



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Estilos de vida saludable y estado nutricional en los estudiantes del
colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Nieves Taquia, Margot Araceli (orcid.org/0000-0003-3067-6952)

ASESORA:

Dra. Rojas Delgado, Lucila (orcid.org/0000-0002-4575-3722)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Políticas y Gestión en Salud

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA — PERÚ

2024

DEDICATORIA

A Dios y mi familia, principalmente a mi madre Marlene Taquia Zavala por creer en mí siempre y darme la fortaleza y perseverancia de no rendirme y seguir siempre adelante, y mi Hermano Kevin Caro T. por darme esa confianza a mí y darme todo su apoyo moral e incondicional en estos años de estudio, a mis hijos por, sobre todo, ya que tuvieron la comprensión y la paciencia en estos tiempos, en siempre dar todo por ellos y que tengan un mejor futuro.

AGRADECIMIENTO

A Dios por iluminar mi día a día en este proceso de enseñanza, de poder darme la perseverancia y la fuerzas de seguir siempre adelante y nunca rendirme.

A mi querida madre, hermanos, y familia por darme la valentía de volver a intentarlo y salir adelante nuevamente y brindarme su gran apoyo incondicional, por sobre todas las adversidades.

A mis queridos hijos por enseñarme cada día a ser una mejor madre para ellos y demostrarle que siempre se debe ser fuerte y nunca rendirse para poder obtener siempre lo que se propongan, sin esperar nada de nadie y poder crecer como unas buenas personas de bien.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, ROJAS DELGADO LUCILA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Estilos de vida Saludable y Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024", cuyo autor es NIEVES TAQUIA MARGOT ARACELI, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14%, 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, 10 de Mayo del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ROJAS DELGADO LUCILA DNI: 09235762 ORCID: 0000-0002-4575-3722	Firmado electrónicamente por: RROJASDE el 21-05- 2024 15:46:46

Código documento Trilce: TRI - 0747812



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, NIEVES TAQUIA MARGOT ARACELI estudiante de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Estilos de vida Saludable y Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024", 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.

Nombres y Apellidos	Firma
NIEVES TAQUIA MARGOT ARACELI DNI: 45901907 ORCID: 0000-0003-3067-6952	Firmado electrónicamente por: MNIEVESTA26 el 08- 09- 2024 19:46:39

Código documento Trilce: INV - 1746085

Índice de Contenidos

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
ÍNDICE DE FIGURAS.....	viii
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variable y Operacionalización	14
3.3. Población.....	14
3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos	15
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de Análisis de datos	17
3.7. Aspectos Éticos	18
IV. RESULTADOS.....	20
V. DISCUSIÓN	33
VI. CONCLUSIONES	35
VII. RECOMENDACIONES	37
REFERENCIAS	38
ANEXOS	43

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Nivel de la variable estilos de vida	20
Tabla 2: Nivel de la variable estado nutricional	21
Tabla 3: Nivel de las variables estilos de vida y estado nutricional	22
Tabla 4: Nivel de la dimensión alimentación y la variable estado nutricional	23
Tabla 5: Nivel de la dimensión actividad física y la variable estado nutricional.....	24
Tabla 6: Nivel de la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional ...	25
Tabla 7: Nivel de la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional .	26
Tabla 8: Nivel de la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional	27
Tabla 9: Nivel de la dimensión salud y la variable estado nutricional.....	28
Tabla 10: Correlaciones entre las variables estilos de vida y estado nutricional.....	29
Tabla 11: Correlaciones entre la dimensión alimentación y la variable estado nutricional.....	30
Tabla 12: Correlaciones entre la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional.....	30
Tabla 13: Correlaciones entre la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional.....	31
Tabla 14: Correlaciones entre la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional.....	32
Tabla 15: Correlaciones entre la dimensión salud y la variable estado nutricional ..	32

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Nivel de la variable estilos de vida	20
Figura 2: Nivel de la variable estado nutricional.....	21
Figura 3: Nivel de las variables estilos de vida y estado nutricional.....	22
Figura 4: Nivel de la dimensión alimentación y la variable estado nutricional	23
Figura 5: Nivel de la dimensión actividad física y la variable estado nutricional.....	24
Figura 6: Nivel de la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional ..	25
Figura 7: Nivel de la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional	26
Figura 8: Nivel de la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional	27
Figura 9: Nivel de la dimensión salud y la variable estado nutricional	28

RESUMEN

La presente investigación titulada Estilo de vida saludable y Estado nutricional en estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras- San Juan De Lurigancho, 2024, tuvo como objetivo determinar si existe una relación entre el estilo de vida saludable y estado nutricional en los estudiantes del colegio mencionado. La metodología utilizada en la investigación fue de tipo básico y descriptivo correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por 58 estudiantes del 4to y 5to de secundaria de ambos sexos. El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue del cuestionario de estilo de vida por los autores Bazan-Riveron GE y Cols, nombrada estilo de vida para adolescentes. También se utilizó el tallímetro y la balanza. Teniendo como resultado que del grupo de estudiantes que presentaron un estilo de vida no saludable, el 58,6% tuvo un estado nutricional normal, el 13,6% un estado nutricional de delgadez y sobrepeso en ambos casos y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al estilo de vida saludable, el 10,3% se encontraba con estado nutricional normal y el 1,7% con estado nutricional en sobrepeso, concluyendo que para un riesgo del 5% y un 95% de confiabilidad, si existe una relación positiva y significativa entre los estilos de vida saludable y el estado nutricional.

Palabras clave: Estilo de vida, estado nutricional, estudiantes.

ABSTRACT

The present research titled Healthy lifestyle and nutritional status in students of the Nuevo Pitágoras-San Juan De Lurigancho school, 2024, aimed to determine if there is a relationship between a healthy lifestyle and nutritional status in the students of the aforementioned school. The methodology used in the research was basic and descriptive correlational, with a non-experimental cross-sectional design. The population was made up of 58 4th and 5th grade high school students of both sexes. The instrument used to collect data was the lifestyle questionnaire by the authors Bazán-Riverón GE and Cols, called lifestyle for adolescents. The stadiometer and scale were also used. The result was that of the group of students who presented an unhealthy lifestyle, 58.6% had a normal nutritional status, 13.6% had a nutritional status of thinness and overweight in both cases and 1.7% The students were obese. Regarding a healthy lifestyle, 10.3% had a normal nutritional status and 1.7% had an overweight nutritional status, concluding that for a risk of 5% and 95% reliability, there is a positive and significant relationship between lifestyles and nutritional status

Keywords: Lifestyle, nutritional status, students.

I. INTRODUCCIÓN

Los estilos de vida son aquellos que se describe en cómo vive un individuo o grupo de personas o población, donde intervienen principalmente los patrones de las conductas de las personas como, los aspectos socio culturales y las condiciones de vivir en general (1). En este grupo se incluye las costumbres y actitudes que llevan a la persona a marcar un alto nivel de estado de salud pleno y saludable, para sí mismo que de igual manera aquellas conductas que generan grandes consecuencias negativas para la salud de la persona (2). Por otra parte, la (OMS) dio un mensaje a nivel mundial en el 2011 donde puntualizo que las enfermedades no transmisibles y el sedentarismo tienen un 80% de morbilidad en países de medianos escasos recursos económicos. Dando una totalidad de muertes producidas a nivel internacional, en el año 2008 de los cuales 36 millones fueron por motivo de enfermedades no transmisibles y 3 millones fueron a causa de sedentarismo (3).

La OMS también nos define que la salud física, social y mental, es el estado total y completo en la persona. Del que no solo forma parte la alimentación, sino que también se incluye el deporte o ejercicio físico, el entorno donde se reside y las actividades sociales, frente a esta problemática se resalta que la salud debe asumirse de forma integral, donde se fomente los EVS en su totalidad, no obstante centralizarse exclusivamente en la alimentación saludable o actividades físicas, sino que también se involucre o intervengan los tiempos de recreación, sueño, sexo seguro, manejo de estrés, emociones y habilidades psico-sociales como principales determinadores de la buena salud en la persona (4).

López y Rivero, 2019, menciona en su estudio, que en la actualidad en el Perú hay una gran prevalencia de problemas nutricionales en los infantes y adolescentes que van incrementando cada año, principalmente en etapas tempranas, por lo tanto, se sugiere una adecuada identificación de hábitos de vida que se estarían atribuyendo a dichos problemas (5).

Asimismo, el estudio realizado por Matute y Tixi, 2019, Nos refiere que “El consumismo de alimentos que se consideran saludables, están por muy abajo de los valores nutricionales recomendados para la alimentación, mientras que los alimentos considerados como no-saludables por su bajo valor nutricional, están por encima de lo requerido. Como resultados de su estudio en la provincia de Imbabura (Ecuador) con estudiantes de 6 a 12 años de edad, obtuvieron como porcentaje de estudiantes con sobrepeso que fue del 10 % y de la obesidad 3,6 %, teniendo el problema principal en los colegios privados donde la estatura baja alcanzo el 22,7 % (6).

Así mismo la OPS en el 2019, refiere que la inseguridad alimentaria estaría en aumento a causa del alto costo de los precios de los alimentos, causando una gran problemática en distintos países como las secuelas que nos dejó la pandemia COVID-19. Ya que entre los años 2019 y 2021, las cifras de hambre han aumentado en distintos países en unos 13,0 millones, llegando a una totalidad de 56,0 millones de individuos con hambre en el año 2021, dicha situación es afectada principalmente por el impacto que se dio por la pandemia. Ante el aumento masivo y específico en la zona de América del Sur, donde 11 millones de individuos, entre adultos y niños padecieron de hambre. De esta manera la inseguridad alimentaria severa también es más seguido en la región con un 14,3 %, y a nivel mundial en un 11,7 %. Asimismo, en el presente informe que presento la (OPS) actualmente señalan una importante evolución o crecimiento en la desnutrición crónica en niños preescolares (7).

Por otra parte, las valoraciones del estado nutricional en los estudiantes son de suma importancia, en específico en los grupos que tienen un alto índice de riesgo, en este caso sea por alguna deficiencia alimentaria o exceso de ella. De esta manera se podrá medir gracias a la evaluación o parámetros antropométricos, en estos encontramos los parámetros básicos como lo son la talla y el peso, la estatura y el (IMC), principalmente de suma importancia para realizar las valoraciones del estado nutricional en los estudiantes, también se cuenta con parámetros secundarios como serían los perímetros de la cintura, medio del brazo,

pantorrilla y de los pliegues en general, en otros casos se recomienda algunos exámenes de laboratorio adicionales (8). Por otro lado, Heinez manifestó que una alimentación saludable en los principales años de vida de niños (varones y mujeres) y es de suma importancia, ya que de esta manera indirecta influye como un marcador del estilo de vida que generara en el niño o niña de manera positiva o negativa a futuro (9).

Por tanto, en este contexto de la investigación se propuso la siguiente problemática: ¿Existe una relación entre los estilos de vida saludable y estado nutricional en los estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024?

Como primera justificación teórica para esta investigación, se realizará únicamente con el fin de recopilar información importante sobre los estilos de vida y su relación con el estado de nutrición, ya que con esto se intenta aportar nuevas investigaciones a futuro, dando como beneficiarios a los futuros investigadores sobre estas teorías, y así poder tener validez para poder aplicarlo. Y así enfocándonos en los resultados de la investigación ya que esto ayudará a poder prevenir futuras enfermedades no transmisibles, agudas y crónicas en su vida adulta de estos, también se podría realizar campañas de prevención y concientización sobre un mejor estilo de vida del estudiante y una buena alimentación, teniendo como beneficiarios principalmente a la localidad donde se desarrollará este estudio.

Como justificación metodológica El presente proyecto recopilara información que se realizara mediante un instrumento ya validado que tiene una adecuada confiabilidad, que puede ser utilizado en distintos estudios, esto permitirá obtener datos verdaderos para la investigación.

Como justificación práctica para este estudio se dará a conocer información significativa sobre la situación acerca del estilo de vida, Además es de beneficio universitario, pues dejará ampliar el razonamiento y conocimiento sobre la importancia de dicha información

su estilo de vida y estado de nutrición de los escolares que entran o ingresaran a la etapa de adolescencia, además, se va a poder producir fuentes de información para futuras investigaciones sobre el tema en cuestión. Con el fin de aportar los conocimientos y enriquecer información al repositorio que la universidad tiene actualmente para sus estudiantes, y también de poder concientizar y prevenir a los padres de familia sobre enfermedades no transmisibles o crónicas a futuro.

Justificación social, Estará enfocado a los beneficios que se dará a los escolares y padres de familia, donde nos enfocaremos principalmente en cómo lleva su estilo de vida y el impacto que se da con su estado nutricional, también beneficiaria a los profesionales de salud ya que ayudaran a concientizar o prevenir enfermedades no transmisibles y crónicas a futuro

Asimismo, para esta investigación se plantea el siguiente objetivo general:

Determinar si existe relación entre estilo de vida saludable y el estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Y como objetivos específicos:

Determinar si existe relación con la dimensión alimentación y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Determinar si existe relación con la dimensión actividad física y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Determinar si existe relación con la dimensión estado emocional y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Determinar si existe relación con la dimensión relaciones sociales y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Determinar si existe relación con la dimensión toxicomanías y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Determinar si existe relación con la dimensión salud y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Hipótesis Generales:

Existe relación significativa con estilo de vida saludable y estado nutricional en los alumnos del colegio Nuevo Pitágoras – SJL, 2024.

