



UNIVERSIDAD ANDINA
NESTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO
NUTRICIONAL EN PACIENTES CON
TUBERCULOSIS, MICRO RED
SAN GABÁN 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. JHON WALTHER CCOARITE CCARITA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA

JULIACA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD ANDINA

NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA


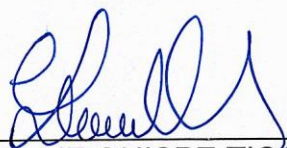
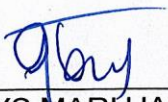
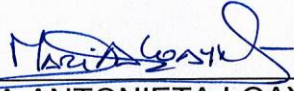
**ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO
NUTRICIONAL EN PACIENTES CON
TUBERCULOSIS, MICRO RED
SAN GABÁN 2023**

TESIS PRESENTADA POR:

Bach. JHON WALTHER CCOARITE CCARITA

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

APROBADA POR EL JURADO REVISOR:

PRESIDENTE	:	 Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
PRIMER MIEMBRO	:	 Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
SEGUNDO MIEMBRO	:	 Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
ASESOR DE TESIS	:	 M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	:	SALUD PÚBLICA – P07

**RESOLUCIÓN DECANAL N° 855-2024-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 10 de julio del 2024

Vistos: El Expediente N° 2024-CU-7617 en el cual solicita fecha y hora para Sustentación de Tesis y el Dictamen de Aprobación, emitido por el Jurado Evaluador del trabajo de investigación titulado: **ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023** correspondiente a la línea de investigación: **SALUD PÚBLICA;**

Que es necesario dar cumplimiento a la Ley 30220, al Estatuto Universitario y al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad y de la Facultad de Ciencias de la Salud, para la fijación de fecha y hora para la sustentación de tesis.

En uso de las atribuciones conferidas a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud y, estando al informe de la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad

SE RESUELVE:

PRIMERO: Ratificar a los jurados para la Sustentación de Tesis para optar el Título Profesional **LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA**, del (la) bachiller **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER** habiéndose designado por sorteo a los siguientes docentes:

- * **Presidente** : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **2do. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI

Asesor : M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ

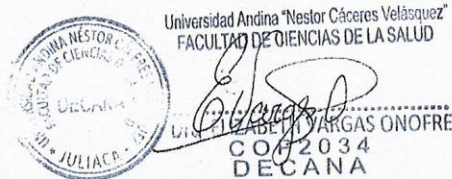
SEGUNDO: Fijar la programación de Sustentación de Tesis para el:

DIA : LUNES 15 DE JULIO DEL 2024
HORA : 14:00 HORAS
LOCAL : SALÓN DE GRADOS

TERCERO: Realizado la Sustentación, el Jurado levantará el Acta en el libro respectivo, donde indicará el resultado obtenido por el Bachiller sustentante.

CUARTO: La Dirección de la Escuela Profesional de Enfermera; la Comisión de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud y el jurado, quedan encargados de dar cumplimiento a la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Cúmplase.



DISTRIBUCIÓN:
- Jurados (3)
- Interesado (1)
- Asesor de Tesis (1)
- Archivo FCS 2023(1)



RESOLUCIÓN DECANAL N° 521-2024-D-FCS-UANCV

Juliaca, 21 de mayo del 2024

VISTOS: Exp. 2023-CU-16017 presentada por el(la) egresado(a) **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER**, quién ha solicitado cambio de asesor del Proyecto de Investigación conducente a optar el título profesional de **LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA**;

CONSIDERANDO: Que, según Resolución Decanal N° 628-2023-D-FCS-UANCV y Resolución Decanal N° 992-2023-D-FCS-UANCV, se aprueba el Proyecto de Tesis titulado: **ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023** teniendo como Jurados designados por la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, a los siguientes Docentes:

- * **Presidente** : Dra. **GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE**
- * **1er. Miembro** : Dra. **INGRID LIZ QUISPE TICONA**
- * **2do. Miembro** : Dra. **GLADYS MARUJA TORRES CONDORI**
- * **Asesor(a)** : Dra. **LAURA BEATRIZ MUÑOZ CARBAJAL**

Que, al haberse cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento de la Unidad de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Investigación ha emitido el **Oficio N° 184-2023-UI-FCS-UANCV-J** solicitando la resolución de cambio de asesor, por motivos de que el asesor asignado solicito licencia su función como docentes y no cuenta con vínculo laboral con la UANCV; y,

Estando el informe favorable de la Unidad de Grados y Títulos, en concordancia con el Reglamento de la Unidad de Investigación de Ciencias de la Salud y en uso de las atribuciones que le confiere la Ley Universitaria N° 30220, Ley de Creación de la UANCV N° 23738 y modificatoria, Resolución de Institucionalización 1287-92-NAR. D.L. N° 739 y el estatuto de la UANCV, la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

PRIMERO: **APROBAR EL CAMBIO DE ASESOR**, designados a e l(la) egresado(a) **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER** para la revisión del proyecto de investigación titulado **ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023** para optar al Título Profesional de **LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA** debiendo quedar a partir de fecha, de la siguiente manera:

- * **Presidente** : Dra. **GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE**
- * **1er. Miembro** : Dra. **INGRID LIZ QUISPE TICONA**
- * **2do. Miembro** : Dra. **GLADYS MARUJA TORRES CONDORI**
- * **Asesor(a)** : **M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ**

SEGUNDO: Disponer que los miembros del Jurado designados den continuidad al trámite de evaluación y calificación del proyecto de tesis, borrador de tesis o sustentación de tesis, según sea el caso que se presente en cada expediente. Quedando válido en sus demás disposiciones la Resolución Decanal de aprobación de proyecto de tesis, que se menciona en el considerando.

TERCERO: La Facultad de Ciencias de la Salud, la Unidad de Grados y Títulos, la Dirección de la Escuela Profesional de Enfermería y la Secretaría Académica de la Facultad, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese y Archívese.



Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez"
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Elizabeth Vargas Onofre
Dra. ELIZABETH VARGAS ONOFRÉ
COP 2034
DECANA

DISTRIBUCIÓN
Jurados,
EP. MH
UI, Interesados, Arch.
EVO/

**"NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ"****RESOLUCIÓN DECANAL N° 1345-2023-D-FCS-UANCV**

Juliaca, 18 de diciembre del 2023

VISTOS:

El Oficio N° 201-2023-UI-FCS-UANCV-J emitido por la Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la copia del acta de Registro de Proyectos de Investigación de fecha 07 de diciembre de la E.P. Enfermería;

CONSIDERANDO:

Que, el (la) egresado(a): **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER** ha presentado el Proyecto de Investigación titulado: **ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023** correspondiente a la línea de investigación: **SALUD PÚBLICA;**

Que, al haber cumplido con los requisitos exigidos por el Reglamento Interno de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, y la Directiva N° 004-2019-UANCV-VRACD-OI, la Directora de la Unidad de Investigación nominó la sub comisión de evaluación del Proyecto de Investigación, conformada por los siguientes docentes:

- * **Presidente** : Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
- * **1er. Miembro** : Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
- * **2do. Miembro** : Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI

Que, la sub comisión de evaluación ha decidido aprobar, SIN OBSERVACIONES, el Proyecto de Investigación en mención, y; siendo la opinión favorable de la Directora de la Unidad de Investigación en concordancia al Reglamento de la Unidad de Investigación, y en uso de las atribuciones que le concede la ley Universitaria 30220, ley de creación de la UANCV 23738 y modificación, Resolución de Institucionalización 1287-92-ANE D.L. 739, y el Estatuto de la UANCV, a la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

SE RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO.- APROBAR, el **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**, presentado por el (la) egresado(a) **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA(O) EN ENFERMERÍA** titulado: **ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023** con todos los objetivos generales, objetivos específicos, sede de ejecución, cronograma, presupuesto y línea de investigación, registrados en el acta de registro de proyectos de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, **folio 671;**

El Proyecto de Investigación deberá **ejecutarse** de acuerdo a lo establecido en el Reglamento de la Unidad de Investigación con fines de obtención de Grados Académicos y Títulos Profesionales, y el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

ARTICULO SEGUNDO.- RECONOCER, como **ASESOR(A) DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** al(la) Docente Ordinario(a) de la Facultad de Ciencias de la Salud, **Dra. LAURA BEATRIZ MUÑOZ CARBAJAL.**

ARTICULO TERCERO.- DISPONER que, La Directora de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, quedan encargados del cumplimiento de la presente Resolución.

Regístrese, Comuníquese, Archívese.



Distribución: Decanato, EP: ENFERMERÍA, Secretaría Académica, Archivo.



ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

17%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS


1	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	3%
2	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
5	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.upsjb.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	www.iesppazangaro.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	<1%



Metadatos Complementarios

Título de la tesis	
ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	JHON WALTHER CCOARITE CCARITA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	76515638
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0000-9057-7257
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	M.Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	02064784
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-3688-7419
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Dra. GABRIELA BETTY ARIAS LUQUE
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	29344129
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Dra. INGRID LIZ QUISPE TICONA
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02449475
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Dra. GLADYS MARUJA TORRES CONDORI
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02360070



Datos de investigación	
Línea de investigación	SALUD PÚBLICA - P07
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	<p>País: Perú Departamento: Puno Provincia: Carabaya Distrito: San Gabán Micro Red San Gabán Coordenadas: Longitud: 13°43'660° Latitud: 70°40'124°</p> <p>URL Maps https://www.google.com/maps/d/edit?mid=18P4pie9v6eNB1zmdMYDcRIvoZliwH8E&usp=sharing</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Diciembre 2023 – Julio 2024
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	<p>Enfermería https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.03</p> <p>Salud Pública https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#3.03.05</p>

UNIVERSIDAD ANDINA NÉSTOR CERÓN VELÁSQUEZ
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

[Firma]

Dra. María Amparo del Pilar Calambí Calacora
 DIRECTORA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FCS





DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo JHON WALTER COARITE CARITA, identificado con DNI Nro. 76515638, en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional
- Programa de Segunda Especialidad,
- Programa de Maestría o Doctorado

ENFERMERÍA

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación, Trabajo Académico denominada:

ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023

Asesorado por: M. Sc. MARÍA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 05 de AGOSTO del 2024

Firma del Asesor
(obligatoria)

Firma del Estudiante
(obligatoria)



Huella



DEDICATORIA

A Dios: por darme cada día sus bendiciones para poder seguir adelante y superar los obstáculos que se interponen en mi camino.

A mi madre: Brígida por su dedicación y esfuerzo que me ayudo a alcanzar uno de mis



AGRADECIMIENTO

A la UANCV, y sus docentes de la E.P. enfermería, por haberme brindado conocimiento científico, guiarme en todo el desarrollo mi tesis.



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA..... iii

AGRADECIMIENTOiv

ÍNDICE GENERAL.....v

ÍNDICE DE TABLASvii

RESUMENviii

ABSTRACTix

INTRODUCCIÓNx

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE ESTUDIO 1

1.2. OBJETIVOS 3

1.3. JUSTIFICACIÓN 4

1.4. HIPÓTESIS 4

1.5. VARIABLES 5

1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES 6

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN 8

2.2. MARCO TEÓRICO 22

2.3. MARCO CONCEPTUAL 36



CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN 38

3.2. TIPO APLICADO EN LA INVESTIGACIÓN..... 39

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA 39

3.4. TÉCNICA, E INSTRUMENTO 40

3.5. FIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO 40

3.6. DISEÑO DE CONTRASTACION DE HIPOTESIS 43

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS 45

DISCUSIÓN 69

CONCLUSIONES 70

RECOMENDACIONES 71

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA 72

ANEXOS 77



ÍNDICE DE TABLAS

		Pag.
Tabla 1	Mantener horarios relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	46
Tabla 2	Consumo de agua relacionado con el estados nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	48
Tabla 3	Consumo de refrigerio relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	50
Tabla 4	Tomar alimentos al día relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	52
Tabla 5	Consumo de grasas relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	54
Tabla 6	Practicar caminata, bicicleteada y otros relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	56
Tabla 7	Practicar deportes relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	58
Tabla 8	Dormir relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	60
Tabla 9	Trasnocharse relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	62
Tabla 10	Conciliar el sueño relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	64
Tabla 11	Ingerir pastilla para dormir relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023	66
Tabla 12	Cuadro de estado nutricional de los pacientes con tuberculosis	68



RESUMEN

Es natural que los hallazgos de un trabajo de investigación, se pueden sintetizar en un resumen como esta, que presento con el título: estilos de vida y su relación con el estado nutricional en pacientes que padecen tuberculosis, Micro Red san gabán 2023, siendo el principal **Objetivo** Determinar la relación que existe de los estilos de vida con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis en la Micro Red San Gabán, 2023. **Material y método:** Este estudio se realizó sobre una población y una muestra de 23 pacientes, siguiendo un diseño no experimental, transversal y correlacional, este trabajo es básico, basado en métodos científicos, técnicas de encuesta y cuestionarios, los cuales fueron validados por juicio de experto y confiables según coeficiente alfa de Cronbach. **Resultados** La magnitud de las relaciones de hábito alimentario con los estados nutricionales de los pacientes con tuberculosis es muy significativa. Las relaciones de las actividades de los ejercicios con los estados nutricionales de pacientes con tuberculosis, es muy significativo. La relación de la actividad mental del sueño con los estados nutricionales de los pacientes que padecen tuberculosis, es muy significativa. **Conclusión:** La magnitud de la relación de los estilos de vidas con los estados nutricionales según el IMC en pacientes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023, es directa y muy significativa.

Palabras clave: Estilos de vida, estado nutricional, tuberculosis, índice de masa corporal, alimentación.



ABSTRACT

It is natural that the findings of a research work, can be synthesized in a summary like this one, which I present with the title: lifestyles and their relationship with nutritional status in patients with tuberculosis, Micro Red San Gaban 2023, being the main Objective To determine the relationship that exists between lifestyles and nutritional status in patients with tuberculosis in the Micro Red San Gaban, 2023. Method: this research was carried out with a population and sample of 23 patients, with a non-experimental design, cross-sectional and correlational, the work is of basic type, scientific method, technique the survey and the instrument the questionnaire, the latter validated by experts and is reliable according to Cronbach's alpha. Results The magnitude of the relationships of food habit with the nutritional states of patients with tuberculosis is very significant. The relationships of exercise activities with nutritional states of patients with tuberculosis is very significant. The relationship of mental sleep activity with nutritional states of patients with tuberculosis is very significant. Conclusion: The magnitude of the relationship of lifestyles with nutritional status according to BMI in patients with tuberculosis in the San Gaban Micro Network 2023 is direct and highly significant.

Key words: Lifestyles, nutritional status, tuberculosis, body mass index, diet.



