolares, o caso contrario, si se tiene un insalubre estilo de vida, es debido por el muy alto consumo perjudicial de alcohol.

## V. DISCUSIÓN

Luego de procesar los datos conseguidos de las variables y abordar el objetivo general, derivado de determinar la relación del estilo de vida con el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de Juliaca, se pudo constatar que del 100.0 % de participación el 9.8 % posee un estilo de vida saludable y el 90.2 % muy saludable, además, el 100.0 % del estudiantado tiene bajo consumo de alcohol, por otro lado, al analizar los datos a nivel inferencial, se estableció anticipadamente que no siguen un orden normal, por ende, se usó el Test Spearman, cuya Sig. bilateral =  $0.000 < 0.050$ , por tal motivo, estadísticamente, se rechazó la hipótesis nula, asimismo, el coeficiente Rho =  $-0.339$ , por ello, se determinó que el estilo de vida saludable predice bajo consumo de alcohol.

Tales resultados son parecidos a los conseguidos por Bautista-Coaquira y Rodríguez-Quiroz (2021) debido que estadísticamente llegaron a rechazar la hipótesis nula, porque la Sig. =  $0.000 < 0.050$ , además de ello, el valor correlativo  $r=-0.447$ , en tal sentido, se determinó la existencia de relación significativa con el estilo de vida, por lo que, desde una gran sobrecarga de trabajos académicos, demanda de trabajo en equipo y afrontamiento constante a evaluaciones son predictores de generación de altos niveles de estrés lo cual trae consigo actitudes y hábitos negativos que afectan el estilo de vida de los estudiantes, es decir, que de ciertas presiones se desarrollan elementos estresores incidentes en medida que va acrecentando la demanda, comprometiendo de esa forma el estado de salud del estudiantado, asimismo, a partir de las malas decisiones por ver superado su capacidad, el estudiantado tiende a realizar malas elecciones, como iniciar a consumir alcohol, a hacer poco o casi nada de ejercicio, comer comida no saludable y dormir poco tiempo.

Pero, al llevar a cabo otro contraste con los antecedentes, se estableció la existencia de resultados antagónicos con los de Palomino et al. (2021) porque, además, de rechazar con sustento estadístico la hipótesis nula, (Sig.= $0.000 < 0.050$ ), se pudo verificar que el valor correlativo Rho= $0.827$ , siendo este valorado como positivo, llegando a establecer que existe relación significativa con el estilo de vida, en ese sentido, si existe un buen estilo saludable de vida, a partir de constante actividad física, mejor se verá beneficiado su aprovechamiento escolar,

debido que la realización de actividad física recreacional, apoya a la liberación de serotonina, reduciendo considerablemente los estados de ansiedad y de tensión, mejorando su autocontrol y aportando a la regulación emocional del estudiantado, además, incide sobre la reducción de la depresión e incrementa la sensación de sentimiento de bienestar, aportándole bases sólidas para planeas de una mejor manera y con mayor agrado lo que quieren estudiar.

De tal manera, Díaz et al. (2020) asumieron que el estilo de vida al ser la satisfacción de dominio de la experiencia vital de las personas, se sustenta por la Teoría del Dominio, porque cada dominio se enfoca en una determinada faceta particular de la experiencia vital del estudiantado, es decir, que se basa en su vida familiar, amical, domiciliar y de facilidad de vivienda, del ámbito educativo, empleos, religiosidad, entre otros, por tal motivo, dentro de esta mirada se evidencia una diversidad de investigaciones sobre el dominio del estilo de vida y su vínculo con la satisfacción y dominios en específico, por ello, se vincula con la forma como los estudiantes satisfacen su dominio constituyendo un juicio propio y subjetivo sobre la necesidad y logro de su interés en un cierto contexto donde se desarrolla.

Además, Díaz et al. (2015) sustentaron el consumo de alcohol, desde la Teoría de las Expectativas, donde la abstinencia, uso y abuso de sustancias alcohólicas pueden llegar a ser predichos por una expectativa positiva o negativa asociada a su efecto, es decir, que se evidencia que la expectativa positiva, particularmente constata que el alcohol aporta al desarrollo de actitudes sociales elevando el ánimo y determinando fuerte predictor de consumo, de su frecuencia y cantidad ingerida y de las consecuencias negativas, asimismo, los hombres jóvenes, tienden a mantener su expectativa positiva, pero las mujeres se acogen a expectativa predominante negativa, en ese sentido la expectativa de los hombres incrementa la agresividad y brinda a que se puedan desarrollar posibles conflictos y disputas frecuentemente.

Mencionado lo anterior y a partir de los resultados, se pudo afirmar que un estilo de vida realmente saludable, aporta a tener una más adecuada calidad de vida en términos generales, porque se consideran como elementos que determinan la salud de las personas, siendo este resultado del cuidado de los estudiantes se dan así mismo, por ello, el consumo de alcohol, en altos niveles puede empeorar la

salud de los estudiantes, como sumergirse en estados depresivos, de nerviosismo y alta preocupación, también puede perturbar el sueño y empeorarle e incrementar el riesgo a atentar contra su vida.

Asimismo, al abordar el objetivo específico 1, referido a la determinación de la relación del estilo de vida con el consumo de riesgo, se pudo constatar que, al analizar los datos a nivel inferencial, se estableció anticipadamente que no siguen un orden normal, por ende, se usó el Test Spearman, cuya Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, por tal motivo, estadísticamente, se rechazó la hipótesis nula, asimismo, el coeficiente Rho = -0.320, por tal motivo, un estilo de vida saludable del estudiantado, al promover la toma de alimentos saludables, realización de ejercicios a menudo, manejar sus niveles de estrés, tomar alta responsabilidad sobre su salud, tener soporte a su relación interpersonal y actualizarse constantemente, evidencia control de la frecuencia de consumo de riesgo, asociado a la baja frecuencia para consumir el alcohol, como también controlar la cantidad y frecuencia de su consumo, evitando que este sea crónico y que afecte su estado de salud y a su aprovechamiento escolar.

Dichos hallazgos, guardan similitud con los de Velázquez-Hernández et al. (2021) quienes con soporte estadístico llegaron a rechazar la hipótesis nula y determinar valor significativo con el consumo de alcohol, asimismo el valor correlativo  $r=-0.117$ , en ese sentido, son necesarias que se desarrollen mayores acciones para promocionar la salud orientada a fortalecer una buena función familiar por medio de ciertos métodos como son los talleres de interacción que aporte a la formación del plano familiar en el cual se pueda evidenciar una mayor comunicación y que desde estas situaciones uno se llegue a sentir más satisfecho con el apoyo recibido por sus familiares, que también puedan tomar decisiones entre todo integrante y que apoye a compartir más tiempo con ellos como resultado de tal fortalecimiento, asimismo, el estudiantado consumidor de alcohol evidencia tener una función familiar menor.

Por otro lado, al contrastar con otro antecedente, se determinó evidente discrepancia con los de Flores-Garza et al. (2019) porque a pesar de haber rechazado también la hipótesis nula, a partir de la determinación de la Sig. bilateral = 0.036 < 0.050, y porque la correlación  $r=0.213$ , siendo este positivo, por ello, se



determinó que el consumo de alcohol llega a vincularse con los estados de agresividad en el estudiantado, lo cual llevó a determinar que los altos niveles de consumo de alcohol, evidencian altos niveles de agresividad presentado por el estudiantado, llegando a exponerlo a consecuencias negativas, como para su evidente consumo y a su estado de agresividad, ello debido al cambio neurológico, que llega a incidir el alcohol sobre el estudiantado, debido que inhibir cierta función normal e impedir que llegue a tener control de su emoción y comportamiento, en ese sentido, los elementos social, escolar o familiar aporta explicaciones al vínculo del porqué llega a presentarse el consumo y la conducta agresiva, porque algunos de estos ambientes se da ambos fenómenos, donde el estudiante lo aprende.

Aportando a lo mencionado Gil-Girbau et al. (2021) mencionaron que un estilo de vida saludable, se da desde el desarrollo de tres modelos, uno referido a lo intrapersonal, centrado en el apoyo a las personas y que esta se empodere acrecentando su conciencia vinculada a los riesgos y el beneficio de cambiar su manera de comportarse y que se guie en poder implementar un comportamiento que sustente su buena salud, otro modelo se vincula con lo interpersonal, implicado a las familias y a los propios profesionales de la salud en la estrategia para cambiar el hábito alimenticio del estudiantado y finalmente, el modelo comunitario, referido a la proporción de explicaciones a la incidencia referente a la salud de cada uno de los estudiantes de la red social y comunitaria, como de su política y a la estructuración de la condición de sanidad.

Además, De la Torre et al. (2022) dieron a entender que el Aprendizaje Social, brinda soporte al estudio sobre el consumo de alcohol, porque se refiere a la construcción de imitación como modelo significativo de consumo de alcohol, también de vínculo diferencial con sus iguales, referido a la perspectiva de uso de alcohol con sus iguales, reforzamiento diferenciado, que es la expectativa positiva y negativa de su uso y la definición que se asocia con aprobar o desaprobar su consumo, por tales motivos, se entiende que el modelo de aprendizaje social sostiene que abusar del alcohol contiene una función imitadora, la perspectiva de altos niveles de uso entre conocido, actitud y expectativa favorable, relacionada a su consumo pero en gran medida corresponde al vínculo diferencial con sus compañeros o grupo social seguido de la definición y refuerzo inferencial.

Por tales motivos, y con soporte en los resultados determinados se concluye que, el estilo de vida genera gran impacto sobre la particularidad física, emocional y social, también llega a implicar sobre el fomento de una alimentación más balanceada, cuyos principales elementos de riesgo son una mala alimentación y muy baja actividad física, la cual provoca que se desarrollen ciertas enfermedades que a corto o largo plazo van a impactar negativamente sobre la salud a tempranas edades, en ese sentido, también un consumo frecuente en el estudiantado por diferentes situaciones, valor de la cantidad específica de consumo y frecuencia elevada y perjudicial como de problemas que trae consigo la ingesta de alcohol, manifiesta un consumo riesgoso y perjudicial para la salud estudiantil.