Hipótesis específica

Existe relación significativa con la dimensión alimentación y estado nutricional en los alumnos del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, 2024

Existe relación significativa con la dimensión actividad física y el estado nutricional en los alumnos del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, 2024

Existe relación significativa con la dimensión estado emocional y estado nutricional en los alumnos del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, 2024

Existe relación significativa con la dimensión relaciones sociales y el estado nutricional en los alumnos del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, 2024

Existe relación significativa con la dimensión toxicomanías y estado nutricional en los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de San Juan de Lurigancho, 2024

Existe relación significativa con la dimensión salud y estado nutricional en los alumnos del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, 2024

II. MARCO TEÓRICO

En cuanto a las investigaciones internacionales se tiene a Ruiz L, (2018) con su investigación, "Estado de nutrición y estilos de vida de alumnos de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso", tuvo como principal objetivo identificar el estado de nutrición y algunos determinantes de los estilos de vida Metodología: se calificaron 323 estudiantes de 27 profesiones que participaron en cursos sobre autocuidado y salud, realizados en 2012. El IMC y la masa grasa corporal se determinaron mediante la ecuación de Yuhasz, el instrumento utilizado para poder identificar los niveles de actividades físicas, fueron el test de cumplimiento de Kidmed y el test de dieta mediterránea de Kidmed Adimark para determinar el nivel socioeconómico. Teniendo como resultados, bajos niveles de actividades físicas y una mala nutrición de estos alumnos estudiados en esta investigación, repercutiendo negativamente en su salud. No sería posible establecer un nivel socioeconómico como uno de los factores determinante en el desarrollo de hábitos inadecuados, pero sí parece que el conocimiento nutricional influye en la calidad de los alimentos. Concluyendo que, en este grupo, dos componentes claves de un estilo de vida, como lo son ejercicio y la dieta, se deterioraron y se prevé que empeoren, convirtiendo el "ciclo universitario" en un convertidor de desarrollo de enfermedades crónicas en su edad adulta.

Amau J, (2021) en su investigación realizada, "Estilo de vida y estado de nutrición en el personal militar sanitario en el período de COVID-19". El propósito de su investigación fue el de identificar la correlación entre su variable estilo de vida de los militares y su estado nutricional. Mediante el cual la metodología a usar fue de un tipo transversal tomando una muestra de 104 funcionarios médicos que trabajan en el Hospital Central Militar. Donde se utilizaron los cuestionarios de estilo de vida de los autores Arrivillaga, Salazar y Gómez; donde se midió y peso a los pacientes, se midió el perímetro abdominal para obtener el IMC, que indica riesgo cardiometabólico, y se realizaron análisis descriptivos, chi-cuadrado y multivariado para obtener el índice popular. Como resultado, se evidencia

una relación positiva entre su variable estilo de vida no saludable y el IMC (índice común = 15467; IC 95%: 2228 - 107357: $p < 0,001$) de igual manera cuando se ajusta por variables como edad, sexo, ocupación y rango militar. Se concluyó que, si existía relación positiva entre sus variables, en el personal médico militar encuestado, determinado por el IMC y la PA.

Calderón A, et. al (2019). Con su estudio realizado “Valoración del estado nutricional, de los hábitos y preferencias alimentarias en una población infanto-juvenil” tuvo como objetivo analizar a una comunidad estudiantil de la provincia en 1939 Madrid para conocer el estado de nutrición, los hábitos de alimentarios, sabores y actividad física para los que utilizo esta técnica un estudio descriptivo en el que los resultados mostraron que el 8,51% tenían bajo peso, 19,70% sobrepeso y 7,53% obesidad. La baja actividad física conduce a altos niveles de sobrepeso en la comunidad investigada.

En cuanto a los estudios nacionales, se tuvo a Morí (2016), con su estudio “Estilos de vida y si tienen relación con su estado de nutrición en los estudiantes de enfermería USJB-Lima Norte, 2015”, tuvo como objetivos identificar los estilos de vida y si se relacionan con su estado de nutrición en los estudiantes del área de enfermería. Cuya muestra incluye 145 estudiantes de enfermería con un puntaje objetivo de 95% de confianza y 5% de error. El método para el estudio fue diseño descriptivo correlacional, y corte transversal. Teniendo como resultado que, en la variable estilo de vida en los estudiantes, se predomina como poco saludable (91,0%) seguido de saludable (9,0%), observándose también en otra variable del estado nutricional, predominando- estándar al 45%, luego sobrepeso al 35% y bajo peso al 25%. Concluyendo que los estudiantes sería un tanto saludable. Esto lleva a que no estén física y mentalmente sanos y no se desarrollen adecuadamente en las actividades físicas.

Serrano R, (2018) En su investigación realizada “Estilo de vida y si tienen relación con el estado de nutrición del personal de enfermería, de la Región Tacna-2016”. Teniendo como principal objetivo establecer la relación con su estilo de vida y estado de nutrición en el personal del área

de emergencia enfermería, su estudio fue cuantitativa con diseño descriptivo correlacional, teniendo como muestras (45) enfermeras. Se utilizaron dos herramientas para recopilar datos: una fue el instrumento de estilo de vida y el otro mediante la observación de un panel de evaluación nutricional, se sintetizaron tablas simples, gráficos y porcentajes, llegando a la conclusión que: la mayor cantidad fue del 68,9% tiene estilo de vida no-saludable y el 31,1 % es inferior al % del estilo de vida si-saludable. Donde se evidencio una correlación un tanto significativa y positiva entre sus variables estudiadas.

De igual manera los autores Burga, Sandoval, y Campos, (2018) con su estudio realizado “Estilo de vida de los adolescentes de una Institución Educativa de la ciudad de Chiclayo” Tuvo como principal propósito identificar los estilos de vida de los adolescentes. En cuanto al estilo de vida y adolescencia promovidos por la (OMS), combinados con las teorías como la de Nola Pender. el estudio comenzó con un caso apoyado por Nisbet y Watt. Las personas de estudio fueron 7 adolescentes, la muestra se tomó según criterios de saciedad; De igual manera, se entrevistó a 74 estudiantes adolescentes, siendo la toma de muestra limitada por conveniencia. Las recopilaciones de los datos se realizaron por medio de las entrevistas un tanto abiertas, diarios de campo y encuestas utilizadas como herramientas de apoyo y datos confiables. Teniendo como resultados que muestran por ser la adolescencia un período proclive a conflictos y fácilmente alterable por impactos, es fácil que tengan una alimentación inadecuada y un estilo de vida sedentario, haciéndolos más vulnerables a tener serios problemas de salud. especialmente en las familias que son fuente de influencia en los jóvenes para lograr un estilo de vida.

En relación a nivel Local de investigaciones, tenemos al autor José L, (2019) en su estudio “Hábitos alimenticios y el estado nutricional por antropometría en docentes de instituciones educativas estatales, SJL”, Su objetivo principal fueron determinar si existiría relación con habitó alimenticios y su estado de nutrición a través de la antropometría en

docentes de primaria de las escuelas públicas. Donde se realizó mediante un estudio de tipo descriptiva y corte transversal, en asociaciones observacionales, muestreo de verosimilitud y conveniencia. Participaron 76 docentes entre las edades de 22 a la edad de 59 años. Utilizando un instrumento, en este caso el cuestionario de hábitos alimentarios validado (CPRC = 0,9223) a través de una prueba piloto, que además se realizó la medición antropométrica como tanto el peso, talla y PA. Dando como resultados que muestran que 23 (30,3%) docentes de primaria tienen hábitos alimentarios razonables y 53 docentes (69,7%) tienen hábitos alimentarios inadecuados. En conclusión, se consideró que No hubo relación entre el hábito alimentario y su estado de nutrición en términos de IMC ($p=0,299$) o circunferencia de la cintura. ($p=0,460$).

Teoría relacionada de enfermería en estilo de vida

Nola Pender nacida en la ciudad de Michigan, el 16/08/1941, fue la autora principal del Modelo de Promoción de la Salud, que se expresa en las conductas y el anhelo de poder alcanzar el bienestar y estado saludable de la persona o individuo, ella se interesó en poder crear un nuevo modelo de enfermería en el que se diera respuesta a su forma de como los seres humanos adoptan comportamientos y tomas de decisiones en cuidados de su salud. En los inicios del año 1996 Pender elaboro un instrumento de medición de Estilo de Vida, contando con 6 dimensiones, los cuales serían, nutrición, ejercicio y deporte, manejos del estrés, responsabilidades de la salud, relaciones inter-personales y autocuidado. (33)

La investigación realizada por Pender, sobre este nuevo modelo de la salud pudo ayudar al personal del área de salud a entender el desarrollo de salud-enfermedad de las personas. Las investigaciones examinan el esquema propuesto en el modelo para entender su utilidad en los cuidados de las personas. A través de esa investigación, se pudo evidenciar que los componentes están claramente descrito, lo que aparentemente facilita su uso, ya que todos los conceptos contenidos en el modelo de PDLs, son referidos en los estudios, sin embargo, siendo una base tan importante para el desarrollo, la autoeficacia del enfermero es más prevalente en enfermería e investigación, por lo que el Modelo de PDLs puede ser una

gran propuesta para implementar las implementaciones de enfermería con el contexto de la salud relacionada con el cambio de comportamientos saludables.

Por lo tanto, el modelo de salud de Pender, está basada en la enseñanza de la persona, sobre la forma de cuidarse y de poder llegar a tener una vida saludable. (31)

Estilos de vida:

Es una forma de vida que tiene la persona a lo largo de su vida. En su proceso de socializar, con relación a los padres, colegas, amistades y hermanos en diferentes contextos no fueron un tanto fijos y dependen de algunos cambios a lo largo del tiempo, que se muestran en los campos nutrición, desarrollo motor y responsabilidad en salud. Según la OMS los estilos de vidas saludables se definen como “la percepción en que el individuo lleva su vida personal, familiar, psicosocial, culturales y económicos, aspectos que hacen a cada persona diferente de las demás, de igual manera en inicios del año 2016- 2017 se reportaron 340.000000 millones de niños y adolescentes que estarían sufriendo de sobrepeso (4). Se debe mencionar también; que el EVS se enlaza con patrones de consumos de las personas que hacen alusión a la sana alimentación, al consumismo de tabaco, actividad física, actividad de recreación y ocio, consumo bebidas alcohólicas, sustancias nocivas o drogas etc. (14) (39)

Dimensión Estilos de Vida Saludables:

Alimentación: se define principalmente como el ingreso y aporte necesario de los alimentos al organismo del ser humano. Es un proceso mediante el cual consumimos una cantidad de sustancias, que contienen los alimentos y se componen en la dieta. Estos nutrientes alimenticios son muy importantes para complementar una buena nutrición, y alimentación muy alta en grasas saturadas, de altas calorías, con exceso de carbohidratos nos llevara a tener a futuro sobrepeso u obesidad, donde puede desencadenar en el futuro diversas enfermedades no transmisibles o crónicas. (39) (40)

Actividad física y deporte: La OMS define esta actividad física de deporte y ejercicio, como el movimiento del cuerpo en su totalidad, producida por los músculo-esqueléticos que requieren más energía que en reposo. El ejercicio es una función planificada, estructural y repetida, el movimiento estructura y corporal del cuerpo, es provocada por las acciones de los músculos, y del que se dirige a un principal gasto energético. (3)(4)

Estado Emocional: La emoción es la respuesta del cuerpo a un estímulo emocionalmente competente, es decir, un objeto o evento que tiene significado biológico. De manera similar, la OMS nos refiere que la salud mental es el estado de bienestar del cual la persona va desarrollando su potencial, afrontando las situaciones de la vida diaria, trabaja productivamente y contribuye a su comunidad. (3)(4)

Relaciones Sociales: Es la interacción de una persona o individuo con las personas que le rodean o en su entorno. Pueden ser personas cercanas a usted, como su familia, amigos y colegas, o personas más distantes, como personas que conoce por casualidad.

Consumo de Sustancias Nocivas (Toxicomanías): Según la OMS, las sustancias psico-activas son diferentes tipos de compuestos naturales o sintéticos que actuaran sobre el SNC, provocando cambios en las funciones de las áreas de pensamientos, en las emociones y comportamiento de individuo. (3)

Salud: El autocuidado es una función del regulador de la persona, el cual debe ser utilizado como persona de manera consciente para mantener un buen estado de salud, desarrollando bienestar, dando un sistema de acciones de una misma persona, incluida Dorothea Orem define la salud y el cuidado de sí mismo como la integridad física y funcional de la persona. (4)

Teoría relacionada en la promoción de la salud Albert Bandura

Nos refiere ser conscientes de conductas y actitudes que adquieren los niños y adultos van tomando de acuerdo a lo que van observando en

su crecimiento, independientemente de que dichas conductas sean tomadas como ejemplo, puesto que los seres humanos son capaces de imitar cualquier tipo de conductas que observan a su alrededor, como es en caso de los niños, donde observan la forma en cómo actúan sus padres y la toman o adaptan a su propio comportamiento, como lo es el de alimentarse, caminar, vestirse, sociabilizar y demás. El modelo de salud se basa en todas las actividades que se realizan para el desarrollo y crecimiento de los seres humanos, protegiendo su bienestar y sugiriendo integrar la enfermería en las ciencias del comportamiento humano que intervienen en los comportamientos de vida saludable. Por tal motivo Albert Bandura refiere que es conveniente que los seres humanos busquen juntarse de modelos aceptables en su entorno que los permitan mejorar sus valores, autoestima, habilidades sociales, ya que esto los ayudara a mejorar su calidad y estilo de vida, caso contrario si sugieren adoptar modelos negativos repercutirán en su calidad de vida a futuro. (32)

Estado nutricional:

Es decir, la distribución equitativa de nutrientes esenciales y el ingreso de absorción y uso de estos nutrientes alimenticios que se encuentran en los alimentos para que pueda determinar la condición del valor nutricional para los humanos, el peso entre la altura al cuadrado, luego el cambio en el IMC se obtiene al aumentar su edad y depende también del género de la persona. (15)

Dimensión de Estado Nutricional:

IMC: Según la OMS, refiere que el (IMC) es el único indicador de relación con el peso corporal, la altura que se usa a menudo para obtener resultados sobre su estado de sobrepeso, normal, delgado y obeso en adultos. El escritor Lambert Quetelet en 1832 dividió el peso de la persona en kilogramos con el cuadrado de altura, donde se producirá los resultados del estado nutricional de la persona. Asimismo, la OMS recomienda catalogar el estado nutrición de adolescentes < de 19 años según el IMC z-score. (34)

Valoración del estado nutricional:

Evalúa el estado de nutricio del individuo, evaluando sus necesidades y estimando los riesgos potenciales para con su salud. La valoración del estado de nutrición se basa en el examen antropométrico. Antropometría: A partir del análisis de un pequeño número de medidas corporales, los parámetros antropométricos más importantes en adolescentes o pre escolares son su peso y su talla. Estas medidas relativas son las más usadas (IMC). (15)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

El trabajo de estudio se realizó en el Colegio I.E.P Nuevo Pitágoras es de tipo básico ya que según Baena (2014), un estudio básico es la indagación de un problema, cuyo fin es la búsqueda de conocimiento. En tal sentido, el propósito de este estudio es adquirir nueva información para aumentar los saberes científicos.