INTRODUCCIÓN

El tiempo de pandemia nos llevó a un confinamiento social del cual se está saliendo, esta enfermedad nos hizo reflexionar de alguna u otra forma que debemos cambiar nuestros hábitos de vida específicamente en la forma de nuestra alimentación.

El hábito de vida tiene un papel crucial en el desarrollo de la mayoría de las enfermedades. Las actividades como desvelarse, pasar mucho tiempo bajo luz artificial, mantener una alimentación inadecuada, consumir alimentos con alto contenido graso y el estrés pueden favorecer la aparición de tuberculosis en un organismo. Este estudio se propone identificar los hábitos de vida de la persona que padecen tuberculosis pulmonar que asisten a la Micro Red San Gabán.

A pesar de ser una enfermedad que se puede diagnosticar, prevenir y el paciente se pueda recuperar, la tuberculosis (TB) siguen siendo las principales enfermedades infecciosas mortales en todo el mundo. Los informes muestran que cada año en todo el mundo, 10 millones de personas se infectan y 1,4 millones mueren. La tuberculosis es actualmente poco común en los países desarrollados, pero sigue siendo un problema grave en los países subdesarrollados y entre los grupos marginados y desfavorecidos. La TB está asociada a la pobreza y a las inequidades sociales. Grupos como los indígenas, los migrantes y las personas sin hogar suelen ser los más afectados (1).



CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE ESTUDIO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) calcula que aproximadamente 44,000 personas en Perú padecen tuberculosis. Sin embargo, hasta 2022, solo se ha identificado al 60% de esta población. La situación es aún más preocupante para aquellos con tuberculosis multidrogorresistente, ya que Perú fue el país de la región con más casos reportados en 2020, aunque solo se ha detectado al 52% del total estimado por la OMS (2).

Durante la pandemia de COVID-19 hubo una disminución global del 18% de casos nuevos diagnosticado de tuberculosis entre 2019 y 2020. En Perú, esta reducción fue del 26%, cifra inferior a la de Gabón que tuvo un (80%), Filipinas (37%), Lesotho (35%) e Indonesia (31%), y similar a la de India (25%). Perú declaró el estado de emergencia nacional el 16 de marzo de 2020, el cual se extendió en el proceso del año con diversa medida restrictiva: cuarentena total durante 16 semanas, toques de quedas nocturnos, dictado de secciones únicamente virtuales, distanciamientos sociales obligatorios, prohibición de reunión y cierres de consultas



externas. Incluso de esta medida, Perú tiene la tasa de letalidad y de huérfanos por las enfermedades más altos del planeta, esto lleva a que las poblaciones, por miedo a los contagios, eviten o demoren en acudir a los centros de salud cuando enferma. Es Fuenteble que, pese a las estrictas restricciones, la disminución de casos en Perú fuera menor en comparación con países con restricciones más laxas (3)

Actualmente, se observa una alta incidencia de casos de tuberculosis; además, los pacientes con esta enfermedad no son conscientes del estilo de vida complementario que deben adoptar junto con su tratamiento. El Ministerio de Salud (Minsa), durante el 2022 se pudo diagnosticar un total de 29,292 casos de TB en Perú, el 56% de los cuales se encontraron en Lima Metropolitana y Callao. Asimismo, el 79% de los casos de TB multidrogorresistente (TB-MDR) y el 83% de tuberculosis extensamente resistente (TB-XDR) provienen de estas dos áreas (4).

Nuestro país cuenta con mayores casos de tuberculosis en las Américas. Además, la aparición de cepas resistentes ha dificultado las acciones para la prevención y control. En estos dos últimos años, se han reportado en el país más de 1500 casos anuales de tuberculosis multidrogorresistente (MDR) y 100 casos de tuberculosis extensamente resistente (XDR). (5)

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE ESTUDIO

Problema general:

PG. ¿Cuál es la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?



Problemas específicos:

- PE1.** ¿Cuál es la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?
- PE2.** ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad de los ejercicios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?
- PE3.** ¿Cuál es la relación que existe entre la actividad mental del sueño y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?
- PE4.** ¿Cuál es el estado nutricional de los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?

1.2. OBJETIVOS

Objetivo general

- OG.** Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.

Objetivo específico

- OE1.** Establecer la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.
- OE2.** Determinar la relación que existe entre la actividad de los ejercicios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.



OE3. Estimar la relación que existe entre la actividad mental del sueño y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.

OE4. Determinar el estado nutricional de los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.

1.3. JUSTIFICACIÓN

La investigación realizada tuvo como finalidad conocer los estilos de vidas y sus relaciones con los estados nutricionales de los pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán periodo 2023. Esto porque, durante la pandemia de COVID-19, no se detectaron nuevos casos y tampoco se reportó abandono tratamientos debido a las estrictas medidas de aislamiento implementadas para enfrentar la enfermedad.

Durante mi internado hospitalario y comunitario pude observar el incremento de esta enfermedad y comprendí la importancia del rol del enfermero, especialmente en las medidas de prevención y recuperación. Esta experiencia me motivó a presentar esta tesis titulada "Estilos de vida y sus relaciones con los estados nutricionales en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023"

1.4. HIPÓTESIS

Hipótesis general

HG. Los estilos de vida se relacionan directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes que padecen tuberculosis de la micro red San Gabán.



Hipótesis específicas.

HE1. Los hábitos alimentarios se relacionan directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la micro red San Gabán.

HE2. La actividad del ejercicio se relaciona directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la micro red San Gabán.

HE3. La actividad mental del sueño se relaciona directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la micro red san gabán San Gabán.

HE4. Es probable que los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán tienen Índice de Masa Corporal bajo.

1.5. VARIABLES

Variable 1: Estilos de vida.

Variable 2: Estado nutricional.



1.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de valoración	Tipo de variable
Variable 1 1.Estilos de vida	1.1. Hábitos alimentarios	1.1.1. Horario	a) 1 vez al día b) 2 veces al día c) 3 veces al día	Ordinal
		1.1.2. Consumo de agua	a) 4 vasos al día b) 6 vasos al día c) 8 vasos al día	Ordinal
		1.1.3. Refrigerio	a) frutas b) frutos secos c) verduras d) yogur	Nominal
		1.1.4. Tomar alimentos al día	a) 2 veces al día b) 3 veces al día c) 3 veces + 1 refrigerio	Ordinal
		1.1.5. Consumo de grasas y frituras	a) raras veces b) casi siempre c) siempre	Ordinal
	1.2. Actividad de los ejercicios	1.2.1. Caminatas, bicicleteada y otros	a) 1 vez a la semana b) 2 veces a la semana c) 3 veces a la semana d) 4 veces a la semana	Ordinal
		1.2.2. Práctica de deportes	a) béisquet b) vóley c) fútbol d) natación	Nominal
	1.3. Actividad mental del sueño	1.3.1. Duerme/horas	a) 4 horas b) 5 horas c) 6 horas d) 7 horas	Ordinal
		1.3.2. Trasnoches	a) nunca	Ordinal



			b) raras veces c) casi siempre	
		1.3.3. Conciliar sueño	a) nunca b) raras veces c) casi siempre	Ordinal
		1.3.4. Ingiere pastillas	a) Nunca b) algunas veces c) siempre	Ordinal
Variable 2 Estado Nutricional	2.1. índice de masa corporal	-Bajo -Normales	menos de 18,50 kg. 18,50 a 24,90 kg	Ordinal



CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

A nivel internacional

De la Cruz Castillo, Damaris. (2020) presento analizar los hábitos alimentarios y sus relaciones con los estados nutricionales en pacientes diagnosticados con tuberculosis pulmonar en el Centro de Salud Tipo C "Cisne 2" de Guayaquil. Se utilizó una metodología de diseño no experimentales, retrospectivos y de cortes transversales. La muestra consistió en 45 pacientes, que representaron el 100% de la muestra. Se evaluó los estados nutricionales de los pacientes utilizando los Índices de Masas Corporales (IMC) y se les administró un Cuestionarios de Frecuencias de Alimentos (FCA). De acuerdo los resultados del IMC, el 53% de los enfermos tenía unos estados nutricionales Normales, el 18% tenía Sobrepesos, el 13% son delgados leves, el 9% son delgados moderadas y el 7% son delgados severa. Se compararon los estados nutricionales con las frecuencias de consumos de distintas agrupaciones de alimento y se encontró una clasificación estadísticamente significativa en los grupos de cereal ($p=0,0005$), tubérculo ($p=0,0249$), carne y huevo



($p= 0,00230$) y grasa ($p=0,0163$). En conclusión, se encontró una evaluación entre las ingestas de ciertos grupos de alimento y los estados nutricionales de los pacientes (6)

Rojas, A. (2022) estudio titulado "Estado nutricional y estilo de vida de trabajadores de la salud en el distrito 11D05 Espíndola Salud". La importancia de este estudio fue evaluar los estado nutricional y estilo de vida de los profesionales de la salud del distrito 11D05 Espíndola Salud por grupo de edad y sexo y también la relación que existe entre estas variables. Este estudio fue cuantitativo y transversal y tuvo una población de 90 personas que cumplieron con los requisitos de inclusión y exclusión. Se utilizaron pruebas de evaluación como el índice de masa corporal (IMC) y de estilo de vida y creencias. Donde como resultado el 52,2% de los colaboradores tenían peso normal, principalmente mujeres jóvenes, mientras que el 33,3% tenía sobrepeso, el 13,3% tenía obesidad grado 1 y el 1,1% tenía peso bajo. Tanto en mujeres y hombres, se observa una calidad de vida saludable de 77,8%, principalmente en el grupo de 18 a 39 años y un 22,2% de las mujeres y hombres de todo el rango de edad. Se encontró una relación significativa entre tener un peso Normales y llevar unos estilos de vidas saludables, con unas asociaciones estadísticamente significativas de las dos variables ($p=0,001$). En conclusión, la mitad de los pacientes tenían un peso Normal, 3 cada 10 tenían Sobrepesos y una gran parte de las mujeres jóvenes llevaban unos estilos de vidas saludables (7)



Costa, R. (2023) Influencia del estado nutricional en el tratamiento de pacientes tuberculosos. Esta enfermedad sigue siendo uno de los problemas más grandes en salud, especialmente en zonas de bajos recursos. La desnutrición y la tuberculosis están relacionadas, lo que dificulta el tratamiento y aumenta la mortalidad. Materiales y métodos: A partir de información especializada, recopilar sistemáticamente artículos de revistas indexadas. Se incluyen estudios observacionales, analíticos, prospectivos, retrospectivos, transversales, series de casos, revisados sistemáticamente y metas analizadas, con unos niveles de calidades de las evidencias altos y moderados de acuerdo al sistema AMSTAR, y unos grados de cumplimiento del 75% según PRISMA-P. o ESTROBE.

Los resultados de esta revisión mostraron que las constancias de desnutrición en pacientes tuberculosos cambian entre el 24,5% y el 50,8%, con una media del 29%. Además, se encontró que los pacientes con tuberculosis y desnutrición tienen un riesgo de mortalidad entre 7,33 y 11,1 veces mayores en comparaciones con aquellos con unos estados nutricionales adecuados. También se observará que los casos de tuberculosis con resistencias a cierto fármaco antituberculosos tienen unos mayores riesgos en enfermos con tuberculosis. En conclusión, las desnutriciones incrementan los riesgos de mortalidades y los fracasos de tratamientos en pacientes con tuberculosis, dificultando la respuesta a los medicamentos. Por lo tanto, abordar las desnutriciones es esencial para obtener mejores resultados y prevención de la tuberculosis (8)



Fernández N., Montoya M. (2020). En el estudio titulado "Factores asociados a casos de tuberculosis en Costa Rica, 2012-2015", los investigadores Fernández y Montoya identificaron factores económicos, sociales, ambientales asociados con los casos de tuberculosis en Costa Rica, 2012-2015. El estudio se dividió en dos fases. En una primera fase se realizó una descripción de la situación de la tuberculosis y se realizaron estudios ecológicos para investigar cada factor asociado a la enfermedad. En las segundas fases, se ejecutaron entrevista semiestructurada a actor clave para profundizarse en los conocimientos de cada factor analizado en las primeras fases. Los datos que obtuvo revelaron que Costa Rica tenía unas tasas de incidencias ajustadas del 8.23% y que las enfermedades afectaban principalmente a personas mayores y hombres. Sin embargo, se observará una variación en las tasas de incidencias según las ubicaciones geográficas. Además, se encontró que factor como los porcentajes de hacinamientos, los desempleos y caso de VIH podrían dificultar las reducciones de la tuberculosis en muchos lugares del país (9)

Villadiego E. (2020). Montería. Tesis: "Calidad de vida del paciente ingresado a programas de tuberculosis en Córdoba en el periodo de años 2016-2019". En un estudio realizado en el Departamento de Córdoba, se analizaron la correlación entre las calidades de vidas y los cumplimientos de tratamientos supervisados antituberculosos en enfermos. La metodología utilizada fue descriptiva, analítica, correlacional y transversales. La muestra de estudios incluyó a 234 individuos que ingresan a los programas de tuberculosis entre los años 2016 y 2020.



Debido al aislamiento social provocado por la epidemia, se utilizó la aplicación electrónica del cuestionario WHOQOL-BREF. Los resultados mostraron que hubo una predominancia de pacientes masculinos (61%) en la muestra. La mayoría de los pacientes (70%) tenían un nivel educativo bajo o no tenían estudios. En cuanto a la situación marital, el 47% del caso vivían en parejas. La tasa de curaciones en las muestras fue del 94%. En relación a las calidades de vidas, el 36% las calificó como bastantes buenas, el 27% como regular, el 24% como Normales, el 10% como muy mala y el 3% como muy buena. Se localizó unas relaciones estadísticamente significativas entre las calidades de vidas y los niveles educativo utilizando el Chi-cuadrado de Pearson ($p=0,005$). También se encontraron relaciones entre varias dimensiones y variables, como el funcionamiento social, cognitivo y la edad ($p=0,000$), las movilidades, los cuidados personales y la edad ($p=0,000$), las movilidades, los cuidados personales y el nivel educativo. ($p=0,001$), y los bienestarres emocionales y la edad ($p=0,000$). En conclusión, la mayoría de los enfermos calificaron su calidad de vida durante el tratamiento como buena, seguida de niveles normales, una pequeña proporción la calificó como mala o muy mala. (10).