De igual manera, al abordar el objetivo específico 2, referido a la determinación de la relación del estilo de vida con los síntomas de dependencia, se pudo constatar que, al analizar los datos a nivel inferencial, se estableció anticipadamente que no siguen un orden normal, por ende, se usó el Test Spearman, cuya Sig. bilateral =  $0.000 < 0.050$ , por tal motivo, estadísticamente, se rechazó la hipótesis nula, asimismo, el coeficiente Rho =  $-0.269$ , por tal motivo, un estilo de vida saludable del estudiantado, al promover la toma de alimentos saludables, realización de ejercicios a menudo, maneja sus niveles de estrés, tomar alta responsabilidad sobre su salud, tener soporte a su relación interpersonal y actualizarse constantemente, evidencia un bajo descontrol de parte de los estudiantes acerca de su consumo, como también control sobre el incremento de la importancia y dependencia a consumir, propio del síntoma de dependencia.

Tales resultados poseen similitud con los de Telumbre et al. (2020) porque estadísticamente se llegó a rechazar la hipótesis nula, además, de determinar que la relación  $r=-0.192$ , llegando a afirmar que existe relación significativa entre las variables, asimismo, el estudiantado evidencia tener un estilo de vida no tan saludable, lo cual fue influenciado por ciertos factores como el biológico, psicológico y social, la edad y ambiente donde el estudiantado se desenvuelve, además, resultó relevante determinar que el aspecto socioemocional prevalece con el estilo de vida, lo cual llegó a aportar a que el estudiantado es consciente de su salud, manteniendo comunicaciones eficaces y eficientes con el medio social, pero el consumo de alcohol, en el ámbito social, se refiere a un comportamiento común, que se llega

incrementar en la formación a mayor nivel educativo, porque la relación con diversos factores, destaca la cuestión de independencia e incremento de relaciones grupales con sus pares.

Por otro lado, se constata que los hallazgos discrepan de los conseguidos por Reyes-Martínez et al. (2022) debido que estadísticamente no pudieron rechazar la hipótesis nula, porque la Sig. bilateral = 0.284 > 0.050, además, la relación  $r = -0.155$ , en ese sentido, un relativo controlable y bajo impacto ejercido por el consumo de alcohol, en el instante de poseer una autopercepción buena sobre el aspecto de comportamiento, además, un gran funcionamiento en familia y en el aspecto social, dan bases para afirmar que el estilo de vida se encuentra ligado por actitudes que aportan al buen vivir, a diferencia del consumo de alcohol, que se establece como problemática de salud, que necesita de ciertas acciones de prevención inmediata y de promoción de hábitos saludables.

Desde tal situación, Suarez et al. (2021) mencionaron que un hábito saludable hace énfasis sobre el estilo de vida bueno, donde la intervención de patrones de conducta personal se considera aporta a la salud generalizada y de aspecto sociocultural, por ello, el predominio de vidas poco saludable en el estudiantado se hace presente porque se encuentra en etapas de abandono de ciertos hábitos saludables, debido a la actividad educativa que generan ciertas adicciones por la demanda cognitiva, los cuales se consideran como factor de riesgo que puede contribuir de manera independiente a la alza de hábitos de consumo de alcohol, o de dietas poco saludables como conductas de sedentarismo a causa de poca actividad física.

Asimismo, Campos-Ramírez et al. (2019) mencionaron que la conducta planificada, es la extensión de un modelo de acción razonado, que aporta al desarrollo de limitaciones impulsadas, la que proporciona explicaciones de la conducta que no se encuentra bajo control cognitivo del estudiantado, además, manifestar que aplicada a las poblaciones iguales para que se evalúe la conducta que está asociada con su salud benéfica, aporta soporte a la sapiencia del comportamiento, el cual debe predecirse por medio de las intenciones de las personas, llegada a ser una representación cognitiva del plano o proyección conductual, por medio de construcciones de significado de autoeficacia.

En ese sentido, y a partir de los resultados conseguidos, se pudo afirmar que la realización de actividad física y alimentación balanceada apoya a prevenir ciertas enfermedades asociadas al corazón, cáncer o a la diabetes, además de controlar y poder reducir la sintomatología depresiva, de ansiedad, mejora la habilidad de razonamiento, el juicio y aporta bases para el desarrollo del aprendizaje, lo cual, al momento de llegar a consumir alcohol, llega a determinar mal aprovechamiento escolar, estado altos de depresión, problemáticas con la ansiedad, evidenciar bajos niveles de autoestima y tener posibles relaciones negativas, y posibles accidentes al no tener control sobre sus acciones.

Finalmente, al abordar el objetivo específico 3, referido a la determinación de la relación del estilo de vida con el consumo perjudicial de alcohol, se pudo constatar que, al analizar los datos a nivel inferencial, se estableció anticipadamente que no siguen un orden normal, por ende, se usó el Test Spearman, cuya Sig. bilateral =  $0.000 < 0.050$ , por tal motivo, estadísticamente, se rechazó la hipótesis nula, asimismo, el coeficiente Rho =  $-0.337$ , por tal motivo, un estilo de vida saludable del estudiantado, al promover la toma de alimentos saludables, realización de ejercicios a menudo, manejar sus niveles de estrés, tomar alta responsabilidad sobre su salud, tener soporte a su relación interpersonal y actualizarse constantemente, evidencia un controlado sentir de culpa, como baja laguna mental, control sobre la lesión vinculada con el alcohol, y proporcionar preocupación sobre el consumo de parte de otros.

Tales resultados, poseen similitud con los de Riquelme et al. (2022) porque también llegaron a rechazar la hipótesis nula, y poder sustentado estadísticamente afirmar que existe relación significativa con el consumo de alcohol, siendo este valorarlo  $r=-0.122$ , por ende, los altos niveles de consumo de alcohol son producto de un insalubre clima escolar en cada entidad educativa, así también como la política y regulación que se ha llegado deficientemente a implementar, por otro lado el consumo de alcohol, se explica a partir del nivel socioeconómico del estudiantado, quienes llegan a provenir de estratos medio o bajo, debido que el costo que esto llega a implicar poder adquirir ciertas sustancias alcohólicas, en ese sentido, se determina la necesidad de fomentar y desarrollar la habilidad social dentro de las entidades educativa, debido que aportan a la utilización de recursos

acertados y necesarios, con la meta de establecer una relación social adecuada y saludable con sus compañeros, de modo que pueda expresarse con libertad.

Además, se pudo constatar la existencia de discrepancia con los hallazgos de Peker et al. (2019) quienes también estadísticamente rechazaron la hipótesis nula porque la Sig. =0.000 < 0.050, y el coeficiente  $r=0.233$ , por ello, se pudo confirmar que, en la etapa de adolescencia se encuentran comúnmente ciertos problemas de salud, debido a la mala gestión de su alimentación, violencia, ejercicio físico no apropiado consumo de alcohol, entre otros., por ende, se determina que raras veces llegan a hacer uso de servicio preventivo, además, los comportamientos poco saludables pueden ser componentes de alto riesgo a plazos largos, aunque existe algunas noticias positivas acerca del comportamiento de los adolescentes, porque menos uno de cada cuatro cumplen con las pautas recomendadas para la actividad física, y en algunos lugares uno de cada tres son obsesos, asimismo, en la adolescencia el estudiantado busca la independencia para poder tomar sus propias decisiones de estilo de vida.

Aportando a lo manifestado, según García-García et al. (2022) llevar un estilo de vida saludable hace referencia a la promoción y cuidado de la salud, el cual se ha propuesto desde dos perspectivas teóricas, por ello, desde el aprendizaje, se constata la relevancia que el proceso cognitivo aporta al cambio de conducta, incorporando ciertos elementos del aprendizaje cognitivo y conductual, reconociendo que el elemento psicológico llega a incidir sobre el comportamiento de los humanos, y la otra perspectiva se vincula con el modelo motivacional de valor de expectativa, el cual incide sobre la conducta realmente racional, debido que toma en consideración a los componentes motivacionales como puntos clave para que se pueda lograr la intención de llevar una vida saludable.

En ese sentido, Meneses et al. (2019) mencionaron que el consumo de alcohol, posee una particularidad psicoactiva la cual posee una propiedad que genera en los estudiantes cierta dependencia, por ello, sus efectos acarrear consecuencias para la salud, asimismo, desarrollar problemas sociales en todo el mundo, pero diversas investigaciones han llegado a sugerir que las personas con altos niveles socioeconómicos, a pesar de que poseen adicción al consumo de alcohol. También poseen hábitos comúnmente poco resgosos asociado con otras

personas que se ubican en el nivel socioeconómico más bajo, por ello, se asume que un incontrolable consumo de alcohol, frecuentemente lleva a que se desarrollen problemáticas psicológicas y físicas, siendo resultado de relaciones de características de las personas, el ambiente y de su socio-demografía.

Cabe manifestar, que desde lo mencionado y a partir de lo determinado, se concluyó que siempre se llega a escuchar lo relevante de desarrollar buenos hábitos para poseer un estilo de vida de mayor salud, pero llegar a tomar acciones sobre ello, llega a mejorar el estado anímico y el humor de los estudiantes, por ello, realizar deporte y comer sano debe ser prioridad, además, mantener estilos de vida más sanos, reduce la posibilidad de que los estudiantes puedan contraer enfermedades diversas y llega a disminuir la aparición de problemas crónicos o degenerativos, en ese sentido, es relevante que se pueda combatir con el consumo de alcohol porque al estar en un nivel perjudicial este determina sentimiento de culpa, como evidentes laguna en la memoria y falta de conciencia de las acciones que este pueda llevar a cabo, como desarrollar lesiones producto del alcohol.

## VI. CONCLUSIONES

### **Primera:**

Se determinó que existe relación negativa y significativa entre el estilo de vida y el consumo de alcohol, porque mediante la prueba correlativa Spearman, permitió establecer que la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, además, la valoración correlativa Rho= -0.339, por lo mencionado se concluyó que los elevados niveles de estilo de vida de los estudiantes, aporta al control de la frecuencia de consumo de alcohol, como de su cantidad o de lo riesgoso que es tomar sin control, así también como controlar su consumo regular, control los sentimientos de culpa posterior a la acción referentes a los bajos niveles de consumo de alcohol.

### **Segunda:**

Se estableció que existe relación negativa y significativa entre el estilo de vida y el consumo de riesgo porque mediante la prueba correlativa Spearman, permitió establecer que la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, además, la valoración correlativa Rho= -0.320, por lo mencionado se concluyó que los elevados niveles de estilo de vida de los estudiantes, aporta al control de la frecuencia de consumo de riesgo, asociado a la baja frecuencia para consumir el alcohol, como también controlar la cantidad y frecuencia de su consumo, evitando que este sea crónico y que afecte su estado de salud y a su aprovechamiento escolar.