En cuanto a nivel de investigación, según Siddharth (2018) el nivel correlacional determina si entre dos variables existe una relación. Así, la presente investigación medirá sus variables para establecer un grado de correlación.

Y se caracteriza por tener un diseño no experimental, pues como afirma Hernández et al. (2018) no se van a manipular variables ya sean por sus dificultades o por cuestiones éticas y el análisis del fenómeno será en su contexto actual. Es decir, se interpretarán los eventos de la realidad sin realizar modificación alguna.

De igual forma, el enfoque es cuantitativo, ya que según Sánchez (2019) menciona que para este enfoque se debe crear un problema de estudio delimitado y concreto, ya que es objetivo, secuencial y probatorio. Así, se pretende definir y poder predecir los fenómenos investigados utilizando tanto la lógica como el razonamiento deductivo.

3.2. Variable y Operacionalización

Variable Independiente 1: Estilo de Vida Saludable

Variable Dependiente 2: Estado Nutricional

3.3. Población

Población Muestral

Se le define como un grupo de personas en su totalidad del fenómeno a

estudiar, donde tengan caracteres en común que pertenecen al mismo ámbito donde se desarrollara la investigación (Condori O. P, 2020). Para la investigación se tomó una población del 100 % que consta de 58 estudiantes de ambos géneros, cursando los grados de 4° y 5° de nivel secundaria del colegio “Nuevo Pitágoras”, ubicándose en la ciudad de Lima, distrito SJL.

Criterio de Inclusión:

- Serán escolares de 4° y 5° de nivel secundario, ambos sexos, pertenecientes al Colegio I.E.P Nuevo Pitágoras, durante el año académico 2024.
- Estudiantes que acepten manera voluntaria su participación y/o con el consentimiento o permiso de sus padres.

Criterio de Exclusión:

- Estudiantes que no tengan los permisos de sus padres o apoderado para la entrega del cuestionario.
- Estudiantes que no se encuentren asistiendo para la evaluación de la encuesta.

Unidad de análisis:

Los 58 estudiantes de 4°to y 5°to de nivel secundario del colegio Nuevo Pitágoras, en el periodo 2024.

3.4. Técnica e instrumento de recolección de datos

Para la recopilación de datos para esta investigación fueron:

Técnica: Encuesta

Se utilizará el método de la Encuesta, con el cual se recolectará datos e información a través de un cuestionario, que constará de un grupo de preguntas escritas y también la observación. Para esta investigación se utilizará el cuestionario de Bazán Riverón G.E y Cols, llamada escala

sobre estilo de vida para adolescentes (22) (21).

Instrumento: Cuestionario

El instrumento tiene como fin la de recolectar datos, mediante este cuestionario se medirá las actitudes en escala de tipo Likert (22). El cuestionario que se utilizara para esta investigación constara de un total de 40 preguntas de estilo de vida, divididas en 6 dimensiones, las cuales son: Primera dimensión Alimentación (10 preguntas), Segunda dimensión Actividad física (5 preguntas), Tercera dimensión Estado emocional (8 preguntas), Cuarta dimensión Relaciones sociales (5 preguntas), Quinta dimensión Sustancias Nocivas y Toxicomanías (4 preguntas), Sexta dimensión Salud (8 preguntas).

Todos los resultados corresponderán a la escala tipo Likert, contando con una calificación:

- Siempre = 5 puntos
- Casi siempre= 4 punto
- A veces = 3 puntos
- Casi nunca = 2 puntos
- Nunca = 1 puntos

Estado Nutricional: Se registrará mediante la observación y se medirá el peso y talla del estudiante, buscando obtener un diagnóstico con su IMC.

Validez

Según López (2019) la validez es el grado en el que el instrumento medirá lo que debe medir. (24) Por ello, el instrumento de estilo de vida en adolescentes, fue validado a través de una prueba piloto con 20 estudiantes y paso la confiabilidad por los autores peruanos Bacilio Olga y Rojas Andrea (2021). (25) utilizando el Alpha de Cronbach, el cual sugiere que cuando es igual o mayor a 0,8 se tiene una confiabilidad aceptable o buena, en este caso el instrumento obtuvo un valor de 0,809 lo cual indica que es aceptable y garantizaría la fiabilidad del instrumento.

Tabla de confiabilidad

Confiabilidad del instrumento:

Alfa de Cron Bach.	N° de elementos.
0,809	40

3.5. Procedimientos

De igual manera se realizarán los siguientes procedimientos para la recopilación de datos:

- Estudio aprobado por la Escuela de Enfermería de la Facultad de la Salud de la UCV.
- Se pedirá el consentimiento de cada uno de los escolares de 4° y 5° de nivel secundario seleccionados para la encuesta.
- Se explicará a los estudiantes la forma de resolver la encuesta.
- Para la evaluación antropométrica se medirán el peso utilizando la balanza digital con una capacidad de 150 kg y la talla se medirá a través del tallímetro portátil con un rango de 20 a 205 cm, a los estudiantes a evaluar.
- Se procesarán los datos obtenidos.
- Se procesarán estos resultados de manera estadística.

3.6. Método de Análisis de datos

El proceso y análisis de los datos se llevarán a cabo mediante el uso de la informática, donde se elaboró una base de datos en Excel y un programa SPSS. Los resultados obtenidos se mostrarán en tablas cruzadas y gráficos,

para después ser pasados a Word y ser analizados y proceder a interpretarlos.

Para los análisis estadísticos se utilizará el SPSS mediante el cual se aplicará el método de coeficiente de **RHO SPEARMAN**, el cual nos ayudará a verificar la asociación con las variables dadas y ver su correlación entre las dos variables, mediante una tabla con interpretación.

3.7. Aspectos Éticos

En este trabajo de investigación se tomará como principales aspectos éticos de Helsinki (23), en especial el principio básico del respeto por las personas y la de proteger su bienestar, salud personal y derechos del individuo, de igual manera protegiendo su integridad y resguardar dando su identidad e intimidad de la persona, teniendo como confidencialidad la información dada por los estudiantes a través del consentimiento de la institución y el de los padres de los estudiantes.

- **Principio de Autonomía:**

Se solicitará un consentimiento a los padres de familia o apoderado, de parte del investigador Profesional de Enfermería, para poder participar en el proyecto de investigación, manteniendo la intimidad y resguardo a la seguridad de los datos dados por los estudiantes.

- **Principio de beneficencia:**

Asimismo, con los resultados encontrado en la investigación, se buscará crear beneficios para la población a estudiar, con el objetivo poder aportar conocimiento sobre su situación actual, y siempre manteniendo su privacidad.

- **Principio no Maleficencia:**

En este estudio de investigación no causara ningún daño físico, psicológico o mental para los estudiantes que serán evaluados para este estudio.

- **Principio de Justicia:**

Los estudiantes seleccionados para el estudio no serán excluidos ni por su raza o su sexo, su situación económica u otros motivos personales, serán aceptados de acuerdo al criterio de inclusión.

IV. RESULTADOS

Variable 1: Estilo de vida saludable

Tabla 1: Nivel de la variable estilos de vida

	Frecuencias	Porcentajes
No saludables	51	87,9
Saludables	7	12,1
Total	58	100,0

Fuente: Data de las encuestas.

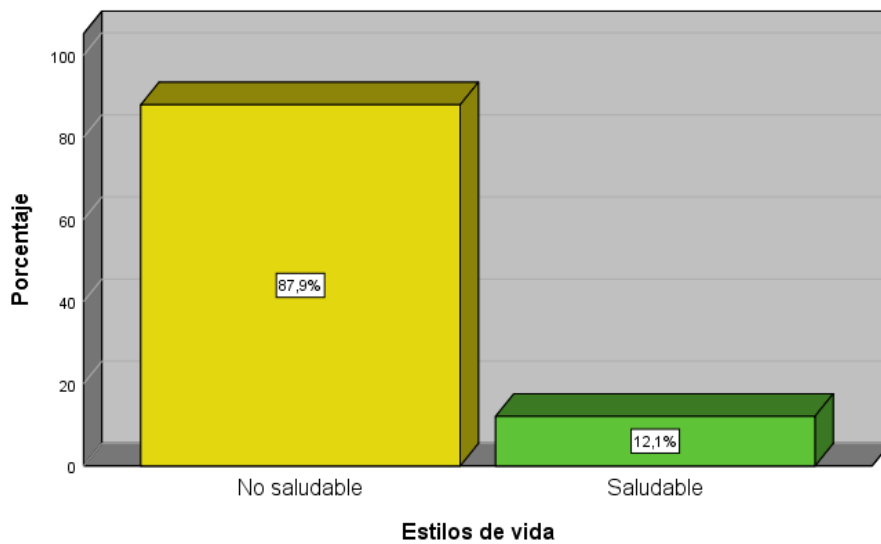


Figura 1: Nivel de la variable estilos de vida

Interpretación:

De los resultados conseguidos se evidencia que del total de estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras de SJL, el 87,9% presentan estilos de vida no-saludable, a diferencia del 12,1% presentó estilos de vida si-saludable.

Variable 2: Estado nutricional

Tabla 2: Nivel de la variable estado nutricional

	Frecuencias	Porcentajes
Delgadez	8	13,8
Normal	40	69,0
Sobrepeso	9	15,5
Obesidad	1	1,7
Totales	58	100,0

Fuentes: Data de la encuesta.

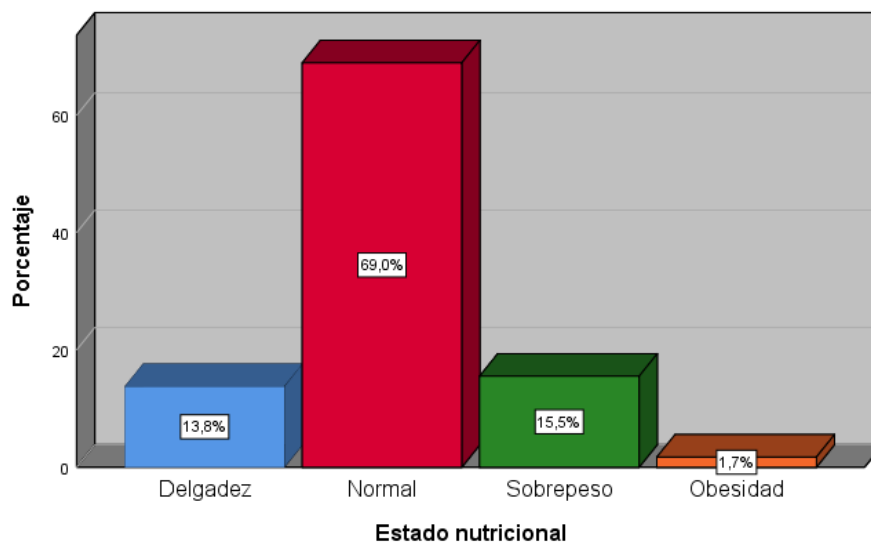


Figura 2: Nivel de la variable estado nutricional

Interpretación:

De los resultados conseguidos para el estado nutricional se observa que el 69,0% en los estudiantes tienen un estado nutricional normal, el 15,5% se encontraría con estado de sobrepeso, el 13,8% con delgadez y el 1,7% de los estudiantes encuestados se encuentra con obesidad.

Tabla cruzada entre variables y dimensiones

Tabla 3: Nivel de las variables estilos de vida y estado nutricional

			Estado nutricional				Total
			Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad	
Estilos de vida	No saludable	Recuento	8	34	8	1	51
		% del total	13,8%	58,6%	13,8%	1,7%	87,9%
	Saludable	Recuento	0	6	1	0	7
		% del total	0,0%	10,3%	1,7%	0,0%	12,1%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de las encuestas.

