

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Enfermería

AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL

EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

FORTUNATO ZORA CARVAJAL,

TACNA-2024

TESIS

Presentada por:

Bach. Marilia Aymee Jiménez Anahua

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

TACNA – PERÚ

2025

UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Enfermería

AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL

EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024

TESIS

Presentada por:

Bach. MARILIA AYMEE JIMÉNEZ ANAHUA

Para optar el Título Profesional de:

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

Aprobada por Unanimidad, ante el siguiente jurado



Dra. Elena Cachicatari Vargas de Olgado
Presidente



Dra. Silvia Cristina Quispe Prieto
Miembro



Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
Miembro



Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
Asesora


CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado, en mi condición de asesor acreditado por la Resolución de Facultad N°13930-2025-FACS-UNJBG, de la tesis titulada: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024". Presentado por la bachiller Marilia Aymee Jiménez Anahua para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería.

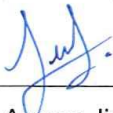
Habiendo cumplido con lo establecido en el reglamento de originalidad y similitud de trabajos de investigación y producción intelectual, considerando que según la revisión, evaluación y análisis realizado a través del software de similitud textual TURNITIN cuenta con el nivel de similitud permitido cuyo porcentaje es 6%

Por lo que CERTIFICO LA SIMILARIDAD de la ESCALA DE SIMILITUD de la tesis está de acuerdo a la SIMILITUD BAJA PERMITIDO, para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio institucional.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para su obtención de título.


Dra. Jenny Concepción Mendoza Rosado
DNI: 00472257
ASESORA




Bach. Marilia Aymee Jiménez Anahua
DNI: 75884760
TESISTA



DEDICATORIA

Quiero dedicar esta tesis de manera muy especial al forjador de mi camino, a Dios, el que me acompaña y siempre me levanta de mi continuo tropiezo.

A mis padres, en especial a mi madre, por haberme dado la vida y porque ha estado conmigo en todo el proceso. Gracias por su inmenso cariño y apoyo emocional incondicional en los momentos más difíciles.

A mi asesora la Dra. Jenny Mendoza, por su apoyo y por demostrar su entera disposición al compartir sus conocimientos y motivarme a la culminación de la tesis.

Bach. Marilia Aymee Jiménez Anahua

AGRADECIMIENTO

Agradecer a mi alma mater la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, donde provienen nuestros docentes los que día a día nos fueron formando con conocimientos teóricos y prácticos que ayudaron a forjar la carrera.

A la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal por la colaboración de los docentes, padres de familia y alumnos en la participación, el cual pudo ser posible el presente trabajo de investigación.

A mis docentes de la Escuela Profesional de Enfermería, quienes ofrecieron su apoyo, amistad, paciencia y comprensión hacia mi persona, además por brindarme sus conocimientos para el fortalecimiento de mi investigación.

Al personal administrativo por haber agilizado mis papeleos para mi sustentación y por ser un gran apoyo motivacional en este largo proceso.

Bach. Marilia Aymee Jiménez Anahua.

ÍNDICE

Pág.

RESUMEN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
1.1. Descripción del Problema	4
1.2. Formulación del problema	9
1.3. Objetivos.....	9
1.3.1. Objetivo General	9
1.3.2. Objetivos Específicos	9
1.4. Justificación	10
1.5. Hipótesis.....	13
1.5.1. Hipótesis Alternativa	13
1.5.2. Hipótesis Nula	13
1.6. Variables de estudio	13
1.6.1. Variable Independiente.....	14
1.6.2. Variable Dependiente	14
1.7. Operacionalización de variables	15
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	17
2.1. Antecedentes de la investigación.....	17
2.2. Base teórica.....	20
2.2.1. Teoría de Enfermería: Autocuidado de Dorothea Orem.....	20
2.2.2. Mapa conceptual	28
2.3. Variables de estudio	30
2.3.1. Autocuidado	30
2.3.2. Alcohol	37
2.4. Definición Conceptual de Términos Básicos	49

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	51
3.1. Enfoque de la investigación	51
3.2. Tipo de Investigación	51
3.3. Método de Investigación	52
3.4. Población.....	52
3.4.1. Criterios de Inclusión	52
3.4.2. Criterios de exclusión	53
3.5. Muestra.....	53
3.5.1. Tamaño de la Muestra.....	53
3.5.2. Muestreo	54
3.6. Unidad de análisis	54
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	54
3.8. Procedimiento de recolección de datos	58
3.9. Validez y Confiabilidad.....	61
3.9.1. Validez	61
3.9.2. Confiabilidad.....	62
3.10. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	63
3.11. Consideraciones éticas	64
3.11.1. Principio de autonomía	64
3.11.2. Consentimiento informado.....	64
3.11.3. Confidencialidad de los datos.....	65
3.11.4. Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios ..	65
3.11.5. Protección de los grupos vulnerables	66
3.11.6. Principio de justicia.....	66
3.11.7. La selección de seres humanos o sin discriminación.....	66
3.11.8. Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad.....	67
 CAPÍTULO IV: DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LOS DATOS	 68
4.1. Presentación de resultados en tablas y descripción.....	68
4.2. Prueba de hipótesis	77
4.3. Discusión de resultados.....	78

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	84
5.1. Conclusiones	84
5.2. Recomendaciones	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	86
ANEXOS	92

ÍNDICE DE TABLAS

		Pág
Tabla N° 01	Autocuidado de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna -2024.	69
Tabla N° 02	Consumo de alcohol en los adolescentes de la institución educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna- 2024	71
Tabla N° 03	Consumo de alcohol según sexo en adolescente de la I.E. Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024	73
Tabla N° 04	Relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2024	75

ÍNDICE DE GRAFICOS

		Pág.
Gráfico N° 01	Autocuidado de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2024.	70
Gráfico N° 02	Consumo de alcohol en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024	72
Gráfico N° 03	Consumo de alcohol según sexo en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024.	74
Gráfico N° 04	Relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2024	76

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como **Objetivo**, relacionar el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carbajal, Tacna - 2024. La **Metodología** de investigación, de enfoque cuantitativo de diseño no experimental, descriptivo, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 200 adolescentes seleccionados a través de la utilización de la fórmula finita, para la recolección de datos se utilizó como técnica la encuesta como instrumento el cuestionario estructurado. Los **resultados**: el autocuidado fue de nivel bueno (51,0%), en consumo de alcohol 94,5% de adolescentes no tiene problemas relacionados con el alcohol, el sexo predominante ante problemas físico-psíquicos con la bebida es de hombres (1,7%) y el 48,0% de los adolescentes no tiene problemas relacionados con el alcohol, también presentan un autocuidado bueno, la prueba de hipótesis fue demostrada por Rho de Spearman, con una confianza del 95% ($p=0,758 > 0,05$). **Conclusión**, no existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carbajal, Tacna – 2024.

Palabras clave: Autocuidado, consumo de Alcohol, adolescentes

ABSTRACT

The present research work had as **objective**, to relate self-care and alcohol consumption in adolescents of the Fortunato Zora Carbajal Educational Institution, Tacna - 2024. The research **methodology**, of quantitative approach of non-experimental, descriptive, transversal and correlational design. The sample consisted of 200 adolescents selected through the use of the finite formula, for data collection the survey technique was used as an instrument the structured questionnaire. **The results:** self-care was good (51.0%), in alcohol consumption 94.5% of adolescents do not have problems related to alcohol, the predominant sex in the face of physical-psychological problems with drinking is men (1.7%) and 48.0% of adolescents do not have problems related to alcohol, they also present good self-care, the hypothesis test was demonstrated by Spearman's Rho, with a confidence of 95% ($p = 0.758 > 0.05$). **Conclusion**, there is no relationship between self-care and alcohol consumption in adolescents of the Fortunato Zora Carbajal Educational Institution, Tacna - 2024.

Keywords: Self-care, alcohol consumption, adolescents

INTRODUCCIÓN

El autocuidado es un componente esencial en la formación de hábitos saludables durante la adolescencia, etapa crítica del desarrollo humano caracterizada por la búsqueda de identidad, la necesidad de pertenencia y la toma de decisiones muchas veces influenciada por el entorno social. Según la teoría del autocuidado propuesta por Dorothea Orem, esta capacidad implica acciones voluntarias que las personas realizan para mantener su salud y bienestar, prevenir enfermedades y afrontar situaciones adversas. En este sentido, fomentar el autocuidado en los adolescentes se convierte en una estrategia clave para prevenir conductas de riesgo como el consumo de alcohol.

El consumo de bebidas alcohólicas en la adolescencia constituye un problema de salud pública de gran preocupación, debido a que su inicio temprano puede generar consecuencias negativas tanto a corto como a largo plazo. Entre ellas se encuentran el deterioro de la salud física y mental, bajo rendimiento académico, exposición a situaciones de violencia, embarazos no planificados y dependencia en etapas posteriores. (1)

A pesar de las campañas preventivas, el acceso y la normalización del alcohol en diversos contextos sociales continúan facilitando su consumo entre los jóvenes.

En este contexto, resulta fundamental comprender cómo el nivel de autocuidado influye en la prevención del consumo de alcohol en

adolescentes, especialmente dentro del entorno escolar, donde se desarrollan habilidades sociales, emocionales y cognitivas.

La presente investigación tiene como objetivo principal relacionar el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal - 2024.

Esta investigación consta de cinco capítulos, organizados de la siguiente manera:

En el Capítulo I, enfocado en el planteamiento del problema, que contiene descripción, delimitación, formulación de hipótesis, definición de los objetivos que se pretende cumplir, variables de estudio y la operacionalización de la investigación.

En el Capítulo II, compuesto por el marco teórico, antecedentes de la investigación internacionales, nacional y regionales de estudios previamente realizados, describiendo los fundamentos teóricos de la teoría de enfermería utilizada en la investigación y las variables de estudio en donde se presenta la definición de los términos básicos.

En el Capítulo III, donde se encuentra la metodología de la investigación, la población, la muestra y unidad de análisis, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, la validez y la confiabilidad, la técnica de procesamiento y el análisis de datos, según las consideraciones éticas pertinentes.

En el Capítulo IV, se describió los resultados los resultados y la discusión de los datos obtenidos en la investigación, presentado en tablas y gráficos, también poniendo a prueba las hipótesis planteadas.

Finalmente se presenta el Capítulo V, donde abarca las conclusiones y recomendaciones acorde a los objetivos que se establecieron en la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema

En el marco de las prácticas preprofesionales realizadas en el Centro de Salud La Esperanza, se pudo evidenciar la labor que desarrolla el área de enfermería en la promoción de la salud dentro de Instituciones Educativas de la jurisdicción, durante estas intervenciones comunitarias se identificó una problemática preocupante: la exposición de los estudiantes a la venta y consumo de bebidas alcohólicas en el entorno cercano a la institución. Este colegio se ubica en las inmediaciones del centro comercial Polvos Rosados, espacio donde se comercializan bebidas alcohólicas sin mecanismos efectivos de control, ya que no se exige la verificación del documento de identidad al momento de la compra. Además esta situación ha favorecido a que los adolescentes de la Institución Educativa puedan acceder con mayor facilidad a estas bebidas alcohólicas y, en algunos casos, se observe su consumo en espacios públicos cercanos como la plaza Quiñones, lugar de reunión frecuente de los escolares.