### **Tercera:**

Se estableció que existe relación negativa y significativa entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia, porque mediante la prueba correlativa Spearman, permitió establecer que la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, además, la valoración correlativa Rho= -0.269, por lo mencionado se concluyó que los elevados niveles de estilo de vida de los estudiantes, aporta a un bajo descontrol de parte de los estudiantes acerca de su consumo, como también control sobre el incremento de la importancia y dependencia a consumir, propio de la sintomatología de la dependencia.

### **Cuarta:**

Se estableció que existe relación negativa y significativa entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol, porque mediante la prueba correlativa

Spearman, permitió establecer que la Sig. bilateral = 0.000 < 0.050, además, la valoración correlativa Rho= -0.337, por lo mencionado se concluyó que los elevados niveles de estilo de vida de los estudiantes, aporta al control del sentir de culpa, como baja laguna mental, control sobre la lesión vinculada con el alcohol, y proporcionar preocupación sobre el consumo de parte de otros, asociado al consumo perjudicial de alcohol.



## VII. RECOMENDACIONES

### **Primera:**

Se recomienda al equipo directivo de la institución educativa de Juliaca, convocar al personal docente y administrativo a participar de una reunión, donde se va poder compartir los resultados del presente trabajo, con la finalidad de poder llevar a evaluación la urgencia de determinación de planes de apoyo, esperando que con atención temprana y posibles estrategias se concientice al VII año de educación básica sobre llevar un hábito de vida más saludable y dar también a conocer los problemas que trae consigo el alcohol a edades tempranas para la salud.

### **Segunda:**

A los docentes coordinadores de tutoría de la institución educativa de Juliaca, llevar a cabo talleres de aprendizaje y conversatorios sobre los posibles problemas que los estudiantes tienen sobre una mala alimentación, cambios repentinos de humor, baja autoestima, consumo de alcohol, entre otros., con la meta de poder idear con los docentes tutores de cada aula, posibles estrategias para proporcionarle acompañamiento, así como asesoría y consejos pertinentes, esperando que los estudiantes se sientan más a gusto y con más confianza de contar sus problemas y buscar una solución.

### **Tercera:**

A los docentes, involucrar a los familiares de los estudiantes, en la formación escolar, llegando a partir de escuela de padres y en campañas de sensibilización sobre llevar un estilo de vida insalubre y la causalidad y consecuencia que trae consigo la ingesta de alcohol, además de darles a entender que la responsabilidad de inculcar valores y aportar al desarrollo integral de los estudiantes es tarea compartida y no solo del docente.

### **Cuarta:**

A los estudiantes, participar en las actividades de prevención acerca de la ingesta perjudicial de alcohol llevada a cabo por la institución educativa, además, si existe casos graves sobre un mal estilo de vida o consumo excesivo y adictivo

de alcohol, buscar ayuda de los docentes tutores para poder prevenir y reducir con miras a la mejora de la salud estudiantil.

## REFERENCIAS

- Ahmad, A. J., Musab, S., Salem, A. F., Ahmed, Y. A., & Torsten, M. (2021). Validity and reliability of new instruments for measuring patient satisfaction with removable dentures, Arabic Version. *BMC Oral Health*, 446(21), e4892. <https://bit.ly/3MkVKtc>
- Arias, J. L. (2020). *Para ciencias administrativas, aplicadas, artísticas, humanas: Técnicas e instrumentos de investigación científica*. Enfoques Consulting EIRL. <https://bit.ly/444erbp>
- Arias, J. L., y Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Enfoques Consulting EIRL. <https://bit.ly/3oQAvWS>
- Arispe, C. M., Yangali, J. S., Guerrero, M. A., Lozada, O. R., Acuña, L., y Arellano, C. (2020). *La investigación científica: Una aproximación para los estudios de posgrado*. Editorial Universidad Internacional del Ecuador. <https://bit.ly/41QPUW3>
- Barrios, I., y Torales, J. (2019). Manejo del estrés en situaciones académicas. *Medicina Clínica Social*, 3(2), 41-42. <https://doi.org/10.52379/mcs.v3i2.85>
- Bautista-Coaquira, M. H., y Rodríguez-Quiroz, M. (2021). Correlation between lifestyle and stress level in nursing students at a Peruvian university. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 6(2), 102-109. <https://bit.ly/3Loltkg>
- Bernabéu, E., y De la Peña, C. (2019). Repercusiones cognitivas del consumo de alcohol en el rendimiento académico universitario: un estudio preliminar. *Ejrep: Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 17(3), 609-638. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2643/3164>
- Blesa, M. D. (2020). Health, well-being and lifestyle from a gender perspective. *Avances En Psicología*, 28(2), 205-212. <https://bit.ly/3LiV99L>
- Cabanillas-Rojas, W. (2020). Alcohol consumption and gender in the adolescent school population of Peru: evolution and intervention challenges. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(1), 148-154. <http://dx.doi.org/10.17843/rpmesp.2020.371.5151>
- Cabezas, E. D., Andrade, D., y Torres, J. (2018). *Introducción a la metodología de*

*la investigación científica*. ESPE: Universidad de las Fuerzas Armadas.  
<https://bit.ly/40VWclU>

- Cajachagua, M., Vilca, L. W., & Villavicencio, R. D. (2022). Influence of self-concept in the lifestyles of nursing students in a private university in Eastern Lima. *Interdisciplinaria*, 39(1), 275-283. <https://bit.ly/3AFtMIq>
- Callejo, J. (2021). Identity and lifestyle. *Papeles del CEIC*, (4), 1-13. <http://doi.org/10.1387/pceic.22790>
- Campos-Ramírez, C., Palacios, J., Anaya-Loyola, M. A., y Ramírez-Amaya, V. (2019). Factors from the theory of planned behavior and soda consumption patterns among university students. *Revista Chilena de Nutrición*, 46(3), 319-327. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000300319>
- Cruz-Sánchez, E., Orosio-Méndez, M., Cruz-Ramírez, T., Bernardino-García, A., Vásquez-Domínguez, L., Galindo-Palma, N., & Grajales-Alonso, I. (2018). Cardiovascular risk factors in nursing students at a public university. *Enfermería Universitaria*, 13(4), 226-232. <https://bit.ly/3VhD94k>
- De la Torre, J., Toro, J. C., Rodríguez, M. M. (2022). How are solo versus multiple perpetrator sexual assaults different? A systematic review. *Interdisciplinaria*, 39(2), 55-71. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.4>
- Díaz, D. B., Arellanez, J. L., Rodríguez, S. E., & Fernández, C. (2015). Comparison of Three Risk Models of Harmful Use of Alcohol in Mexican Students. *Acta de Investigación Psicológica*, 5(2), 2047-2061. <https://bit.ly/42e83wA>
- Díaz, P. P., Estrada, E. R., Iparraguirre, N. E., Grajeda, A. T., y Misare, M. A. (2020). Psychometric properties of Carol d. Riff's Psychological Well-Being Scale SPWB in secondary school students of UGEL 02. *Revista de Investigación Psicológica*, 23(2), e179. <https://bit.ly/40Ug3BM>
- Espinoza, M. L., y Vanegas, J. (2018). Validación de un cuestionario para medir el estilo de vida de los estudiantes Universitarios en el marco de la teoría de Nola Pender (EVEU). *Revista Torreón Universitario*, 7(19), 38-49. <https://doi.org/10.5377/torreon.v7i19.7909>
- Fernández-Lasarte, O., Ramos-Díaz, E., & Axpe, I. (2019). Academic

- performance, perceived social support and emotional intelligence at university. *European Journal of Investigation in Health: Psychology and Education*, 9(1), 39-49. <http://dx.doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.315>
- Flores-Garza, P. L., López-García, K. S., Guzmán-Facundo, F. R., Rodríguez-Aguilar, L., y Jiménez-Padilla, B. I. (2019). Consumo de alcohol y su relación con la agresividad en adolescentes de secundaria. *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 5(1), 31-38. <https://bit.ly/41vo1Ti>
- García-García, J. A., Garza-Sánchez, R. I., y Cabello-Garza, M. L. (2022). Dimensions of Healthy Lifestyles During the COVID-19 Confinement in the Mexican Population. *Prospectiva: Revista de Intervención Social*, (34), 249-270. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i34.11671>
- Gil-Girbau, M., Pons-Vigués, M., Rubio-Valera, M., Murrugarra, G., Masluk, B., Rodríguez-Martín., B... Berenguera, A. (2021). Theoretical models of health promotion in primary health care. practice in primary health care. *Gaceta Sanitaria*, 35(1), 48-59. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.06.011>
- Hernández, C. E., y Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta: Revista Científica del Instituto Nacional de Salud*, 2(1), 75-79. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- INS. (2019). *Malos hábitos alimentarios elevaron el riesgo de enfermedades al corazón, colesterol y triglicéridos en niños y adolescentes*. Instituto Nacional de Salud. <https://bit.ly/2Jgb49U>
- Jones, S. A., Lueras, J. M., & Nagel, B. J. (2018). Effects of binge drinking on the developing brain. *Alcohol Research: Current Reviews*, 39(1), 87-96. <https://bit.ly/3A11TJv>
- Kappes, M. S., & Riquelme, V. (2022). The P-value and the relative risk (RR) and ODDS ratio (OR) effect measures are widely used in th results of biomedical and nursing research. *Journal ENE*, 15(2), 1-13. <https://acortar.link/wBj8ID>
- Lipa-Tudela, F. (2022). Consumo de alcohol y resiliencia en adolescentes de una institución educativa secundaria peruana. *INUDI*, 24(22), 336-348. <https://doi.org/10.35622/inudi.c.01.24>