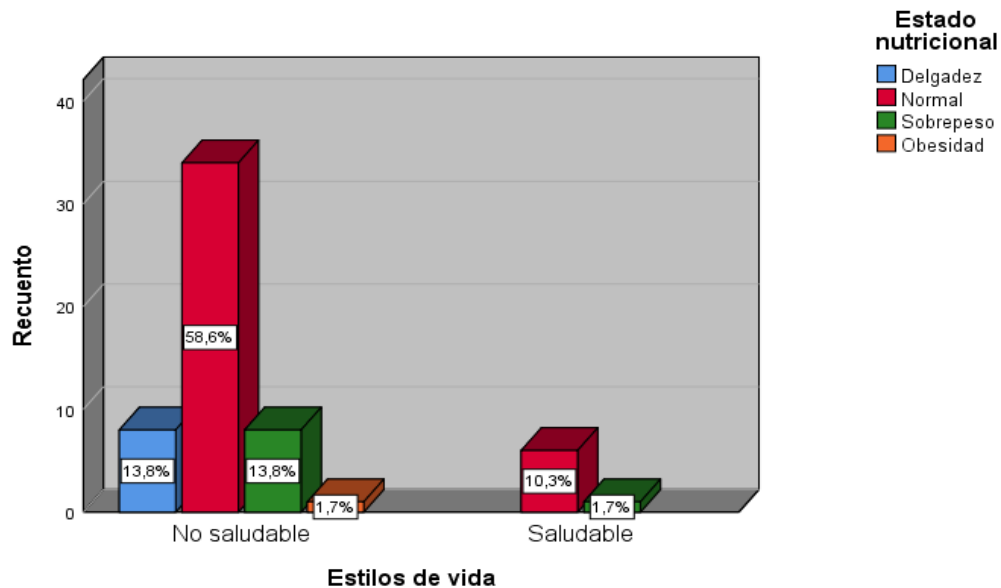


Figura 3: Nivel de las variables estilos de vida y estado nutricional

De los resultados conseguidos se observan que, del grupo de estudiantes que presentaron estilos de vida no-saludable, en cambio el 58,6% tuvo un estado de nutricio normal, el 13,6% un estado de nutrición de delgadez y de sobrepeso en ambos casos y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto a estilos de vida saludable, el 10,3% se encontraba con estado de nutrición normal y el 1,7% con estado nutricional en sobrepeso.

Tabla 4: Nivel de la dimensión alimentación y la variable estado nutricional

		Estados nutricionales				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Alimentación	No saludable	Recuento	3	16	5	1	25
		% del total	5,2%	27,6%	8,6%	1,7%	43,1%
	Saludable	Recuento	5	24	4	0	33
		% del total	8,6%	41,4%	6,9%	0,0%	56,9%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

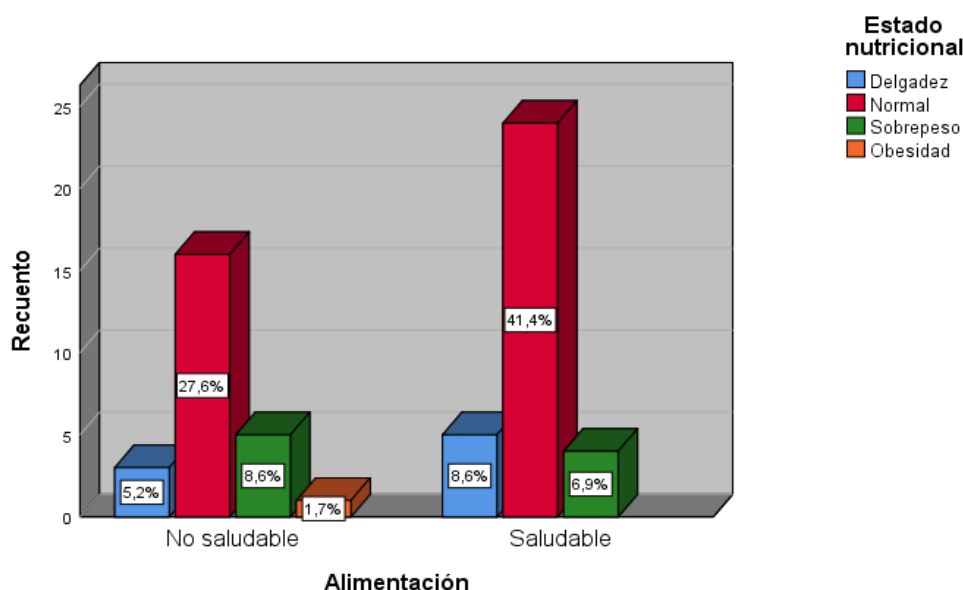


Figura 4: Nivel de la dimensión alimentación y la variable estado nutricional

Se observa como resultados encontrados que, del grupo de estudiantes que presentaron un estilo de vida poco saludable, el 27,6% tuvo un estado de nutrición normal, el 8,6% un estado nutricional de sobrepeso, 5,2% un estado de delgadez y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al estilo de alimentación, el 41,4% se encontró con estado de nutrición normales, 6,9% con estado nutricional de sobrepesos y el 8,6% con estado nutricional en sobrepeso.

Tabla 5: Nivel de la dimensión actividad física y la variable estado nutricional

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Actividad física	No saludable	Recuento	6	26	7	1	40
		% del total	10,3%	44,8%	12,1%	1,7%	69,0%
	Saludable	Recuento	2	14	2	0	18
		% del total	3,4%	24,1%	3,4%	0,0%	31,0%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

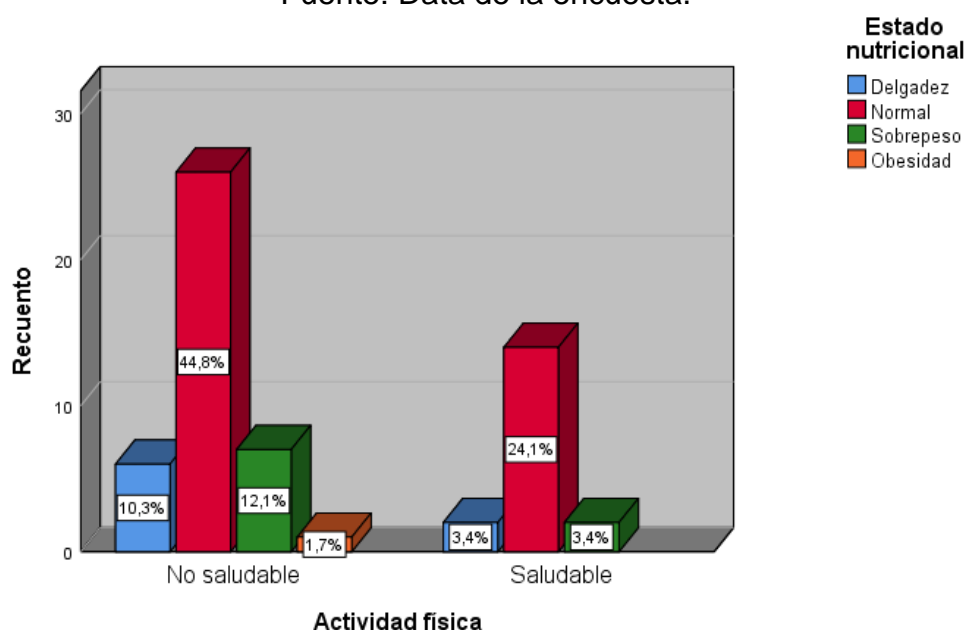


Figura 5: Nivel de la dimensión actividad física y la variable estado nutricional

De los resultados conseguidos se encontró que, del grupo de estudiantes presentaron un EVS no-saludable, en cambio el 44,8% tuvo un estado de nutrición normal, el 12,1% estado nutricional de sobrepeso, 10,3% un estado de delgadez y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al EVS, el 24,1% se encontró con estado de nutrición normales, el 3,4% con estado de nutrición de delgadez y sobrepeso.

Tabla 6: Nivel de la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Estado emocional	No saludable	Recuento	4	20	5	1	30
		% del total	6,9%	34,5%	8,6%	1,7%	51,7%
	Saludable	Recuento	4	20	4	0	28
		% del total	6,9%	34,5%	6,9%	0,0%	48,3%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

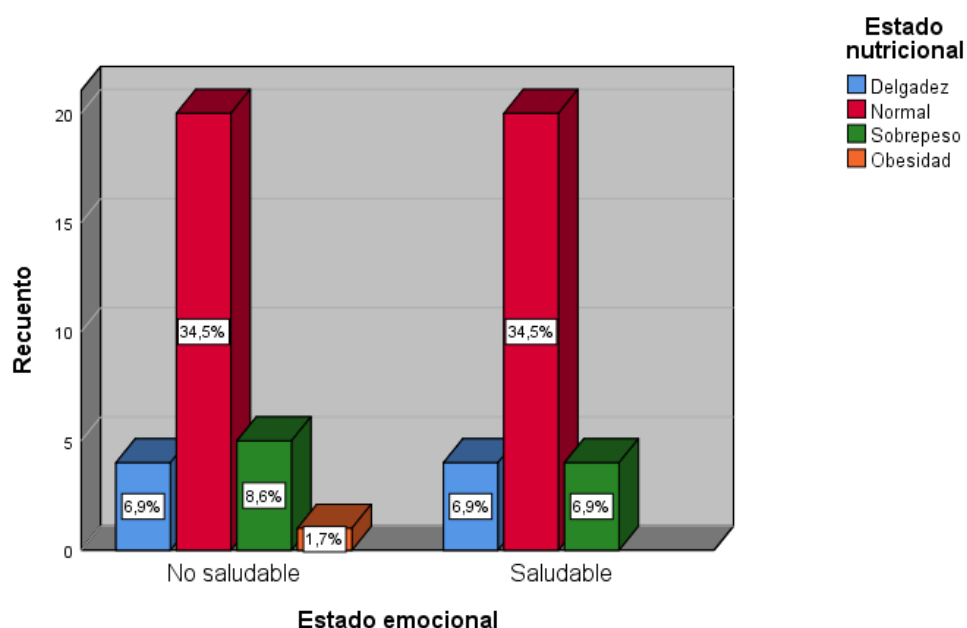


Figura 6: Nivel de la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional

De los resultados conseguidos se encontró como resultados que del grupo de estudiantes que presentaron EV no-saludable, 34,5% tuvo un estado de nutrición normal, el 8,6% un estado nutricional de sobrepeso, 6,9% un estado de delgadez y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al EVS, 34,5% se encontraba con estado de nutrición normal, 6,9% con estado nutricional de delgadez y sobrepeso.

Tabla 7: Nivel de la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Relaciones sociales	No saludable	Recuento	2	19	3	0	24
		% del total	3,4%	32,8%	5,2%	0,0%	41,4%
	Saludable	Recuento	6	21	6	1	34
		% del total	10,3%	36,2%	10,3%	1,7%	58,6%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

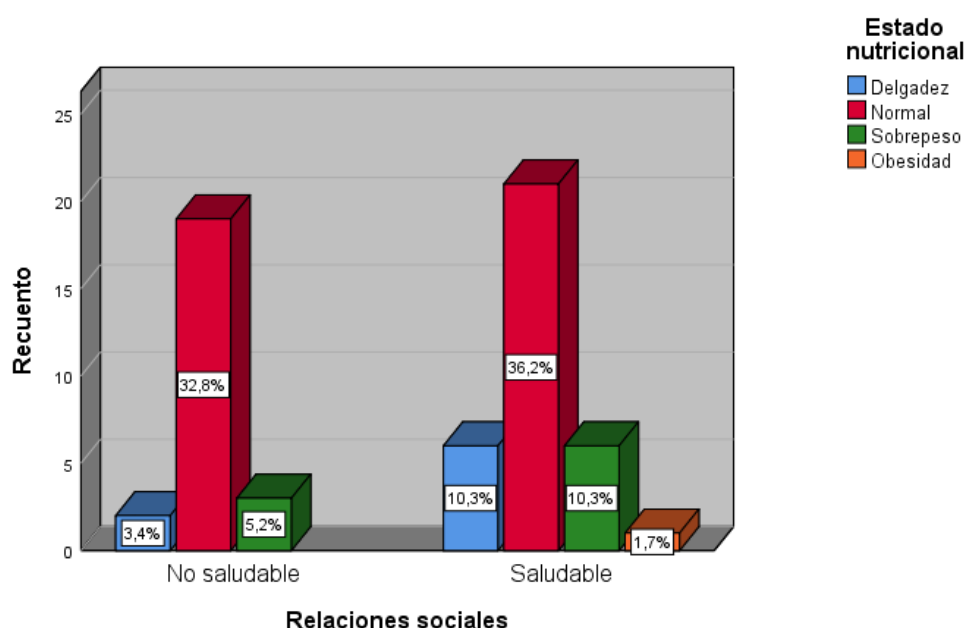


Figura 7: Nivel de la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional

De los resultados conseguidos se encontró que, del grupo de estudiantes que presentaron un EV no-saludable, 32,8% tuvo un estado de nutrición normal, 5,2% estado de nutrición de sobrepeso y el 3,4% un estado de delgadez. En cuanto al estado de vida saludable, 36,2% se encontró con estado de nutrición normal, el 10,3% un estado nutricional de delgadez y sobrepeso y el 1,7% con estado nutricional de sobrepeso.