A nivel nacional

Pinto S. (2021) título "Hábito alimentario y estados nutricionales en pacientes tuberculosos del puesto de salud de Santa Anita, 2021". este estudio fue para identificar la relación que existe entre el hábito alimenticio con el estado de nutrición de los enfermos con tuberculosis asistentes en el Policlínico Viña San Francisco-Santa Anita. El procedimiento que se



utilizado en este estudio se basa en análisis correlacional, prospectivo y transversal, como también se usó el instrumento de cuestionario de autoinforme para recolectar datos de los hábitos alimentarios de los participantes, y también se utilizó la confiabilidad de este cuestionario se probó utilizando el alfa de Cronbach, dándonos un resultado 0,84. La valoración nutricional incluyó tomar el índice de masa corporal (IMC), WBC y la anemia. Además, se recopiló información adicional de los registros médicos de los enfermos que padecen tuberculosis que fueron parte del estudio. Para procesar los datos se utilizó IBM SPSS Statistics versión 22 y para probar la hipótesis se utilizó la prueba de chi-cuadrado. Los resultados de la investigación muestran que la incidencia de tuberculosis es mayor en personas de 18 a 29 años y representa el 55,9% de los casos. En cuanto a los hábitos alimentarios, la mayor parte de los participantes se encontraban en proceso de adquirir hábitos alimentarios adecuados (44,1%), seguidos por aquellos con hábito alimentario adecuado (35,3%), y el 20,6% presentaba hábito alimentario inadecuado. Respecto al estado nutricional, el 55,9% de los pacientes tenían unos Índices de Masas Corporales (IMC) Normales y una circunferencia media del brazo (CMB) adecuada. Además, se registró unas bajas incidencias de anemias en los pacientes con tuberculosis, siendo del 26,5%. En conclusión, Hubo relación significativa de ($p < 0,05$) en cuanto a los hábitos alimentarios y los estados nutricionales en pacientes que padecen tuberculosis atendidos en la Clínica Viña San Francisco - Santa Anita. (11)



Mamani R. (2022) sobre estilo de vida de pacientes tuberculosos del Centro Médico Villa San Luis en el año 2018, evaluó el estilo de vida de 60 pacientes en tratamiento. La investigación utilizó métodos cuantitativos, descriptivos y transversales. Se utilizó el instrumento del Cuestionario para los Estilo de Vida (PEPS-I), que tiene 48 ítems distribuidos en 6 dimensiones. Se pudo observar que el 60% de los pacientes tenían un nivel de vida saludable promedio, seguido por el 21,7% de los pacientes que no estaban sanos y el 18,3% de los pacientes tenían un nivel de vida saludable. En cuanto a los parámetros individuales, prevaleció una dieta moderadamente saludable (53,3%), mientras que la actividad/ejercicio físico fue en general saludable (38,3%). Los aspectos de responsabilidad sanitaria, manejo del estrés y apoyo interpersonal también reflejan el predominio de niveles moderados de salud. En resumen, los pacientes con tuberculosis tienen en general un estilo de vida moderadamente saludable, aunque existen algunas diferencias en los aspectos específicos evaluados. (12).

Simeón A., Vargas F. (2022) Prácticas de autocuidado de pacientes tuberculosos atendidos en el Centro de Maternidad e Infancia José Gálvez - El Centro de Maternidad e Infancia José Gálvez de Villa María del Triunfo en Lima pudo ver las prácticas de autocuidado en pacientes con tuberculosis pulmonar. El objetivo es identificar estas medidas de autoayuda. El estudio utilizó métodos descriptivos simples, diseño no experimental y métodos cuantitativos. El estudio adoptó un diseño descriptivo simple, no experimental y de enfoque cuantitativo. Se encuestó



a 40 pacientes que estaban recibiendo tratamiento contra la tuberculosis. Los datos obtenidos muestran que el 47.5% de los participantes presentan un autocuidado regular, mientras que el 27.5% alcanzaban un buen nivel y el 25% mostraban un autocuidado deficiente. En términos de descanso y sueño, los niveles regular y deficiente fueron los más comunes, con un 50% y un 27.5% respectivamente. En lo que respecta a las medidas higiénicas, los niveles de autocuidado bueno y regular fueron predominantes, con un 47.5% y un 27.5% respectivamente. En cuanto a las medidas de autocuidado, prevaleció el buen y regular autocuidado, con un 47,5% y 27,5%, respectivamente. En cuanto al autocuidado relacionado con malos hábitos, el 60% de los participantes mantuvo buenos niveles. Finalmente, en términos de seguimiento y tratamiento, el nivel de autocuidado regular es el más alto con un 75%, seguido de un justo 20%: la mayoría de los pacientes tuberculosos que acuden al hospital hospital José Gálvez Villa María del Triunfo realizan medidas de autocuidado regularmente (13)

Loayza M. (2020) Calidad de vida de los pacientes que están dentro de la estrategia para el control y prevención de la tuberculosis en los centros médicos de San Sebastián, Santa Rosa y San Jerónimo Cusco 2020 se centra en la evaluación de la calidad de vida del paciente. Pacientes con tuberculosis en establecimientos de salud de San Sebastián, Santa Rosa y San Jerónimo del Cusco en 2020. Este estudio utilizó un método descriptivo y transversal, utilizando una muestra no probabilística de 36 pacientes. La evaluación muestra que la mayoría de los pacientes tenían una calidad de vida alta (47,2%), sin embargo, de cada 10 pacientes, al menos 3 pacientes



tenían una calidad de vida baja, un 30,6%. En términos demográficos, la mayoría de los pacientes se encontraban en el rango de edades entre 27 y 59 años, con un 13.9% de adultos mayores. Además, se observó una distribución equitativa entre hombres y mujeres dentro de la muestra. La información sobre la enfermedad fue principalmente suministrada por médicos (78%), seguidas en menor medida por enfermeras (22%). En el aspecto nutricional se encontraron bajos niveles de calidad de vida, representando el 38,9% y el 25% de los pacientes se caracterizaron por bajos niveles de actividad física. (14)

Quispe, M. (2021), titulado "Estilo de vida y autocuidado de estudiantes de farmacia del Instituto Santiago Antúnez de Mayolo – Palian 2021", la relación entre estilo de vida y autocuidado de estudiantes de farmacia del Instituto Santiago Antúnez de Mayolo. "Instituto en 2021, El estudio utilizado tiene un enfoque científico y un diseño de investigación relacional transversal. El universo objetivo estuvo compuesto por 110 educandos de Farmacia, de los cuales se seleccionó unas muestras de 70 educandos. Se utilizaron dos cuestionarios como instrumentos de medición: Banco de preguntas sobre estilo de vida juvenil y banco de preguntas sobre autocuidado juvenil. Entre los resultados destacados, el 45,70% de los estudiantes tenía estilos de vida clasificados como pobres o muy pobres y el 37,2% tenía niveles de autocuidado bajos o muy bajos. Además, se encontró una correlación positiva moderada (coeficiente de correlación de Pearson de 0,528) entre un mejor estilo de vida y un mayor autocuidado. Por lo tanto, se encontró que las mejoras en el estilo de vida estaban



asociadas con un mayor autocuidado en los estudiantes de ingeniería. Además, mejoras específicas áreas como las actividades físicas, control del estrés, el vínculo interpersonal, el desarrollo espiritual y el deber por la salud y la nutrición también están relacionados con el fortalecimiento de su capacidad para cuidar de sí mismo. (15).

Barzola L. (2022) en Lima, estilo de vida en personas de bajos recursos durante la pandemia en Carabayllo en 2022. el estudio fue determinar cómo se manifiesta el estilo de vida en este contexto específico. El estudio se realizó utilizando métodos cuantitativos y diseño transversal. La encuesta se empleó para recopilar datos, y la variable principal se midió mediante un cuestionario compuesto por 25 enunciados. Los resultados del estudio revelaron una prevalencia del valor regular en cuanto a los estilos de vida, con un 53.4% (n=71) de los participantes. Le siguió el valor bueno con un 18% (n=24), y el valor excelente con un 18% (n=24). Por otro lado, un 7.5% (n=10) de los participantes reportaron un valor malo, mientras que un 3% (n=4) indicaron la presencia de peligro. En las relaciones con familiares y amigos prevalecieron valores excelentes en el 91% (n=121), mientras que en el caso de la actividad física los valores excelentes estuvieron representados en el 89,5% (n=119). Sin embargo, en cuanto a la nutrición, se registró un valor malo con un 71.4% (n=95) de los participantes, y en el consumo de tabaco/toxinas, el valor de peligro fue mencionado por un 74.4% (n=99). En relación al consumo de alcohol, un 63.9% (n=85) de los participantes reportaron un valor de peligro. En cuanto al estrés, el valor malo fue indicado por un 53.4% (n=71) de los participantes, mientras que,



en el control de la salud y la sexualidad, prevaleció el valor excelente con un 89.5% (n=119). En introspección, el valor malo fue predominante con un 55.6% (n=74), y en otros aspectos, el valor regular fue mencionado por un 54.9% (n=73) de los participantes. En conclusión, los resultados sugieren que en general, en el estilo de vida de la población estudiada, predominó el valor regular. (16)

Ordeño L. (2022), "Estilo de vida de los pacientes tuberculosos pulmonares asistentes en Pueblo Nuevo, red de salud Chincha", el estudio fue determinar los estilos de vida de los participantes con tuberculosis pulmonar atendidos en la red de salud en el año 2021. Se usó un métodos descriptivos, transversales y no experimentales. La población de estudio fue conformada por 50 enfermos con tuberculosis, para lo cual se aplicaron criterio de inclusiones y/o exclusiones para su selección. La técnica utilizada fue las encuestas, para lo cual se empleó un cuestionario validado mediante juicios de experto (p: 0.031). Esto aseguró las confiabilidades y validez de los datos recopilados durante el estudio. Durante el estudio, se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach para evaluar la confiabilidad del instrumento, obteniendo un valor de 0.826, lo que confirmó su adecuación para el estudio. En cuanto a los resultados obtenidos, se destacó que el 78% de los pacientes presentaban estilos de vida poco saludables. Al examinar las dimensiones específicas, se evidenció que un 74% tenían hábitos alimenticios poco saludables, mientras que un 84% mostraron medidas higiénicas poco saludables. Además, el 80% presentó patrones no saludables en cuanto al descanso y sueño, y el 76% exhibió hábitos



sociales poco saludables. Por lo tanto, se concluye que los hábitos de vida de los pacientes tuberculosos pulmonares asistentes en la micro red médica Pueblo Nuevo en Chincha durante el año 2021 se caracteriza en general como poco saludable. (17)

A nivel regional

Quispe, D. Rodríguez, D. (2022), titulado " actividades físicas deportivas y su influencia en el estilo de vida saludable en alumnos del 3ro año del Centro educativo Secundario A-28 Perú Birf de Azángaro, 2021", la finalidad fue determinar el impacto del estilo de vida saludable y la actividad física deportiva en estudiantes de 3ro grado de la institución educativa durante el año 2021. La metodología empleada incluyó una población compuesta por 860 estudiantes, de los cuales se seleccionó unas muestras representativas de 32 educandos del tercer ciclo, sección "B", utilizando las técnicas de muestreos no probabilísticos o deliberados. Esto aseguró la representatividad de la muestra seleccionada en el estudio. Durante la investigación, se aplicaron métodos científicos, tanto deductivos como inductivos, así como técnicas estadísticas para obtener conclusiones robustas. El tipo de investigación se clasificó como básica, con unos enfoques cuantitativos y unos diseños no experimentales, descriptivos correlacionales transaccionales. Para las recolecciones de datos, se empleó las técnicas de las encuestas, respaldada por una ficha de observación que comprendía 15 preguntas por variable, cada una de ellas abordando tres dimensiones diferentes. Los resultados obtenidos arrojaron que las actividades físicas deportivas ejercen unas influencias positivas en el estilo de vidas saludables de los educandos del tercer ciclo del Centro



de educación Secundario A-28 Perú Birf de Azángaro. Este hallazgo está respaldado por un coeficiente de correlación de Pearson de 0,84, lo que indica una fuerte correlación positiva. Además, los datos obtenidos de la prueba de hipótesis mediante el método T de Student mostraron que la Tc obtenida fue de 8,4756, superando la Tt de 2,042 (para 30 grados de libertad), lo que confirma la relación de asociación entre la física del deporte y el estilo de vida saludable en este caso. grupo de estudiantes. (18)

Quispe, I. (2022), titulado "Estilos de vida relacionada con el tratamiento de pacientes tuberculosos en el Centro de Salud Cono sur Juliaca". Uno de los hallazgos destacados es que el 38.71% de los pacientes tiene edades comprendidas entre 30 y 49 años, con una mayoría del 80.65% del género masculino. En cuanto al nivel educativo, cabe destacar que el 38,71% tiene secundaria completa y el 35,48% son solteros. Por ocupación, el 38,71% de los pacientes eran trabajadores. De las experiencias de los pacientes durante el tratamiento, el 48,39% de los pacientes sintió algún grado de dolor y malestar al realizar actividades y el 41,94% de los pacientes expresó algún grado de dependencia de algún medicamento o terapia. Además, se encontró que el 45,16% de los pacientes refirió tener suficiente energía para realizar las actividades diarias y el 48,39% refirió que sentía que le resultaba fácil desplazarse de un lugar a otro durante las actividades diarias. En cuanto a la satisfacción con sus actividades diarias, el 41.94% se siente algo satisfecho. Del mismo modo, el 38.71% disfruta en cierta medida de la vida y considera que tiene sentido, y el mismo porcentaje refiere cierta satisfacción con su apariencia física y está satisfecho consigo



mismo. En relación a las condiciones de su lugar de residencia, el 51.61% lo considera Normales, mientras que el 58.06% reporta tener acceso a los servicios de salud. Cabe señalar que todas estas variables del estudio han mostrado significancia en $p < 0,05$. En conclusión, en términos de calidad del tratamiento, se observó que el 48.39% de los pacientes lo califica como regular, el 32.26% como bueno y el 19.35% como deficiente. Estos resultados brindan información detallada sobre las percepciones de los pacientes y las experiencias de tratamiento, destacando las fortalezas y áreas potenciales de mejora en la atención de la tuberculosis en el Centro de salud cono Sur. (19).