La accesibilidad y normalización del consumo temprano de alcohol generan un escenario de riesgo que compromete la salud física, emocional y social de los adolescentes, además de aumentar la probabilidad de que adopten otras conductas poco saludables.

La Organización Mundial de la Salud a través del informe mundial de situación y salud, reporta que el 28 % de los adolescentes a nivel mundial consumen bebidas alcohólicas de manera perjudicial, tanto a nivel personal como social. (2)

En el 2019 de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en América Latina se observa que Argentina es el país con el mayor consumo de alcohol por persona, con 8,0 litros de alcohol puro, seguido por Brasil (7,7), Perú (7.5), Chile (6.7), Cuba (6.0), entre otros países. De igual forma, la media mundial de consumo de alcohol es de 5,5 y la media de América en el consumo de alcohol es de 7,5. (2)

En Argentina, se calcula que anualmente más de 8000 personas fallecen debido a enfermedades asociadas al consumo problemático de alcohol. De acuerdo con la Encuesta mundial de Salud Escolar y la investigación nacional acerca del consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes, se determinó que 7 de cada 10 jóvenes han consumido alcohol algún momento de su vida, la mayoría lo ha hecho cerca de los 14 años (75,9%) y antes de los 15 años (78,7%). Además, ambos sondeos indican que prácticamente no existen diferencias en los patrones de consumo de alcohol entre hombres y mujeres, lo que representa un problema significativo para los adolescentes. (3)

Según el Instituto Nacional de Salud mental (INSM), en Perú, un 35% de individuos enfrentan el consumo problemático de alcohol sin identificarlo, mientras que un 8% y un 10% manifiestan una dependencia a esta sustancia que provoca problemas de salud. (4) Asimismo, en 2020 se llevaron a cabo 46 090 atenciones por consumo de alcohol, mientras que

en 2022 se llegaron a 70 972, lo que representa un aumento cercano al 65%. El grupo más grande y afectado son los adolescentes y jóvenes que empiezan a consumir alcohol entre los 8 y 9 años. Uno de los elementos relacionados es la normalización del uso de alcohol en el hogar, junto con las costumbres culturales. Durante la pandemia del COVID-19, se ha notado que cerca del 15% de los peruanos expresaron haber consumido alcohol de manera diaria o interdiaria durante el período de cuarentena.

La OMS alertó que el consumo perjudicial de alcohol se relaciona con más de 200 afecciones y desórdenes físicos y mentales, incluyendo la TBC y el VIH. Sin embargo, el consumo excesivo de alcohol desde la infancia puede incrementar las posibilidades de que el individuo desarrolle un problema de adicción. "Los individuos menores de 21 años todavía no han culminado su evolución neurológica." El cerebro aún no ha alcanzado la madurez completa y, por lo tanto, es considerablemente más propenso a ser impactado por el consumo de alcohol. Por eso es tan crucial postergar el comienzo del consumo. (5)

En el Perú, pese a la existencia de normativas que restringen la venta de bebidas alcohólicas a menores de edad, su aplicación es limitada, lo cual facilita el acceso a este tipo de sustancias. Asimismo, la normalización del consumo en espacios familiares y celebraciones sociales refuerza la percepción de que beber es un comportamiento aceptado y, en algunos casos, socialmente valorado. (6)

Según el Ministerio de Salud señala que, en Perú el 37% de los jóvenes de 15 a 19 años consumen alcohol, siendo el sexo masculino el que predomina con el 51%. (7)

De acuerdo con la Dirección de Asuntos Técnicos de la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA), se comunicó que Tacna es una de las zonas con una prevalencia más alta de uso de drogas ilícitas y médicas, situándose entre las posiciones 7 y 8 a nivel nacional. Adicionalmente, el departamento de salud mental del hospital regional Hipólito Unanue señala que de los adolescentes en su totalidad (de 12 a 18 años), el 50% ya ha experimentado o consumido alcohol.

Del mismo modo, el autocuidado es la habilidad de los individuos para fomentar y preservar su salud, donde adquieren conocimientos que les facilitan la creación de herramientas y tácticas para solucionar problemas, manejar el estrés e identificar indicadores que puedan amenazar la salud física, emocional, mental y social.

En la región de Tacna existe una preocupante tendencia: más de dos tercios (66,8 %) de personas mayores de 15 años consumieron alcohol en el último año, evidenciando un consumo generalizado incluso entre los jóvenes donde suelen consumir bebidas alcohólicas en espacios públicos como plazas y calles (8). Además, se registran inicios cada vez más precoces; adolescentes entre 12 y 13 años comienzan a probar alcohol, lo que coincide con la proporción del 50 % de adolescentes entre 12 y 18 años en la región que ya ha probado o consume alcohol. (8)

Un estudio en la I.E. Modesto Basadre de Tacna revela que el 22,4 % de los estudiantes consumieron alcohol al menos una o dos veces en los últimos 30 días, con una edad promedio de inicio de 15 años. Entre ellos, el 84 % considera que el alcohol es “muy fácil” de conseguir. (4) Esta

accesibilidad y elevada frecuencia muestran una cultura de consumo en población escolar.

Adicionalmente, investigaciones en instituciones como la I.E. Jorge Chávez (2013) reportaron que el 56,3 % de adolescentes de 15-17 años ha consumido bebidas alcohólicas, predominando el consumo ocasional (72,2 %), y establecieron una asociación significativa entre baja autoestima y consumo ($p < 0,05$). (5) Recientemente, en la I.E. Wilma Sotillo (2023), estudiantes con autoestima baja presentaron consumo perjudicial, y los de autoestima media mostraron consumo de riesgo, mientras que aquellos con alta autoestima no evidenciaron consumo relevante. (9)

Estos hallazgos apuntan a un problema estructural en los entornos educativos de Tacna: fácil acceso, inicio temprano, alta frecuencia y vínculos con factores psicosociales como baja autoestima.

En el distrito de Alto de la Alianza, uno de los once distritos urbanos de Tacna, residen aproximadamente 38 730 personas, de las cuales un 8,4 % son adolescentes de entre 10 y 14 años. Esta población transitoria, nutrida por migrantes de zonas altas y rurales, vive en un entorno con alta densidad (cerca de 104 habitantes/km²) y bajo acceso a servicios preventivos, lo que crea un escenario complejo para el bienestar juvenil. (10)

Aunque no existen estadísticas oficiales específicas sobre consumo de alcohol en adolescentes dentro del distrito, se han documentado casos preocupantes: adolescentes de 15 y 16 años

encontrados en estado de ebriedad dentro de instituciones educativas del Alto de la Alianza, según reportes del Codisec local. (4)

1.2. Formulación del problema

Por lo antes referido se ve como prioridad realizar el estudio sobre el autocuidado y el consumo de alcohol de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal de la ciudad de Tacna, asimismo nos preguntamos:

¿Existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Relacionar el autocuidado y el consumo de alcohol en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Identificar el autocuidado de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

- Identificar el consumo de alcohol en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.
- Identificar el consumo de alcohol según sexo de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.
- Establecer la relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

1.4. Justificación

Justificación Teórica

Hoy en día, el consumo de alcohol se ha transformado en un peligro persistente a escala global que amenaza la salud física, mental y emocional de los jóvenes. Además, el autocuidado se convierte en un elemento crucial para la toma de decisiones respecto al mantenimiento de las prácticas saludables o la preservación de un estilo de vida sano. Por esta razón, este estudio tiene como objetivo establecer cuánto se correlaciona el autocuidado con el consumo de alcohol en adolescentes.

Justificación Metodológica

Para lograr el objetivo propuesto en la presente investigación se recurrió al empleo de un cuestionario que responda a las variables en cuestión, asimismo permite aportar en la confiabilidad del instrumento.

Justificación Práctica

Esta investigación facilitará a las instituciones de formación de enfermeros, difundir los hallazgos y asegurar una perspectiva preventiva y promocional sobre opciones para disminuir el consumo de alcohol y potenciar el autocuidado en los jóvenes.

Además, este estudio de investigación es apropiado para que el profesional de enfermería posea los componentes o tácticas necesarias que contribuyan a preservar o potenciar el autocuidado de la salud durante la adolescencia, con el fin de reducir la incidencia del consumo de alcohol en los jóvenes de la ciudad de Tacna.

Justificación Social

Este análisis tiene como objetivo divulgar la realidad e importancia del autocuidado en relación con el consumo de alcohol en los jóvenes, siendo esta fase de la vida donde se viven transformaciones físicas y psicológicas, sumado a la presión social y la exigencia de ser aceptado en un grupo social, pueden incidir en la toma de decisiones que impacten la salud a corto y largo plazo, transformándose en un problema para la sociedad.

Justificación Legal

En el artículo 10 de la Constitución Política del Estado, se establecen los derechos fundamentales de cada individuo: A la

vida, a su identidad, a su integridad ética, mental y física, así como a su libre crecimiento y salud. El concebido es objeto de derecho en todo aquello que le proporciona beneficios. A la equidad frente a la legislación. Nadie debe ser objeto de discriminación por razones de origen, raza, género, lengua, creencia, punto de vista, situación económica o cualquier otro aspecto. (11)

Igualdad de los hijos (cap. II, art.6) el Estado garantiza los programas educativos y la información apropiados y el acceso a los medios, que no perjudiquen la vida o la salud. Es responsabilidad y derecho de los progenitores alimentar, educar y dar seguridad a sus hijos. Es responsabilidad de los hijos respetar y brindar apoyo a sus padres. Todos los hijos poseen los mismos derechos y obligaciones.

El objetivo de la Ley N° 27337, que ratifica el nuevo código de los niños y adolescentes, es proporcionar una protección completa a las niñas, niños y adolescentes sin asistencia parental o en peligro de perderlos, con el fin de asegurar el ejercicio completo de sus derechos, dando prioridad a su derecho a vivir, desarrollarse y desarrollarse en el núcleo familiar. (12)

Del mismo modo, en el Art. 24 se hace referencia a las obligaciones que tienen los niños y adolescentes: Respetar la propiedad tanto pública como privada; Salvaguardar el entorno natural; Proteger su bienestar personal; Evitar el uso de sustancias psicotrópicas.

El Ministerio de Salud del Perú ha establecido una norma técnica que orienta la atención integral dirigida a adolescentes entre los 12 y 17 años, con un enfoque basado en el respeto de los derechos humanos, la equidad de género, la diversidad cultural y el desarrollo biopsicosocial. Esta norma busca asegurar una atención diferenciada y oportuna, abordando aspectos como la promoción de estilos de vida saludables, la prevención de riesgos, el cuidado de la salud mental, y el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva. Asimismo, promueve la participación activa de los adolescentes y la coordinación con otros sectores para crear entornos protectores y favorables para su desarrollo. (13)

1.5. Hipótesis

1.5.1. Hipótesis Alterna

Existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Cavajal.

1.5.2. Hipótesis Nula

No existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Cavajal.