Tabla 8: Nivel de la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Toxicomanías	No saludable	Recuento	6	37	7	1	51
		% del total	10,3%	63,8%	12,1%	1,7%	87,9%
	Saludable	Recuento	2	3	2	0	7
		% del total	3,4%	5,2%	3,4%	0,0%	12,1%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

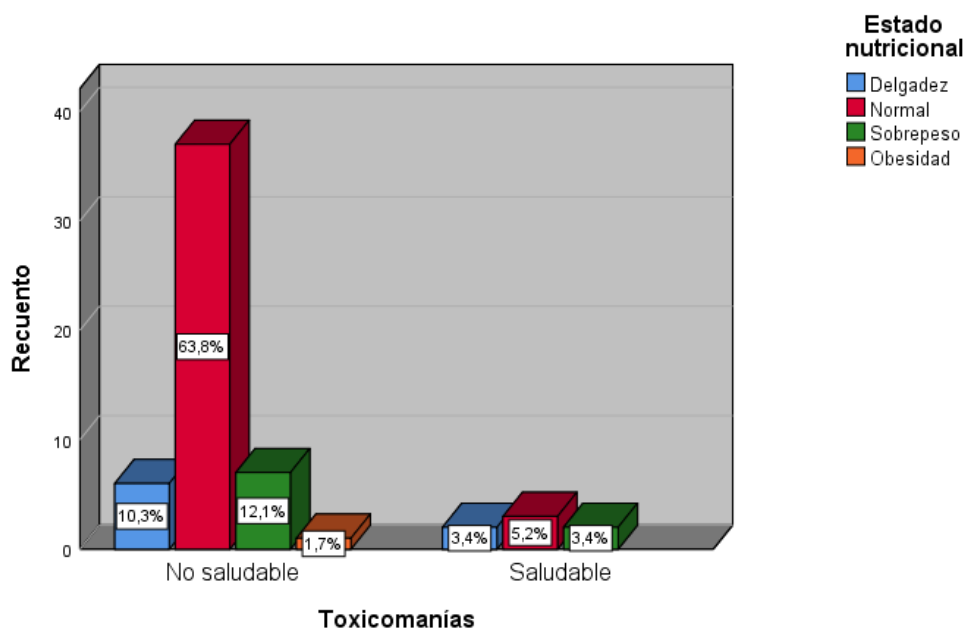


Figura 8: Nivel de la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional

De los resultados conseguidos se encontró que, del grupo de los estudiantes que presentaron EV no-saludable, 63,8% tuvo un estado de nutrición normal, el 12,1% un estado nutricional de sobrepeso en ambos casos y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al estado de vida saludable, 5,2% tiene estado de nutrición normal y el 3,4% con estado de nutrición de delgadez y sobrepeso.

Tabla 9: Nivel de la dimensión salud y la variable estado nutricional

		Estado nutricional				Total	
		Delgadez	Normal	Sobrepeso	Obesidad		
Salud	No saludable	Recuento	7	37	8	1	53
		% del total	12,1%	63,8%	13,8%	1,7%	91,4%
	Saludable	Recuento	1	3	1	0	5
		% del total	1,7%	5,2%	1,7%	0,0%	8,6%
Totales		Recuento	8	40	9	1	58
		% del total	13,8%	69,0%	15,5%	1,7%	100,0%

Fuente: Data de la encuesta.

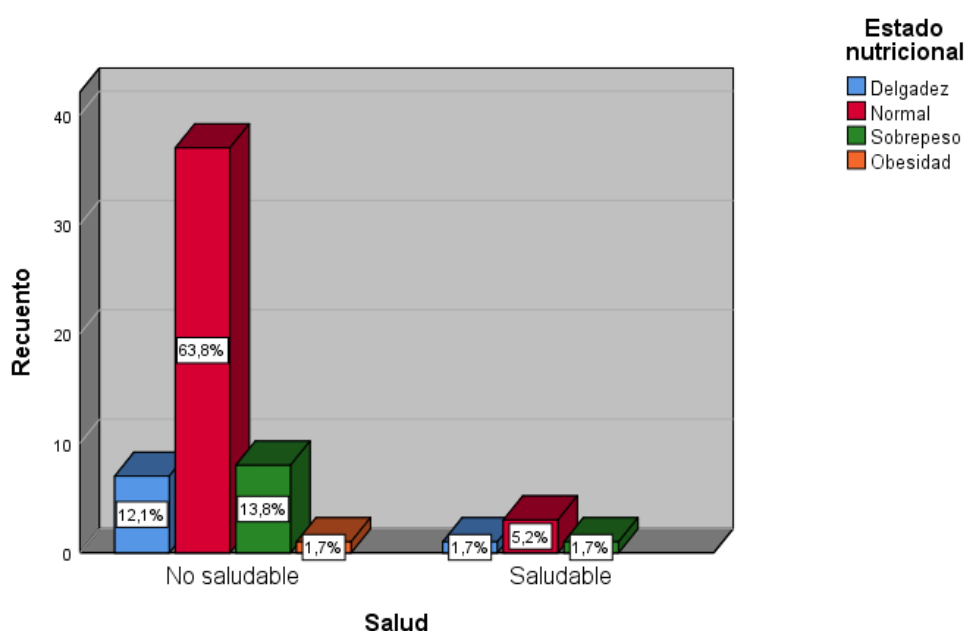


Figura 9: Nivel de la dimensión salud y la variable estado nutricional

De los resultados conseguidos se encontraron que, del grupo de los estudiantes que presentaron un EV no-saludable, 63,8% tuvo estado de nutrición normales, 13,8% un estado nutricional de obesidad, 12,1% un estado nutricional de delgadez y el 1,7% de los estudiantes se encontraban con obesidad. En cuanto al estado de vida si-saludable, 5,2% se encontró con estado de nutrición normal y el 1,7% con estado nutricional de delgadez y sobrepeso.

Hipótesis general

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Estadístico: Rho de Spearman

Tabla 10: Correlaciones entre las variables estilos de vida y estado nutricional

		Estilos de vida	Estado nutricional
Rho de Spearman	Estilos de vida		
	Coeficiente de correlación	1,000	,650
	Sig. (bilateral)		,003
	N	58	58
Estado nutricional	Estados de vida		
	Coeficiente de correlación	,650	1,000
	Sig. (bilateral)	,003	
	N	58	58

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla10: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa con estilos de vida y el estado nutricional de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,650 el cual indicaría una correlación moderada.

Hipótesis específicas:

Hipótesis específicas 1

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Estadístico: Rho de Spearman

Tabla 11: Correlaciones entre la dimensión alimentación y la variable estado nutricional

		Alimentación	Estado nutricional
Rho de Spearman	Alimentación		
		Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,557
		N	58
	Estado nutricional		
		Coefficiente de correlación	,557
	Sig. (bilateral)	,027	
	N	58	
		58	58

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla11: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa entre la dimensión alimentación y el estado de nutrición de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,557 el cual indicaría una correlación moderada y positiva.

Hipótesis específica 2

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Tabla 12: Correlaciones entre la dimensión estado emocional y la variable estado nutricional

		Estado emocional	Estado nutricional
Rho de Spearman	Estado emocional		
		Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,332
		N	58
	Estado nutricional		
		Coefficiente de correlación	,332
	Sig. (bilateral)	,008	
	N	58	
		58	58

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla12: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa entre la dimensión estado emocional y el estado de nutrición de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,332 el cual indicaría una correlación moderada y positiva.

Hipótesis específica 3

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Tabla 13: Correlaciones entre la dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional

			Relaciones sociales	Estado nutricional
Rho de Spearman	Relaciones sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,344
		Sig. (bilateral)		,033
	Estado nutricional	N	58	58
		Coeficiente de correlación	,344	1,000
		Sig. (bilateral)	,033	
		N	58	58

** La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla13: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa entre la dimensión relaciones sociales y el estado de nutrición de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,344 el cual indicaría una correlación moderada y positiva.

Hipótesis específica 4

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Tabla 14: Correlaciones entre la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional

		Toxicomanías	Estado nutricional	
Rho de Spearman	Toxicomanías	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,551	
		N	58	
	Estado nutricional	Coeficiente de correlación	,551	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	
		N	58	58

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla14: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa entre la dimensión toxicomanías y el estado de nutrición de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,551 el cual indicaría una correlación moderada y positiva.

Hipótesis específica 5

Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Estadístico: Rho de Spearman

Tabla 15: Correlaciones entre la dimensión salud y la variable estado nutricional

		Salud	Estado nutricional	
Rho de Spearman	Salud	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,319	
		N	58	
	Estado nutricional	Coeficiente de correlación	,319	1,000
		Sig. (bilateral)	,004	
		N	58	58

** . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla15: De los resultados conseguidos se observa los análisis estadísticos, existiendo una relación significativa entre la dimensión salud y el estado de nutrición de los estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras de SJL, con un coefic. de correlación de 0,319 el cual indicaría una correlación moderada y positivo.

V. DISCUSIÓN

En los resultados encontrado en este estudio que se realizó en el colegio Nuevo Pitágoras se determinó que, si existe relación un tanto significativa entre la variable estilo de vida saludable y estado nutricional, mediante el coefic. de rho Spearman, teniendo un nivel de sig. Bilateral de 0,03, desestimando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna de las dos variables mencionas de los estudiantes, dando como resultado general que el 87,9 % de los estudiantes tienen un EV no-saludable y 12,1% de los escolares tiene un EVS, así mismo se evidencio que 13,8% de los escolares tienen un estado de nutrición de delgadez, 69,0 % estado normal, 15,5 % estado de sobrepeso y 1,7 % estado de obesidad. Estos resultados encontrados se relacionarían con los del autor Amau J, (2021) en su investigación realizada, concluyo que existía relación entre la variable estilos de vida y estado nutricional en el personal médico militar encuestado, determinado por el IMC y la PA, esto se evidencio porque se relacionó entre EV no-saludable y el IMC. Por otra parte, el autor Serrano R, (2018) En su estudio realizado, se evidenció que, si existiría una correlación un tanto significativa entre sus variables estilo de vida y estado nutricional, ya que se tuvo como resultado que el 68,85% del personal estudiado en esta investigación tienen un EV poco saludable, con 31,05 % es inferior al % del estilo de vida si-saludable, dando una similitud en resultados obtenido en esta investigación. Así mismo el autor Calderón A, et. al (2019). Con su estudio realizado, tuvo como resultados que el 8,51% tenían bajo peso, 19,70% sobrepeso y 7,53% obesidad. La baja actividad física conduce a los altos niveles en sobrepeso y obesidades de tipo I o II en la comunidad estudiada.

Morí (2016), con su investigación realizada, tuvo como resultados similares a esta investigación con su variable de estilos de vida donde tuvo como resultado en los estudiantes, se predomina como estilo de vida poco saludable (91,0%) seguido con estilo de vida saludable (9,0%), observándose también en otra variable del estado nutricional, predominando- estándar al 45%, luego sobrepeso al 35% y bajo peso al

25%. Concluyendo que los EV en los escolares serian poco saludable. Esto llevo a que no estén física y mentalmente sanos y no se desarrollen adecuadamente en las actividades físicas. Así mismo se encontró una investigación contraria a los resultados, del autor José L, (2019) en su estudio realizado “Hábitos alimentarios y estado nutricional por antropometría en docentes de colegios educativas estatales, SJL”, concluyeron que no existiría una relación entre su **dimensión hábitos alimenticios** y estado nutricional en términos de IMC, ya que muestran que el (30,3%) docentes de primaria tienen hábitos alimentarios razonables y 53 docentes (69,7%) tienen hábitos alimentarios inadecuados. En efecto se evidencio en estas investigaciones y por los autores mencionados que, efectivamente si existe correlación tanto significativa y moderada entre los EVS y la variable estado nutricional, dando también como evidencia que las personas estudiadas en estas investigaciones tienen un EV poco saludables y un estado de nutrición moderada que lo evidencia. Afirmando que los estilos de vida que cada persona lleva en su vida es una parte fundamental para tener un buen estado de nutrición.

VI. CONCLUSIONES

Primero: Se concluye en que, si existe relación significativa entre los EVS y el estado nutricional de los escolares, ya que su valor de su correlación entre sus dos variables tiene como resultado de 0,650 el cual nos indicaría una correlación moderada y positiva, con un $p = 0.027 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Segundo: se concluye en que, si existe relación significativa entre la dimensión alimentación y estado nutricional de los escolares, ya que su valor de su correlación entre la dimensión alimentación y variables estado de nutrición tiene como resultado de 0,557 el cual nos indicaría una correlación moderada y positiva, y un $p = 0.027 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Tercero: se concluye en que, si existe relación significativa entre dimensión estado emocional y la variable estado nutricional de los estudiantes, ya que su valor de su correlación entre el estado emocional y estado de nutrición tiene como resultado da 0,332 el cual nos indicaría una correlación moderada y positiva, con un $p = 0.008 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Cuarto: se concluye en que, si existe una relación significativa entre dimensión relaciones sociales y la variable estado nutricional en los escolares, ya que su valor de su correlación entre relaciones sociales y estado de nutrición da 0,344 lo cual nos indicaría una moderada y positiva, con un $p = 0.033 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Quinto: se concluye que, si existe una relación significativa entre la dimensión toxicomanías y la variable estado nutricional en los escolares, ya que su valor de su correlación entre toxicomanías y estado de nutrición da 0,551 lo cual nos indicaría una correlación moderada y positiva, con un $p = 0.02 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Sexto: se concluye que, si existe relación significativa entre la dimensión salud y la variable estado nutricional en los escolares, ya que su valor de su correlación entre salud y estado de nutrición da 0,319 lo cual nos indicaría una correlación moderada y positiva, con un $p = 0.04 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

Séptimo: se concluye que, si existe relación significativa entre la dimensión actividad física y la variable estado nutricional en los escolares, ya que su valor de su correlación entre actividad física y el estado de nutrición da 0,319 el cual indica una correlación moderada y positiva, con un $p = 0.04 < 0.05$, dando aceptación a la hipótesis del investigador.

VII. RECOMENDACIONES

Primero: se recomendaría a los padres de la institución donde se realizó el estudio, incentivar a sus hijos a poder llevar un buen EVS, a cambiar su forma de alimentarse, ejercitarse y sociabilizar más con sus familiares ya que todo influye en su estado nutricional viéndose reflejado en su estado nutricional.

Segundo: Así mismo se recomienda a la institución educativa poder incentivar a los padres de familia con charlas o sesiones educativas para fortalecer lazos más fuertes con sus hijos y demostrar un gran cambio positivo para ellos en su estilo de vida.