Chipana, K. (2023) titulado "Comportamiento de apoyo social en familias de pacientes tuberculosos y su impacto en el cumplimiento del tratamiento" este estudio desea analizar el comportamiento de apoyo social en las familias y su impacto en el cumplimiento al tratamiento de los pacientes que padecen tuberculosis. El diseño utilizado fue no experimentales, descriptivos, relacionales y transversales sobre una muestra de 43 pacientes. Este enfoque nos permitió obtener información detallada sobre los comportamientos familiares de los pacientes con TB y su relación con el cumplimiento del tratamiento en el área de estudio mencionada anteriormente. El estudio sobre el impacto del apoyo social en el cumplimiento al tratamiento en pacientes tuberculosos reveló varios hallazgos destacables en relación con los comportamientos familiares. En particular, la mayoría de los pacientes (51,16%) tenían entre 26 y 39 años, siendo los hombres la mayoría con un 62,79%. Además, se descubrió que



una proporción importante (58,14%) recibió información sobre el tratamiento de otros miembros de la familia, como sus hijos o tíos. En cuanto a la situación económica, el 46,51% de los pacientes reportó ingresos superiores a los 950 soles, mientras que el 48,84% pertenecía a familias nucleares. La prestación de apoyo durante el tratamiento es un factor clave en la etapa de recuperación de pacientes con tuberculosis. Un porcentaje importante, el 53,49%, recibe el apoyo incondicional de sus seres queridos, mientras que un porcentaje aún mayor, el 74,42%, se beneficia de un entorno familiar solidario. Emocionalmente, el 58,14% de los pacientes recibe atención de sus familiares, quienes les ofrecen simpatía y empatía. La integración familiar también es evidente, ya que el 58,14% de los pacientes comparte las comidas con sus seres queridos. Sin embargo, cuando se trata de prácticas de higiene, sólo el 53,49% reporta rutinas regulares y una ventilación adecuada. Las variables son significativas con valores de p menor a 0,05. En términos de adherencia al tratamiento, un alentador 81,40% de los pacientes demuestra cumplimiento, mientras que un 18,60% tiene problemas con la adherencia. Esto enfatiza la importancia del comportamiento familiar y el apoyo de la sociedad en el tratamiento y recuperación de la tuberculosis. Está claro que el apoyo familiar, junto con las condiciones socioeconómicas, juega un papel vital para garantizar resultados exitosos para los pacientes con esta enfermedad (20).

2.2. MARCO TEÓRICO

1. Estilo de vidas



Son factores relacionados al comportamiento de una persona, incluidos los aspectos físicos, psicológicos, alimenticios y culturales, que caracterizan el estilo de vida de un individuo o comunidad. Este concepto surgió originalmente en la década de 1910 y desde entonces ha desempeñado un papel fundamental en la comprensión de cómo las elecciones y prácticas cotidianas influyen en la salud, la felicidad y la identidad de los niños (21)

El estilo de vida es un comportamiento que puede mejorar o aumentar los riesgos para la salud de una persona. Esta teoría postula que la salud y la enfermedad están influenciadas por una serie de factores interrelacionados, incluida la biología humana, el lugar en el que se desarrolla una persona. Estos componentes interactúan de manera compleja y dinámica, determinando la salud de la población. Por lo tanto, comprender y considerar las opciones de los hábitos de vida de las personas para mejorar la salud y prevenir distintas enfermedades. (22).

1.1. Hábitos alimenticios

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los hábitos alimenticios abarcan un conjunto de prácticas y comportamientos que influyen en la manera en que las personas y los grupos eligen, preparan y consumen alimentos. Estas costumbres alimenticias pueden variar ampliamente entre diferentes culturas, regiones y comunidades, y están moldeadas por una variedad de factores, como tradiciones culturales, disponibilidad de alimentos, factores



socioeconómicos, influencias familiares y sociales, así como también consideraciones de salud y preferencias personales. Por lo tanto, comprender los hábitos alimenticios es crucial para promover dietas saludables y abordar los desafíos relacionados con la malnutrición y las enfermedades crónicas (23)

Una dieta saludable se define como aquella que proporciona todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para mantener la salud. Estos nutrientes esenciales incluyen proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales y agua. Cada uno de estos componentes realiza funciones importantes en el cuerpo, desde proporcionar energía hasta apoyar el crecimiento y desarrollo adecuados, además de proteger contra enfermedades y mantener una función corporal óptima. Por tanto, una dieta equilibrada que incluya una variedad de alimentos de diferentes grupos alimentarios es fundamental para garantizar una salud óptima y prevenir deficiencias nutricionales. (24)

Para cultivar hábitos alimentarios saludables, es esencial seguir algunas recomendaciones nutricionales clave: Carne y pescado: Consuma mínimo 2 a 3 trozo de carne sea de ave o pez cada semana. El pescado blanco bajo en grasa y el pescado azul son ricos en grasas saludables como los ácidos grasos omega-3, que son especialmente beneficiosos para la salud del corazón. Estos alimentos contienen proteínas de alta calidad y una variedad de vitaminas y minerales necesarios para el óptimo funcionamiento del organismo. Además, los



huevos son una excelente fuente de proteínas y otros nutrientes importantes que puedes incluir regularmente en tu dieta.

Las frutas y los jugos de frutas son componentes clave de una dieta equilibrada, ya que ofrecen una amplia gama de nutrientes esenciales para la salud. Estos incluyen agua, azúcar natural, vitamina como las vitaminas C y el caroteno, mineral como los potasio y los selenios, así como fibra dietética. Se recomienda consumir frutas enteras diariamente, ya que proporcionan no solo vitaminas y minerales, sino también fibras dietéticas, la cual desempeñan unos papeles cruciales en la salud digestiva y metabólica. A diferencia de los jugos de frutas, que pueden carecer de fibra y concentrar más azúcares, las frutas enteras ofrecen un equilibrio óptimo de nutrientes y promueven una mejor saciedad. Por lo tanto, se aconseja priorizar el consumo de frutas enteras como parte de una dieta balanceada para obtener el máximo beneficio nutricional y mantener un estilo de vida saludable.

Las verduras y hortalizas son esenciales para una alimentación equilibrada y saludable, ya que son unas fuentes abundantes de vitamina, mineral, fibras y antioxidante. Consumirlas diariamente es fundamental para obtener todos los nutrientes necesarios para mantener una buena salud. Se aconseja incorporar verduras y hortalizas en la dieta diaria, preferiblemente en su forma cruda o mínimamente cocida, como ensaladas o acompañamientos, para conservar al máximo su contenido vitamínico y mineral. Se recomienda un consumo mínimo de 300 gramos al día, lo que equivale



aproximadamente a dos porciones, aunque se anima a consumir alrededor de 400 gramos para obtener un mayor beneficio nutricional. Al incluir una variedad de verduras y hortalizas en la dieta, se garantiza la ingesta de una amplia gama de nutrientes esenciales que contribuyen a la salud general y al bienestar. Por lo tanto, es importante priorizar el consumo regular de estos alimentos para mantener unos estilos de vidas saludables y prevenir enfermedades.

Los lácteos, que incluyen la leche, yogur, queso y otros derivados lácteos, son una parte fundamental de una dieta equilibrada. Son ricos en proteínas de altas calidades, lactosas, vitamina como la A, D, B2 y B12, y son especialmente destacables por su aporte de calcio, esencial para la salud ósea y dental, así como para prevenir la osteoporosis. Se recomienda consumir de 2 a 4 porciones de lácteo por día, ajustando la cantidad según las edades y las necesidades fisiológicas individuales, como el embarazo o la lactancia. En adultos, se aconseja optar por lácteos desnatados, ya que contienen menos calorías, grasas saturadas y colesterol, lo que puede ser beneficioso, especialmente en casos de Sobrepesos, Obesidades o problemas cardiovasculares. Incorporar lácteos en la dieta diaria es una excelente manera de asegurar la ingesta adecuada de nutrientes esenciales para la salud óptima, como el calcio y las vitaminas mencionadas anteriormente. Por lo tanto, es importante incluir una variedad de lácteos en la alimentación para promover una nutrición completa y equilibrada.



Las legumbres, como los garbanzos, las habas y las lentejas, son una parte esencial de una dieta equilibrada. Son ricas en hidratos de carbono, fibra, vitaminas y minerales, y su consumo regular puede tener beneficios significativos para la salud. Se ha demostrado que las legumbres pueden ayudar en las prevenciones de los cánceres de colon y en las reducciones de nivel de colesterol, lo que las convierte en un componente importante de una dieta saludable. Se recomienda consumir al menos de 2 a 3 porciones de legumbres por semana, lo que equivale aproximadamente a 60-80 gramos en crudo o 150-200 gramos cocidos por porción. Las legumbres son versátiles y pueden incorporarse fácilmente en una variedad de platos, como ensaladas, guisos, sopas y curry.

El azúcar, los dulces y las bebidas azucaradas, aunque pueden aportar energía y mejorar el sabor de los alimentos y bebidas, no son imprescindibles en una dieta equilibrada, también son de rápida digestión. El azúcar de mesa y la miel, con considerados no esenciales y deben consumirse moderadamente y ocasionalmente. Aunque el azúcar puede proporcionar una sensación agradable, consumir demasiada azúcar puede provocar efectos negativos para la salud. El consumo elevado de azúcar puede contribuir al aumento de peso y a enfermedades como la diabetes tipo 2 y las caries. Por lo que debes limitar la cantidad de azúcar añadido en tu dieta y, si es posible, elegir alternativas más saludables.



Las grasas juegan un papel esencial en nuestra salud, ya que son componentes importantes de las membranas celulares y otras estructuras de nuestro cuerpo. Sin embargo, es importante consumirlos de forma equilibrada y elegir fuentes saludables de grasas. Debe limitarse el consumo de grasas saturadas, que se encuentran principalmente en productos de origen animal, como carnes grasas, embutidos y productos lácteos enteros. El exceso de grasas saturadas puede aumentar el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas y otros problemas de salud.

El agua juega un papel importante en el mantenimiento de la vida y el funcionamiento normal de nuestro cuerpo. Es un componente importante de nuestras células y tejidos y participa en casi todas las funciones biológicas, desde la digestión hasta la regulación de la temperatura corporal. Beber suficiente agua es esencial para mantenerse hidratado, lo que a su vez proporciona varios beneficios para la salud. El agua no sólo previene la deshidratación, sino que también facilita la digestión y el transporte de nutrientes, regula la temperatura corporal, lubrica las articulaciones y elimina toxinas del cuerpo a través de la orina y el sudor. Se recomienda beber de 6 a 8 vasos de agua al día, aunque esta cantidad puede variar dependiendo de factores individuales como el sexo, la edad, el nivel de actividad física y la temperatura ambiente. Tenga en cuenta que esta cantidad también incluye otras fuentes de líquidos, como infusiones y caldos de verduras.



1.1.1. Actividad, ejercicio

Las actividades físicas engloban unas amplias gamas de movimiento corporal que implican el uso de los músculos esqueléticos y requieren un gasto energético. Estos movimientos, cuando se realizan de forma regular y constante, pueden proporcionar beneficios para la salud. El ejercicio es una forma específica de realizar actividades físicas que implica movimientos del cuerpo repetitivamente, decididos y estructurados destinados a mejorar o mantener uno o más aspectos de la aptitud física. Al comprometerse con una rutina de ejercicio regular, las personas pueden mejorar su resistencia cardiovascular, fortaleza muscular, flexibilidad y coordinación. Además, el ejercicio regular también puede ayudar a controlar el peso corporal, reducir el riesgo de enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2 y la enfermedad cardiovascular, así como mejorar el estado de ánimo y promover el bienestar emocional., según Ramírez Hoffman (2002)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la actividad física como cualquier movimiento corporal que requiera un gasto de energía. Este amplio concepto incluye tanto actividades cotidianas como caminar o subir escaleras como actividades deportivas más organizadas. Cabe destacar que un estilo de vida sedentario, caracterizado por la falta de actividad física, puede aumentar el riesgo de padecer diversas enfermedades. El sedentarismo, la inactividad durante largos periodos de tiempo, está estrechamente relacionado con el aumento de peso, la acumulación de tejido graso y el desarrollo



de trastornos metabólicos. Además, las personas sedentarias tienden a tener hábitos alimentarios menos saludables, lo que puede contribuir a problemas de salud.

La combinación de inactividad física y una dieta desequilibrada puede provocar cambios metabólicos y aumentar el riesgo de enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer. (25).

1.1.2. Descanso y sueño:

Descansar puede aportarnos importantes beneficios para la salud física y mental de una persona. Durante este período de descanso, el cuerpo se regenera, se restablecen las funciones mentales y se procesan las impresiones del día. Los estudiantes universitarios, en particular, necesitan dormir lo suficiente para mantener un rendimiento académico óptimo y una buena salud en general. Los expertos recomiendan que los adultos jóvenes, como los estudiantes universitarios, duerman al menos 7 horas cada noche. Esta cantidad de sueño garantiza una recuperación adecuada del cuerpo y la mente, lo que se traduce en un mejor estado de ánimo, una mayor capacidad intelectual, una mejor memoria y concentración. (26)

Dormir es una actividad vital para nuestra salud y bienestar general, y su importancia no debe subestimarse. La cantidad y calidad del sueño que necesitamos varía según nuestra edad y estilo de vida. Según la Fundación Nacional del Sueño, el adulto debe de descansar al menos