1.6. Variables de estudio

1.6.1. Variable Independiente

Autocuidado

1.6.2. Variable Dependiente

Consumo de alcohol

1.7. Operacionalización de variables

Variable de estudio	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala valorativa	Nivel de medición
Variable independiente: Autocuidado	El autocuidado es un deber humano que cada persona debe ejercer de manera consciente con el objetivo de preservar su salud y bienestar.	Físico	Alimentación Sueño y descanso Higiene	1,2,3,4,5,6 7,8,9 10,11,12 13,14,15	Bueno 57-68 puntos Regular 45-56 puntos	Ordinal
Social		Relación consigo mismo Relación con los padres Relación con los compañeros	16,17,18 19,20,21 22,23,24,25	Malo 34-44 puntos		
Psicológico		Independencia o autonomía Identidad Autoestima	26,27,28 29,30,31 32,33,34			
Variable Dependiente:	Se refiere a una serie de expresiones cognitivas, fisiológicas y conductuales	Consumo de riesgo de alcohol.	Frecuencia de consumo Cantidad típica Frecuencia del consumo elevado	1,2,3	No problemas relacionados con el alcohol: 0 – 12 puntos	

Consumo de alcohol	provocadas por el consumo excesivo de alcohol, lo que lleva a que la persona la vea como su prioridad en su rutina diaria.	Síntomas de dependencia.	Pérdida de control sobre el consumo Aumento de la relevancia del consumo Consumo matutino	4,5,6	Bebedor de riesgo: 13 – 26 puntos. Problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica: 27 – 40 puntos.
		Consumo perjudicial de alcohol.	Sentimiento de culpa tras el consumo Lagunas de memoria Lesiones relacionadas con el alcohol Otros se preocupan por el dominio	7,8,9, 10	

Fuente: Elaboración Propia

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Mereiros P. et al. (14) “Consumo excesivo de alcohol en adolescentes brasileños: resultados de una encuesta domiciliar nacional-2022” **Objetivo**, Describir la prevalencia del consumo excesivo de alcohol y analizar características sociodemográficas. **Metodología**, se aplicó un cuestionario sobre consumo excesivo de alcohol a 2315 adolescentes, se realizó un análisis descriptivo desde las características sociodemográficas un modelo de regresión logística multivariado **Resultados**, la prevalencia fue en los últimos 30 días fue del 8,1%, los adolescentes que no asistían a clases tenían probabilidad del consumo de alcohol. **Conclusión**, Cerca del 8% de adolescentes dijeron haber bebido en exceso recientemente.

Páez Y. et al. (15) “Consumo de alcohol en adolescentes de la escuela preuniversitaria Federico Engels de Pinar del Río, Cuba 2019” **Objetivo**, Caracterizar el consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes. **Metodología**, Estudio transversal y descriptivo, la muestra estuvo conformada por 215 estudiantes a través de un muestreo probabilístico estratificado, se utilizó una encuesta para determinar trastornos asociados al consumo de bebidas alcohólicas. **Resultados**, el 46,98% de los adolescentes consumen alcohol con predominancia en el sexo femenino con un 59,06%. **Conclusión**, El consumo de alcohol se mantiene como un problema latente en los

adolescentes, se sugiere tomar acciones preventivas para el consumo de alcohol.

Rivera D. (16) “Características del consumo de alcohol en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huanuco-2021”
Objetivo, Identificar las características del consumo de alcohol en estudiantes de enfermería de la UDH. **Metodología**, se realizó un estudio descriptivo, transversal, aplicado en 215 estudiantes de manera aleatoria el cual se aplicó el cuestionario de manera virtual sobre el consumo de alcohol. **Resultados**, Globalmente se identificó que el 67,9% consumían alcohol y 32,1% no consumen; el 42,8% tienen un consumo leve de alcohol, siendo la cerveza la bebida más consumida por el 40% de estudiantes. **Conclusión**, La mayoría de los estudiantes tienen un nivel de consumo leve de alcohol.

Marca A. (17) “Consumo de alcohol y autocontrol en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador-2020” **Objetivo**, Determinar la relación entre el consumo de alcohol y el autocontrol en estudiantes de nivel de secundaria. **Metodología**, método de tipo correlacional-cuantitativo con diseño no experimental y de corte transversal. La muestra fue de 600 estudiantes entre 13 a 18 años. Se aplicó el de AUDIT y Escala de autocontrol de Kendal y Wilcox. **Resultados**, el consumo de alcohol 68,3% no tuvo riesgo, para el autocontrol el 28,5% fue bajo; en donde se encontró relación estadística significativa e inversa. **Conclusión**, A mayor presencia de consumo de alcohol menos autocontrol tienen los estudiantes.

Gutiérrez A. (18) “Motivos y frecuencia de consumo de alcohol solo y mezclado con bebidas energéticas en jóvenes estudiantes de la UPT-2020”. **Objetivo**, Determinar el motivo y la frecuencia del consumo de alcohol solo y mezclado con bebidas energéticas en jóvenes estudiantes de la UPT. **Metodología**, observacional analítico, descriptivo y de corte transversal aplicado en 390 jóvenes **Resultados**, El 84,32 % consume bebidas alcohólicas de los cuales el 56.71% lo hace por divertirse en fiestas o reuniones. El 48,07% consume AMED, manifestando el 40.64% que es porque les gusta el sabor y el 35.29% para evitar emborracharse. **Conclusión**, se determinó que el principal motivo del consumo de alcohol es divertirse, el 84,32% de los estudiantes consume bebidas alcohólicas.

Ríos M. (19) “Habilidades sociales y conductas de riesgo en los adolescentes de la I.E. Jorge Chávez, Tacna 2020” **Objetivo**, Determinar la relación entre las habilidades sociales y conductas de riesgo de los adolescentes. **Metodología**, estudio cuantitativo no experimental y descriptivo de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 220 estudiantes, donde se utilizó el cuestionario de Habilidades Sociales y Conductas de riesgo. **Resultados** en las dimensiones de conductas de riesgo, se destaca el consumo de bebidas alcohólicas con un 37,7% nivel alto, en las dimensiones de habilidades sociales se destaca lo obtenido en la autoestima con un 29,1% promedio. **Conclusión**, Existe relación significativa entre las habilidades sociales y conductas de riesgo de los adolescentes.

2.2. Base teórica

2.2.1. Teoría de Enfermería: Autocuidado de Dorothea Orem

Conceptos de Paradigmas

- **Concepto de persona**

Considera al ser humano como un ente biológico, lógico y con capacidad de pensamiento. En sí mismo, es influenciado por su entorno y tiene la habilidad de realizar acciones preestablecidas que le impacten a él mismo, a los demás y a su entorno, situaciones que le permiten realizar su autocuidado. Además, es un conjunto complejo y unificado que pertenece a la naturaleza en la medida en que está sujeto a las fuerzas de esta, lo que le otorga capacidad de adaptación. Es un individuo con habilidad para conocerse, con habilidad para emplear conceptos, palabras y símbolos para reflexionar, transmitir y orientar sus esfuerzos, con la habilidad de meditar sobre su propia vivencia y sucesos secundarios, con el objetivo de realizar acciones de autocuidado y cuidado dependiente. (20)

- **Concepto de Salud**

La salud es una condición que para el individuo implica aspectos diversos en sus diferentes elementos. Se refiere a la integridad física, estructural y funcional; la falta

de imperfecciones que sugieran un deterioro del individuo; el crecimiento gradual e integrado del ser humano como una unidad individual, aproximando a niveles de integración progresivamente superiores. (20)

El ser humano intenta alcanzar la salud empleando sus habilidades para realizar acciones que faciliten su integridad física, estructural y desarrollo.

- **Concepto de Enfermería**

Enfermería consiste en brindar a individuos y/o colectivos asistencia directa en su autocuidado, de acuerdo a sus necesidades, debido a las discapacidades originadas por sus circunstancias personales. (20)

Los cuidados de enfermería se caracterizan por asistir a la persona en la realización y mantenimiento de acciones de autocuidado para preservar la salud y la vida, recuperarse de la enfermedad y manejar las repercusiones de la misma. (20)

La enfermera interviene cuando la persona, por algún motivo, no puede cuidarse por sí misma. Los métodos de asistencia de enfermería que Orem sugiere,

se fundamentan en la relación de ayuda y/o suplencia de la enfermera hacia el paciente, y son:

1. Actuar en representación del individuo, por ejemplo, en el caso del enfermo en estado inconsciente o vegetal.
2. Asistir o guiar al individuo asistido, como por ejemplo en las recomendaciones de salud para las mujeres embarazadas.
3. Brindar respaldo tanto físico como psicológico a la persona ayudada. Por ejemplo, aplicar el tratamiento prescrito por el médico.
4. Fomentar un entorno favorable al crecimiento personal, como por ejemplo acciones de higiene en los centros educativos.
5. Enseñar a la persona que recibe asistencia; por ejemplo, instruir a un enfermo acerca de la higiene que debe llevar a cabo. (21)

- **Conceptos de Entorno**

Elementos físicos, químicos, biológicos y sociales, provenientes de la comunidad o la familia, que pueden afectar o interactuar con el individuo. (22)

Dorothea no tuvo un escritor que impactara en su modelo, sin embargo, ha sido inspirada por diversos

factores vinculados a la enfermería como: Nightingale, Peplau, Rogers entre otras figuras. (23)

Ha descrito la Teoría General del Autocuidado, la cual trata de tres subteorías relacionadas:

- **La teoría del autocuidado:**

En la que explica el concepto de autocuidado como una contribución constante del individuo a su propia existencia: El autocuidado es una actividad aprendida por los individuos, orientada hacia un objetivo. Se refiere a un comportamiento presente en escenarios específicos de la vida, dirigido por individuos sobre sí mismos, hacia los demás o hacia el ambiente, con el objetivo de controlar los elementos que influyen en su propio crecimiento y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar. (23)

Además, establece tres requisitos de autocuidado, que comprenden los objetivos o resultados a lograr con el autocuidado, e indican una actividad que una persona debe llevar a cabo para cuidarse a sí misma:

- Requisitos de autocuidado universal: son comunes a todos los individuos e incluyen la conservación del aire,

agua, eliminación, actividad y descanso, soledad e interacción social, prevención de riesgos e interacción de la actividad humana.

