

**FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**“AUTOCUIDADO EN ADOLESCENTES DE LA I.E HUACA DE ORO  
LOS OLIVOS PERÚ 2016”**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTORA:**

FLORES CANGO KARINA

**ASESORA:**

MG. MÓNICA MENESES LA RIVA

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

PROMOCIÓN Y COMUNICACIÓN EN SALUD

**LIMA-PERÚ**

**Año 2016**

# JURADO CALIFICADOR

---

PRESIDENTE

---

SECRETARIO

---

VOCAL

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a mis padres quienes me brindaron su apoyo incondicional a lo largo de mi formación profesional. A mis maestros quienes me guiaron con sus consejos y aportes científicos durante la realización del presente trabajo

## **AGRADECIMIENTO**

Manifiesto mi agradecimiento a la Mg. Mónica Meneses La Riva por el apoyo que me brindó en el desarrollo del presente trabajo de investigación, así mismo para aquellas personas que me apoyaron en la realización del presente trabajo.

## **DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD**

Yo Karina Flores Cangó con DNI N° 47269550, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela de Enfermería, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

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

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

Lima, 17 de Agosto del 2016

---

Karina Flores Cangó

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la tesis titulada “Autocuidado en adolescentes de la I.E Huaca de Oro Los Olivos Perú 2016” la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Licenciada en Enfermería.

La autora

# ÍNDICE

	Pag.
<b>PÁGINAS PRELIMINARES</b> .....	i
Página del jurado.....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Declaratoria de autenticidad.....	v
Presentación.....	vi
Índice.....	vii
<b>RESUMEN</b> .....	ix
<b>ABSTRACT</b> .....	x
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	
1.1 Realidad problemática.....	1
1.2 Trabajos previos.....	4
1.3 Teorías relacionadas al tema.....	8
1.4 Formulación del problema.....	16
1.5 Justificación del estudio.....	16
1.6 Objetivos	
1.6.1 Objetivo general.....	17
1.6.2 Objetivos específicos.....	17
<b>II. MÉTODO</b>	
2.1 Diseño de investigación.....	18
2.2 Variable, operacionalización.....	18
2.3 Población y muestra.....	20
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	22
2.5 Métodos de análisis de datos.....	23
2.6 Aspectos éticos.....	23

<b>III. RESULTADOS</b> .....	24
<b>IV. DISCUSIÓN</b> .....	27
<b>V. CONCLUSIÓN</b> .....	29
<b>VI. RECOMENDACIONES</b> .....	30
<b>VII. REFERENCIAS</b> .....	31
<b>ANEXOS</b>	
✓ Instrumentos .....	37
✓ Validez del instrumento por juicio de expertos.....	40
✓ Prueba binomial.....	40
✓ Hoja de información y consentimiento informado.....	41
✓ Matriz de operacionalización.....	44

## **RESUMEN**

El estudio tuvo como objetivo determinar las prácticas de autocuidado en los adolescentes de 4to y 5to de secundaria de la I.E Huaca de Oro. El estudio fue de tipo cuantitativo, diseño no experimental de tipo descriptivo de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 54 adolescentes. La técnica empleada fue la encuesta. Los datos recogidos fueron procesados en el programa estadístico SPSS versión 22. Resultados: En las prácticas de autocuidado del adolescente el 43% presentan una inadecuada, mientras que el 57 % adecuada. En relación a las dimensiones podemos encontrar que el aspecto físico el 61% de los adolescentes presenta una inadecuada práctica de su autocuidado, mientras que el 39% es adecuado. Conclusión: Es importante que el autocuidado se concientice y sensibilice en los adolescentes ya que ellos están en un proceso de maduración y en cual es necesario para una vida saludable.

**Palabras clave:** practicas autocuidado, adolescente, aspecto físico, adecuado inadecuado

## **ABSTRACT**

The teenager requires basic needs for growth and development is important to encourage and promote the maturity of the adolescent to take to generate self-care healthy behaviors. The study aimed to determine the self-care practices in adolescents 4th and 5th junior high I.E Huaca de Oro. The quantitative study was not experimental design descriptive cross-sectional. The sample consisted of 54 adolescents. The technique used was the survey. The data collected were processed in SPSS version 22. Results: In the adolescent self-care practices 43% have inadequate, while 57% adequate. In relation to the dimensions we find that the physical appearance 61% of adolescents have inadequate practice of self-care, while 39% is adequate. Conclusion: It is important that self-care awareness and sensitization in adolescents because they are in a process of maturation and which is necessary for a healthy life.

### **Key words:**

Self-care practices, teenager, physical appearance, inadequate appropriate