- Maganto, C., Peris, M., & Sánchez, R. (2019). Psychological well-being in adolescence: associated and predictor psychological variables. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139-151. <https://revistaschilenas.uchile.cl/handle/2250/10.30552/ejep.v12i2.279>
- Maguiña, A. E. (2021). Estilo de vida en tiempos de Pandemia. *Revista de Investigación Científica Ágora*, 8(2), 1-2. <https://bit.ly/3NnYCGT>
- Mayo, I. (2022). Roles, personality and lifestyle. Towards a personological conception of roles. *Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico: Encuentros*, 20(1), 12-30. <https://bit.ly/3Lltgch>
- Mendivelso, F., y Rodríguez, M. (2022). Prueba no paramétrica de correlación de Spearman. *Tópicos de investigación clínica*, 24(1), 42-45. <https://doi.org/10.26852/01234250.578>
- Meneses, K., Cisneros, M. V., & Braganza, M. E. (2019). Socioeconomic Analysis of Excessive Alcohol Consumption in Ecuador. *Revista Ciencia Salud*, 17(2), 293-308. <https://bit.ly/3LGGh6C>
- MINSA. (2021). *Documento técnico "Plan estratégico para la reducción del consumo nocivo de alcohol 2011-2021"*. Ministerio de salud de Perú. <https://bit.ly/3oCkkfW>
- Moreta-Herrera, R., Mayorga-Lascano, M., León-Tamayo, L., y Naranjo-Reyes, T. (2020). Patrones de consumo de alcohol en adolescentes ecuatorianos: ¿Estilo mediterráneo o anglosajón? *Psicodebate*, 20(1), 30-42. <http://dx.doi.org/10.18682/pd.v20i1.956>
- Naciones Unidas. (2021). *Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud*. <https://bit.ly/3Lot56c>
- Ñaupas, H., Valdivia, M. R., Palacios, J. J., y Romero, H. E. (2018). *Metodología de la investigación: Cuantitativa – Cualitativa y Redacción de la Tesis*. (5ta. Edición). Ediciones de la U. <https://bit.ly/3oQPwYW>
- Organización Mundial de la Salud. (2001). *Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol: Pautas para su utilización en Atención Primaria (AUDIT)*. Generalitat Valenciana. <https://bit.ly/3H7EFQI>

- Palomino, J. A., Zevallos, G., y Orizano, L. A. (2021). Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Delectus: Revista Científica, INICC-Perú*, 4(1), 82-92. <https://bit.ly/43Yti7e>
- Peker, I. N., Yildirim, G., Baykut, G., Bayraktar, M., & Yildirim, H. (2019). lifestyle and alcohol consumption in high school students with doi correlational study. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 22(12), 1742-1751. <https://bit.ly/41MiWWV>
- Pérez-Fuentes, M. C., Molero, M. M., Gázquez, J. J., Simón, M. M., Martos, A., Barragán, A. B., & Mercader, I. (2020). Analysis of social networks in alcohol consumption. *European Journal of Education and Psychology*, 13(2), 143-159. <https://doi.org/10.30552/ejep.v13i2.357>
- Pilco, G. A., Erazo, L. G., Santos, D. A., y Llanga, J. K. (2019). Evaluación de propiedades psicométricas para identificar trastornos por ingesta de alcohol en una universidad de Chimborazo. *Cambios: Revista Médica*, 18(2), 65-71. <https://doi.org/10.36015/cambios.v18.n2.2019.543>
- Ramírez, A., & Polack, A. M. (2020). Inferential Statistics. Choice of a Non Parametric Statistical Test in Scientific Research. *Horizonte de la Ciencia*, 10(19), 191-208. <https://acortar.link/xn7xPa>
- Reguant-Álvarez, M., Vila-Baños, R., y Torrado-Fonseca, M. (2018). La relación entre dos variables según la escala de medición con SPSS. *REIRE. Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 11(2), 45-60. <http://doi.org/10.1344/reire2018.11.221733>
- Reyes-Martínez, A. D., Hernández-García, A. I., López-Nolasco, B., Maya-Sánchez, A., y Trejo-García, C. A. (2022). Relación del nivel de consumo de riesgo de alcohol y perfil de estilo de vida en jóvenes de 18 –24 años de la comunidad de Ixmiquilpan, Hidalgo. *XIKUA*, 10(19), 5-9. <https://bit.ly/3AiSuYN>
- Riquelme. G. S., Huamani, J. C., y Arias, W. L. (2022). Habilidades sociales y consumo de alcohol en estudiantes de dos instituciones educativas de nivel secundario de la ciudad de Arequipa. *Revista de Psicología*, 12(1), 107-133. <https://doi.org/10.36901/psicologia.v12i1.1475>

- Rivas-Suarez, L. E., Moya-Sifontes, M. Z., & Bauce, G. J. (2020). Healthy lifestyle in children of an institution initial education. *Revista Digital de Postgrado*, 9(3), e234. <https://doi.org/10.37910/RDP.2020.9.3.e234>
- Rivera-Lozada, O. (2022). La nutrición como herramienta fundamental de salud pública. *Revista de Investigación UNW*, 11(1), e0001. <https://doi.org/10.37768/unw.rinv.11.01.e0001>
- Rivero, M. S., Meneses, P. W., García, J., Anibal, R. A., y Zevallos, E. L. (2021). *Metodología de la investigación*. Editorial Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://bit.ly/40NP3nw>
- Rodríguez, U., y Buelvas, V. (2021). *Manuel del tesista. Tips para terminar tu tesis en tiempo récord*. Editorial UVR correctores de textos. <https://bit.ly/3oMtaI2>
- Sánchez, F. A. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <https://bit.ly/425Kaam>
- Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Editorial Universidad Ricardo Palma. <https://bit.ly/43Kukne>
- Santiago-Bazán, C., & Carcausto, W. (2019). Validity and reliability of a healthy lifestyle questionnaire in university students. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(1), 23-28. <https://bit.ly/41QIbax>
- Telumbre, J. Y., López, M. A., Mendoza, G. S., Noh, P. M., y Ruiz, G. M. (2020). Estilo de vida y su asociación con el consumo de alcohol en jóvenes. *Eureka*, 17(Esp.), 10-25. <https://bit.ly/3V780Ar>
- UNICEF. (2021). *Salud y nutrición: La buena nutrición es la base del crecimiento y desarrollo de niños, niñas y adolescentes ya que previene enfermedades y favorece un mejor estado de salud*. <https://uni.cf/2ZdRdBr>
- UNESCO. (2020). *La acción de la UNESCO sobre la Educación para la salud y el bienestar*. <https://bit.ly/3L0E5FA>
- Vega, O. M. (2020). Adopción de estilos de vida como estrategia en la prevención y control de las enfermedades no transmisibles. *Revista Ciencia y Cuidado*,



- 17(1), 1-3. <https://bit.ly/3oT4Ggi>
- Velázquez-Hernández, N., Castillo-Díaz, R., Villa-Rivas, F., Galván-Soto, A. M., & Ramírez-Aguirre, V. A. (2021). Family functioning and alcohol consumption in Nursing students. *Research and Science of the Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 29(84), e3089. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2021843089>
- Vera, M. C., López, M. A., Telumbre, J. Y., y Noh, P. M. (2021). Habilidades sociales y consumo de alcohol en adolescentes estudiantes de secundaria. *Jóvenes en la Ciencia*, (11), 1-5. <https://bit.ly/3Lon2i8>
- Villasís-Keever, M. Á., Márquez-González, H., Zurita-Cruz, J. N., Miranda-Novales, G., y Escamilla-Núñez, A. (2018). El protocolo de investigación VII. Validez y confiabilidad de las mediciones. *Revista Alergia México*, 65(4), 414-421. <https://bit.ly/44zSZeQ>
- Villaquirán, A. F., Ramos, O. A., Jácome, S. J., & Meza, M. M. (2020). Physical activity and exercise in COVID-19 times. *CES Medicina*, (34), 51-58. <https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.COVID-19.6>
- Yanqui, J. (2021). *Cuestionario de perfil del estilo de vida (PEPS-I), 1996*. <https://bit.ly/3LnPoZJ>
- Yáñez, M. C. (2021). *Estilo de vida y el desempeño laboral de los profesionales de enfermería del Hospital Básico Duran 2021*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://acortar.link/nkbpbB>
- Zevallos, O. (2020). *Habilidades Sociales y Consumo de Alcohol en Estudiantes Adolescentes que Asisten a una Institución Educativa Pública*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://acortar.link/27XRRI>

## **ANEXOS**

### Anexo 1: Operacionalización de la variable estilo de vida

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala	Rango
Según Blesa (2020) el estilo de vida es la implicancia de conocer aquel comportamiento que aporta mejora o socava la salud de las personas, es decir, que llega a entenderse al estilo de vida como la conducta o aquella acción que se lleva a cabo por las personas, que son incidentes en la verosimilitud de llegar a conseguir consecuencia física y fisiológica inmediata o a diverso plazo, que llega a repercutir en el bienestar físico y en la edad.	El estilo de vida se va cuantificar desde la consideración de un cuestionario, denominado Escala PEPS-I, el cual valora a seis dimensiones desde la propuesta de 48 preguntas, donde los puntajes que se van a obtener van a llegar a ser clasificados en: Poco saludable, saludable y muy saludable.	Nutrición	- Toma alimentos saludables.	1, 2, 3	1: Nunca. 2: A veces. 3: Frecuentemente. 4: Rutinariamente.	Poco saludable: 48-95  Saludable: 96-143  Muy saludable: 144-192
			- Se informe e incluye alimentos saludables	4, 5, 6		
		Actividad física	- Lleva a cabo ejercicios.	7, 8		
			- Participación y control.	9, 10, 11		
		Manejo del estrés	- Conciencia y participación.	12, 13, 14		
			- Relajación, concentración e información.	15, 16, 17, 18		
		Responsabilidad en salud	- Atención médica y conocimiento del estado de salud.	19, 20, 21, 22		
			- Debate profesional y asistencia en salud.	23, 24, 25		
			- Expresión del sentir y asistencia a programas.	26, 27, 28		
		Soporte interpersonal	- Discusión, elogio y expresión.	29, 30, 31		
			- Relación interpersonal y pasatiempo.	32, 33		
			- Expresión y gusto.	34, 35		
		Autoactualización	- Conocimiento de uno mismo.	36, 37, 38		
			- Sentimiento de felicidad y capacidad.	39, 40, 41, 42		
			- Importancia y respeto.	43, 44, 45		
			- Gusto, realismo y finalidad.	46, 47, 48		

### Operacionalización de la variable consumo de alcohol

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala	Rango
<p>Para Cabanillas-Rojas (2020) el consumo de alcohol es uno de los factores de alto riesgo, debido que trae consigo una serie de consecuencias adversas para el ciclo de la vida, pero, en la etapa de la adolescencia cobra mayor protagonismo por su efecto negativo en el fortalecimiento físico y el mental.</p>	<p>El consumo de alcohol se va medir a partir de la aplicación de la escala conocida como AUDIT, el cual valora a tres dimensiones desde la propuesta de 10 preguntas, donde los puntajes que se vayan a obtener van a llegar a ser clasificados en: Instantáneo, actual, Lápsico, y global.</p>	Consumo de riesgo	- Frecuencia de consumo de alcohol.	1	1: Nunca 2: Casi nunca 3: A veces 4: Casi siempre 5: Siempre	Bajo: 10-23  Alto: 24-37  Muy alto: 38-50
			- Cantidad de consumo.	2		
			- Frecuencia elevada de consumo.	3		
		Síntoma de dependencia	- Descontrol sobre el consumo.	4		
			- Incremento de la importancia de consumir.	5		
			- Consumo regular.	6		
		Consumo perjudicial de alcohol	- Sentimiento de culpa.	7		
			- Laguna mental.	8		
			- Lesión asociada al alcohol.	9		
			- Otro se preocupa por consumir.	10		

## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos

### **CUESTIONARIO SOBRE EL ESTILO DE VIDA (PEPS-I)**

El presente cuestionario es parte de una investigación titulada “**Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023**”, llevado a cabo por la Bach. Ramos Mamani, Diego Armando, estudiante de la Universidad César Vallejo, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

**Indicaciones:** Leer con detenimiento las interrogantes que se han formulado y responder seriamente, marcando con un aspa la alternativa correspondiente.