- Requisitos de autocuidado del desarrollo: promover las condiciones necesarias para la vida y la maduración, prevenir la aparición de condiciones adversas o mitigar los efectos de dichas situaciones, en los distintos momentos del proceso evolutivo o del desarrollo del ser humano: niñez, adolescencia, adulto y vejez.
 - Requisitos de autocuidado de desviación de la salud: que surgen o están vinculados a los estados de salud.
- (23)

- **La teoría del déficit de autocuidado**

La teoría general del déficit de autocuidado se refiere a la relación entre la necesidad de autocuidado terapéutico y la acción de autocuidado de las características humanas. En esta relación, las habilidades desarrolladas para el autocuidado que conforman la acción, no son operativas o apropiadas para entender e identificar algunos o todos los elementos de la demanda de autocuidado terapéutico presente o previsible. (20)

Los humanos poseen una gran habilidad para ajustarse a las modificaciones que ocurren en ellos mismos o en su ambiente. Sin embargo, puede surgir una

circunstancia en la que la exigencia total que se impone a una persona supere su habilidad para responder a ella. En este escenario, el individuo podría necesitar apoyo que puede provenir de diversas fuentes, entre ellas las intervenciones de familiares, amigos y especialistas en enfermería. (20)

Dorothea E Orem emplea el término agente de autocuidado para aludir al individuo que verdaderamente brinda los cuidados o lleva a cabo alguna acción determinada. Cuando las personas se encargan de su propia atención, se les reconoce como agentes de autocuidado. (20)

El autocuidado es la habilidad de las personas para involucrarse en su propio cuidado. Las personas que conocen cómo cubrir sus propias necesidades de salud poseen una agencia de autocuidado desarrollada que puede cubrir sus necesidades de autocuidado. En algunas situaciones, la agencia de autocuidado todavía está en desarrollo, tal como sucede en los niños. Algunas personas podrían poseer una agencia de autocuidado desarrollada que no está en funcionamiento. Por ejemplo, cuando el miedo y la ansiedad obstaculizan la búsqueda de ayuda, a pesar de que el individuo esté consciente de que la requiere. (20)

- **La teoría de sistemas de enfermería**

Dorothea E Orem establece la existencia de tres tipos de sistema de enfermería. Los elementos básicos que constituyen un sistema de enfermería son:

- La enfermera
- El paciente o grupo de personas
- Los acontecimientos ocurridos (20)

En la que se explican los modos en que las enfermeras/os pueden atender a los individuos, identificando tres tipos de sistemas:

- **Sistemas de enfermería totalmente compensadores:**
La enfermera sule al individuo. Acción de la enfermera: Cumple con el autocuidado terapéutico del paciente; Compensa la incapacidad del paciente; da apoyo al paciente y le protege.
- **Sistemas de enfermería parcialmente compensadores:**
El personal de enfermería proporciona autocuidados:
 - ✓ Acción de la enfermera: Desarrolla algunas medidas de autocuidado para el paciente; compensa las limitaciones de autocuidado; ayuda al paciente.

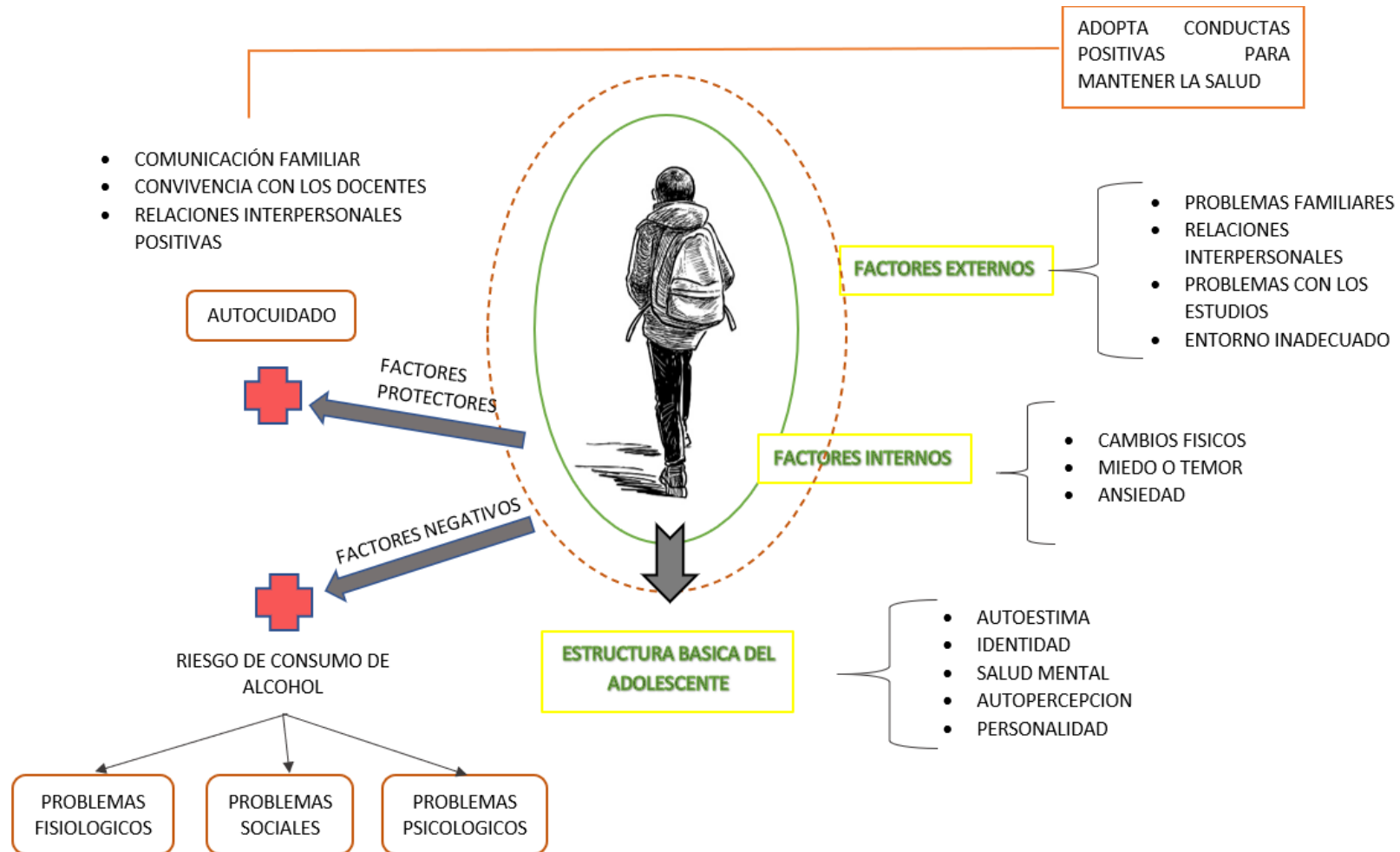
- ✓ Acción del paciente: Desempeña algunas medidas de autocuidado; regula la actividad de autocuidado; acepta el cuidado y ayuda a la enfermera.

- Sistemas de enfermería de apoyo-educación: la enfermera actúa ayudando a los individuos para que sean capaces de realizar las actividades de autocuidado, pero que no podrían hacer sin esta ayuda:

Acción de la enfermera: regula el ejercicio y desarrollo de la actividad de autocuidado. (24)

Acción del paciente: Cumple con el autocuidado.

2.2.2. Mapa conceptual: Teoría del Autocuidado aplicado en el adolescente



Autora: Jiménez M.

MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEL AUTOCUIDADO DE DOROTHEA OREM Y SU RELACION CON LA INVESTIGACION: AUTOCUIDADO Y CONSUMO DE ALCOHOL EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA – 2024.

El adolescente es un individuo que está en una etapa de cambio constante tanto físico como mental, atravesando una fase de constante vulneración antes de tomar decisiones y emociones esenciales para su existencia. Por ello, está sujeto a factores externos e internos que pueden afectar o afectar sus acciones en términos de salud física y mental.

La teoría de autocuidado de Dorothea Orem resalta la relevancia de fomentar la conciencia acerca del mantenimiento y mejoramiento de la salud, así mismo los requisitos necesarios para ello son aquellos que se pueden transformarse en necesidades no satisfechas lo que genera un riesgo alto ante una situación en específico como comenzar a experimentar sustancias tóxicas como el alcohol, en caso que se cubran estas necesidades y el autocuidado en un estado óptimo lo que genera un cambio tanto en la percepción de las personas como en el mantenimiento de su salud física y mental.

El control se alcanza cuando el individuo consigue la gestión adecuada de todos los elementos que le rodean, tales como los factores internos y externos, evitando que estos

influyan o intervengan en el proceso de preservación de la salud. Esto genera comportamientos que se transforman en hábitos en beneficio de la salud, los cuales se aplican cada vez que sea apropiado o requerido.

2.3. Variables de estudio

2.3.1. Autocuidado

El Autocuidado se refiere a las medidas que las personas toman en beneficio de su propia salud, sin supervisión médica oficial. Se refiere a las acciones de individuos y familias que fomentan comportamientos saludables para evitar enfermedades. (25)

Principios del autocuidado

Entre los principios de autocuidado se deben considerar algunos de los siguientes elementos al momento de abordarlo:

- Es una acción vital que posibilita a las personas transformarse en participantes activos en la atención de su salud y es un proceso voluntario del individuo para consigo mismo.

- Es una obligación personal y un compromiso diario que se basa en un sistema de salud formal e informal con el respaldo social.

- Al llevar a cabo prácticas de autocuidado, ya sea con objetivos de protección o prevención, los individuos las implementan con la seguridad de que van a potenciar su estado de salud.

- Para que exista autocuidado, se necesita un cierto nivel de crecimiento personal, que se manifiesta en un constante fortalecimiento de la autoestima, el autocontrol, la autovaloración, la autoaceptación y la capacidad de resistencia. (26) (27)

Tipos de Autocuidado

Entre los tipos de autocuidado se pueden mencionar los siguientes:

- **Autocuidado individual**

Es el método más entendido y difundido de autocuidado y se compone de todas las acciones que el individuo toma como responsable de su propia salud. En

otras palabras, las acciones que lleva a cabo por sí misma al ser consciente de sus necesidades y la relevancia de comprometer el tiempo para cumplirlas. (28)

- **Autocuidado colectivo**

Se percibe como la ampliación del autocuidado personal hacia otros, ya que se refiere a acciones planificadas y llevadas a cabo en colaboración, entre los integrantes de una comunidad, familia o colectivo, que edifican un entorno físico y social, emocional y solidario. (28)

Importancia del Autocuidado

Se puede considerar lo siguiente entre los siguientes aspectos:

- **Mejora la productividad:** Con el autocuidado, aprendes a rechazar las cosas que se prolongan excesivamente y empiezas a reservar tiempo para las que son de mayor relevancia. Para destinar el tiempo adecuado a tus obligaciones y tener más tiempo para tus pasiones. (29)

- **Mejora la autoestima:** Cuando nos tomamos un momento para nosotros mismos, cuando nos tratamos de manera positiva y satisfacemos nuestras necesidades propias, transmitimos un mensaje positivo a nuestro subconsciente. (29)
- **Conocerme mejor:** La práctica del autocuidado implica reflexionar sobre nuestras verdaderas pasiones y necesidades, identificar qué es lo que verdaderamente nos entusiasma e inspira, para comprendernos mejor. (29)
- **Tener más para dar:** Cuando te encuentras bien contigo mismo, podrías creer que eres egocéntrico, pero en realidad te proporciona los recursos necesarios para ser compasivo con los demás. (29)

Dimensiones del Autocuidado

Se considera las siguientes dimensiones:

- **Físico**

El autocuidado físico representa una de las maneras de cuidarse mediante las atenciones al cuerpo,

dedicando el esfuerzo necesario para cubrir las necesidades biológicas más elementales, potenciar habilidades y evitar malestares o dificultades. (28)

- **Tener una dieta saludable**

Una de las necesidades biológicas primordiales es proporcionar a nuestro organismo los nutrientes necesarios para su supervivencia y desarrollo. (28)