Tercero: Solicitar a la institución educativa más concientización sobre las actividades físicas con los estudiantes en las horas de actividades físicas y deporte.

Cuarto: A la institución educativa, pedir trabajar en conjunto con instituciones de centros de salud y convocar a sesiones educativas.

REFERENCIAS

1. Hernando A, Oliva A, Ángel M. (2013) Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes. *Psychosocial Intervention*. 2013; 22 (1): 15-23. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-05592013000100003
2. Díaz M, Belén M, Torres A. (2015) Estilos de vida y autoimagen en estudiantes de colegios oficiales de chía, Cundinamarca. *Pediatría*. 2015; 48: 5-20. <https://www.elsevier.es/es-revista-pediatria-213-articulo-estilos-vida-autoimagen-estudiantes-colegios-S012049121500004X>
3. Organización Mundial de la Salud. (2022), Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles 2019. Génova; 2019. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
4. Organización Mundial de la Salud. (2018) Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud 2018. Ginebra, Suiza: OMS; 2018. Disponible en: https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf.
5. López M, Rivero E. (2019) Hábitos de vida y Estado nutricional en escolares de 8 a 12 años de la Institución educativa N 3019 del RÍMAC. [Online]; 2017. Acceso 17 de octubre de 2019. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1677/TITULO%20%20Rivero%20Moreno%2C%20Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
6. Matute D, Tixi L. (2019) Nutritional status and lifestyle in school children. [Online]; 2019. Acceso 17 de octubre de 2019. Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/32571/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>.
7. Organización Panamericana de la Salud. (2023) Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable.2023. <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>.
8. Madden A, Smith S. (2016) Body composition and morphological assessment of nutritional status in adults: a review of anthropometric variables. *J Hum Nutr Diet* 2016;29:7-25. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000600001.

9. Heinz W, Nonato N, Angélica L, Zamudio G, Alejandro A, Jala T. (2021) "LA RELACIÓN DE LA ANEMIA FERROPÉNICA. 20-feb-2021 <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/770>.
10. Burga D, Sandoval J, & Campos Y. (2018). Estilos de vida de las adolescentes de una Institución Educativa de Chiclayo. *ACC CIETNA: Revista De La Escuela De Enfermería*, 3(2), 29-39. <https://doi.org/10.35383/cietna.v3i>.
11. Licapa J, (2019). Hábitos alimentarios y estado nutricional por antropometría en docentes del nivel primario en instituciones educativas estatales, San Juan de Lurigancho [Tesis]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Nutrición, Escuela Profesional de Nutrición; 2019. https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11820/Licapa_jl.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Calderón, A. et al, (2019) Valoración del estado nutricional y de hábitos y preferencias alimentarias en una población infanto-juvenil (7 a 16 años) de la Comunidad de Madrid. *Nutrición hospitalaria*. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000200394.
13. Ugarte, C. (2019) Obesidad y trastornos de la conducta alimentaria: un análisis desde las funciones ejecutivas. *Revista de Psicoterapia*. 61-78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6909135>
14. Muñante, M, (2019) Estilos de vida y su relación con la condición de salud en el personal de enfermería del Hospital Antonio Skrabonja Antoncich-EsSalud, Pisco-Ica, 2019. Muñante Pisconte, M. L. 2019. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3339/TESIS%20Mu%C3%B1ante%20Mery.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
15. Itusaca G, (2018) Estilos de vida saludables y su Relación con el estado nutricional de los trabajadores del Centro de Salud de Maras, del distrito de Maras, provincia de Urubamba Cusco, 2018. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/34442/ITUSACA_QG.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
16. Mera D, (2019) Lifestyles and their relationship with nutritional status in students of the Marcial Acharan and Smith Educational Institution - Trujillo, 2019. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36207/mera_vd.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

17. Rojas E, Tarazona S. (2022) Estado nutricional y estilo de vida en adolescentes de una institución educativa privada, Lima – 2022. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/102541>.
18. Jiménez, Y. (2018). Relación entre el estado de nutrición y el nivel de riesgo de estilo de vida en adolescentes de quinto de secundaria del distrito de Chorrillos. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNIF_3c827f3f8b75eb6d079b4d32c500b796.
19. Lema V, et al. (2021) Nutritional status and lifestyle in schoolchildren. A look from public and private educational units. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, vol. 40, núm. 4, 2021 Sociedad Venezolana de Farmacología Clínica y Terapéutica. <https://www.redalyc.org/journal/559/55971452003/55971452003.pdf>.
20. Validación de una escala sobre estilo de vida para adolescentes mexicanos. Bazán-Riverón, G. E., y otros. 2019, Revista mexicana de pediatría, págs. 112-118. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmp/v86n3/0035-0052-rmp-86-03-112.pdf>.
21. Ríos R, Reger R. (2017) Metodología para la investigación y redacción. Málaga, España: Servicios Académicos Intercontinentales S.L., 2017. <https://www.eumed.net/libros-gratis/2017/1662/1662.pdf>.
22. Condori, P (2020). Universo, población y muestra. Curso Taller. Revista ConCiencia EPG, 5(1), 26-37. : <https://www.aacademica.org/cporfirio/18>.
23. López R, Lalangui J, Maldonado A. (2019) Validación de un instrumento sobre los destinos turísticos para determinar las potencialidades turísticas en la provincia de El Oro, Ecuador. Universidad y Sociedad. 2019;11(2):3-10. Acceso: 25/02/2019. Disponible en: <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/1197/1245>
24. Bacilio, O, Rojas, A (2021) Estilo de Vida y Estado Nutricional en Adolescentes de la Institución Educativa José Ingenieros, Huancayo 2021. <https://repositorio.uncp.edu.pe/handle/20.500.12894/7982>.
25. Bueno M, Sarría A, Moreno L. (2019) Alimentación y nutrición. [Online]; 2019. Acceso 19 de octubre de 2019. Disponible en: http://www.alimentacionynutricion.org/es/index.php?mod=content_detail&id=114.
26. Organización Mundial de la Salud. (2018) Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud 2018. Ginebra, Suiza: OMS; 2018. Disponible en: https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf.

27. López M, Rivero E. (2019) Hábitos de vida y Estado nutricional en escolares de 8 a 12 años de la Institución educativa N 3019 del RÍMAC. [Online]; 2017. Acceso 17 de octubre de 2019. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1677/TITULO%20%20Rivero%20Moreno%2C%20Elizabeth.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
28. Matute D, Tixi L. (2019) Nutritional status and lifestyle in school children. [Online]; 2019. Acceso 17 de octubre de 2019. Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/32571/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>.
29. Organización Panamericana de la Salud. (2023) Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable.2023. <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>.
30. Quispe, B (2020) Lifestyle and its correlation with BMI in 2nd-year-students of the Community the University of the Informatics Sciences. OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma. Vol.15 No.50, julio - septiembre 2018. ISSN: 1817- 9088. RNPS: 2067. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6578677.pdf>.
31. Feather NT. (1982) Expectations and actions: Expectancy-value models in psychology. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. 1982. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003.
32. Jara, M, Olivera, M, Yerrén, E. (2018). Teoría de la personalidad según Albert Bandura. Revista JANG, 7(2), 22-35. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/jang/article/view/1510>.
33. Nursing Intervention Model in the “Promotion of Breastfeeding” under the reflection of Nola Pender's theory. Torres, T. L. y Maldonado-Venus, M. 2019. <https://www.scielo.br/j/reben/a/3q4xxH7VBQhg37bRT4ZZP3y/?form>
34. Okunogbe et al., “Economic Impacts of Overweight and Obesity.” 2ª edición con estimaciones para 161 países. Federación Mundial de la Obesidad, 2022. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

35. Matute D, Tixi L. Nutritional status and lifestyle in school children. [Online]; 2019. Acceso 17 de octubre de 2019. Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/32571/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>.
36. Organización Panamericana de la Salud. Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable. 2023. <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>.
37. Madden AM, Smith S. Body composition and morphological assessment of nutritional status in adults: a review of anthropometric variables. *J Hum Nutr Diet* 2016;29:7-25. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112018000600001
38. Heinz W, Nonato N, Angélica L, Zamudio G, Alejandro A, Jala T. "LA RELACIÓN DE LA ANEMIA FERROPÉNICA. 20-feb-2021 <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/handle/autonmadeica/770>.
39. Burga D, Sandoval J, & Campos Y. (2018). Estilos de vida de las adolescentes de una Institución Educativa de Chiclayo. *ACC CIETNA: Revista De La Escuela De Enfermería*, 3(2), 29-39. <https://doi.org/10.35383/cietna.v3i>.
40. Estilos de vida y su relación con la condición de salud en el personal de enfermería del Hospital Antonio Skrabonja Antoncich-EsSalud, Pisco-Ica, 2019. Muñante Pisconte, M. L. 2019. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/3339/TESES%20Mu%C3%B1ante%20Mery.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

ANEXOS

ANEXO 1. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<p>ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>	<p>Los estilos de vida saludable son un estilo de vida o comportamiento que tiene el individuo en su proceso de socialización, en las relaciones con los padres, amigos, hermanos y familiares, en diferentes contextos, no es fijo y puede cambiar ciertos factores a lo largo del tiempo, reflejados en la alimentación, el desarrollo de las actividades de ejercicio y la responsabilidad por su salud. (Pérez, 2019)</p>	<p>Para ello se evaluará el estilo de vida saludable en 6 dimensiones como lo son: Alimentación, relaciones sociales, Consumo de Sustancias nocivas, Estado emocional, actividad física y deporte, autocuidado y salud, Se expresará en estilo de vida saludable y no saludable, utilizando la técnica de la encuesta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentación 	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación buena - Alimentación regular - Alimentación mala (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10) <p>No saludable (10-29) Saludable (30-50)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ordinal: <ul style="list-style-type: none"> ○ Siempre ○ Casi siempre ○ A veces ○ Casi nunca ○ Nunca • Rango: <ul style="list-style-type: none"> ○ Estudiantes Saludables 120-200 ○ Estudiantes No saludables 40-119
			<ul style="list-style-type: none"> • Actividad física y deporte 	<ul style="list-style-type: none"> - Activa - Sub – activa - Sedentaria (11, 12, 13, 14, 15) <p>No saludable (5-15) Saludable (16-25)</p>	
			<ul style="list-style-type: none"> • Estado Emocional 	<ul style="list-style-type: none"> - Depresión - Normal - Ansiedad (16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23) <p>No saludable (8-23) Saludable (24-40)</p>	
			<ul style="list-style-type: none"> • Relaciones Sociales 	<ul style="list-style-type: none"> - Intrapersonales - Interpersonales (24, 25, 26, 27, 28) <p>No saludable (5-14) Saludable (15-25)</p>	
				<ul style="list-style-type: none"> - Alcohol 	

			<ul style="list-style-type: none"> Consumo de sustancias nocivas Toxicomanías) 	<ul style="list-style-type: none"> Drogas (29, 30, 31, 32) No saludable (4-11) Saludable (12-20) 	
			<ul style="list-style-type: none"> Salud 	<ul style="list-style-type: none"> Cuidado personal Control de la salud (33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40) No saludable (8-23) Saludable (24-40) 	
ESTADO NUTRICIONAL	<p>Es el resultado de un equilibrio entre la necesidad y el agotamiento de la energía alimentaria y de otros nutrientes claves, así como una variedad de condiciones que se manifiestan a través de factores físicos, genéticos y biológicos, culturales, psicosociales, económicos y ambientales. (Bueno, Sarria, Moreno 2019)</p>	<p>Se evaluará a través del peso y la talla del estudiante que se expresará como IMC, esto se hará durante la entrevista, estos datos permitirán identificar la condición de sobrepeso, normal y delgadez. La técnica a utilizar será la de medir la talla y peso con los instrumentos del tallímetro y la balanza lo cual serán registrados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Índice de masa corporal (IMC) $IMC = \frac{\text{peso (Kg)}}{\text{altura}^2 (m)}$	<ul style="list-style-type: none"> Delgadez: <18.5 Normal: 18,5 – 24,9 Sobrepeso: 25,0 – 29,9 Obesidad: >30,0 	<ul style="list-style-type: none"> Ordinal Rango: <p>Delgadez</p> <p>Normal</p> <p>Sobrepeso</p> <p>Obesidad</p>

**ANEXO 2: INSTRUMENTO RECOLECCION DE DATOS
ESTILOS DE VIDA SALUDABLE Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS
ESTUDIANTES DEL COLEGIO NUEVO PITÁGORAS – SAN JUAN DE
LURIGANCHO, 2024**

ESCALA DE ESTILOS DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL

Elaborado por Bazán-Riverón G.E y Cols (2019)

INSTRUCCIONES:

Marque con una “X” la respuesta que usted crea conveniente.

GÉNERO: FEMENINO () MASCULINO ()

LEYENDA:

1.- Nunca 2 casi nunca 3. A veces 4. Casi siempre 5. Siempre

N°	ENUNCIADO	1	2	3	4	5
ALIMENTACION						
1	Consumo 5 frutas y/o verduras al día.					
2	A pesar de sentirme satisfecho, pido que me sirvan más comida.					
3	Agrego más azúcar de la que ya tienen mis alimentos o bebidas.					
4	Como alimentos chatarra durante el día (frituras, galletas o pan dulce)					
5	Por lo menos me alimento 3 veces al día (desayuno, comida y cena al día)					
6	Consumo más de 3 porciones de carbohidratos al día (pan, tortilla, cereales, galletas, etc.).					
7	Consumo al menos 3 porciones de proteínas al día (huevo, res, cerdo, pescado, pollo, etc.).					
8	Bebo al menos 5 vasos de agua simple al día (además del té, agua de frutas, refresco, café, jugo, etc.).					
9	Consumo más de 1 bebida con alto contenido de azúcar al día (chocolate, refrescos, jugos, etc.).					
10	Consumo alguna sustancia estimulante (café, refrescos de cola, bebidas energéticas o medicamentos con cafeína) para tener más energía.					