#### **Escala Valorativa:**

1: Nunca (N)

2: A veces (AV)

3: Frecuentemente (FR)

4: Rutinariamente (RU)

Ítems o preguntas	VALORACIÓN			
	N	AV	FR	RU
<b>Dimensión 1: Nutrición</b>				
01. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas.				
02. Seleccionan comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te elevan la presión arterial).				
03. Comes tres comidas al día.				
04. Lees las etiquetas de los alimentos empaquetados para identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).				
05. Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (granos, enteros, frutas y verduras crudas).				
06. Planeas o escoger comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).				
<b>Dimensión 2: Actividad física</b>				
07. Realizas ejercicios para relajas tus músculos al menos 3 veces por semana.				
08. Realizar ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
09. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
10. Controlas tu pulso durante el ejercicio físico.				
11. Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo.				
<b>Dimensión 3: Manejo del estrés</b>				
12. Tomas tiempo cada día para el relajamiento.				

13. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida.				
14. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
15. Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.				
16. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.				
17. Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.				
18. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios).				
<b>Dimensión 4: Responsabilidad en salud</b>	<b>N</b>	<b>AV</b>	<b>FR</b>	<b>RU</b>
19. Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud.				
20. Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre).				
21. Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud.				
22. Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo recomienda para cuidar tu salud.				
23. Debates con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.				
24. Haces medir tu presión arterial y saber el resultado.				
25. Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.				
26. Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.				
27. Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro.				
28. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal.				
<b>Dimensión 5: Soporte interpersonal</b>	<b>N</b>	<b>AV</b>	<b>FR</b>	<b>RU</b>
29. Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales.				
30. Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos.				
31. Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti.				
32. Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción.				
33. Pasas tiempo con amigos cercanos.				
34. Expresas fácilmente interés, amor, y calor humano hacia otros.				
35. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (familiares, compañeros y amigos).				
<b>Dimensión 6: Autoactualización</b>	<b>N</b>	<b>AV</b>	<b>FR</b>	<b>RU</b>
36. Te quieres a ti mismo(a).				
37. Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida.				
38. Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.				
39. Te sientes feliz y contento(a).				

40. Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales.				
41. Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida.				
42. Miras hacia el futuro.				
43. Eres consciente de lo que te importa en la vida.				
44. Respetas tus propios éxitos.				
45. Ves cada día como interesante y desafiante.				
46. Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida.				
47. Eres realista en las metas que te propones.				
48. Crees que tu vida tiene un propósito.				

**Muchas gracias**

## **CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)**

El presente cuestionario es parte de una investigación titulada “**Habilidades socioemocionales y aprendizaje autónomo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Tambopata, 2023**”, llevado a cabo por la Bach. Choque Manuelo, Carmen estudiante de la Universidad César Vallejo, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

**Indicaciones:** Debido a que el uso del alcohol puede afectar su salud e interferir con ciertos medicamentos y tratamientos, es importante que le hagamos algunas preguntas sobre su uso de alcohol. Sus respuestas serán confidenciales, así que sea honesto por favor. Marque una X en el cuadro que mejor describa su respuesta a cada pregunta.

Ítems o preguntas	VALORACIÓN				
	1	2	3	4	5
<b>Dimensión 1: Consumo de riesgo</b>					
01. Con qué frecuencia consume alguna bebidaalcohólica.	Nunca	Uno o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 más veces a la semana	4 o más veces a la semana
02. Cuantas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal.	1 o 2	3 o 4	5 o 6	De 7 a 9	10 a más
03. Con qué frecuencia toma 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
<b>Dimensión 2: Síntoma de dependencia</b>					
04. Con que frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
05. Con que frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que esperaba de usted porque había bebido.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
06. Con qué frecuencia en el curdo del último año ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario



<b>Dimensión 3: Consumo perjudicial de alcohol</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
07. Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
08. Con qué frecuencia en el curso del último año ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
09. Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido.	No		Si, pero no en el curso del último año		Sí, el último año
10. Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario ha mostrado preocupación por un consumo de bebidas alcohólicas o le ha sugerido que deje de beber.	No		Si, pero no en el curso del último año		Sí, el último año

**Muchas gracias**

### **FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTILO DE VIDA (PEPS-I)**

Denominación:	Escala PEPS-I
Autor:	Pender Nola.
Año de Creación:	1996
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 25 minutos.
Contenido:	48 preguntas.
Lugar de aplicación:	Institución educativa secundaria en Juliaca.
Aplicación:	Estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria.
Finalidad:	Determinar el nivel de estilo de vida.
Dimensiones:	D1: Nutrición, D2: Actividad física, D3: Manejo del estrés, D4: Responsabilidad en salud, D5: Soporte interpersonal y D6: Autoactualización.
Baremación:	Poco saludable: 48-107; Saludable: 108-131 y Muy saludable: 132-192.

### **FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO SOBRE CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)**

Denominación:	Escala AUDIT.
Autor:	Organización Mundial de la Salud.
Año de Creación:	2001
Tiempo de aplicación:	Aproximadamente 5 minutos.
Contenido:	10 preguntas
Lugar de aplicación:	Institución educativa secundaria en Juliaca.
Aplicación:	Estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria.
Finalidad:	Determinar el nivel de consumo de alcohol.
Dimensiones:	D1: Consumo de riesgo, D2: Síntoma de dependencia y D3: Consumo perjudicial de alcohol.
Baremación:	Bajo: 10-23; Alto: 24-37 y Muy alto: 38-50.

## Anexo 3: Consentimiento Informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL APODERADO

#### Consentimiento informado

El propósito de esta ficha de consentimiento es dar a los participantes de esta investigación una clara explicación de la misma, así como de su rol de participante.

La presente investigación es conducida por Diego Armando Ramos Mamani, estudiante de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo. El objetivo de esta investigación es "Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023".

#### Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y él decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación: "Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023".
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en el ambiente de la institución Educativa de Juliaca.

Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

#### Participación voluntaria (principio de autonomía)

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

#### Riesgo (principio de no maleficencia)

NO existirá riesgo o daño de su hijo en la participación de la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad tiene la libertad de responderlas o no.

#### Beneficios (principio de beneficencia)

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzarán a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona; sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

#### Confidencialidad (principio de justicia)

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

#### Pregunta

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con la investigador Diego Armando Ramos Mamani, email: Ramosmamanidiegoarmando13@gmail.com y/o docente asesora: Jakline Gisela Leiva Torres, Email: Leivatj@ucvvirtual.edu

#### Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación AUTORIZO que mi menor hija \_\_\_\_\_ participe en la investigación.

Nombre y firma (padre, madre o apoderado) \_\_\_\_\_

Nro. DNI: \_\_\_\_\_

Huella dactilar




**Nota:** Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre, madre o apoderado. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución

#### Anexo 4: Matriz de evaluación por juicio de expertos

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE ESTILO DE VIDA

#### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Saavedra Carrion Nicanor Piter
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)                                  Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )    Social ( )    Educativa (X)    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	Docente de aula.
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )                                  Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Titulo del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	46874319
<b>Firma del experto:</b>	

#### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Escala PEPS-I
<b>Autores:</b>	Pender Nola.
<b>Objetivo:</b>	Determinar el nivel de estilo de vida.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria.
<b>Año:</b>	1996
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria en Juliaca.
<b>Dimensiones:</b>	D1: Nutrición, D2: Actividad física, D3: Manejo del estrés, D4: Responsabilidad en salud, D5: Soporte interpersonal y D6: Autoactualización.
<b>Confiabilidad:</b>	0.921 de alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Likert Ordinal: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.
<b>Niveles o rango:</b>	Poco saludable: 48-107; Saludable: 108-131 y Muy saludable: 132-192.
<b>Cantidad de ítems:</b>	48 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 25 minutos.

#### 4. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la **Escala PEPS-I** elaborado por **Pender Nola** en el año **1996** de acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
SAAVEDRA CARRION, NICANOR PITER <b>DNI 46874319</b>	<b>MAESTRO EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN</b> Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL  Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <b>PERU</b>
SAAVEDRA CARRION, NICANOR PITER <b>DNI 46874319</b>	<b>LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MATEMÁTICA E INFORMÁTICA</b> Fecha de diploma: 12/04/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA DE ICA <b>PERU</b>



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA, ESPECIALIDAD: ESPAÑOL Y LITERATURA</b>  Fecha de diploma: 13/12/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b>  Fecha de diploma: 12/12/2005 Modalidad de estudios: -  Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA ESPAÑOL Y LITERATURA</b>  Fecha de diploma: 13/12/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>MAGISTER EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION</b>  Fecha de diploma: 25/05/15 Modalidad de estudios: -  Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <b>PERU</b>





**PERÚ**

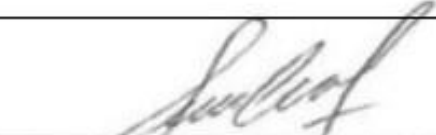
Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA</b>  Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL  Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b>  Fecha de diploma: 16/08/2002 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA - FISICA</b>  Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>LICENCIADA EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA Y FISICA</b>  Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DEL INSTRUMENTO QUE MIDE A LA VARIABLE CONSUMO DE ALCOHOL

### 1. Datos generales del Juez

<b>Nombre del juez:</b>	Saavedra Carrion Nicanor Piter
<b>Grado profesional:</b>	Maestría (X)                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clinica ( )    Social ( )    Educativa (X)    Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Sector Educación
<b>Institución donde labora:</b>	Docente de aula.
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )                      Más de 5 años (X)
<b>Experiencia en Investigación Psicométrica: (si corresponde)</b>	Trabajo(s) psicométricos realizados Titulo del estudio realizado.
<b>DNI:</b>	46874319
<b>Firma del experto:</b>	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala (Colocar nombre de la escala, cuestionario o inventario)

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Escala AUDIT.
<b>Autores:</b>	Organización Mundial de la Salud.
<b>Objetivo:</b>	Determinar el nivel de consumo de alcohol.
<b>Administración:</b>	Estudiantes de tercero, cuarto y quinto de secundaria.
<b>Año:</b>	2001
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Institución educativa secundaria en Juliaca.
<b>Dimensiones:</b>	D1: Consumo de riesgo, D2: Síntoma de dependencia y D3: Consumo perjudicial de alcohol.
<b>Confiabilidad:</b>	0.959 de alfa de Cronbach.
<b>Escala:</b>	Likert Ordinal: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.
<b>Niveles o rango:</b>	Bajo: 10-23; Alto: 24-37 y Muy alto: 38-50.
<b>Cantidad de ítems:</b>	10 preguntas.
<b>Tiempo de aplicación:</b>	Aproximadamente 5 minutos.