7 a 9 horas durante la noche para que pueda mantener una buena salud tanto física y mental. Además de la duración del sueño, es importante tener en cuenta el entorno en el que dormimos. Una cama cómoda, una almohada y ropa de dormir adecuada que se pueda ajustar a la temperatura ambiente y a nuestras preferencias personales pueden mejorar significativamente la calidad del sueño. Establecer una rutina regular para irse a dormir y despertarse ayuda al cuerpo a regular su reloj interno, lo que puede facilitar conciliar el sueño y despertarse sintiéndose descansado y rejuvenecido. Esto incluye mantener un horario constante incluso los fines de semana. La actividad física regular durante el día puede promover un sueño más reparador por la noche, pero es importante evitar el ejercicio vigoroso justo antes de acostarse, ya que puede ser estimulante y dificultar conciliar el sueño. Evitar bebidas estimulantes como el café y el alcohol antes de acostarse, así como cenar temprano para permitir una digestión adecuada, también pueden mejorar la calidad del sueño. Además, crear un ambiente propicio para dormir en la habitación, controlando la iluminación, el ruido y la temperatura, puede contribuir en gran medida a un sueño reparador y revitalizante. En resumen, adoptar hábitos saludables relacionados con el sueño y el estilo de vida puede tener un impacto positivo en nuestra salud y bienestar general. Al priorizar el sueño y seguir estas recomendaciones, podemos mejorar nuestra calidad de vida y sentirnos más energizados y alertas durante el día. Es fundamental reconocer que ciertas rutinas y hábitos pueden afectar negativamente



la calidad y duración del sueño, lo que puede tener consecuencias significativas para nuestra salud y bienestar general. El uso excesivo de dispositivos electrónicos, como computadoras y teléfonos móviles, antes de dormir, se ha convertido en una práctica común en la sociedad moderna, pero puede tener efectos adversos en nuestro sueño. La luz azul emitida por estos dispositivos electrónicos puede suprimir la producción de melatonina, la hormona que regula el ciclo sueño-vigilia, lo que dificulta conciliar el sueño y reduce la calidad del mismo. Para contrarrestar este efecto, es recomendable apagar los dispositivos electrónicos al menos una hora antes de acostarse, permitiendo que el cuerpo se prepare naturalmente para dormir. La falta de sueño no solo conduce a la fatiga y el cansancio durante el día, sino que también puede tener efectos negativos en nuestra apariencia física, como la aparición de ojeras y la sensación de pesadez en los ojos. Además, la privación crónica del sueño puede aumentar el riesgo de desarrollar una variedad de problemas de salud, incluidas enfermedades cardiovasculares, metabólicas y mentales. Es importante tener en cuenta que no solo la cantidad de sueño es importante, sino también el momento en que dormimos. Las personas que trabajan de noche o tienen horarios irregulares pueden experimentar dificultades para conciliar el sueño durante el día debido a la falta de oscuridad y a las condiciones ambientales diferentes. Esto puede llevar a una sensación de fatiga crónica y afectar negativamente su salud física y mental. En resumen, es fundamental adoptar hábitos saludables relacionados con el sueño y limitar el uso



de dispositivos electrónicos antes de acostarse para garantizar un descanso adecuado y promover una buena salud a largo plazo. Priorizar el sueño y crear un entorno propicio para dormir son pasos importantes para mejorar nuestra calidad de vida y bienestar general. El sueño desempeña un papel fundamental en nuestra salud y bienestar general, y su importancia se extiende a varios aspectos de nuestra vida cotidiana. Uno de los efectos más evidentes de la alteración del sueño es su impacto en el funcionamiento del sistema digestivo, lo que puede llevar a trastornos digestivos debido a la alteración del ritmo circadiano del cuerpo. Los beneficios del sueño para la salud son numerosos y variados. Por ejemplo, el sueño adecuado mejora el aprendizaje y la memoria al ayudar en la consolidación de la información aprendida durante el día. Durante el sueño, nuestro cerebro procesa y almacena los recuerdos más significativos, lo que contribuye a un mejor rendimiento cognitivo. Además, el sueño juega un papel importante en la regeneración y el funcionamiento óptimo de nuestro organismo. Durante el descanso tienen lugar importantes procesos de reparación y regeneración a nivel celular, fortaleciendo el sistema inmunológico y mejorando la salud general. También se ha demostrado que el sueño adecuado está relacionado con un mejor control del peso y la prevención de enfermedades cardiovasculares. Cuando no se duerme lo suficiente, el cuerpo experimenta un aumento en la producción de hormonas relacionada con los estreses, como los cortisolos y las adrenalinas, lo que puede elevar las presiones arteriales y aumentar el riesgo de



enfermedades cardíacas. Por el contrario, durante el sueño, la presión arterial tiende a disminuir y el sistema circulatorio tiene menos trabajo, lo que contribuye a la salud cardiovascular. (27).

El índice de masa corporal (IMC) es una medida utilizada ampliamente para evaluar si una persona tiene un peso saludable en relación con su estatura. Es una herramienta simple y estándar que proporciona una indicación general del estado nutricional de un individuo.

La fórmula es la siguiente: $IMC = \text{peso (Kg)} / \text{estatura (m}^2\text{)}$ y dependiendo del resultado de esta situación, se podrá indicar que la persona se encuentra con peso:

- Bajo Menos de 18.50 kg.
- Normales 18.50 a 24.90 kg.
- Sobrepesos 25.00 a 29.90 kg.
- Obeso Más de 30 Kg. (25)

1.1.3. Mediciones antropométricas

Las mediciones antropométricas son herramientas importantes utilizadas en la evaluación del estado nutricional y la salud de las personas adultas. Estas mediciones proporcionan información valiosa sobre la composición corporal, el peso y la distribución de la grasa corporal, entre otros aspectos relevantes para la salud.

1.1.4. Toma del peso



Las condiciones para el uso adecuado de una balanza mecánica de plataforma son esenciales para garantizar mediciones precisas y confiables en el contexto de la evaluación del peso corporal de las personas. Aquí están algunas recomendaciones importantes para su ajuste y mantenimiento:

Calibración periódica: Es fundamental calibrar la balanza mecánica de plataforma regularmente para asegurar su precisión. Esto se logra utilizando pesas patrones de pesos conocidos previamente pesadas en balanzas certificadas. Se recomienda realizar esta calibración periódicamente según las normativas y estándares establecidos.

Kit de pesas patrones: Cada microrred de salud debe contar con unos kits de pesa patrón, que son pesas diseñadas específicamente para reproducir el valor de peso conocido y servir como referencias en las calibraciones de balanza. Este kit debe incluir pesas de diferentes capacidades, como unidades de 5 kg y 10 kg, para cubrir una amplia gama de mediciones.

Resolución de la balanza: La resolución de la balanza mecánica de plataforma se refiere al valor mínimo medible entre dos valores consecutivos. En este caso, la resolución debe ser de 100 g, lo que significa que la balanza puede detectar cambios de peso de al menos 100 g entre mediciones sucesivas, es importante realizar un ajuste de la balanza para asegurar su correcto funcionamiento. Esto implica verificar que la balanza esté nivelada, libre de obstrucciones y que las partes móviles se muevan suavemente. También se debe observar cualquier indicación de desgaste o daño en los componentes de la balanza y realizar las reparaciones necesarias.



1.1.5. Medición de la talla

Condiciones para el uso del tallímetro fijo de madera: Este dispositivo se utiliza para medir la altura de personas adultas y debe ser colocado sobre una superficie nivelada y libre de objetos que puedan interferir. El tablero del tallímetro debe estar apoyado firmemente en un espacio plano y firme, manteniendo un ángulo con el piso. Durante la verificación del tallímetro, se debe ver que el tope móvil se deslice de manera suave y constante, sin movimientos bruscos, y que la cinta métrica esté correctamente adherida al tablero y sea claramente legible en términos de numeración. Además, se deben comprobar las condiciones de estabilidad del tallímetro para garantizar mediciones precisas y consistentes (28)

2.3. MARCO CONCEPTUAL

Caso nuevo.

Se trata de un nuevo caso diagnosticado con tuberculosis pulmonar confirmada mediante resultados positivos en el frotis directo, cultivo o prueba molecular (29)

Caso nuevo de tuberculosis pulmonar sin confirmación bacteriológica.

Se refiere a un caso reciente de tuberculosis pulmonar que ha sido sometido a un seguimiento diagnóstico, mostrando resultados negativos en la bacteriología. Sin embargo, se decide iniciar el tratamiento antituberculoso basado en otros criterios clínicos o de evaluación médica (30)



Caso de tuberculosis abandono recuperado-

Se trata de una persona diagnosticada con tuberculosis que interrumpe su tratamiento durante un período de treinta días seguidos y luego vuelve a buscar atención médica con una prueba de baciloscopia positiva. Aunque en ocasiones la baciloscopia puede arrojar resultados negativos, los criterios clínicos y radiológicos confirman la presencia de tuberculosis activa (31)

Caso de tuberculosis recaída.

Se trata de una persona que, tras ser declarada como curada de cualquier forma de tuberculosis, con confirmación mediante bacteriología negativa después de completar un ciclo completo de tratamiento, muestra signos de enfermedad activa nuevamente. (32)

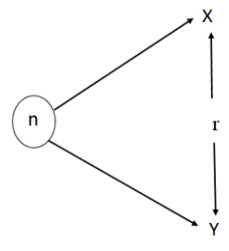
CAPÍTULO III

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño adoptado es el no- experimental, de corte transversal y con respecto al nexo entre las variables, es el correlacional.

El diseño es el procedimiento estandarizado concebido para responder a las preguntas del investigador, aquí se usó un diseño para responder a la hipótesis y representamos mediante la figura siguientes.



Dónde:

n = Muestra

X = Estilos de vida

Y = Estado nutricional

r = Relación



3.2. TIPO APLICADO EN LA INVESTIGACIÓN

El trabajo que se ha realizado, es tipificado como investigación básica, porque su propósito es indagar las relaciones que existen entre el estilo de vidas y estados nutricionales de enfermos con peste blanca.

ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

La investigación cuantitativa se enfoca en recolectar y analizar datos numéricos para identificar tendencias, establecer promedios, realizar predicciones, verificar relaciones y obtener resultados generales de poblaciones grandes. Este enfoque permite una comprensión objetiva y cuantificable de los fenómenos estudiados, lo que ayuda a obtener conclusiones sólidas y basadas en evidencia.

Centrándonos en el trabajo, se adoptó al método científico.

3.3. POBLACIÓN Y MUESTRA

Población

La población de estudio incluyo a todos los pacientes con tuberculosis de la micro red san gabán, que son 23 pacientes.

Población de estudio y muestra

LUGAR	No. PACIENTES	PORCENTAJE
Loromayo	04.....	17
Lechemayo.....	03.....	13
Cuesta Blanca.....	04.....	17
Puerto Manoa	05	23
San Gabán	03.....	13
Chacaneque.....	04.....	17
TOTAL	23	100



Muestra

No tengo muestreo por qué la población es pequeña por lo tanto se trabajará con toda la población.

3.4. TÉCNICA, E INSTRUMENTO

Técnica de recolección:

V1 = Estilos de vida

T = Encuesta

V2= Estado nutricional

T = Observación

Instrumento de recolección:

V1 =Estilos de vida

I =Cuestionario

V2= Estado nutricional

I= Observación

Fuente del instrumento:

V1 =Estilos de vida

F = Propia

V2= Estado nutricional

F= Ministerio de Salud (MINSA)

3.5. FIABILIDAD Y VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

Es cierto que en la práctica es difícil lograr mediciones perfectas, ya que siempre existe cierto grado de error asociado. Sin embargo, es importante minimizar este error tanto como sea posible para garantizarse las fiabilidades y valideces de las mediciones. La confiabilidad se refiere a la



consistencia y estabilidad de las mediciones a lo largo del tiempo y entre observadores, mientras que la validez se refiere a la precisión y el grado en que una medición refleja verdaderamente el concepto que se pretende medir.

Fiabilidad del instrumento

El coeficiente alfa de Cronbach es una medida comúnmente utilizada para evaluar la fiabilidad de un conjunto de ítems en un cuestionario o escala de medición. Este coeficiente produce un valor que oscila entre 0 y 1, donde valores más cercanos a 1 indican una mayor consistencia interna entre los ítems y, por lo tanto, una mayor fiabilidad de la escala.

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right)$$

Donde:

K = Numero de preguntas del cuestionario (10)

S_i^2 = Varianza del instrumento

S_T^2 = Varianza de la suma de las preguntas

Se utiliza el software SPSS y se determinó según los rangos del coeficiente alfa de Cronbach.

Según Pino los rangos de Explicación de categorías de coeficiente alfa

- | | | |
|------|-----------|-------------------------|
| i) | 0 | excluyente |
| ii) | 0,01-0,10 | Bajo inaceptable |
| iii) | 0,11-0,20 | Regular/poco aceptable |
| iv) | 0,21-0,50 | Bueno/ aceptable |
| v) | 0,51-1,00 | Muy bueno/muy aceptable |



Estadísticas de fiabilidades	
Alfas de Cronbachs	N° de elemento
,825	13

El índice de alfas de Cronbachs $\alpha = 0,825$ indica que el cuestionario es muy confiable para recabar la información requerida.

Validez del instrumento

La validez de contenido es un aspecto fundamental en la evaluación de la calidad de un instrumento de medición. Se refiere a la medida en que un instrumento de medición realmente mide el constructo que se pretende medir y si los ítems o preguntas incluidos en el instrumento son representativos y exhaustivos del constructo en cuestión.

Cálculo del coeficiente de validación

$$Ivje = \frac{PO}{75} 100$$

Donde:

Ivje = Índice de validación de juicio de expertos

PO = Puntaje obtenido según evaluación del experto

Escala de validación de juicio de expertos

- i) 00 – 20% Muy baja/observado
- ii) 21 – 40% Baja/observado
- iii) 41 – 60% Regular/observado
- iv) 61 – 80% Alta/requiere reajuste
- v) 81 – 100% Muy alta/apto aplicable

3.6. DISEÑO DE CONTRASTACION DE HIPOTESIS

En esta sección, utilizaremos la prueba no paramétrica, mediante el estadígrafo Chi cuadrado de Pearson.

Nivel de significancia de la hipótesis estadística

i) H_0 : No, existe relación directa y significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional en pacientes con tuberculosis en la Micro Red San Gabán, en el año 2023.

H_a existe una relación directa y significativa entre el estilo de vida y el estado nutricional de los pacientes con tuberculosis. en la Micro Red San Gabán, en el año 2023.

ii) Nivel de significancia

$$\alpha = 0,05$$

iii) Grados de libertad

$$GL = (f-1) (c-1)$$

iv). Estadístico de prueba

$$X_c^2 = \frac{\sum (fo - fe)^2}{fe}$$

Dónde:

X_c^2 = Chi cuadrado calculada

fo = frecuencia observada

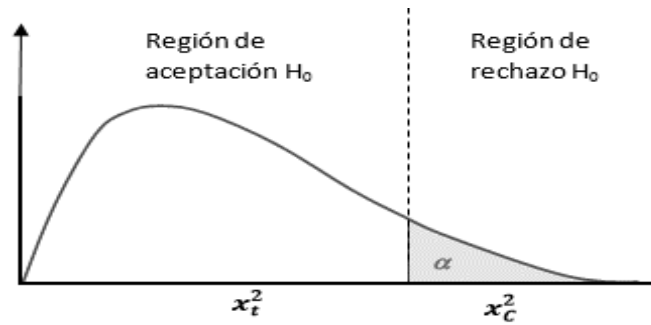
fe = frecuencia esperada

\sum = sumatoria

v) Región de rechazo y aceptación

Figura 1.

Región de aceptación



vi). Toma de decisiones

Cuando resulta la relación: $X_c^2 > X_t^2$.se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS

Es importante recordar el objetivo principal del trabajo: Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán.

Estadísticamente cada una de las tablas muestran un p-valor 0,00 que es menor a 0,05 (significancia) con lo que se valida el logro de los objetivos general y específico del trabajo de tesis.



TABLA 1. Mantener horario relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Horarios	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
1 Vez al día	1	4.00	2	9.00	3	13.00
2 Veces al día	0	0.00	4	17.00	4	17.00
3 Veces al día	10	44.00	6	26.00	16	70.00
Total	11	48.00	12	52.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 7,740$

$p = 0,021$

$Chi^2_t = 5,9915$

$GI = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 1 muestran que 70% de los participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán mantiene un horario para su alimentación 3 veces al día, el 17% lo tomaba 2 veces al día y el 13% lo tomaba solo 1 vez al día.