- **Realizar suficiente actividad física**

El organismo requiere actividad física para el desarrollo de músculos y articulaciones, y por lo general, es necesario consumir las energías obtenidas de los nutrientes para mantener un balance. (28)

- **Cuidado de la higiene**

El cuidado personal es esencial para prevenir enfermedades e infecciones, en particular las respiratorias y gastrointestinales, además de fomentar y practicar hábitos más saludables. (28)

- **Dormir y descansar lo suficiente:**

El organismo requiere recargarse y este proceso tiene lugar durante el sueño, ya que es la etapa de menor demanda física. El sueño adecuado asegura un mejor desempeño cognitivo al día siguiente y una reducida propensión a las variaciones de humor al día siguiente. (28)

- **Social**

El autocuidado social engloba las relaciones dentro de la familia, los amigos, la pareja y los individuos que nos acompañan durante toda la vida. Está vinculada con el tiempo y las tareas que realizamos en conjunto, además de las vivencias que surgen de la consolidación de estos vínculos. (28)

- **Psicológica**

- **Independencia e autonomía**

La autonomía se refiere a la habilidad de llevar a cabo acciones por cuenta propia, actuando de manera libre y seleccionando alternativas. Se produce bajo la iniciativa individual de cada individuo. (30)

La independencia involucra la capacidad de realizar las cosas por uno mismo sin depender de los demás. (30)

- **Identidad**

La identidad personal se refiere al conjunto de características distintivas de una persona, tales como sus actitudes y capacidades. Su personalidad, su carácter, sus cualidades y sus deficiencias. Todos hacen posible que este se distinga de los demás y reconozca su singularidad y su personalidad. (31)

- **Autoestima**

La autoestima se refiere a la valoración, percepción o crítica positiva o negativa que un individuo hace de sí mismo basándose en la valoración de sus pensamientos, emociones y vivencias.

La autoestima se vincula con la percepción que se tiene de uno mismo, y con la autoaceptación, que es la identificación personal de las características y las imperfecciones. (32)

2.3.2. Alcohol

DEVIDA, define al etanol o alcohol etílico, como la sustancia más consumida en nuestro entorno sociocultural y la que mayores problemas sociales y de salud genera como son accidentes de tránsito, violencia, maltrato y problemas de salud; físicamente es un líquido incoloro e inflamable y se produce en la fermentación de los azúcares de los jugos o zumos de diversas plantas o de sus frutos. (33)

Tipos de consumidores de alcohol

Según el Ministerio de Salud, son los siguientes:

- No consumidor o consumidor sin problemas relacionados al alcohol: Ausencia absoluta de ingestión o menos de 100 cc de alcohol absoluto en un día calendario y/o en presencia de menos de 12 estados de embriaguez al año.

- Consumidor excesivo simple o consumidor de riesgo al alcohol: Ingestión habitual (más de tres días a la semana) por dependencia sociocultural y/o psicopatológica de más de 100 cc de alcohol absoluto (más de un litro de vino, más de dos litros

de cerveza, etc.) en un día calendario y/o en presencia de doce o más estados de embriaguez con algún grado de incoordinación motora en un año calendario.

- Consumidor patológico o con problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica: Enfermedad caracterizada por la presencia regular de dependencia sociocultural y/o psicopatológica y física hacia el etanol. Esta última dependencia se manifiesta en forma de incapacidad de detenerse o de abstenerse después de la ingesta de alcohol. (33)

Etapas o grados de dependencia al alcohol

- Primera etapa o consumo de riesgo de alcohol: La persona busca una disminución temporal a las tensiones y se produce un incremento de la tolerancia al alcohol. (13)
- Segunda etapa o síntomas de dependencia: La persona que se encuentra en la segunda etapa del consumo de alcohol muestra amnesia, bebe a escondidas, demuestra inquietud por obtener bebidas alcohólicas, bebe con avidez, presenta sentimientos de culpa por la manera de beber, evitar

hablar de alcohol, y muestra un aumento en la frecuencia de lagunas mentales; conforme transcurre el tiempo comienza a perder el control, de racionalizaciones, neutralización de presiones sociales, comportamiento agresivo, conducta agresiva, remordimientos persistentes, periodo de abstinencia completa, alejándose de amigos, renuncia a empleos, la bebida se convierte en el centro de las actividades, pérdida de intereses externos, cambio en la interpretación de las relaciones interpersonales, compasión por sí mismo, escape geográfico (esconderse, fugarse), cambio en hábitos familiares, resentimiento, protección al abastecimiento de alcohol, desnutrición, primera hospitalización, disminución del apetito sexual, beber en ayunas.

- Tercera etapa o consumo perjudicial de alcohol: El individuo experimenta intoxicaciones persistentes, deterioro moral, trastornos mentales, psicosis alcohólica, consume sustancias que no sean alcoholes, severo deterioro de las relaciones sociales, reducción de la tolerancia al alcohol, miedos constantes, temblores constantes, inhibición psicomotora (locura), fracaso en la racionalización, hospitalización definitiva y, finalmente, la muerte.
(34)

Forma de administración

Vía oral. (33)

Acción sobre el sistema nervioso central

Depresor. (33)

Efectos del consumo de alcohol

Desinhibe euforia inicial, relaja, disminuye el dolor y la ansiedad, provoca descoordinación y torpeza motora, altera la atención y el rendimiento intelectual y genera confusión. (33)

Motivos de consumo de bebidas alcohólicas

Las razones que lleva a un adolescente a beber alcohol o a consumir drogas son muy variadas, destacaremos las más frecuentes el que se detalla a continuación:

- **Para integrarse dentro de un grupo de amigos**

En esta etapa, el impacto de los amigos es considerable, por lo que es crucial seleccionar y poseer criterios propios al momento de integrarse a un grupo. (10)

- **Para superar problemas**

Frente a las dificultades personales, en vez de enfrentarlas de manera franca o solicitar ayuda, muchos jóvenes optan por huir y/o refugiarse en ras bebidas alcohólicas por el temor de huir. (10)

- **Por curiosidad**

Aún existe la idea equivocada de probarla droga o consumir esporádicamente no es perjudicial. Esta idea es mucho más permisiva cuando se trata del alcohol frente a otras sustancias. Esto lleva a muchos adolescentes prueben determinadas sustancias para averiguar "*que se siente*", para "*experimentar nuevas sensaciones*", para descubrir los mitos no reales que envuelven a la droga (más poder sexual, disminución del sueño o menos sensación de cansancio, más seguridad en uno mismo, etc.) y se extiende al consumo de alcohol. (10)

- **Para buscar placer y/o sentirse bien o divertirse más.**

Problemas derivados del consumo de alcohol en adolescentes

El consumo de alcohol durante la adolescencia se ha convertido en un problema de salud pública. Las investigaciones llevadas a cabo en los últimos treinta años han evidenciado que el consumo excesivo de alcohol puede causar serias alteraciones físicas, psicológicas y conductuales. La probabilidad de sufrir estos desórdenes a lo largo de la vida se incrementa cuando este consumo comienza durante la adolescencia.

Los problemas derivados del abuso de alcohol pueden producirse tanto a corto como a largo plazo.
(10,35)

Efectos agudos

El abuso de alcohol conlleva los siguientes riesgos:

- Se puede llegar a la intoxicación etílica, que puede provocar un coma e incluso la muerte.

- Fomenta comportamientos peligrosos, dado que el alcohol desinhibe y, además, genera una percepción engañosa de seguridad. Por esta razón, está vinculado con accidentes viales y laborales, así como con comportamientos sexuales peligrosos que pueden conducir a la adquisición de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no planeados.
 - Favorece las conductas agresivas entre el grupo de pares o en el hogar. Asimismo, los predispone a delitos violentos, incluyendo violación, asalto a mano armada y robo.
 - Los adolescentes que beben tienen más probabilidades de tener problemas de asistencia a la escuela, con las tareas y el comportamiento escolar.
- (36)

Efectos crónicos

El abuso de alcohol puede causar graves problemas de salud, disputas familiares y problemas sociales. Estos impactos pueden surgir incluso en individuos que no hayan desarrollado una adicción y, por lo tanto, no sean catalogados como alcohólicos. (36)

Destacan los siguientes:

- Hipertensión arterial, alteraciones del sueño, gastritis, agresividad, úlcera gastroduodenal, depresión, cirrosis hepática, disfunciones sexuales, cardiopatías, deterioro cognitivo, encefalopatías, demencia, cáncer y psicosis.
- Una de las consecuencias más graves del consumo excesivo de alcohol es el alcoholismo o dependencia alcohólica. Se trata de una enfermedad caracterizada por el consumo incontrolado de bebidas alcohólicas a un nivel que interfiere con la salud física o mental de la persona y con sus responsabilidades familiares, laborales y sociales.

Indicios de consumo de alcohol

Frecuenta sitios que comercializan licor, tales como bares o cantinas, asiste a frecuentes encuentros sociales, percibe un fuerte aroma a licor en su aliento y ropa, manifiesta problemas estomacales y de apetito, se presenta irritado, exhibe comportamientos violentos, utiliza lenguaje vulgar y se le enrojece la nariz.

Límite permitido de alcohol

Según el código penal artículo 274° explicita lo siguiente: el que, encontrándose en estado de ebriedad, con presencia de alcohol en la sangre mayor de 0.5 gramos por litro de sangre bajo el efecto de drogas tóxicas, estupefacientes, sustancias psicotrópicas o sintéticas. Esto es equivalente a una copa y media de vino o dos vasos de cerveza.

Etapas del ciclo de adicción

La adicción puede caracterizarse como un ciclo reiterado, que consta de tres fases. Cada fase interactúa y se nutre de las demás. Estas fases abarcan principalmente tres aspectos: relevancia de estímulos, estados de ánimo adversos y función directiva. Los dominios se manifiestan en tres áreas fundamentales del cerebro: los ganglios basales, la amígdala ampliada y la corteza prefrontal, en correspondencia. Una persona puede pasar por este ciclo de tres etapas en el transcurso de semanas o meses, o progresar a través de él varias veces en un día. Tenga en cuenta también que una persona puede entrar en el ciclo de adicción en cualquiera de las siguientes etapas: (37)

- **Etapas del consumo excesivo de alcohol (*binge drinking*)/intoxicación: recompensa, prominencia de incentivos y hábitos patológicos.**
 - Durante esta etapa, una persona experimenta los efectos gratificantes del alcohol, como la euforia, la reducción de la ansiedad y la relajación de las interacciones sociales.
 - La activación reiterada del sistema de recompensa en los ganglios basales fortalece la conducta de consumo de alcohol, incrementando la posibilidad de consumo recurrente. Los ganglios basales desempeñan un rol crucial en la motivación, además de la creación de hábitos y otras conductas habituales.
 - Esta activación reiterada de los ganglios basales también provoca alteraciones en la manera en que un individuo reacciona ante los estímulos vinculados al consumo de alcohol, tales como individuos concretos, sitios o indicadores relacionados con el alcohol, como determinadas cristalerías o imágenes o descripciones del alcohol. Con el paso del tiempo, estos estímulos pueden provocar fuertes impulsos para consumir alcohol.