### 4. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento la **Escala AUDIT**, elaborado por la **Organización Mundial de la Salud** en el año **2001** de acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.

**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
SAAVEDRA CARRION, NICANOR PITER <b>DNI 46874319</b>	<b>MAESTRO EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN</b> Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL  Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <b>PERU</b>
SAAVEDRA CARRION, NICANOR PITER <b>DNI 46874319</b>	<b>LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MATEMÁTICA E INFORMÁTICA</b> Fecha de diploma: 12/04/17 Modalidad de estudios: PRESENCIAL	UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA DE ICA <b>PERU</b>



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA, ESPECIALIDAD: ESPAÑOL Y LITERATURA</b>  Fecha de diploma: 13/12/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b>  Fecha de diploma: 12/12/2005 Modalidad de estudios: -  Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA ESPAÑOL Y LITERATURA</b>  Fecha de diploma: 13/12/2006 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
AROTOMA ORE, WILFREDO <b>DNI 29082096</b>	<b>MAGISTER EN ADMINISTRACION DE LA EDUCACION</b>  Fecha de diploma: 25/05/15 Modalidad de estudios: -  Fecha matricula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO <b>PERU</b>



**PERÚ**

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de  
Educación Superior UniversitariaDirección de Documentación e  
Información Universitaria y  
Registro de Grados y Títulos**REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES**

Graduado	Grado o Título	Institución
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA</b> Fecha de diploma: 13/12/21 Modalidad de estudios: SEMIPRESENCIAL  Fecha matrícula: 06/04/2020 Fecha egreso: 08/08/2021	UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO S.A.C. <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>BACHILLER EN CIENCIAS DE LA EDUCACION</b> Fecha de diploma: 16/08/2002 Modalidad de estudios: -  Fecha matrícula: Sin información (***) Fecha egreso: Sin información (***)	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>LICENCIADO EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA - FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>
QUISPE RAMOS, RAUL JAIME <b>DNI 28310189</b>	<b>LICENCIADA EN EDUCACION SECUNDARIA MATEMATICA Y FISICA</b> Fecha de diploma: 27/06/2003 Modalidad de estudios: -	UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA <b>PERU</b>

## Anexo 5: Resultado de reporte de similitud de Turnitin

Feedback Studio - Google Chrome  
ev.turnitin.com/app/carta/es/?s=1&u=1088032488&o=2140122094&lang=es&ro=103

feedback studio | Diego Armando Ramos Mamani | Estilo de vida y consumo de alcohol... | /null | 1 de 434

### Resumen de coincidencias

# 16 %

Se están viendo fuentes estándar

EN Ver fuentes en inglés (Beta)

#### Coincidencias

1	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	10 %
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2 %
3	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %
4	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	1 %
5	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	<1 %
6	Milagros Helen Bautist...	<1 %

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN**  
**PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:**  
**MAESTRO EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**AUTOR:**  
Lic. Ramos Mamani, Diego Armando (ORCID: 0000-0001-8490-6022)

**ASESORES:**  
Dra. Leiva Torres, Jekaterina Grada (ORCID: 0000-0001-7636-5746)  
Dra. Denegri Velasco, María Isabel (ORCID: 0000-0002-4226-9033)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**  
El alcohol: ilegal del niño, niño y adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**  
Apoyo a la reducción de brechas y carencia en la educación en todas sus niveles

LIMA - PERÚ  
2023

Página: 1 de 49 | Número de palabras: 16143 | Versión solo texto del informe | Alta resolución | Activado

17:55  
1/08/2023



## Anexo 6: Matriz de consistencia

<b>TÍTULO:</b> Estilo de vida y consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023 <b>AUTORA:</b> Bach. Ramos Mamani, Diego Armando							
Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
<p><b>Problema general:</b> PG: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> PE1: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023?</p> <p>PE2: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023?</p> <p>PE3: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> OG: Determinar la relación que existe el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> OE1: Establecer la relación que existe el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.</p> <p>OE2: Establecer la relación que existe el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.</p> <p>OE3: Establecer la relación que existe el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.</p>	<p><b>Hipótesis General:</b> HG: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de alcohol en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b> HE1: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo de riesgo en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023</p> <p>HE2: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el síntoma de dependencia en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023</p> <p>HE3: Existe relación significativa entre el estilo de vida y el consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de</p>	Variable 1: Estilo de vida				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles o rangos
			Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Toma alimentos saludables.</li> <li>- Se informe e incluye alimentos saludables</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6	Escala Likert Ordinal:  1: Nunca 2: A veces 3: Frecuente mente 4: Rutinariamente	Poco saludable : 48-107  Saludable: 108-131  Muy saludable : 132-192.
			Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lleva a cabo ejercicios.</li> <li>- Participación y control.</li> </ul>	7, 8, 9, 10, 11		
			Manejo del estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conciencia y participación.</li> <li>- Relajación, concentración e información.</li> </ul>	12, 13, 14, 15, 16, 17, 18		
			Responsabilidad en salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atención médica y conocimiento del estado de salud.</li> <li>- Debate profesional y asistencia en salud.</li> <li>- Expresión del sentir y asistencia a programas.</li> </ul>	19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28		
Soporte interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Discusión, elogio y expresión.</li> <li>- Relación interpersonal y pasatiempo.</li> <li>- Expresión y gusto.</li> </ul>	29, 30, 31, 32, 33, 34, 35					

		secundaria de una institución educativa de Juliaca, 2023.	Autoactualización	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de uno mismo.</li> <li>- Sentimiento de felicidad y capacidad.</li> <li>- Importancia y respeto.</li> <li>- Gusto, realismo y finalidad.</li> </ul>	36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48		
<b>Variable 2: Consumo de alcohol</b>							
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			Consumo de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frecuencia de consumo de alcohol.</li> <li>- Cantidad de consumo.</li> <li>- Frecuencia elevada de consumo.</li> </ul>	1, 2, 3	Escala Likert Ordinal:  Cinco escalas valoradas de 0 a 4, dependiendo de la pregunta.	Bajo: 10-23
			Síntoma de dependencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Descontrol sobre el consumo.</li> <li>- Incremento de la importancia de consumir.</li> <li>- Consumo regular.</li> </ul>	4, 5, 6		Alto: 24-37
			Consumo perjudicial de alcohol	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentimiento de culpa.</li> <li>- Laguna mental.</li> <li>- Lesión asociada al alcohol.</li> <li>- Otro se preocupa por consumir.</li> </ul>	7, 8, 9, 10		Muy alto: 38-50
<b>Tipo y diseño de investigación</b>	<b>Población y muestra</b>	<b>Técnicas e instrumentos</b>			<b>Estadística a utilizar</b>		
<b>Método:</b> Hipotético deductivo.	<b>Población:</b>	<b>Variable 1:</b> Estilo de vida <b>Técnicas:</b> Encuesta <b>Instrumentos:</b> Cuestionario			<b>Descriptiva:</b> A partir de la baremación de los puntajes de las variables y dimensiones se va realizar los análisis descriptivos en tablas		

<p><b><u>Enfoque:</u></b> Cuantitativo.</p> <p><b><u>Tipo:</u></b> Básico.</p> <p><b><u>Nivel:</u></b> Correlacional.</p> <p><b><u>Diseño:</u></b> No experimental.</p>	<p>738 estudiantes del VII ciclo de una institución educativa de Juliaca.</p> <p><b><u>Muestreo:</u></b> Probabilístico estratificado.</p> <p><b><u>Tamaño de muestra:</u></b> 255 estudiantes del VII ciclo de una institución educativa de Juliaca.</p>	<p><b>Autor:</b> Pender Nola <b>Año:</b> 1996 <b>Lugar:</b> I.E. de secundaria, Juliaca.</p> <p><b><u>Variable 2:</u></b> Consumo de alcohol <b>Técnicas:</b> Encuesta <b>Instrumentos:</b> Cuestionario <b>Autor:</b> Organización Mundial de la Salud (OMS) <b>Año:</b> 2001 <b>Lugar:</b> I.E. de secundaria, Juliaca.</p>	<p>cruzadas y en gráficos de barras los cuales también van a interpretarse para proporcionar mayor claridad.</p> <p><b><u>Diferencial:</u></b> Para poder realizar la prueba de hipótesis, se va utilizar la correlación de Pearson, si la información evidencia poseer normalidad, pero si no fuera el caso se va utilizar la prueba de Rho de Spearman.</p>
---	---	---	---

Anexo 7: Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos

**CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO SOBRE ESTILO DE VIDA – PRUEBA PILOTO**

No.	D1: Nutrición						D2: Actividad física					D3: Manejo del estrés						D4: Responsabilidad en salud								D5: Soporte interpersonal							D6: Autoactualización										v1							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42		43	44	45	46	47	48	
1	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	209
2	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	3	3	4	3	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	4	5	216		
3	5	5	5	2	2	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	217		
4	5	5	4	4	4	5	1	4	5	4	5	4	4	5	5	4	3	5	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	2	5	5	5	5	210		
5	5	5	5	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	4	5	4	5	224		
6	4	5	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	3	4	3	4	4	4	4	4	216		
7	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	216	
8	5	5	5	3	2	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	222		
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	4	3	230	
10	4	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	3	4	4	203
11	5	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	4	4	4	5	200	
12	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	211	
13	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	232
14	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	165
15	5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	195	
16	4	4	5	2	1	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	4	3	4	5	3	4	4	4	192
17	5	4	4	2	2	5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	197	
18	4	4	4	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	198	
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	3	171		
20	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	211	
VAR	0.5	0.5	0.5	1	1.1	0.7	1.1	0.5	0.4	0.5	0.4	0.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6	0.5	0.6	0.4	0.5	0.8	1.1	0.9	1	0.9	1.2	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.8	0.7	0.6	0.5	0.4	0.5	0.9	0.8	0.8	0.5	0.4	0.3	0.5	301.57	