Entre los pacientes con bajo peso el 44% de pacientes con tuberculosis con bajo peso comían tres veces al día, y los pacientes con peso normal el 26% de los pacientes con tuberculosis lo tomaban tres veces al día y el 17% lo tomaban dos veces al día.

Realizar una prueba de chi-cuadrado no paramétrica a través de indicadores: mantener horario para su alimentación, según el IMC en pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi^2_c = 7,740 > Chi^2_c = 5,9915$, $GL=2$; el nivel de significancia es valor $p = 0,021 < 0,05$. Por tanto, la dimensión hábitos alimentarios: mantienen relación muy significativa con el estado nutricional según el IMC de los participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 2 Consumo de agua relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Consumo de agua	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
4 Vasos al día	3	13,00	0	0.00	3	13.00
6 Vasos al día	0	0.00	8	35.00	8	35.00
8 Vasos al día	6	26.00	6	26.00	12	52.00
Total	9	39.00	14	61.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$$Chi^2_c = 8,081$$

$$p = 0,043$$

$$Chi^2_t = 5,9915$$

$$G1 = 2$$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 2 muestra que 52% de los participantes con tuberculosis de la Micro Red de San Gabán bebían 8 vasos de agua por día: el 35% bebía 6 vasos de agua por día y el 13% bebía solo 4 vasos de agua por día.

Entre los pacientes con tuberculosis de peso normal, el 35% bebía 6 tazas al día y el 26% bebía 8 veces al día. Entre los pacientes con bajo peso, el 26% bebía 8 vasos de agua al día y el 13% bebía 4 vasos de agua al día

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que bebe agua, según el IMC en pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 8,081 > Chi_t^2 = 5,9915$, $GL = 2$; nivel de significancia $p = 0,043 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantiene relación con el estado nutricional según el IMC de los participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 3. Refrigerio relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Refrigerio	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
N	%	N	%	N	%	
Frutas	4	17.00	2	9.00	6	26.00
Frutos secos	2	8.00	8	35.00	10	43.00
Verduras	0	0.00	5	22.00	5	22.00
Yogur	2	9.00	0	0.00	2	9.00
Total	8	34.00	15	66.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 11,064$

$p = 0,011$

$Chi^2_t = 7,8147$

$GI = 3$

ES SIGNIFICATIVA.



Tabla 3 muestra que 43% de los participantes con tuberculosis en la Micro Red de San Gabán consumieron nueces, el 26% consumieron frutas, el 22% consumieron verduras y el 9% consumieron yogur.

Entre los pacientes con un peso normal 35% consumían nueces y el 22% consumían nueces. Entre los pacientes con bajo peso, el 17% consumía fruta, el 9% consumía yogur y el 8% consumía frutos secos.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que consumió en su refrigerios, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi^2_c = 11,064 > Chi^2_t = 7,8147$, GL= 3; nivel de significancia de $p = 0,011 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantiene relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 4. Ingerir alimentos al día relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Ingerir alimentos al día	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
N	%	N	%	N	%	
2 Veces al día	4	17.00	0	0.00	4	17.00
3 Veces al día	0	0.00	8	35.00	8	35.00
3 Veces más 1 refrigerio al día	7	30.00	4	18.00	11	48.00
Total	11	47.00	12	53.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 16,489$

$p = 0,001$

$Chi^2_t = 5,9915$

$GI = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 4 muestra que 48% de participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, ingieren habitualmente sus alimentos 3 veces más un refrigerio al día, el 35% 3 veces al día y el 17% 2 veces al día.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal 35% se alimentan 3 veces al día, pero, el 18% de pacientes se alimentan 3 veces más un refrigerio. De los pacientes con Peso bajo se alimentan también 3 veces al día más un refrigerio, pero, el 17% de los pacientes del mismo grupo se alimentan 2 veces.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que consumió sus alimentos al día, según el IMC de pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 16,489 > Chi_t^2 = 5,9915$, GL= 2; nivel de significancia p-valor = $0,001 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantiene relación con el estado nutricional según el IMC de los participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 5. Consumo de grasas relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
Raras veces	4	17.00	2	9.00	6	26.00
Casi siempre	2	9.00	8	35.00	10	43.00
Siempre	7	30.00	0	0.00	7	31.00
Total	13	56.00	10	44.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 10,676$

$p = 0,005$

$Chi^2_t = 5,9915$

$GI = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 5 muestra que 43% de participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán: consumen casi siempre grasas y frituras, el 31% consumen siempre grasas y frituras, el 26% consumen raras veces grasas y frituras.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 35% consumen casi siempre grasas y frituras. De los pacientes con Peso bajo, el 30% de los pacientes siempre consumen grasas y frituras, el 17% raras veces consumen grasas y frituras.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que consumen comidas ricas en grasas y frituras, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 10,676 > Chi_t^2 = 5,9915$, $GL = 2$; nivel de significancia $p\text{-valor} = 0,005 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantiene relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023



TABLA 6. Caminata, bicicleteada y otros relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Caminatas, Bicicleteada y otros	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso < 18,5 kg		Normal 18,50 a 24,90 kg.		Total	
	N	%	N	%	N	%
1 Vez a la semana	2	9.00	3	13.00	5	22.00
2 Veces a la semana	4	17.00	8	35.00	12	52.00
3 Veces a la semana	2	9.00	2	8.00	4	17.00
4 Veces a la semana	2	9.00	0	0.00	2	9.00
Total	10	44.00	13	56.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$$Chi^2_c = 8,079$$

$$p = 0,044$$

$$Chi^2_t = 7,8147$$

$$GI = 3$$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 6 muestra que 52% de participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán: realizan caminatas, trotan, bicicletean, natación, bailan dos veces a la semana, el 22% realizan estas actividades una vez a la semana, el 17% lo hacen tres veces a la semana y el 9% cuatro veces a la semana.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 35% realizan caminatas, trotan, bicicleta, natación y bailan dos veces a la semana. De los pacientes con Peso bajo, el 22% lo hacen una vez a la semana, el 17% de los pacientes dos veces a la semana y el 9% lo hacen una y cuatro veces a la semana.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que practicas alguno de estas actividades como, por ejemplo: caminar, trotar, manejas bicicleta, natación, bailar o haces aeróbicos por 30 minutos, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 8,079 > Chi_t^2 = 7,8147$, GL= 3; nivel de significancia de $p\text{-valor} = 0,044 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantienen relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 7. Práctica deportes relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Práctica deportes	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
Básquet	4	17.00	0	0.00	4	17.00
Vóley	2	9.00	8	35.00	10	43.00
Futbol	5	21.00	2	9.00	7	30.00
Natación	2	9.00	0	0.00	2	9.00
Total	13	56.00	10	44.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 10,676$

$p = 0,014$

$Chi^2_t = 7,8147$

$GI = 3$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 7 muestra que 43% de participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán: practican vóley, el 30% practican futbol, el 17% practican básquet y el 9% prefieren natación.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 35% practican vóley De los pacientes con Peso bajo, el 21% de los pacientes prefieren básquet y el 9% de los pacientes optan por vóley y natación.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que practican estos deportes, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi^2_c = 10,676 > Chi^2_{\xi} = 7,8147$, GL= 3; nivel de significancia p-valor = 0,014 < 0,05. Por tanto, la dimensión hábitos alimentarios: mantienen relacion con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 8. Horas en dormir relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Duerme/ Horas	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso < 18,5 kg		Normal 18,50 a 24,90 kg.		Total	
	N	%	N	%	N	%
4 Horas	2	9.00	0	0.00	2	9.00
5 Horas	2	9.00	6	26.00	8	35.00
6 Horas	5	21.00	0	0.00	5	21.00
7 Horas	2	9.00	6	26.00	8	35.00
Total	11	48.00	12	52.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones

$Chi^2_c = 8,758$

$p = 0,033$

$Chi^2_f = 7,8147$

$GI = 3$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 8: muestra que 35% de los participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán duermen cinco horas y el otro grupo siete horas por noche, el 21% de los pacientes duermen seis horas y el 9% descansan cuatro horas por noche. Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 26% duermen 5 y 7 horas por noche. de los pacientes con Peso bajo, el 21% descansa 6 horas por noche y el 9% descansan 5 y 7 horas por noche.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que las horas que duermes durante la noche, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 8,758 > Chi_t^2 = 7,8147$, GL= 3; con un nivel de significancia de p-valor = $0,033 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantienen relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 9. Trasnocharse relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

Trasnoches	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
Nunca	4	17.00	4	17.00	8	35.00
Raras veces	2	9.00	6	26.00	8	35.00
Casi siempre	5	22.00	2	9.00	7	30.00
Total	11	48.00	12	52.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 8,758$

$p = 0,013$

$Chi^2_t = 5,9915$

$GI = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 9: muestra que 35% de participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, nunca se trasnochan y el otro 35% raras veces se trasnochan, por último, el 30% casi siempre se trasnochan.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 26% raras veces se trasnochan, el 17% nunca se trasnochan. De los pacientes con Peso bajo, el 22% de los pacientes casi siempre se trasnochan, el 17% nunca se trasnochan y el 9% raras veces se trasnochan.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que suelen trasnocharse cuando duermen, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 8,758 > Chi_t^2 = 5,9915$, GL= 2; nivel de significancia p-valor = $0,013 < 0,05$. Por tanto, el hábito alimentario: mantienen relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 10. Conciliar el sueño relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
Nunca	4	17.00	6	2.00	10	43.00
Raras veces	2	9.00	6	26.00	8	35.00
Casi siempre	5	22.00	0	0.00	5	22.00
Total	11	48.00	12	52.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 7,130$

$p = 0,028$

$Chi^2_t = 5,9915$

$Gl = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 10 muestra que 43% de los participantes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán: nunca concilian el sueño, el 35% raras veces concilian y el 22% casi siempre concilian el sueño.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 26% nunca y raras veces concilian el sueño. De los pacientes con Peso bajo, el 22% de los pacientes casi siempre concilian el sueño, el 17% nunca concilian el sueño.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La frecuencia con la que se les hace difícil conciliar el sueño, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi_c^2 = 7,130 > Chi_c^2 = 5,9915$, GL= 2; nivel de significancia $p\text{-valor} = 0,028 < 0,05$. Por tanto, hábito alimentario: mantienen relación con el estado nutricional según el IMC de participantes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán 2023.



TABLA 11. Consumir pastilla para dormir relacionado con el estado nutricional en pacientes con tuberculosis, Micro Red San Gabán 2023

	Estado Nutricional Según IMC					
	Bajo peso		Normal		Total	
	< 18,5 kg		18,50 a 24,90 kg.			
	N	%	N	%	N	%
Nunca	4	17.00	0	0.00	4	17.00
Algunas veces	2	9.00	12	52.00	14	61.00
Siempre	5	22.00	0	0.00	5	22.00
Total	11	48.00	12	52.00	23	100.00

Fuente: Consolidados de resultado de acuerdo a instrumento de recolecciones.

$Chi^2_c = 11,374$

$p = 0,003$

$Chi^2_t = 5,9915$

$GI = 2$

ES SIGNIFICATIVA



Tabla 11: muestra que 61% de participantes con tuberculosis de la Micro Red de San Gabán toma alguna vez pastillas para dormir, el 22% toma siempre pastillas para dormir y el 17% nunca toma pastillas para dormir.

Entre los pacientes con tuberculosis con peso normal el 52% tomaban pastillas para dormir sólo algunas veces, de los pacientes con peso bajo el 22% siempre tomaba pastillas y el 17% nunca tomaba pastillas.

Prueba de chi-cuadrado no paramétrica por indicador: La toma de pastillas para dormir, según el IMC de los pacientes que padecen tuberculosis, está relacionada con el estado nutricional, porque $Chi^2_c = 11,374 > Chi^2_t = 5,9915$, GL= 2; el nivel de significancia es valor $p = 0,003 < 0,05$. Así, según la Micro Red San Gabán, 2023 IMC de pacientes tuberculosos, dimensiones del estilo de vida: actividad mental del sueño se relacionan con el estado nutricional.

TABLA 12. Estado nutricional de los pacientes con tuberculosis

ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN IMC

	Frecuencia	Porcentaje
Bajo peso < 18,5 kg	13	56,50
Normales 18,50 a 24,90 kg.	10	43,50
Total	23	100,00

Fuente: Cuestionario acerca del estado nutricional en participantes que padecen tuberculosis.

La tabla 13 indica, que el 56,50% equivalente a 13 pacientes con tuberculosis muestra un Peso bajo (<18,50 kg); el 43,50% equivalente a 10 pacientes muestran un peso Normal (18,50 a 24,90 kg.). En definitiva, la mayoría de los pacientes de la Micro Red San Gabán con tuberculosis tienen un IMC bajo el periodo del 2023.



DISCUSIÓN

A través de una investigación de antecedentes. De la Cruz Castillo, concluyó en su artículo "Hábitos alimentarios de pacientes diagnosticados con tuberculosis y su relación con el estado nutricional" tiene una relación entre el consumo de alimentos y el estado nutricional de los enfermos con tuberculosis. Hay una correlación. Estado nutricional del paciente. Se puede observar que las conclusiones no concuerdan con lo expuesto, y no existen resultados cuantitativos que demuestren la relación que existe entre hábitos alimentarios y estado nutricional de los participantes con tuberculosis.

Sin embargo, en nuestro trabajo: Estilo de vida de los pacientes tuberculosos y su relación con el estado nutricional, Micro Red San Gabán 2023, concluimos que los estilos de vida y el estado nutricional en pacientes con tuberculosis se relacionan directa y significativamente con una ($P \leq 0.05$) según el IMC de los pacientes tuberculosos en la Micro red San Gabán 2023.