- El consumo constante de alcohol también provoca alteraciones en los ganglios basales que llevan a la creación de hábitos, lo cual a largo plazo favorece el uso compulsivo. (37)

- **Etapas de afecto negativo/abstinencia: déficit de recompensa y exceso de estrés**
 - Cuando un individuo adicto al alcohol cesa su consumo, presenta síntomas de abstinencia, o síntomas contrarios a los beneficios del alcohol que se sienten al consumirlo. Estos síntomas pueden ser de naturaleza física (problemas de sueño, dolor, sensaciones de enfermedad) y de índole emocional (disforia, irritabilidad, ansiedad y sufrimiento emocional).

 - Se considera que las emociones negativas vinculadas a la abstinencia de alcohol se originan de dos orígenes. Primero, una activación reducida en los sistemas de gratificación, o un déficit de gratificación, en los ganglios basales dificulta que las personas disfruten de los placeres de la vida diaria. En segundo lugar, un incremento en la activación de los sistemas de estrés cerebrales, o un estrés excesivo, en la

amígdala extendida, contribuyen a la ansiedad, irritabilidad y preocupación.

- En esta etapa, la persona ya no bebe alcohol por los efectos placenteros ("embriagado"), sino más bien para escapar sintiéndose "bajo" a lo que ha contribuido el consumo crónico del alcohol. (37)

- **Etapa de preocupación/anticipación: deseo, impulsividad y función ejecutiva**

- Esta es la fase en la que una persona recurre al alcohol tras un periodo de abstinencia. Una persona se interesa en el alcohol y en cómo conseguir más de él, y aguarda ansiosamente la próxima vez que lo ingerirá.
- La corteza prefrontal, una zona cerebral encargada de la función ejecutiva, que incluye la habilidad de ordenar pensamientos y acciones, dar prioridad a las tareas, gestionar el tiempo y tomar decisiones, se encuentra afectada en individuos con adicción al alcohol. En consecuencia, esta zona del cerebro desempeña un rol crucial en esta fase. (37)

2.4. Definición Conceptual de Términos Básicos

Autocuidado

El Autocuidado se refiere a las medidas que las personas toman en pro de su propia salud, sin supervisión médica oficial. Se refiere a las acciones de individuos y familias que fomentan comportamientos saludables para evitar enfermedades. (38)

Alcohol

Sustancia psicoactiva con características que generan adicción, empleada extensamente en diversas culturas durante siglos. La ingesta perjudicial de alcohol representa una enorme presión social y económica para las comunidades. (39)

Consumo de alcohol

Autoadministración de una sustancia psicoactiva, que conlleva al consumo nocivo, el abuso y la dependencia del alcohol, representando un problema de salud, que trae efectos irreversibles. Se refiere a una serie de expresiones cognitivas, fisiológicas y conductuales provocadas por el consumo

excesivo de alcohol, lo que lleva a que la persona la vea como su prioridad en su vida cotidiana. (40)

Droga

Sustancia empleada con el propósito de influir en el sistema nervioso para impulsar el crecimiento físico o intelectual, modificar el humor o experimentar nuevas sensaciones, y cuyo uso constante puede generar adicción o puede provocar efectos adversos. (13)

Adolescencia

Periodo de crecimiento y desarrollo humano que ocurre entre la infancia y la adultez, y se desarrolla entre los 10 y 19 años. Esta es la fase clave en la vida de una persona, distinguida por un conjunto de transformaciones. (39)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Enfoque de la investigación

El enfoque de investigación del estudio fue de enfoque cuantitativo, debido a que relaciona dos variables: autocuidado y consumo de alcohol, a través de la obtención de resultados exactos que sean útiles con motivo científico para mejoras continuas en la calidad de vida de los adolescentes.

3.2. Tipo de Investigación

Según el autor Hernández, Fernández y Baptista (41), es un diseño de investigación no experimental de corte transversal de tipo descriptivo correlacional, porque se emplearon encuestas a los adolescentes del 3er a 5to año de secundaria con fines investigativos. Siendo descriptivo, porque se intenta medir el autocuidado y el consumo de alcohol presente en los adolescentes. Es una investigación de tipo transversal porque se da según el tiempo en el que ocurren los hechos y es correlacional, porque va a determinar la relación que existe entre las variables de estudio de la investigación.

3.3. Método de Investigación

El método que se utilizó en la investigación fue el deductivo y analítico, debido a que en base a los datos del nivel del autocuidado se buscó llegar a la relación con el consumo de alcohol que tienen los adolescentes en la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

3.4. Población

La población de estudio de la presente investigación está constituida por 299 alumnos del nivel secundario de 3er a 5to año de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal según matrícula año 2024. (Anexo N°01)

3.4.1. Criterios de Inclusión

- Persona que estudie en el 3er, 4to y 5to año del nivel secundario de la I.E. Fortunato Zora Carvajal.
- Persona que se encuentre entre los 11 a 18 años.
- Padres de familia y/o tutores que acepten la participación de sus menores hijos mediante el consentimiento informado.

3.4.2. Criterios de exclusión

- Persona que no estudien en el nivel secundario de la I.E. Fortunato Zora Carvajal.
- Persona que no se encuentren entre los 11 a 18 años.
- Padres de familia y/o tutores que rechacen la participación de sus menores hijos mediante el consentimiento informado.
- Estudiantes adolescentes imposibilitados física o psicológicamente.
- Estudiantes adolescentes que no se encuentren en clase al momento de la aplicación del instrumento.

3.5. Muestra

3.5.1. Tamaño de la Muestra

La muestra fue establecida mediante la formula finita en donde dio como resultado 200 adolescentes de nivel secundario de 3ero a 5to año pertenecientes a la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal. (Anexo N°02)

3.5.2. Muestreo

El tipo de muestreo fue aleatorio estratificado, se trabajó con alumnos de 3ero a 5 año del nivel secundario tomando en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. (Anexo N°02)

3.6. Unidad de análisis

Adolescentes del 3er a 5to año de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se aplicó la técnica de encuesta, utilizando como instrumento el cuestionario, para explotar tanto la variable autocuidado y la variable consumo de alcohol. (Anexo N° 03)

- Primera parte

Constituido por los datos generales como, edad, sexo y grado de estudio, lo permite identificar características del participante.

- **Instrumento N°01**

El primer instrumento de fue de Autocuidado fue elaborado por la investigadora del presente trabajo de investigación el cual midió el nivel de autocuidado que presentan los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

Conformado por un total de 34 ítems. El cuestionario logra un total que va desde 0 a 34 puntos, donde cada ítem tiene diferente valor:

Si: 2 punto

No: 1 punto

*Únicamente los enunciados siguientes tienen un valor contrario en ítem 24 y 28.

Contiene 3 partes enfocadas en las dimensiones para identificar el autocuidado:

Física: 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15

Social :16,17,18,19,20,21,22,23,24

Psicológica: 25,26,27,28,29,30,31,32,33,34

La suma de puntos para el instrumento sobre el autocuidado se divide de la siguiente forma:

Bueno:

57-68 puntos

Regular:

45-56 puntos

Malo:

34-44 puntos

El puntaje total se obtiene de la sumatoria de puntaje de cada ítem, llegando a conocer cuál es el estado del autocuidado.

- **Instrumento N°02**

El segundo instrumento fue el Test de identificación de desórdenes por uso de alcohol (AUDITH) elaborado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1989, comprende 10 preguntas que buscan identificar patrones de consumo de alcohol que puedan ser perjudiciales para la

salud con respuestas cerradas de escala Likert, sobre de riesgo de alcohol, síntomas de la dependencia y problemas relacionados con el alcohol. Su objetivo es la detección temprana de personas con problemas de alcohol.

A los primeros ocho ítems les corresponden cinco criterios con puntaje “0, 1, 2, 3 y 4” y los últimos dos ítems, le corresponde tres criterios con puntaje “0, 2 y 4” de manera ascendente

- Una puntuación de 8 o superior se considera un caso positivo.
- Los puntajes altos en los límites 1,2,3 Junto a la ausencia de puntuaciones elevadas en otros ítems se consideran un consumo peligroso.
- Los puntajes elevados en los ítems 4 y 5 indican la presencia o emergencia de una dependencia al alcohol.
- Una puntuación alta en los ítems 5, 7, 8, 9,10 indica un consumo perjudicial de alcohol.

3.8. Procedimiento de recolección de datos

Con el objetivo de ejecutar la presente investigación, se elaboró inicialmente el proyecto de tesis en donde se realizaron revisiones y correcciones de acuerdo con el asesor designado. Posteriormente, se presentó una solicitud dirigida a la directora de la Escuela Profesional de Enfermería (ESEN) para que se de conformidad del asesor de investigación y la autorización para llevar a cabo el proyecto.

Dicha solicitud fue aprobada mediante la Resolución de Facultad N°13009-FACS-UNJBG con fecha del 2024.

Después de obtener la aprobación, se procedió a validar los instrumentos con los cinco expertos seleccionados por su experiencia profesional en el tema de la investigación aprobado, a su vez se les proporcionó un folio con documentos, incluyendo carta de presentación, formatos de validación, consentimiento informado, instrumentos y matriz de consistencia.

Luego, se solicitó autorización a la ESEN para realizar la prueba piloto en la Institución Educativa Víctor Raúl Haya de la Torre, debido a las características similares que tenía con la población de estudio.

Con la autorización correspondiente por parte del director de la Institución Educativa, se llevó a cabo la prueba piloto en los alumnos del 3er año del nivel secundario en el horario de Tutoría, el cual se logró realizar la prueba a 30 adolescentes, previo consentimiento informado a los padres de familia para la aplicación.

Una vez obtenidos los resultados de la prueba piloto y los formatos de validación por parte de los cinco expertos, se trabajó en conjunto con un asesor estadístico para determinar la validez y confiabilidad del instrumento. Los resultados revelaron una excelente validez y buena confiabilidad para ambos instrumentos. Con estos resultados positivos, se procedió a la recolección de datos en la población determinada.

Para llevar a cabo la recolección de datos en la población de estudio, se solicitó la autorización a la ESEN para la ejecución del proyecto, luego se emitió un oficio por parte de la directora de escuela dirigido al director de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, solicitando el permiso correspondiente y las facilidades necesarias para la aplicación de los instrumentos.

Se realizó las coordinaciones con el director de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, quien aprobó la aplicación del instrumento a los adolescentes del 3er a 5to año de secundaria.

La recolección de datos se llevó a cabo durante los meses de agosto y setiembre del año 2024, mediante la aplicación del consentimiento informado a los padres de familia para que autoricen la aplicación de los instrumentos.

Este proceso se realizó con la colaboración y coordinación del director, subdirectora y permiso por parte de los docentes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, se programó la aplicación de los instrumentos en el horario de tutoría en los diferentes grados hasta alcanzar el tamaño de muestra determinada. (Anexo N°12)

Se aplicaron las encuestas a los estudiantes participantes, iniciando con una breve exposición introductoria sobre el tema central de la investigación, en la que se explicó la relevancia del estudio y los objetivos que se pretendían alcanzar. Posteriormente, se brindaron instrucciones claras y detalladas respecto al procedimiento de llenado del instrumento, resolviendo cualquier duda con el fin de asegurar

la comprensión de cada ítem y la adecuada calidad de las respuestas.