29.46

Fórmula del alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

Variable 1: Estilo de vida

$$\alpha = 48/47 * (1 - 29.46/301.57)$$

$$\alpha = 1.021 * 0.902$$

$$\alpha = 0.921$$

## CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO SOBRE CONSUMO DE ALCOHOL – PRUEBA PILOTO

No.	D1: Consumo de riesgo			D2: Síntoma de dependencia			D3: Consumo perjudicial de alcohol				v2
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	30
3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	32
4	2	1	1	3	4	2	2	2	3	3	23
5	2	3	2	3	3	4	2	2	4	4	29
6	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	37
7	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	34
8	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	34
9	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	35
10	2	2	2	3	4	4	2	3	3	3	28
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	11
12	1	2	2	4	4	4	2	2	4	3	28
13	1	3	3	3	3	4	2	3	3	3	28
14	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	19
15	1	2	2	4	2	4	2	3	2	3	25
16	2	3	4	3	3	4	2	3	3	4	31
17	2	3	1	4	4	4	3	3	2	2	28
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	12
19	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	14
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
<b>VAR</b>	0.26	0.93	1.04	1.5	1.61	1.84	0.69	0.89	1.41	0.95	81.25
									11.13		

Fórmula del alfa de Cronbach

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[ 1 - \frac{\sum Vi}{Vt} \right]$$

Variable 2: Consumo de alcohol

$$\alpha = 10/9 * (1 - 11.13/81.25)$$

$$\alpha = 1.111 * 0.863$$

$$\alpha = 0,959$$

## Anexo 8: Carta de presentación



Lima, 06 de junio de 2023

Carta P. 0451-2023-UCV-EPG-SP

ESP.LENGUA LITERATURA- OLGER M.FUENTES GARCIA  
OLGER M.FUENTES GARCIA  
DIRECTOR  
I.E.S.TECNICO INDUSTRIAL SIMON BOLIVAR-SAN MIGUEL.

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **RAMOS MAMANI DIEGO ARMANDO**; identificado(a) con DNI/CE N° 47614343 y código de matrícula N° 7002807240; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial del semestre 2023-I quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

### ESTILO DE VIDA Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE JULIACA, 2023

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,

MBA. Ruth Angélica Chicana Becerra  
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales  
Universidad César Vallejo



*Autoriza la ejecución del proyecto de investigación*  
*Fuentes*  
*Olger*



### Anexo 9: Base de datos.

N°	Variable 1: Estilo de vida																																																v1					
	D1: Nutrición						D2: Actividad física					D3: Manejo del estrés						D4: Responsabilidad en salud								D5: Soporte interpersonal							D6: Autoactualización																					
	1	2	3	4	5	6	TD1	7	8	9	10	11	TD2	12	13	14	15	16	17	18	TD3	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	TD4	29	30	31	32	33	34	35	TD5	36	37	38	39	40	41	42	43		44	45	46	47	48
1	4	4	4	4	4	4	24	3	2	2	2	4	13	2	4	2	2	2	4	4	20	3	3	3	4	2	2	4	2	2	4	29	2	2	2	3	2	3	4	18	4	4	4	2	2	2	2	4	3	2	2	4	37	141
2	4	2	2	4	4	2	18	4	2	3	3	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	24	2	2	3	2	2	2	3	16	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	32	124
3	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	4	4	4	4	4	4	37	3	3	3	3	3	3	3	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	182
4	4	2	2	4	4	2	18	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	2	4	2	3	3	2	2	4	4	30	4	2	3	3	2	2	3	19	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	44	159	
5	4	4	2	2	4	4	20	4	4	2	2	2	14	4	4	2	2	2	2	4	20	2	4	4	4	2	3	3	2	2	4	30	4	4	4	4	4	4	3	27	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	155
6	4	4	4	4	4	2	22	4	2	2	2	2	12	4	2	2	2	2	4	4	20	2	4	4	4	4	4	4	4	38	4	4	4	4	4	4	3	27	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	163		
7	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	3	4	4	4	4	4	4	4	39	4	4	2	2	2	2	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	168	
8	4	4	4	4	4	2	22	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	3	4	2	4	4	2	2	2	2	4	29	4	2	2	2	2	4	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	170
9	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	2	4	2	4	2	2	2	2	4	28	4	2	3	3	2	2	3	19	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	44	163	
10	4	4	2	2	4	4	20	4	4	2	2	2	14	4	4	2	2	2	2	4	20	2	4	4	4	2	3	3	2	2	4	30	4	4	4	4	4	3	27	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	155	
11	4	4	4	4	4	4	24	2	2	2	4	4	14	2	2	2	4	4	4	22	2	4	4	4	4	4	4	4	4	38	4	4	4	4	4	4	3	27	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	169		
12	4	4	4	4	4	4	24	3	2	2	3	4	14	3	2	2	3	4	4	22	2	4	4	4	4	4	4	4	4	38	4	4	2	2	2	2	3	19	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	161		
13	4	4	4	4	4	4	24	4	2	2	2	2	12	4	2	2	2	2	4	18	3	2	2	4	4	2	2	2	2	25	2	2	2	4	4	2	20	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	46	145	
14	4	4	4	4	4	2	22	2	3	3	2	2	12	2	3	3	2	2	3	4	19	2	3	2	2	2	2	2	4	29	3	2	2	3	4	4	3	21	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	147		
15	2	4	4	2	4	4	20	4	2	3	3	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	2	4	2	3	2	2	2	4	30	4	2	2	2	2	4	3	19	2	4	4	4	2	4	4	2	2	4	4	44	147			
16	4	4	4	4	4	4	24	2	2	2	2	4	12	2	2	2	2	4	2	18	2	2	3	4	2	2	2	2	4	27	2	3	3	2	2	3	18	2	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	44	139			
17	4	2	2	4	4	4	20	3	3	2	2	2	12	3	3	2	2	2	3	18	2	4	2	2	3	3	2	2	3	27	4	2	3	3	2	2	3	19	2	4	4	4	2	2	3	3	2	2	3	4	39	135		
18	4	4	2	2	4	4	20	2	2	4	4	4	16	2	2	2	4	4	4	22	2	2	2	4	2	3	3	2	2	4	26	2	2	2	2	4	2	3	17	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	145	
19	4	4	4	4	4	4	24	2	2	4	4	4	16	3	2	2	3	4	4	22	2	3	3	2	2	2	2	4	26	3	3	2	2	2	4	2	18	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	150			
20	2	2	4	4	4	2	18	4	4	4	4	2	18	4	2	2	2	2	4	2	18	3	2	2	3	3	2	2	2	24	2	2	2	4	4	2	20	4	4	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	2	40	138		
21	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	2	3	2	2	2	2	2	4	29	3	2	2	3	4	4	3	21	2	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	41	149		
22	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	2	3	3	3	2	2	3	4	30	2	3	3	2	3	3	3	19	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	165			
23	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	2	3	3	4	2	4	2	4	4	32	2	3	3	2	3	3	3	19	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	167		
24	4	4	4	4	4	4	24	4	4	2	2	2	14	4	4	2	2	2	2	4	20	3	3	2	4	4	4	4	2	4	34	3	3	2	3	3	2	3	19	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	46	157	
25	4	4	4	4	4	4	24	4	2	2	2	2	12	2	2	2	4	4	4	22	3	3	4	2	3	3	2	2	4	30	4	2	3	3	2	2	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	159		
26	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	3	2	2	3	4	4	22	3	3	4	4	4	4	4	4	4	38	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	177		
27	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	2	2	2	2	4	4	20	3	3	4	4	4	4	4	4	38	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	181		
28	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	2	3	3	2	2	3	4	19	3	3	4	4	2	2	2	2	4	30	4	4	2	2	2	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	164		
29	4	4	4	4	4	4	24	4	4	2	2	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	2	3	4	2	2	2	2	4	29	4	2	2	2	2	4	3	19	2	4	4	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	40	146	
30	4	4	2	2	4	2	18	2	2	2	4	4	14	2	2	2	2	4	2	18	2	3	4	2	3	3	2	2	4	29	4	2	3	3	2	2	3	19	2	4	4	4	2	2	3	3	2	2	3	4	39	137		
31	4	4	4	4	4	4	24	3	2	2	3	4	14	3	3	2	2	2	3	4	19	2	3	4	4	4	4	4	4	37	4	4	4	4	4	4	3	27	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	44	165		
32	4	4	4	4	4	4	24	4	2	2	2	2	12	2	2	2	4	4	4	22	3	3	4	4	4	4	4	4	4	38	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	44	167		
33	4	4	4	4	4	4	24	2	3	3	2	2	12	3	2	2	3	4	4	22	3	2	4	4	2	2	2	2	4	29	4	2	2	2	2	3	19	4	2	4	2	3	3	2	2	2	3	4	2	4	4	39	145	
34	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	4	4	4	4	4	2	26	3	3	2	2	2	4	4	4	30	2	2	2	4	4	4	2	20	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	46	160		
35	4	4	2	2	4	2	18	2	2	2	2	4	12	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	2	2	3	4	4	31	3	2	2	3	4	4	3	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44	162			
36	4	4	4	4	4	4	24	3	3	2																																												