ACTIVIDAD FÍSICA						
11	Cuando estoy en la escuela, hago activación física, más de 3 veces a la semana.					
12	Practico algún deporte en mi tiempo libre (natación, futbol, danza, etc.).					

13	En mi tiempo libre, suelo revisar mis redes sociales, ver televisión o jugar videojuegos más de 3 horas diarias.					
14	En mi tiempo libre, suelo leer o realizar alguna actividad artística (pintar, dibujar, tocar algún instrumento, etc.).					
15	Realizo algún deporte de alto riesgo (patineta, parkour -Tregar y saltar por muros haciendo acrobacias-, otro).					

ESTADO EMOCIONAL						
16	Me enojo con facilidad.					
17	Tengo cambios repentinos de humor (de triste a feliz, de feliz a enojado, etc.).					
18	Me he sentido enfermo y/o sin energía en las últimas semanas.					
19	Siento que mis habilidades no son reconocidas o valoradas como quisiera.					
20	Suelo pensar que en el futuro nada me saldrá bien ni de la forma que yo quiero.					
21	Me he sentido tenso, nervioso o estresado en las últimas semanas.					
22	Soy atractivo(a) para los demás					
23	Expreso mis sentimientos con facilidad.					

RELACIONES SOCIALES						
24	Cuando tengo algún problema, recurro a mi familia					
25	Mi familia se interesa por mi bienestar físico					
26	Siento que mi familia me apoya en las decisiones que tomo.					
27	Estoy satisfecho con mis relaciones sociales con amigos, compañeros y profesores.					
28	Sufro algún tipo de violencia en mi casa o en la escuela (gritos, insultos, burlas, golpes).					

TOXICOMANÍAS						
29	En fiestas tomo más de 2 bebidas con alcohol (vasos de cerveza, cubas, bebidas preparadas).					

30	Fumo.					
31	Consumo bebidas alcohólicas más de 1 vez a la semana.					
32	Consumo drogas (marihuana, etc.).					
SALUD						
33	Estando sano, asisto a realizarme chequeos médicos preventivos (con médico familiar o pediatra, dentista, optometrista, etc.).					
34	En mi familia tomamos medidas generales de salud (desparasitación, vacunación, etc.).					
35	Suelo dormir menos de 7 horas diariamente.					
36	Consumo proteínas en polvo, anfetaminas o medicamentos para controlar mi peso.					
37	Consulta con mis maestros y/o padres información acerca de métodos anticonceptivos y enfermedades de transmisión sexual (ETS).					
38	Utilizo algún método anticonceptivo al tener relaciones sexuales.					
39	Utilizo CONDÓN en mis relaciones sexuales.					
40	Tengo más de una pareja sexual.					

ANEXO 3: CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO REALIZADO A TRAVES DE UNA PRUEBA PILOTO CON 20 ESTUDIANTES, POR LOS AUTORES PERUANOS BACILIO OLGA, ROJAS ANDREA (2021), REALIZADO EN PERU – HUANCAYO.

Alumno	ÍTEMS																																									Total		
	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			
1	4	2	1	1	1	1	2	5	1	2	1	1	1	5	5	1	1	1	1	5	2	1	1	1	1	1	1	1	5	1	3	3	5	3	4	1	5	5	5	1	1	5	2	94
2	2	4	2	2	1	2	4	4	2	4	2	4	1	4	5	3	2	2	3	3	2	2	2	4	4	3	2	4	5	5	5	5	5	4	4	2	5	2	1	1	5	3	126	
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	2	4	2	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	5	5	5	5	5	5	3	3	4	4	3	1	2	5	3	128	
4	5	4	2	3	1	3	4	2	4	4	4	5	1	5	5	3	4	5	4	5	4	3	1	2	2	1	2	4	4	5	4	5	5	3	3	5	4	2	2	4	2	140		
5	3	4	3	3	1	2	3	3	4	4	2	2	3	4	5	4	5	3	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	5	5	5	5	3	4	3	5	4	1	1	5	2	141		
6	3	4	3	3	1	2	3	3	4	4	2	2	3	4	5	4	5	3	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	5	5	5	5	3	4	3	5	4	1	1	5	2	141		
7	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	5	3	5	3	3	3	5	4	3	2	5	2	133	
8	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	5	3	5	3	3	3	5	4	3	2	5	2	133	
9	4	2	3	2	1	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	5	4	5	4	4	3	5	3	4	2	5	1	125		
10	3	4	3	3	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	5	4	3	2	3	3	2	2	4	5	5	5	5	5	2	2	4	5	3	1	1	4	2	131	
11	2	5	3	3	1	3	3	2	3	4	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	2	5	5	5	5	5	5	3	2	4	5	3	1	1	5	2	155	
12	3	3	3	3	2	3	3	4	3	5	5	5	1	3	5	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	2	5	2	1	1	5	1	133	
13	3	5	5	3	1	3	5	5	4	4	2	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	2	2	3	2	2	2	5	5	5	5	5	5	4	2	4	5	2	1	1	5	2	136	
14	1	5	5	4	1	4	2	1	4	5	1	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	1	5	5	5	5	5	5	2	2	5	5	1	1	1	5	2	131
15	2	3	5	3	1	2	1	2	4	4	2	2	2	3	5	5	4	4	2	5	3	2	3	1	1	1	1	4	5	5	5	5	5	3	1	3	5	2	1	1	5	3	121	
16	3	4	5	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	2	4	5	5	5	5	3	2	4	5	4	1	1	4	2	141		
17	2	4	4	4	1	3	3	2	4	4	2	3	3	3	4	4	5	5	5	4	4	2	3	3	2	2	2	4	5	5	5	5	5	2	3	4	5	2	2	2	5	2	138	
18	2	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	5	4	5	5	5	4	3	3	4	4	4	3	5	2	136	
19	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	5	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	5	3	5	4	4	3	4	3	3	3	5	3	139	
20	2	2	4	4	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	5	5	5	5	4	5	3	3	3	1	1	5	2	111		
Vari anza	1.0	0.9	1.3	0.6	0.3	0.6	0.7	1.0	0.9	0.6	1.1	1.6	1.3	1.1	1.1	1.1	1.6	1.4	1.0	0.8	0.8	1.1	1.0	1.0	1.0	0.9	0.4	0.5	1.1	0.2	0.7	0.0	0.6	1.2	0.8	0.3	1.0	1.2	0.5	0.1	0.3			

RESULTADO DE LA CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO REALIZADO A TRAVES DEL ALFA DE CRONBACH

Alfa de Cronbach= $\alpha = (K/(K-1)) * [1 - (\sum Vi / \sum Vt)]$ $\alpha = 0,809$

ANEXO 4: FICHA TECNICA

Autor Original:	Bacilio Borja Olga Karen Rojas Mallqui Andrea Mayumi En el año 2021
Propósito:	Determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional en adolescentes.
Lugar de Aplicación:	Institución Educativa Privada “José Ingenieros” Huancayo.
Forma de Aplicación:	Individual
Duración de la aplicación:	Aproximadamente 30 minutos.
Dimensiones que evalúa:	Alimentación, actividad física, estado emocional, relaciones sociales, toxicomanías, salud. IMC
Escala y valores:	Escala Ordinal

ANEXO 5: Consentimiento informado A los Padres de Familia

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: “Estilo de Vida Saludable y el Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras - San Juan de Lurigancho, 2024”

Investigadores: Nieves Taquia, Margot Araceli.

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Estilo de Vida Saludable y el Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras - San Juan de Lurigancho, 2024”, cuyo objetivo es Determinar si existe una relación entre estilo de vida saludable y estado nutricional en los estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras San Juan de Lurigancho, 2024. Esta investigación es desarrollada por la estudiante de pregrado de la carrera profesional de Enfermería, de la Universidad César Vallejo del campus Lima Este, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso del Colegio Nuevo Pitágoras.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta donde se recopilará preguntas sobre la investigación titulada: “Estilo de Vida Saludable y el Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras - San Juan de Lurigancho, 2024”.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 20 minutos y se realizará en el ambiente de cada salón con los respectivos estudiantes. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos:

Firma:

ANEXO 6: RESULTADOS DE LAS DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTILOS DE VIDA

Tabla 2. Niveles de la dimensión alimentación

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	25	43,1
Saludable	33	56,9
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

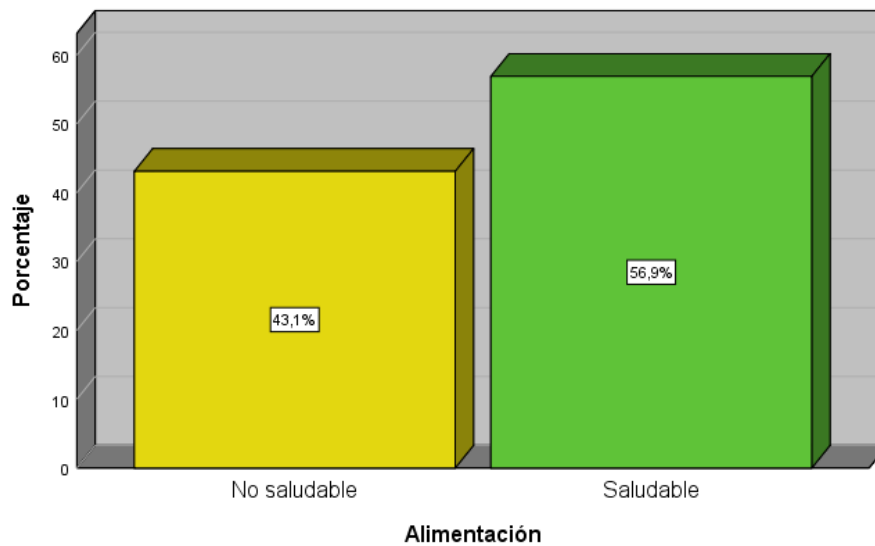


Figura 2. Niveles de la dimensión alimentación

Interpretación:

De la Tabla N°2 y Figura N°2, de los resultados para la dimensión alimentación, se observa que el 56,9% presentó una alimentación saludable y el 43,1% de los estudiantes tienen una alimentación no saludable.

Tabla 3. Nivel de la dimensión actividad física

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	40	69,0
Saludable	18	31,0
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

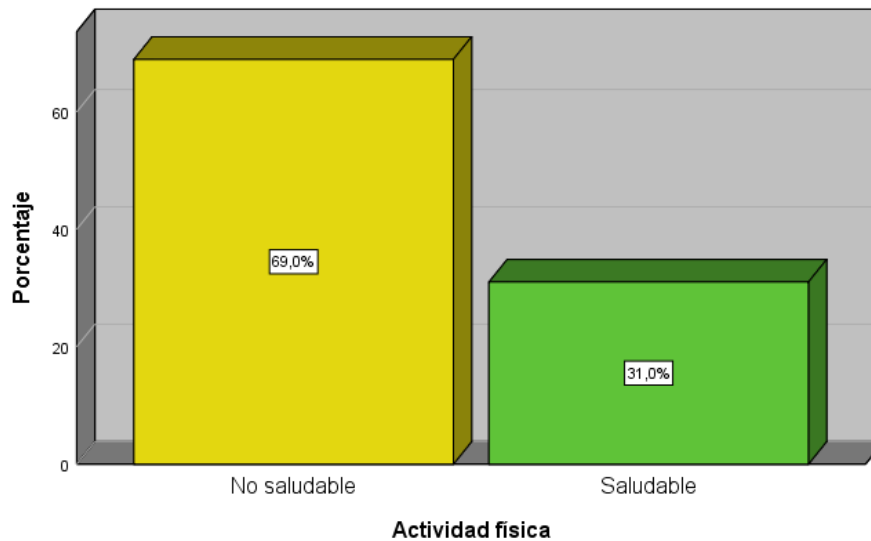


Figura 3. Nivel de la dimensión actividad física

Interpretación:

De la Tabla N°3 y Figura N°3, de los resultados para la dimensión actividad física, se observa que el 69,0% presentó una actividad física no saludable lo que indica que no realizaron actividad física o se encontraban mucho tiempo en redes sociales o videojuegos, en cambio el 31,0% de los estudiantes realizó actividades físicas por lo que en esta dimensión fue saludable.

Tabla 4. Niveles de la dimensión estado emocional

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	30	51,7
Saludable	28	48,3
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

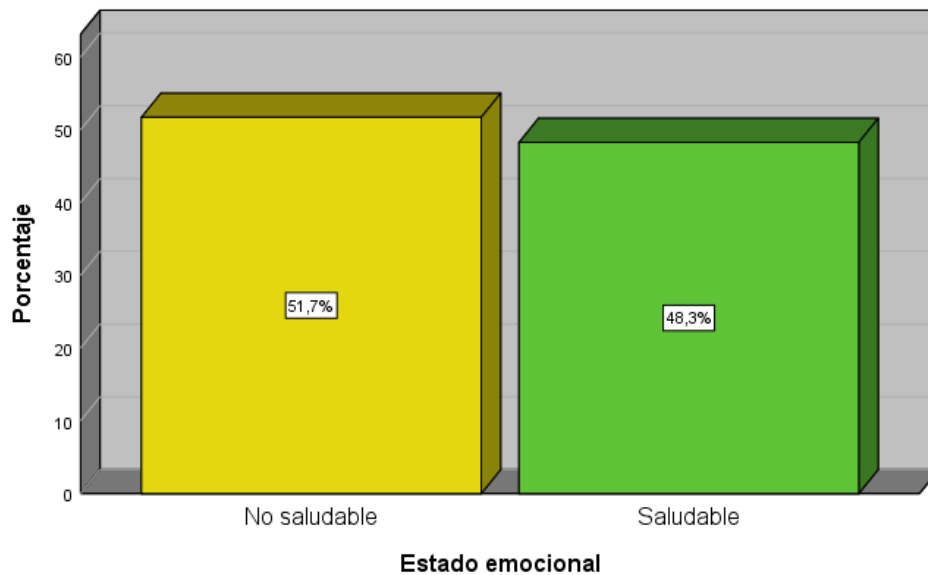


Figura N°4. Niveles de la dimensión estado emocional

Interpretación:

De la Tabla N°4 y Figura N°4, de los resultados para la dimensión estado emocional, se observa que el 51,7% presentó un estado emocional no saludable lo que indica era un estudiante que ha sentido cambios de humor, no se sentía saludable y sentía tenso, por otro lado 48,3% de los estudiantes presentó un estado emocional saludable.