3.9. Validez y Confiabilidad

3.9.1. Validez

Validez por contenido

Para realizar la validez por contenido, se coordinó con los cinco expertos el cual se les entregó un folio con los formatos de validación de juicio de experto donde puede evaluar cada ítem del contenido de los instrumentos. La evaluación la realizó cada experto en base a su experiencia y juicio profesional, en donde se determinó si el ítem es aplicable, corregible o no aplicable.

Después de recopilar la información brindada por los expertos, se aplicó la prueba de V de Aiken para determinar el índice de la validez del contenido. En donde los resultados obtenidos fueron del para la variable del autocuidado y para la variable del consumo de alcohol, debido a que ambos valores superan el $v \geq 1$ se confirma la validez en ambos instrumentos,

lo que significa que los ítems están adecuadamente redactados y logran medir de manera adecuada cada variable establecida.

3.9.2. Confiabilidad

Para evaluar la confiabilidad del instrumento, se llevó a cabo una prueba piloto con 30 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Víctor Raúl Haya de la Torre, seleccionados por compartir características similares con la población del estudio principal. El tamaño de la muestra para la prueba piloto se estableció siguiendo recomendaciones metodológicas que indican que un rango entre 20 y 50 participantes resulta apropiado para estudios preliminares, ya que permite evaluar la claridad de los ítems, la logística de aplicación y estimar de forma preliminar la fiabilidad del instrumento sin demandar los recursos de una muestra mayor. Este número de participantes es suficiente para detectar problemas de redacción o comprensión, estimar la variabilidad de las respuestas y obtener insumos iniciales para el cálculo del tamaño muestral definitivo del estudio principal. De este modo, la información obtenida permitió realizar los ajustes necesarios para garantizar una confiabilidad adecuada del instrumento en el estudio definitivo.

Los resultados fueron procesados estadísticamente utilizando el programa SPSS, para determinar el coeficiente de Alfa de Cronbach, se determinó que los valores obtenidos para el instrumento del autocuidado y para el instrumento sobre el consumo de alcohol. Según la escala valorativa ambos instrumentos se encuentran con una excelente confiabilidad. (Anexo N°09)

3.10. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Terminada la recolección de datos, se comenzó a revisar y codificar los datos obtenidos en el programa Excel; el procesamiento de la información se realizó con el programa de software estadístico SPSS, el cual permitió organizar los datos obtenidos en tablas y gráficos. Para el análisis de la correlación entre las variables del estudio, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov con un nivel de 5% y un valor de $P=0,758$. (Anexo N°11)

Finalmente, se elaboró tablas para la organización de la información según variables de estudio, objetivos de la investigación, discusión de resultados y conclusiones correspondientes.

3.11. Consideraciones éticas

Este estudio de investigación se realizó siguiendo todos los principios éticos, se consideró la no maleficencia teniendo en cuenta tanto los riesgos como beneficios que pueda generar la investigación en los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, por ello se utilizó el consentimiento informado a los padres de familia, cumpliendo con la responsabilidad de proteger y mantener en confidencialidad a la persona, así como la difusión de los resultados obtenidos.

3.11.1. Principio de autonomía

Se busco respetar la dignidad, los valores, creencias y el derecho a la libertad de decisión de los padres de familia cuchos hijos se encuentren en el nivel secundario de la I. E. Fortunato Zora Carvajal para que la participación sea voluntaria.

3.11.2. Consentimiento informado

El proyecto de investigación cuenta con un consentimiento informado dirigido a los padres de familia en donde se informa a los responsables y/o tutores sobre los beneficios, riesgos y el propósito de la investigación, por lo cual

la población sujeta de estudio pueda ser consiente del uso de la información para los objetivos del proyecto de investigación. (Anexo N°01)

3.11.3. Confidencialidad de los datos

Se expreso a los padres y estudiantes del nivel secundario de la I.E. Fortunato Zora Carvajal, que se mantendrá en reserva la información obtenida por lo que los instrumentos a aplicar serán anónimos, salvaguardando la información brindada y la confidencialidad de los estudiantes participantes.

3.11.4. Evaluación de los beneficios del estudio y sus destinatarios

Este estudio de investigación tuvo un impacto positivo en la población objetivo de la del nivel secundario de la I.E. Fortunato Zora Carvajal, donde se busca procurar adoptar medidas preventivas promocionales que contribuyan a mantener el autocuidado de la salud en los estudiantes y como consecuencia disminuir el consumo de alcohol en menores de edad.

3.11.5. Protección de los grupos vulnerables

El presente estudio de investigación reflejó que los estudiantes del nivel secundario de la I. E. Fortunato Zora Carvajal son un grupo vulnerable ante los cambios físicos y emocionales de la edad adolescente que condicionan e influyen en nivel de la autoestima y podrían aumentar o incentivar al consumo de alcohol, por eso se buscar realizar la investigación de manera anónima con el objetivo de salvaguardar los derechos que se les atribuye.

3.11.6. Principio de justicia

El estudio de investigación considero a los estudiantes del nivel secundario de la I. E. Fortunato Zora Carvajal sin discriminaciones de ningún tipo, la selección de la muestra es equitativa y justa, dando la opción a todos aquellos que fueron participantes en la investigación a acceder a sus resultados si lo solicitan.

3.11.7. La selección de seres humanos o sin discriminación

En la realización de este estudio de investigación no se excluye a nadie por sus creencias, valores, raza, religión o enfermedad, Todas las acciones se ejecutaron equitativamente y de manera justa.

3.11.8. Los beneficios potenciales serán para los individuos y los conocimientos para la sociedad

El presente estudio de investigación presentó resultados sobre los el autocuidado y el consumo de alcohol de los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, en caso de encontrar un valor bajo en el autocuidado y el consumo de alcohol alto se tiene que colocar como prioridad el comunicar al director de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal esta información, para así implementar medidas preventivo promocionales junto con el establecimiento de salud más cercano para que puedan sensibilizar sobre el autocuidado en la salud y disminuir el consumo de alcohol en los estudiantes.

CAPÍTULO IV

DE LOS RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LOS DATOS

4.1. Presentación de resultados en tablas y descripción

Después de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos, se obtuvieron resultados, los cuales se presentan de manera detallada en las siguientes tablas y gráficos. Dichos resultados dan respuesta a los objetivos e hipótesis planteadas.

TABLA N° 01
AUTOCUIDADO DE LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARAVAL, TACNA- 2024

Autocuidado	N	%
Malo	7	3,5
Regular	91	45,5
Bueno	102	51,0
Total	200	100,0

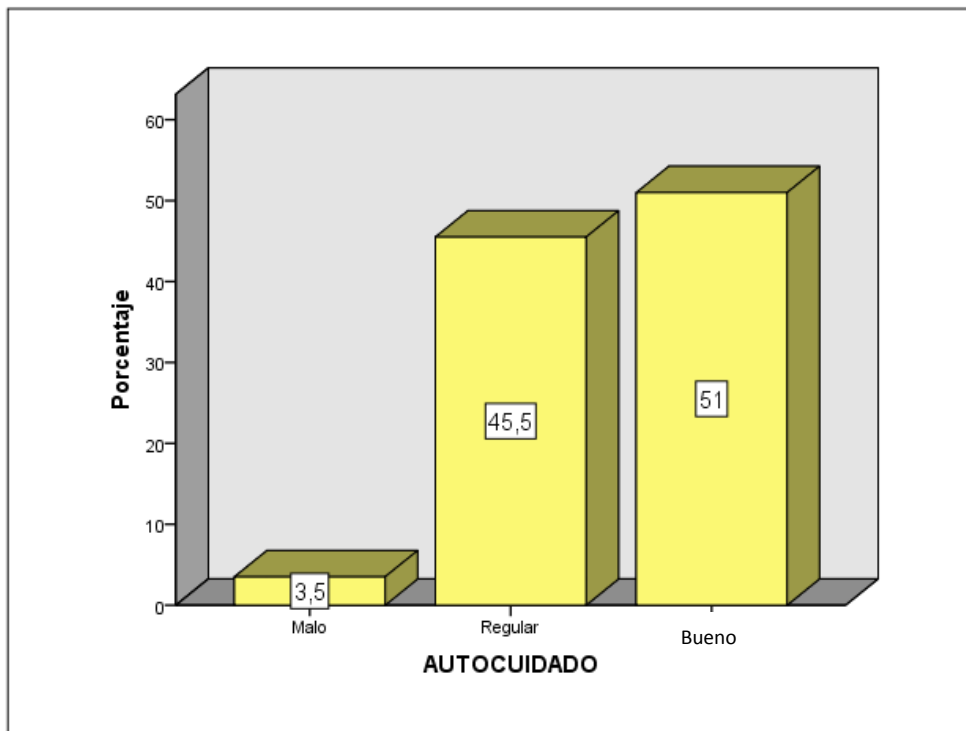
Fuente: C01: Autocuidado aplicado a los adolescentes de la I.E. Zora Carvajal Tacna-2024.

Elaborado por: Bach. Marilia Aymee Jimenez Anahua

DESCRIPCIÓN:

En la tabla N° 01, se observa que los adolescentes tienen un nivel de autocuidado bueno representado por el 51,0%, sin embargo, un grupo menor representado por el 3,5% tiene un nivel de autocuidado malo.

GRÁFICO N° 01
AUTOCUIDADO DE LOS ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARAVAL, TACNA- 2024



Fuente: Tabla N°01

TABLA N° 02
CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE
LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, TACNA- 2024

Consumo de alcohol	N	%
No problemas relacionados con el alcohol	189	94,5
Bebedor de riesgo	9	4,5
Problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia	2	1,0
Total	200	100,0

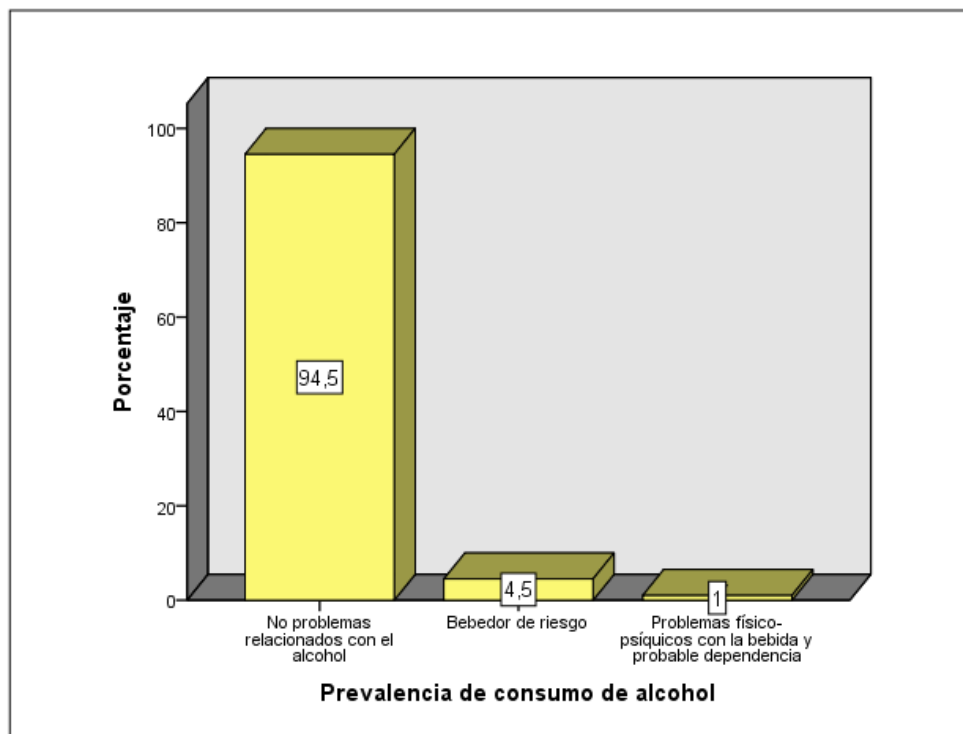
Fuente: C02: AUDIT aplicado a los adolescentes de la I.E. Zora Carvajal Tacna-2024.