81	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	28	2	2	2	4	4	4	3	21	4	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	37	150
82	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	29	3	2	2	3	4	4	3	21	4	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	43	165	
83	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	28	3	3	3	2	2	2	2	4	2	4	27	3	3	3	3	3	3	3	21	4	4	2	2	2	2	4	2	2	3	4	4	4	39	159		
84	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	2	2	2	2	4	20	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	28	3	3	3	3	3	3	3	21	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	43	156
85	4	4	2	2	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	2	2	2	2	4	4	20	3	3	3	2	2	2	4	4	4	31	3	3	3	3	3	3	3	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	164	
86	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	2	4	18	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	2	3	2	2	3	4	4	30	3	3	2	3	3	2	3	19	4	2	2	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	40	151	
87	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	4	4	4	4	4	4	37	3	3	3	3	3	3	3	21	2	3	3	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	40	170	
88	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	4	4	4	4	4	4	37	3	3	3	3	3	3	3	21	4	4	4	2	3	3	2	2	3	3	4	4	4	4	42	172	
89	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	2	2	2	2	4	20	3	3	3	4	4	4	4	4	37	3	3	3	3	3	3	3	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	174		
90	4	4	2	2	4	4	20	4	4	2	4	4	18	2	2	2	4	4	4	22	3	2	3	4	4	2	4	2	4	32	4	2	3	3	2	2	3	19	4	2	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	4	40	151		
91	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	3	2	2	3	4	4	22	3	3	3	4	4	4	4	4	37	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	43	173		
92	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	2	2	2	2	4	4	20	3	3	4	2	3	3	2	2	4	30	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	38	159			
93	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	2	3	3	2	2	3	4	19	3	3	4	4	4	4	4	4	38	4	4	2	2	2	2	3	19	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	4	37	157		
94	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	4	4	4	4	4	4	38	4	2	2	2	2	4	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	167			
95	2	4	4	2	4	4	20	4	4	4	4	4	20	2	2	2	2	4	2	16	3	3	4	4	2	2	2	2	4	28	4	2	3	3	2	2	2	18	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	46	148		
96	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	3	3	2	2	2	3	4	19	3	3	4	2	2	2	2	4	30	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	172			
97	4	2	2	4	4	4	20	4	4	2	2	2	14	2	2	2	4	4	4	22	3	3	4	2	3	3	2	2	4	30	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	165			
98	4	4	2	2	4	4	20	4	2	2	2	2	12	3	2	2	3	4	4	22	3	3	4	4	4	4	4	4	38	4	4	2	2	2	2	3	19	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	44	155			
99	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	2	4	4	2	4	4	24	2	3	4	4	4	4	4	4	37	2	2	2	4	4	4	3	21	2	4	4	2	3	3	2	2	3	2	4	4	4	39	159			
100	2	2	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	20	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	4	4	2	2	2	2	28	3	2	2	3	4	4	3	21	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	46	155		
101	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	4	4	28	3	3	2	2	2	4	4	4	32	4	2	2	2	2	4	3	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	175			
102	4	4	4	4	4	4	24	4	4	2	2	2	14	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	2	2	3	4	4	32	2	3	3	2	2	3	3	18	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	44	160			
103	4	4	4	4	4	4	24	2	2	2	4	4	14	4	4	2	2	2	2	4	20	3	3	4	2	2	2	2	4	30	4	2	3	3	2	2	3	19	4	2	3	3	2	2	3	3	4	4	4	4	42	149			
104	4	4	4	4	4	4	24	3	2	2	3	4	14	4	2	2	2	2	4	4	20	3	3	2	3	3	2	2	3	29	2	2	2	2	4	2	3	17	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	44	148			
105	4	4	4	4	4	4	24	4	2	2	2	2	12	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	4	2	3	3	2	2	30	3	3	2	2	2	3	3	18	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	43	147			
106	4	4	4	4	4	4	24	2	3	3	2	2	12	4	4	4	4	4	4	28	2	3	2	2	2	2	4	2	27	2	2	2	4	4	4	3	21	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	44	156			
107	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	4	4	4	4	4	4	28	3	3	3	3	2	2	2	3	27	3	2	2	3	4	4	3	21	4	4	2	4	4	2	2	2	2	4	4	2	4	40	154			
108	4	4	2	2	4	4	20	2	2	2	2	4	12	4	4	2	2	2	2	4	20	3	3	2	2	2	4	4	32	4	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	43	154			
109	4	4	4	4	4	4	24	3	3	2	2	2	12	2	2	2	4	4	2	20	3	3	3	2	2	3	4	4	30	4	4	4	4	4	4	2	26	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	46	158			
110	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	3	2	2	3	4	4	20	3	3	3	2	4	4	4	4	2	33	4	4	2	2	2	4	3	19	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	42	151		
111	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	4	2	2	2	4	4	20	3	3	3	4	4	4	4	4	37	4	2	2	2	2	4	3	19	4	4	2	2	2	4	2	3	4	4	4	4	4	41	161			
112	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	2	3	3	2	2	3	4	19	3	3	3	4	4	4	4	37	4	2	2	3	3	2	2	3	19	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	43	162			
113	4	4	2	2	4	4	20	4	4	2	2	2	14	4	2	3	3	2	2	4	20	3	3	3	4	4	4	4	37	4	4	4	4	4	3	27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	52	170			
114	4	4	4	4	4	4	24	4	2	2	2	2	12	2	2	2	2	4	2	4	18	3	2	3	4	4	2	4	32	4	4	4	4	4	4	3	27	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	46	159			
115	4	4	4	4	4	4	24	4	2	3	3	2	14	3	3	2	2	2	3	2	17	3	3	3	2	4	4	4	33	4	4	2	2	2	2	2	18	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	42	148			
116	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	2	2	2	4	4	4	22	3	3	3	4	4	4	4	4	37	2	2	2	4	4	4	3	21	4	4	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	43	167			
117	4	4	4	4	4	4	24	4	4	4	4	4	20	3	2	2	3	4	4	22	3	3	4	2	3	3	2	2	4	30	3	2	2	3	4	4	3																		







N°	Variable 2: Consumo de alcohol														v2
	D1: Consumo de riesgo				D2: Síntoma de dependencia				D3: Consumo perjudicial de alcohol						
	1	2	3	TD1	5	6	7	TD2	9	10	11	12	TD3		
1	1	1	1	3	1	1	1	0	1	1	1	1	4	7	
2	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
4	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
5	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
6	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
7	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
8	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
9	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
10	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
11	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
12	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
13	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13	
14	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
15	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
16	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
17	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
18	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
19	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
20	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13	
21	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
22	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
23	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
24	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14	
25	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
26	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
27	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
28	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
29	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
30	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
31	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13	
32	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10	
33	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14	
34	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13	

35	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
36	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
37	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
38	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
39	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
40	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
41	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
42	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
43	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
44	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
45	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
46	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
47	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
48	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
49	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
50	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
51	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
52	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
53	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
54	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
55	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
56	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
57	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
58	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
59	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
60	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
61	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
62	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
63	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
64	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
65	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
66	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
67	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
68	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
69	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
70	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
71	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
72	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
73	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13

74	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
75	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
76	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
77	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
78	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
79	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
80	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
81	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
82	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
83	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
84	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
85	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
86	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
87	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
88	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
89	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
90	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
91	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
92	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
93	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
94	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
95	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
96	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
97	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
98	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
99	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
100	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
101	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
102	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
103	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
104	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
105	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
106	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
107	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
108	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
109	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
110	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
111	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
112	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10

113	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
114	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
115	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
116	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
117	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
118	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
119	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
120	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
121	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
122	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
123	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
124	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
125	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
126	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
127	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
128	2	2	1	5	2	1	1	4	3	3	1	1	8	17
129	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
130	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
131	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
132	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
133	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
134	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
135	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
136	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
137	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
138	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
139	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
140	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
141	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
142	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
143	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
144	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
145	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
146	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
147	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
148	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
149	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
150	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
151	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10

152	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
153	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
154	1	2	2	5	2	2	2	6	1	3	3	3	10	21
155	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
156	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
157	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
158	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
159	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
160	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
161	1	2	2	5	2	2	2	6	1	3	3	3	10	21
162	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
163	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
164	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
165	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
166	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
167	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
168	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
169	1	1	2	4	1	2	2	5	1	1	3	3	8	17
170	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
171	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
172	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
173	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
174	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
175	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
176	1	1	2	4	1	2	2	5	1	1	3	3	8	17
177	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
178	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
179	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
180	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
181	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
182	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
183	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
184	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
185	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
186	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
187	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
188	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
189	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
190	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10

191	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
192	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
193	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
194	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
195	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
196	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
197	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
198	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
199	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
200	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
201	2	1	1	4	1	1	2	4	3	1	1	3	8	16
202	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
203	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
204	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
205	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
206	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
207	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
208	2	1	1	4	1	1	1	3	3	1	1	1	6	13
209	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
210	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
211	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
212	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
213	1	1	1	3	1	1	2	4	1	1	1	3	6	13
214	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
215	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
216	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
217	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
218	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
219	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
220	2	2	2	6	2	2	1	5	3	3	3	1	10	21
221	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
222	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
223	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
224	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
225	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
226	1	2	1	4	2	1	1	4	1	3	1	1	6	14
227	2	2	2	6	2	2	1	5	3	3	3	1	10	21
228	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
229	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10

230	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
231	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
232	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
233	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
234	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
235	1	2	2	5	2	2	1	5	1	3	3	1	8	18
236	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
237	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
238	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
239	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
240	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
241	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
242	1	2	2	5	2	2	2	6	1	3	3	3	10	21
243	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
244	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
245	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
246	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
247	1	1	2	4	1	2	1	4	1	1	3	1	6	14
248	1	2	2	5	2	2	2	6	1	3	3	3	10	21
249	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
250	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
251	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
252	1	2	2	5	2	2	2	6	1	3	3	3	10	21
253	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
254	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10
255	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	10



**Anexo 10:** Análisis de normalidad y tabla de baremación

**Análisis de la normalidad de los datos**

Dimensiones y variables	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Interpretación
	Estadístico	gl	Sig.	
D1: Nutrición	,442	255	,000	No normal
D2: Actividad física	,283	255	,000	No normal
D3: Manejo del estrés	,238	255	,000	No normal
D4: Responsabilidad en salud	,216	255	,000	No normal
D5: Soporte interpersonal	,267	255	,000	No normal
D6: Autoactualización	,155	255	,000	No normal
V1; Estilo de vida	,066	255	,010	No normal
D1: Consumo de riesgo	,408	255	,000	No normal
D2: Síntoma de dependencia	,447	255	,000	No normal
D3: Consumo perjudicial de alcohol	,355	255	,000	No normal
V2: Consumo de alcohol	,346	255	,000	No normal

a. Corrección de significación de Lilliefors

**Baremación del estilo de vida**

Variables y dimensiones	Niveles o rangos			
	Variable 1	Poco saludable	Saludable	Muy saludable
Estilo de vida.	48-95	96-143	144-192	
D1: Nutrición.	6-11	12-17	18-24	
D2: Actividad física.	5-9	10-14	15-20	
D3: Manejo del estrés.	7-13	14-20	21-28	
D4: Responsabilidad en salud.	10-19	20-29	30-40	
D5: Soporte interpersonal.	7-13	14-20	21-28	
D6: Autoactualización.	13-25	26-39	40-52	
Variable 2	Bajo	Alto	Muy alto	
Consumo de alcohol.	10-23	24-37	38-50	
D1: Consumo de riesgo.	3-6	7-10	11-15	
D2: Síntoma de dependencia.	3-6	7-10	11-15	
D3: Consumo perjudicial de alcohol.	4-9	10-15	16-20	

Fuente: *Elaboración propia*