CONCLUSIONES

- PRIMERO.** El estilo de vida está relacionado con el estado nutricional según el IMC en pacientes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán en el periodo 2023, el nivel de relación es muy significativo alcanzando $P = < 0,05$.
- SEGUNDA.** El hábito alimentario se relaciona con los estados nutricionales según el IMC en los pacientes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán, 2023; cuya magnitud de la relación por indicadores muy significativos con una $P=< 0.05$.
- TERCERA.** La actividad de los ejercicios corporales se relaciona con los estados nutricionales según el IMC en pacientes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán, 2023; siendo la magnitud de la relación por indicadores muy significativos con una $P=< 0.05$.
- CUARTA.** La actividad mental del sueño se relaciona con los estados nutricionales según el IMC en los pacientes que padecen tuberculosis en la Micro Red San Gabán, 2023; siendo la magnitud de la relación por indicadores muy significativos con una $P=< 0.05$
- QUINTA** El 56,50% de los pacientes con tuberculosis muestra un Peso reducido ($<18,50$ kg); el 43,50% pacientes muestran un peso Normales (18,50 a 24,90 kg.). Entonces la mayoría de los pacientes de la Micro Red San Gabán con tuberculosis tienen un IMC bajo en el periodo del 2023



RECOMENDACIONES

- PRIMERO.** A la profesional enfermera responsable de la estrategia de control de tuberculosis de la Micro Red de San Gabán, se recomienda promover campañas de sensibilización, a los pacientes con tuberculosis para mejorar sus estados nutricionales y mejorar el estilo de vida, así contrarrestar del mal que padecen.
- SEGUNDO.** A las Licenciadas en enfermería encargadas de la Micro Red de San Gabán, deberán promover reuniones de sensibilización con los pacientes con tuberculosis, para inculcar los hábitos alimentarios más adecuados que permitan combatir la enfermedad.
- TERCERO.** A la responsable de la estrategia de control de tuberculosis de la Micro Red de San Gabán, deberán realizar reuniones de sensibilización con los pacientes con tuberculosis, para inculcar las actividades de ejercicios corporales que coadyuven favorablemente con la salud.
- CUARTO.** A las profesionales de enfermería encargadas de las estrategias de tuberculosis del puesto Chacaneque, deberá solicitar la asistencia de un psicólogo para tratar acerca de la actividad mental de los sueños del paciente con tuberculosis.
- QUINTA.** A la profesional nutricionista de la Micro Red de San Gabán, se recomienda brindar a los pacientes que padecen de tuberculosis la debida orientación sobre adecuados hábitos alimenticios según su estado nutricional.



REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

1. P. Lucha contra la tuberculosis. [Online]; 2023. Acceso 24 de junio del 2023. Disponible en : <https://ojo-publico.com/derechos-humanos/salud/peru-retrocede-la-lucha-contra-la-tuberculosis>
2. Universidad San Martín de Porres. Abandono al tratamiento en pacientes con tuberculosis. [Online]; 2022. Acceso 25 de junio del 2023. Disponible en:
https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/13916/loayza_montero.pdf?sequence=1&isAllowed=yzonas.
3. El peruano. Casos de tuberculosis. [Online]; 2023. Acceso 5 de junio del 2023. Disponible en: <https://www.elperuano.pe/noticia/208390-el-56-de-casos-de-tuberculosis-se-concentra-en-lima-metropolitana-y-callao>
4. Minsa. vigilancia de tuberculosis. [online]; Acceso 6 de junio del 2023. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portalnuevo/vigilancia-epidemiologica/vigilancia-de-tuberculosis/>
5. Acis. Cuidado integral a personas con tuberculosis. [online]; 2023. Acceso 5 de junio del 2023. Disponible en:<https://acis.edu.pe/programa/tuberculosis/>
6. De la Cruz Castillo, Damaris. (2020) hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en pacientes con diagnóstico de tuberculosis pulmonar” (tesis en internet) Guayaquil: Universidad de Guayaquil, p 17. Disponible en biblioteca digital <http://repositorio.ug.edu.ec>
7. Rojas, A. (2022) Tesis: Estado nutricional y estilo de vida del personal de salud del Distrito 11D05 Espíndola-Salud (tesis en internet) Ecuador universidad nacional de Loja Disponible <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream>



8. Costa, R. (2023) Tesis: Impacto del estado nutricional en el tratamiento de los pacientes con tuberculosis, (tesis en internet) Quito: universidad de las Américas , p.6 Disponible en biblioteca digital <https://www.udla.edu.ec/handle>
9. Fernández N, Montoya M. (2020). En su investigación con título "Factores relacionados con casos de tuberculosis(tesis en internet) Costa Rica 2012-2015". <https://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle>
10. Villadiego E. (2020) Montería Tesis: calidad de vida en pacientes ingresados al programa de tuberculosis en córdoba durante los años 2016-2019 (2020) Córdoba
11. Pinto, S (2021) Tesis: "hábitos alimentarios y estado nutricional en pacientes con tuberculosis de un puesto de salud de santa Anita, 2021" (tesis en internet) Lima p 5 <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/>
12. Mamani, R. (2022) Tesis: estilos de vida de las personas afectadas por tuberculosis del centro de salud villa san Luis, 2018 (tesis en internet) Lima Universidad María Auxiliadora p.6 <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/778/>
13. Vargas S. (2022) Tesis: autocuidado de pacientes con tuberculosis atendidos en el centro materno infantil "José Gálvez" - villa maría del triunfo lima 2022. (tesis en internet) Lima Universidad Privada de Huancayo p.5 <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle>
14. Loayza M. (2020) Tesis: calidad de vida en pacientes de la estrategia sanitaria de control y prevención de tuberculosis en los centros de salud de San Sebastián, santa rosa y san Jerónimo cusco-2020 (tesis en



- internet) Cusco Universidad Andina del Cusco p.7
<https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/4253>
15. Quispe M. (2021). Tesis: La investigación realizada Estilos de vida y autocuidado en los estudiantes de la carrera de farmacia en el Instituto "Santiago Antúnez de Mayolo" Palián 2021(tesis en internet) Huancayo Universidad Continental p.7
<https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11944/2>.
16. Barzola I (2022) Tesis: Estilos de vida durante la pandemia en personas de una población desatendida en Carabayllo, 2022 (tesis en internet) Lima Universidad de Ciencias y humanidades p.8.
<https://repositorio.uch.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12872/783/>
17. ORMEÑO L. (2022) Tesis: estilos de vida de pacientes con tuberculosis pulmonar atendidos en la micro red de salud pueblo nuevo Chincha(tesis en internet) Chincha universidad privada san juan bautista p. v
<https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/4346/T>
18. Quispe, D. - Rodríguez, D. (2022) Tesis: actividad física deportiva y su influencia en los estilos de vida saludable en estudiantes del tercer grado de la institución educativa secundaria a-28 Perú birf de Azángaro, (tesis en internet) Azángaro, Dirección Regional de Educación de P uno p. xii
<https://www.iesppazangaro.edu.pe/wp-content/uploads>
19. Quispe. (2022) Tesis "Calidad de Vida Relacionada con el Tratamiento en Pacientes con Tuberculosis del Centro de Salud Cono Sur (tesis en internet)
universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez p.6.
<http://repositorio.uancv.edu.pe/handle/UANCV/679>
20. Chipana , K. (2023) Tesis: Conductas familiares en el soporte social y su influencia en la adherencia del tratamiento en pacientes con tuberculosis,



Micro Red Cono Sur Juliaca 2023(tesis en internet) Universidad andina
Néstor Cáceres Velázquez
vi <https://repositorio.uancv.edu.pe/>

21. Enciclopedia. estilos de vida. 2023. acceso 30 de julio del 2023. disponible en: <https://concepto.de/estilo-de-vida/>
22. Del Águila R. Promoción de estilos de vida saludables y prevención de enfermedades crónicas en el adulto mayor. Consultor OPS/OMS Chile. 2012. Disponible en: <http://www.paho.org/blogs/chile/?p=111>
23. Aprende institute. Hábitos alimenticios [online]; 2023. Acceso 1 de Agosto del 2023. disponible en:<https://aprende.com/blog/bienestar/nutricion/buenos-habitos-alimenticios/>
24. Quiroga I. Estilos de vida y condiciones de salud de los enfermeros. [tesis en Internet]. Mendoza: Universidad del Aconcagua; 2009 [citado 21 setiembre 2015]. 66 p. Disponible en: bibliotecadigital.uda.edu.ar/objetos_digitales/149/tesis3781-estilos.pdf
25. Organización mundial de la salud – sobre actividad física. Disponible en: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
26. Universidad san pedro. Estilo de vida saludable. [online]; 2023. Acceso 19 de agosto del 2023. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/337598867.pdf>
27. Instituto Tomas Pascual Sanz, 17 de febrero del 2016 de: <https://www.institutotomaspascualsanz.com/importancia-de-un-descansoadecuado-para-la-salud>



28. Minsa. Calculo de índice de masa corporal. [online]; 2023. acceso 13 de septiembre del 2023. disponible en: <https://www.gob.pe/14806-calcular-indice-de-masa-corporal-imc-en-adultos>
29. Minsa. vigilancia de tuberculosis. [online]; Acceso 6 de junio del 2023. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portalnuevo/vigilancia-epidemiologica/vigilancia-de-tuberculosis/>
30. Minsa. Guía técnica de valoración nutricional. [online]; 2012. acceso 9 de septiembre del 2023. disponible en: <https://spij.minjus.gob.pe/Graficos/Peru/2012/Marzo/17/RM-184-2012-MINSA.pdf>
31. Departamento Epi. Ministerio de salud gobierno Chile. tuberculosis. [online]; 2016. Acceso 10 de septiembre del 2023. disponible en: <https://epi.minsal.cl/tuberculosis-definiciones-de-caso/>
32. Minsa. vigilancia de tuberculosis. [online]; Acceso 6 de junio del 2023. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portalnuevo/vigilancia-epidemiologica/vigilancia-de-tuberculosis/>



ANEXOS



ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	DISEÑO METODOLÓGICO	PRUEBA DE HIPÓTESIS
<p>Problema general ¿Cuál es la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023?</p> <p>Problemas específicos ¿Cómo es la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la actividad de ejercicios y el estado nutricional</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023.</p> <p>Objetivos específicos Establecer la relación que existe entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023.</p> <p>Determinar la relación que existe entre la actividad de ejercicios y el estado nutricional</p>	<p>Hipótesis general Los estilos de vida se relacionan directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes que padecen tuberculosis de la Micro Red San Gabán</p> <p>Hipótesis específicas Los hábitos alimentarios se relacionan directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023.</p> <p>La actividad de ejercicio se relaciona directa y</p>	<p>Variable 1 ESTILOS DE VIDA</p> <p>Dimensión HÁBITOS ALIMENTARIOS</p> <p>Indicadores - Horarios - Consumo de agua - Refrigerio - Tomar alimentos al día - Consumo de grasas y frutas</p> <p>ACTIVIDAD DE LOS EJERCICIO</p> <p>Indicadores - Caminatas, bicicleteada - Práctica de ejercicios</p> <p>ACTIVIDAD DEL SUEÑO</p> <p>Indicadores - Duerme hasta 7 horas - Trasnoches - Conciliar sueño - Ingiere pastillas</p>	<p>Diseño: No experimental-transaccional.</p> <p>Población: 23 pacientes con tuberculosis</p> <p>Muestra: 23 pacientes</p> <p>Técnica: encuesta</p> <p>Instrumento: cuestionario</p> <p>Validez del instrumento: Juicio de expertos</p> <p>Confiability del instrumento: Coeficiente alfa de Cronbach.</p>	<p>Para verificar la hipótesis de la investigación, se emplea el estadístico Chi cuadrado, lo que evidencia el grado de relación entre las variables de estudio.</p> <p>$X_C^2 > X_t^2$</p>



<p>en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023? ¿Cómo será la relación que existe entre la actividad mental del sueño y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023? ¿cuál es el estado nutricional de los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán?</p>	<p>en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, en el año 2023. Estimar la relación que existe entre la actividad mental del sueño y el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán 2023. Determinar el estado nutricional de los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán</p>	<p>significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023. La actividad mental del sueño se relaciona directa y significativamente con el estado nutricional en los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán, 2023. Es probable que los pacientes con tuberculosis de la Micro Red San Gabán tienen Índice de Masa Corporal bajo.</p>	<p>Variable 2 ESTADO NUTRICIONAL Dimensión ÍNDICE DE MASA CORPORAL Índice Bajo (< 18,5 kg.) Normales (18,5 – 24,9 kg.)</p>		
--	---	---	---	--	--



ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo..... Autorizo participar en este trabajo de investigación titulado ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023 “me han informado que en caso de retirarme de la investigación no se tomara ninguna represalia o sanción durante la supervisión de la salud del adolescente

.....

Firma del apoderado



ANEXO 3: INSTRUMENTO

CUESTIONARIO ACERCA DE ESTILOS DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICINAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABÁN 2023

I. DATOS INFORMATIVOS

CÓDIGO..... FECHA.....

LUGAR

II. INSTRUCCIONES:

Lea usted detenidamente y sírvase responder marcando con un aspa (X) la respuesta que crea conveniente.

1. ESTILOS DE VIDA:

Dimensión 1. Hábitos alimentarios

1 ¿mantienes horarios ordenados para tu alimentación?

- a) 1 vez al día ()
- b) 2 veces al día ()
- c) 3 veces al día ()

.2 ¿Cuál es tu frecuencia del consumo de agua al día?

- a) 4 vasos ()
- b) 6 vasos al día ()
- c) 8 vasos al día ()

3 ¿En su refrigerio que productos consume preferentemente?

- a) Frutas ()
- b) Frutos Secos ()
- c) Verduras ()
- d) Yogur ()

4. ¿Cuántas veces ingiere sus alimentos al día?

- a) 2 veces al día ()
- b) 3 veces al día ()
- c) 3 veces más 1 refrigerio al día ()



5 ¿Consumes comidas ricas en grasas y frituras?

- a) Raras Veces
- b) Casi Siempre
- c) Siempre

Dimensión 2. Actividad de los ejercicios

6. ¿Practicas alguno de estos deportes como, por ejemplo: caminar, trotar, manejar bicicleta, natación, bailar, ¿o haces aeróbicos por 30 minutos?

- a) 1 Vez a la semana
- b) 2 Veces a la semana
- c) 3 Veces a la semana
- d) 4 Veces a la semana

7 ¿Cuál de estos deportes es de tu preferencia?

- a) Básquet
- b) Vóley
- c) Fútbol
- d) Natación

Dimensión 3. Actividad Mental del sueño

8. ¿Cuántas horas duermes durante la noche?

- a) 4 horas
- b) 5 horas
- c) 6 horas
- d) 7 horas

9. ¿Sueles traspasar cuando duermes?

- a) Nunca
- b) Raras Veces
- c) Casi Siempre

10. ¿Te es difícil conciliar el sueño?

- a) Nunca



- b) Raras Veces ()
 - c) Casi Siempre ()
- 11 ¿Tomas pastillas para dormir?
- a) Nunca ()
 - b) Algunas Veces ()
 - c) Siempre ()

2. EVALUACION DEL ESTADOS NUTRICIONALES DE ACUERDO IMC.

- a) Peso reducido <18.5 Kg. ()
- b) Normales 18.5 a 24.9 Kg- ()



ANEXO 4 VALIDACION DE INSTRUMENTO

GUÍA DE JUICIO DE EXPERTOS.