Tabla 5. Niveles de la dimensión relaciones sociales

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	24	41,4
Saludable	34	58,6
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

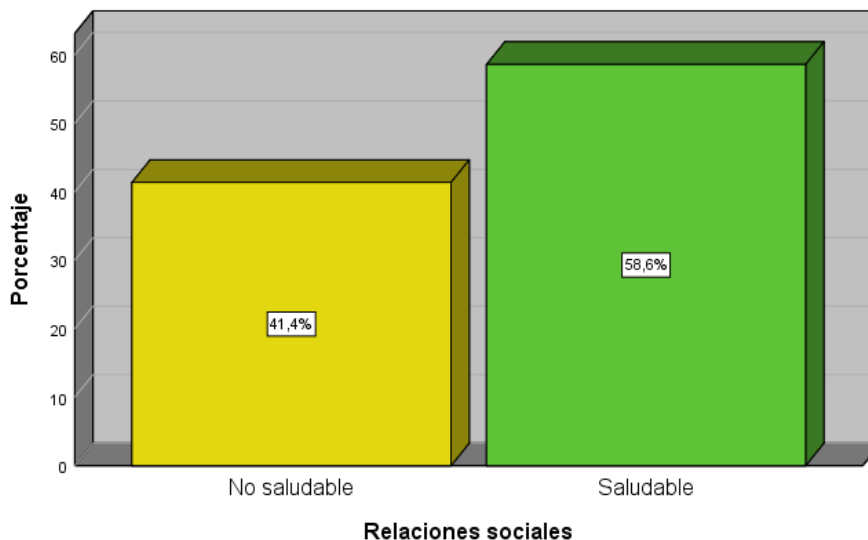


Figura N°5. Niveles de la dimensión relaciones sociales

Interpretación:

De la Tabla N°5 y Figura N°5, de los resultados para la dimensión relaciones sociales, se observa que el 58,6% tuvo relaciones sociales saludables, lo que indica que siendo que recurre a su familia ante cualquier problema, recibe apoyo familiar, se siente cómodo con sus relaciones familiares, por otro lado 41,4% de los estudiantes indicó relaciones sociales no saludables.

Tabla 6. Niveles de la dimensión toxicomanías

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	51	87,9
Saludable	7	12,1
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

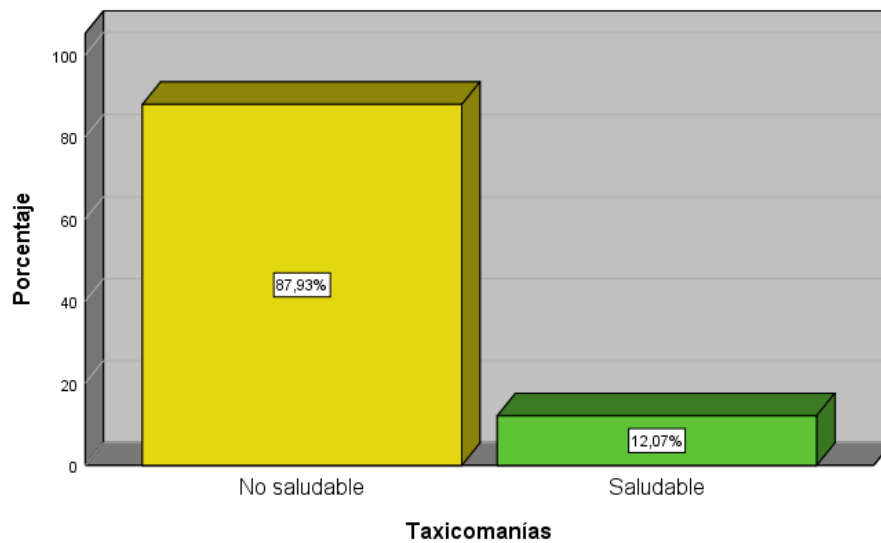


Figura N°6. Niveles de la dimensión toxicomanías

Interpretación:

De la Tabla N°6 y Figura N°6, de los resultados para la dimensión toxicomanías, se observa que el 87,9% tuvo resultados no saludables para esta dimensión, por lo que se evidencia cierto consumo a bebidas alcohólicas, consumo de drogas e indicio a fumar cigarrillos, por otro lado, el 12,0% de estudiantes entrevistados presentó un estado saludable para esta dimensión.

Tabla 7. Niveles de la dimensión salud

	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	53	91,4
Saludable	5	8,6
Total	58	100,0

Fuente: Data de la encuesta.

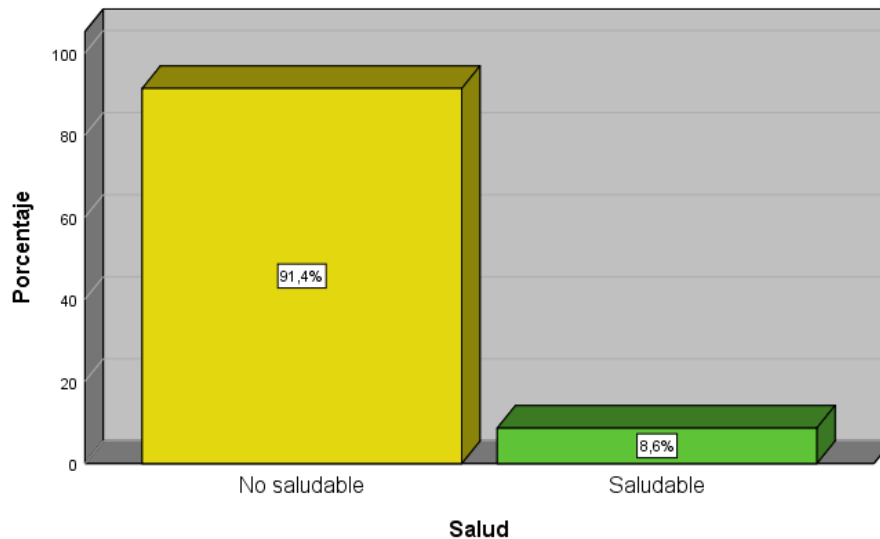


Figura N°7. Niveles de la dimensión salud

Interpretación:

De la Tabla N°7 y Figura N°7, de los resultados para la dimensión salud, se observa que el 91,4% tuvo resultados no saludables para esta dimensión, por lo que se evidencia que los estudiantes no reciben chequeos médicos, no asisten al odontólogo, ni son desparasitados, por otro solo el 8,6% de estudiantes entrevistados presentó un estado saludable para esta dimensión, lo cual indica que si son llevado a los controles médicos y tienen un seguimiento odontológico.

ANEXO 7. SOLICITUD AL COLEGIO NUEVO PITÁGORAS



“Año la Unidad, la paz y el desarrollo”

San Juan de Lurigancho, 21 de febrero 2024

CARTA N°039-2024-UCV-VA-P12-F05/CCP

Director Arturo Vila Galarza
I.E.P. Nuevo Pitágoras

De mi mayor consideración:

La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a la investigadora **Nieves Taquia Margot Araceli** con DNI N° 45902907 estudiante de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado **“Estilo de vida saludable y estado Nutricional en los estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras - San Juan de Lurigancho 2023”** para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.

Luz María Cruz Pardo
Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería
UCV – Campus San Juan de Lurigancho

ANEXO 8. AUTORIZACIÓN FIRMADA POR EL DIRECTOR DEL COLEGIO NUEVO PITÁGORAS



“Año la Unidad, la paz y el desarrollo”

San Juan de Lurigancho, 21 de febrero 2024

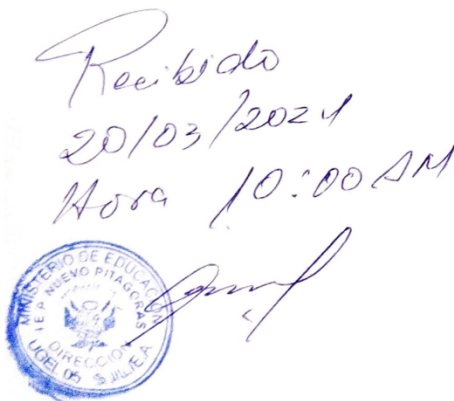
CARTA N°039-2024-UCV-VA-P12-F05/CCP

Director Arturo Vila Galarza
I.E.P. Nuevo Pitágoras

De mi mayor consideración:

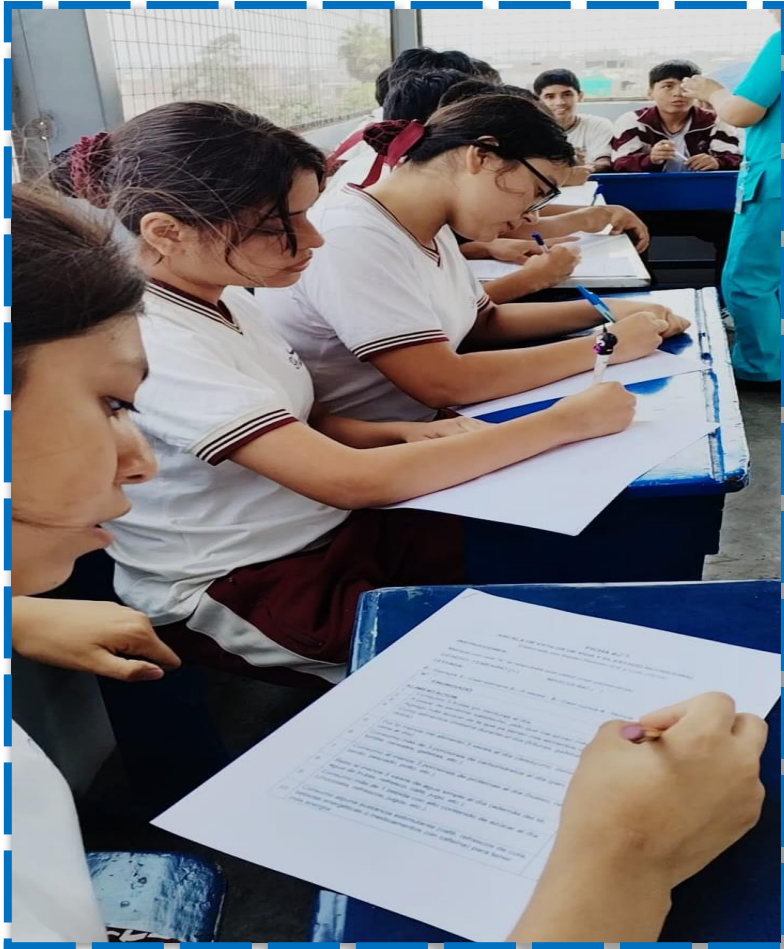
La que suscribe, Mgtr. Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a la investigadora **Nieves Taquia Margot Araceli** con DNI N° 45902907 estudiante de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quien optará el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado “**Estilo de vida saludable y estado Nutricional en los estudiantes del colegio Nuevo Pitágoras - San Juan de Lurigancho 2023**” para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.



ANEXO 9. EVIDENCIAS DE RECOLECCION DE DATOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL COLEGIO NUEVO PITÁGORAS – SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2024






ANEXO 10. REPORTE DE TURNITIN

Feedback Studio - Google Chrome
ev.turnitin.com/app/carta/es/?o=2380082195&u=1088032488&lang=es&s=1&ro=103

feedback studio MARGOT ARACELI NIEVES TAQUIA | Estilos de vida Saludable y Estado Nutricional en los Estudiantes del Colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024 /100 1 de 17

 UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

Estilos de vida Saludable y Estado Nutricional en los Estudiantes
del Colegio Nuevo Pitágoras – San Juan de Lurigancho, 2024

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

AUTORA:

Margot Araceli, Nieves Taquia (orcid.org/0000-0003-3067-6952)

ASESORA:

Dra. Rojas Delgado Lucila (orcid.org/0000-0002-4575-3722)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Políticas y Gestión en Salud

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la Salud, Nutrición y Salud Alimentaria

LIMA - PERÚ
2024

Resumen de coincidencias

14 %

Se están viendo fuentes estándar

EN Ver fuentes en inglés

Coincidencias

1	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	4 %
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	4 %
3	repositorio.uladech.ed... Fuente de Internet	2 %
4	Entregado a Universida... Trabajo del estudiante	1 %
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %
6	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	1 %
7	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
8	repositorio.uwiener.edu... Fuente de Internet	<1 %
9	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
10	www.nutricionhospital... Fuente de Internet	<1 %
11	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %

Página: 1 de 41 Número de palabras: 8318

Versión solo texto del informe | Alta resolución | Activado

16°C Nublado 09:24 a.m. 24/05/2024