I. Identificación del experto.

Nombres y apellidos: Brenth Marcos Quispe Vargas

Centro laboral Puesto de Salud Lechemayo

Grado: Medico Cirujano

Mención _____

Institución donde lo obtuvo: Universidad Nacional del Altiplano

Otros estudios: _____

II. Instrucciones.

Estimado (a) especialista, a continuación, se muestra un conjunto de indicadores, el cual tiene que evaluar con criterio ético y estrictez científica, la validez del instrumento propuesto (véase anexo N° 01).

Para evaluar dicho instrumento, marca con un aspa (x) una de las categorías contempladas en el cuadro:

1 = inferior al básico

2 = básico

3 = Intermedio

4 = Bueno

5 = Sobresaliente



III. Juicio de experto.

INDICADORES		CATEGORÍA				
		1	2	3	4	5
1	Las dimensiones de la variable responden a un contexto teórico de forma (visión general)					X
2	Coherencia entre dimensión e indicadores (visión general)					X
3	El número de indicadores, evalúan las dimensiones y por consiguiente la variable seleccionada (visión general)					X
4	Los ítems están redactados en forma clara y precisa, sin ambigüedades (claridad y precisión)				X	
5	Los ítems guardan relación con los indicadores de las variables (coherencia)					X
6	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la prueba piloto (pertinencia y eficacia)					X
7	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la validez de contenido (validez)				X	
8	Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas (control de sesgo)				X	
9	Los ítems han sido redactados de lo general a lo particular (orden)				X	
10	Los ítems del instrumento, son coherentes en términos de cantidad (extensión)					X
11	Los ítems no constituyen riesgo para el encuestado (inocuidad)					X
12	Calidad en la redacción de los ítems (visión general)					X
13	Grado de objetividad del instrumento (visión general)					X
14	Grado de relevancia del instrumento (visión general)					X
15	Estructura técnica básica del instrumento (organización)					X
Puntaje parcial					4	11
Puntaje total:						



Nota: Índice de validación del juicio de experto (lvje) = (75/75) x 100

IV. Escala de validación.

Muy baja	Baja	Regular	Alta	Muy Alta
00 - 20%	21 - 40%	41 - 60%	61 - 80%	81 - 100%
El instrumento de investigación esta observado			El instrumento de investigación requiere reajustes para su aplicación	El instrumento de investigación está apto para su aplicación
Interpretación: cuanto más se acerque el coeficiente a cero (0), mayor error habrá en la validez.				

V. Conclusión general de la validaron y sugerencias (en coherencia con el nivel de validación alcanzado)

.....
.....

VI. Constancia de Juicio de experto.

El que suscribe, Brenth Marcos Quispe Vargas
identificado con DNI N.º 45775467 Certifico que realice el juicio del experto al instrumento diseñado por el estudiante

Juliaca ... 26 ... de ... diciembre ... del 2023.

MC. Brenth M. Quispe Vargas
MÉDICO CIRUJANO
CMP: 96266



GUÍA DE JUICIO DE EXPERTOS.

I. Identificación del experto.

Nombres y apellidos: WILSON CRUZ TITO

Centro laboral
CENTRO DE SALUD SAN GABÁN

Grado:
LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Mención

Institución donde lo obtuvo:
UNIVERSIDAD ANDINA NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ

Otros estudios:

II. Instrucciones.

Estimado (a) especialista, a continuación, se muestra un conjunto de indicadores, el cual tiene que evaluar con criterio ético y estrictez científica, la validez del instrumento propuesto (véase anexo N° 01).

Para evaluar dicho instrumento, marca con un aspa (x) una de las categorías contempladas en el cuadro:

- 1 = inferior al básico
- 2 = básico
- 3 = Intermedio
- 4 = Bueno
- 5 = Sobresaliente



III. Juicio de experto.

INDICADORES		CATEGORÍA				
		1	2	3	4	5
1	Las dimensiones de la variable responden a un contexto teórico de forma (visión general)					X
2	Coherencia entre dimensión e indicadores (visión general)					X
3	El número de indicadores, evalúan las dimensiones y por consiguiente la variable seleccionada (visión general)					X
4	Los ítems están redactados en forma clara y precisa, sin ambigüedades (claridad y precisión)					X
5	Los ítems guardan relación con los indicadores de las variables (coherencia)					X
6	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la prueba piloto (pertinencia y eficacia)				X	
7	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la validez de contenido (validez)				X	
8	Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas (control de sesgo)					X
9	Los ítems han sido redactados de lo general a lo particular (orden)				X	
10	Los ítems del instrumento, son coherentes en términos de cantidad (extensión)					X
11	Los ítems no constituyen riesgo para el encuestado (inocuidad)					X
12	Calidad en la redacción de los ítems (visión general)					X
13	Grado de objetividad del instrumento (visión general)					X
14	Grado de relevancia del instrumento (visión general)					X
15	Estructura técnica básica del instrumento (organización)				X	
Puntaje parcial					4	11
Puntaje total:						



Nota: Índice de validación del juicio de experto (Ivje) = (71 / 75) x 100

IV. Escala de validación.

Muy baja	Baja	Regular	Alta	Muy Alta
00 - 20%	21 - 40%	41 - 60%	61 - 80%	81 - 100%
El instrumento de investigación esta observado			El instrumento de investigación requiere reajustes para su aplicación	El instrumento de investigación está apto para su aplicación
Interpretación: cuanto más se acerque el coeficiente a cero (0), mayor error habrá en la validez.				



V. Conclusión general de la validaron y sugerencias (en coherencia con el nivel de validación alcanzado)

.....
.....

VI. Constancia de Juicio de experto.

El que suscribe, Wilson Toribio Cruz Tito
identificado con DNI N.º 74212492 Certifico que realice el juicio del experto al instrumento diseñado por el estudiante

Juliaca 20 de diciembre del 2023.



Wilson Toribio Cruz Tito
Lic. EN ENFERMERÍA
CEP 100146



GUÍA DE JUICIO DE EXPERTOS.

I. Identificación del experto.

Nombres y apellidos: NELY LARICO ZAPATA

Centro laboral

PUESTO DE SALUD LEHEMAYO

Grado:

LIC. ENFERMERIA

Mención

Institución donde lo obtuvo:

UNIVERSIDAD ANDINA NESTOR CACERES VELASQUEZ

Otros estudios:

II. Instrucciones.

Estimado (a) especialista, a continuación, se muestra un conjunto de indicadores, el cual tiene que evaluar con criterio ético y estrictez científica, la validez del instrumento propuesto (véase anexo N° 01).

Para evaluar dicho instrumento, marca con un aspa (x) una de las categorías contempladas en el cuadro:

- 1 = inferior al básico
- 2 = básico
- 3 = Intermedio
- 4 = Bueno
- 5 = Sobresaliente



III. Juicio de experto.

INDICADORES		CATEGORÍA				
		1	2	3	4	5
1	Las dimensiones de la variable responden a un contexto teórico de forma (visión general)					X
2	Coherencia entre dimensión e indicadores (visión general)				X	
3	El número de indicadores, evalúan las dimensiones y por consiguiente la variable seleccionada (visión general)				X	
4	Los ítems están redactados en forma clara y precisa, sin ambigüedades (claridad y precisión)				X	X
5	Los ítems guardan relación con los indicadores de las variables (coherencia)				X	
6	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la prueba piloto (pertinencia y eficacia)					X
7	Los ítems han sido redactados teniendo en cuenta la validez de contenido (validez)					X
8	Presenta algunas preguntas distractoras para controlar la contaminación de las respuestas (control de sesgo)				X	
9	Los ítems han sido redactados de lo general a lo particular (orden)					X
10	Los ítems del instrumento, son coherentes en términos de cantidad (extensión)				X	
11	Los ítems no constituyen riesgo para el encuestado (inocuidad)					X
12	Calidad en la redacción de los ítems (visión general)					X
13	Grado de objetividad del instrumento (visión general)					X
14	Grado de relevancia del instrumento (visión general)					X
15	Estructura técnica básica del instrumento (organización)					X
Puntaje parcial					5	10
Puntaje total:						



Nota: Índice de validación del juicio de experto (Ivje) = (/75) x 100

IV. Escala de validación.

Muy baja	Baja	Regular	Alta	Muy Alta
00 - 20%	21 - 40%	41 - 60%	61 - 80%	81 - 100%
El instrumento de investigación esta observado			El instrumento de investigación requiere reajustes para su aplicación	El instrumento de investigación está apto para su aplicación
Interpretación: cuanto más se acerque el coeficiente a cero (0), mayor error habrá en la validez.				

V. Conclusión general de la validaron y sugerencias (en coherencia con el nivel de validación alcanzado)

..APTO PARA EL USO DE LA INVESTIGACIÓN.....

VI. Constancia de Juicio de experto.

El que suscribe, ..NELY...LARICO...ZAPATA.....
identificado con DNI N.º ...41203417..... Certifico que realice el juicio del experto al instrumento diseñado por el estudiante

Juliaca ...30... de ...diciembre... del 2023.

Nely Larico Zapata
LIC. ENFERMERIA
CEP. 75334



ANEXO 5
BASE DE DATOS

	HORARIO	AGUA	REFRIGERIO	ALIMENTO	GRASA	PRACTICAS	DEPORTE	DORMIR	TRASNOCHARSE	SUEÑO	PASTILLAS	IMC	var
1	3 veces al ...	6 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	3 veces a l...	voley	5 horas	raras veces	nunca	algunas ve...	normal 18,...	
2	3 veces al ...	6 vasos al ...	verduras	3 veces m...	raras veces	2 veces a l...	futbol	6 horas	casi siempre	casi siempre	siempre	bajo peso ...	
3	2 veces al ...	6 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	2 veces a l...	voley	5 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
4	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutas	2 veces al ...	raras veces	1 vez a la ...	basquet	4 horas	nunca	nunca	nunca	bajo peso ...	
5	1 vez al día	4 vasos al ...	verduras	3 veces m...	siempre	1 vez a la ...	futbol	6 horas	casi siempre	casi siempre	siempre	bajo peso ...	
6	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutas	2 veces al ...	raras veces	2 veces a l...	basquet	5 horas	nunca	nunca	nunca	bajo peso ...	
7	3 veces al ...	6 vasos al ...	frutas	3 veces al ...	casi siempre	2 veces a l...	voley	7 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
8	2 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces m...	siempre	2 veces a l...	futbol	7 horas	nunca	nunca	algunas ve...	normal 18,...	
9	1 vez al día	4	yogur	3 veces m...	casi siempre	4 veces a l...	natación	7 horas	casi siempre	nunca	algunas ve...	bajo peso ...	
10	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	2 veces a l...	voley	5 horas	nunca	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
11	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces m...	siempre	3 veces a l...	voley	7 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	bajo peso ...	
12	3 veces al ...	6 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	3 veces a l...	voley	5 horas	raras veces	nunca	algunas ve...	normal 18,...	
13	3 veces al ...	6 vasos al ...	verduras	3 veces m...	raras veces	2 veces a l...	futbol	6 horas	casi siempre	casi siempre	siempre	bajo peso ...	
14	2 veces al ...	6 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	2 veces a l...	voley	5 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
15	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutas	2 veces al ...	raras veces	1 vez a la ...	basquet	4 horas	nunca	nunca	nunca	bajo peso ...	
16	3 veces al ...	4 vasos al ...	verduras	3 veces m...	siempre	1 vez a la ...	futbol	6 horas	casi siempre	casi siempre	siempre	bajo peso ...	
17	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutas	2 veces al ...	raras veces	2 veces a l...	basquet	5 horas	nunca	nunca	nunca	bajo peso ...	
18	3 veces al ...	6 vasos al ...	frutas	3 veces m...	casi siempre	2 veces a l...	voley	7 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
19	2 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	siempre	2 veces a l...	futbol	7 horas	nunca	nunca	algunas ve...	normal 18,...	
20	1 vez al día	4	yogur	4	casi siempre	4 veces a l...	natación	7 horas	casi siempre	nunca	algunas ve...	bajo peso ...	
21	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces al ...	casi siempre	2 veces a l...	voley	5 horas	nunca	raras veces	algunas ve...	normal 18,...	
22	3 veces al ...	8 vasos al ...	frutos secos	3 veces m...	siempre	3 veces a l...	voley	7 horas	raras veces	raras veces	algunas ve...	bajo peso ...	
23	3 veces al ...	4 vasos al ...	verduras	3 veces m...	siempre	1 vez a la ...	futbol	6 horas	casi siempre	casi siempre	siempre	bajo peso ...	
24													



ANEXO 6

AUTORIZACION DE ESTABLECIMIENTO DONDE SE REALIZO LA INVESTIGACION

Solicitudes y Permisos

"Año de la Unidad, paz y el desarrollo "

SOLICITO: AUTORIZACION PARA REALIZAR ESTUDIO DE TESIS

JEFE DE LA MICRO RED SAN GABÁN

OBST. MANUELA MAMANI CCARITA

Yo, **CCOARITE CCARITA JHON WALTHER**, Bachiller en enfermería de la Universidad Néstor Cáceres Velásquez, identificado con **DNI N° 76515638**, con domicilio en la urbanización vallecito – Juliaca. Ante usted me presento y expongo.

Que, mediante este documento me dirijo a usted señor(a) jefe de la micro red san gabán con la finalidad de solicitarle autorización para realizar estudios de TESIS. En el área de enfermería denominada "ESTILOS DE VIDA Y SU RELACION CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES CON TUBERCULOSIS, MICRO RED SAN GABAN 2023" esto con el fin de optar mi título profesional licenciado en enfermería.

POR LO EXPUESTO

pido a su autoridad se sirva dar cumplimiento por ser justo y legal la referencia que hago.

San gabán. 19 de diciembre del 2023

Jhon walther ccoarite ccarita

DNI: 76515638



Recibido: 20/12/23



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 05-de Agosto del 2024

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: JHON WALTHER COARITE CCARITA

Dirección: J. ENERGIA NUCLEAR M23 LT 7

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 76515638

Teléfono: 974533552 email: Jhonccoanteccarita@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____

Dirección: _____

DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____

Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional o Mención: ENFERMERIA

Título o Grado Académico a optar: LICENCIADO EN ENFERMERIA

Asesor: M.SC MARIA ANTONIETA LOAYZA LÓPEZ

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:

Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: ESTILOS DE VIDA Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN PACIENTES
CON TUBERCULOSIS, Micro Red SAN GABÁN 2023

Palabras claves, (3 a 5 términos): ESTILOS DE VIDA, ESTADO NUTRICIONAL, TUBERCULOSIS, INDICE DE MASA CORPORAL, ALIMENTACIÓN

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1,2}?

1

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entre otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Título 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción Intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

- Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
- Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
- No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

- Sí autorizo
- No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, **la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral.** Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: SALUD PUBLICA P07



Firma de Autor



huella digital

05 de Agosto del 2024

Fecha