Elaborado por: Bach. Marilia Aymee Jimenez Anahua

DESCRIPCIÓN:

En la tabla N° 02 sobre el consumo de alcohol, se observa que el 94,5% de adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal no tiene problemas relacionados con el alcohol, pero el 1% presentan problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia.

GRÁFICO N° 02
CONSUMO DE ALCOHOL EN ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, TACNA – 2024



Fuente: Tabla N°02

TABLA N° 03
CONSUMO DE ALCOHOL SEGÚN SEXO EN ADOLESCENTE DE
LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL,
TACNA – 2024

Consumo de alcohol	Sexo				Total	
	Hombre		Mujer		N	%
	N	%	N	%		
No problemas relacionados con el alcohol	107	93,0	82	96,5	181	94,5
Bebedor de riesgo	6	5,2	3	3,5	7	4,5
Problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia	2	1,7	0	0,0	12	1,0
Total	115	100,0	85	100,0	200	100,0

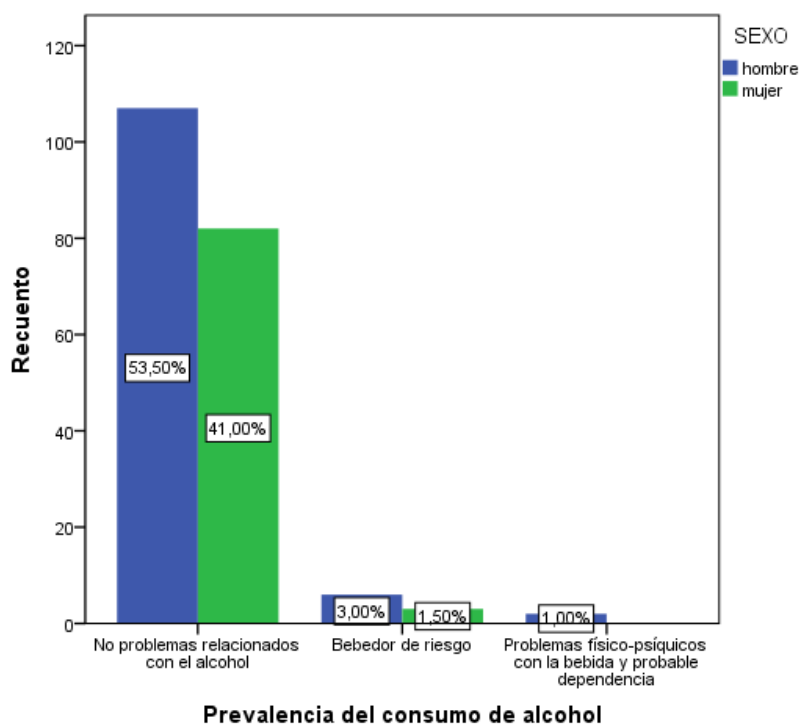
Fuente: C02: AUDIT aplicado a los adolescentes de la I.E. Zora Carvajal Tacna-2024.

Elaborado por: Bach. Marilia Aymee Jimenez Anahua

DISPOSICIÓN:

En la tabla N° 03 sobre el consumo de alcohol según género se observa que el 93,7% de los hombres no tiene problemas relacionados con el alcohol, pero el 5,2% son bebedores de riesgo y el otro 1,7% tienen problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia. Por otro lado, el 96,5% de las mujeres no tiene problemas relacionados con el alcohol, sin embargo, el 3,5% son bebedores en riesgo.

GRÁFICO N° 03
CONSUMO DE ALCOHOL SEGÚN SEXO EN ADOLESCENTE DE
LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA
CARVAJAL, TACNA – 2024



Fuente: Tabla N°03

TABLA N° 04
RELACIÓN ENTRE EL AUTOCUIDADO Y EL CONSUMO DE
ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE INSTITUCIÓN
EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL,
TACNA - 2024

Autocuidado	Consumo de alcohol						Total		Rho de Spearman
	No problemas relacionados con el alcohol		Bebedor de riesgo		Problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia		N	%	Coeficiente de correlación = 0,22 Sig. (bilateral) = 0,758 N = 200
	N	%	N	%	N	%			
Malo	7	3,5	0	0,0	0	0,0	7	3,5	
Regular	86	43,0	3	1,5	2	1,0	91	45,5	
Bueno	96	48,0	6	3,0	0	0,0	102	51,0	
Total	189	94,5	9	4,5	2	1,0	200	100,0	

Fuente: Encuestas aplicadas a los adolescentes de la Institución Educativa Zora Carvajal, Tacna-2024

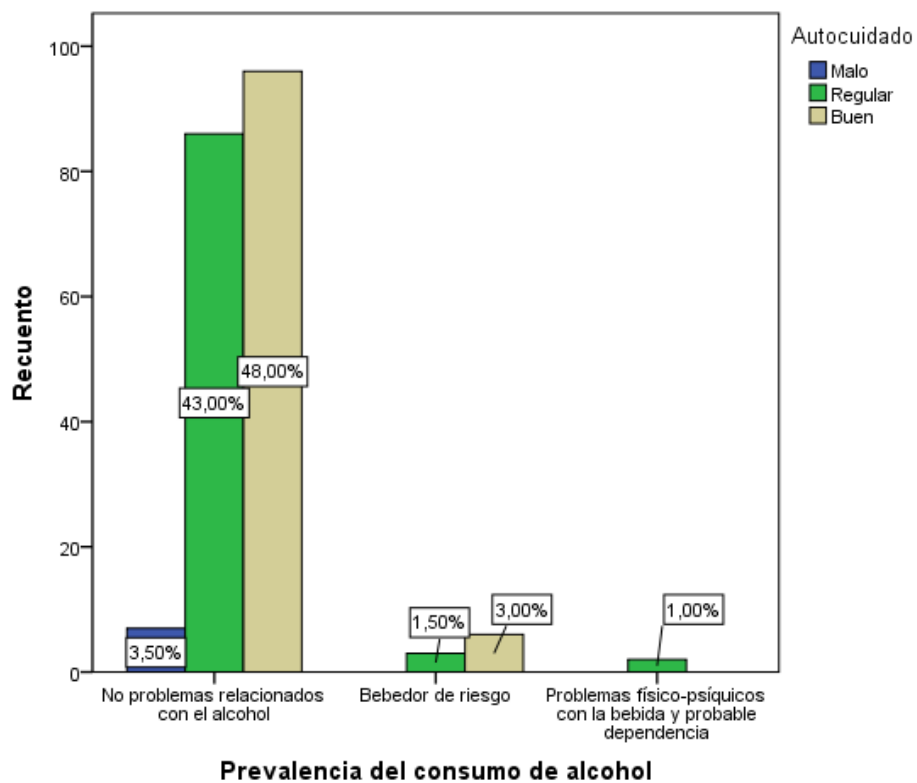
Elaborado por: Bach. Jiménez, M.

DESCRIPCIÓN:

En la tabla N°04 sobre a relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal se observa que el 48,0% no tiene problemas relacionados con el alcohol y presentan un autocuidado de nivel bueno. Además, el 3% de los adolescentes son bebedores de riesgo y tienen buen autocuidado. Por otro lado, el 1% tienen problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia y tiene un regular autocuidado.

GRÁFICO N° 04

RELACIÓN ENTRE EL AUTOCUIDADO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024



Fuente: Tabla N°04

4.2. Prueba de hipótesis

a. Formulación de Hipótesis

- **Ho:** “No existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes”
- **Hi:** “Existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes”.

Según Anexo N°11 donde se determina la correlación de las variables de estudio, se observa que la prueba de hipótesis Rho de Spearman en donde el valor $p = (0,758 > 0,05)$; por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna con un nivel de confianza del 95 %, por lo tanto no existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2024

4.3. Discusión de resultados

El presente trabajo de investigación se realizó durante el año 2024 de forma presencial donde se aplicó a los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal. El objetivo fue determinar la relación del autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes, resaltando la importancia en la salud física y psicológica que puede generar el consumo de alcohol a temprana edad, por ende, se analiza la información obtenida:

Se presenta la **Tabla N°01**, corresponde al primer objetivo específico sobre identificar el autocuidado de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal; el cual dio como resultado que el 51,0% de los escolares presenta un nivel de cuidado bueno, el 45,5% en un nivel medio y solo el 3,5% de los adolescentes tiene un nivel de autocuidado malo, de acuerdo con las dimensiones tanto física, social y psicológica.

Estos resultados difieren con el trabajo de **Marca A.** (17) en su investigación de tesis titulada *“Consumo de alcohol y autocontrol en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador”*, donde se muestra que el autocontrol en los estudiantes de nivel secundaria es de un 28,5% con el mayor porcentaje en el nivel bajo y como segundo lugar se encuentra el nivel alto con 18,5%.

Casi similar a **Rios M.** (19), con la investigación titulada *“Habilidades sociales y conductas de riesgos de los adolescentes de*

la I.E Jorge Chávez”, donde los resultados obtenidos en las habilidades sociales, en la dimensión de la autoestima el mayor porcentaje 29,1% está en promedio, mientras que el menor porcentaje 2,7% está en muy alto. En la dimensión de la toma de decisiones el mayor porcentaje 22,3% está en promedio, mientras que el menor porcentaje 9,1% es bajo. Eso corresponde a la dimensión psicológica como social en base al estudio del autocuidado.

Según **Dorothea O.** (23) el autocuidado es la práctica de actividades que las personas realizan para mantener su propia salud y bienestar, además de que cada individuo tiene la capacidad a su vez también la responsabilidad de cuidarse de si mismas, lo que responde a la investigación realizada en donde se demuestra que los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal presentan un nivel de autocuidado alto según las acciones que realizan conformado por las dimensiones tanto física, social y psicológica.

La **Tabla N°02**, que responde al objetivo específico de identificar el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, el cual dio como resultados que el 94,5% no tiene problemas relacionados con el alcohol, pero que el 1% presentan problemas físico- psíquicos con la bebida y probable dependencia.

Diferente a **Mereiros P. et al.** (14) a en la investigación “Consumo excesivo de alcohol en adolescentes brasileños: resultados de una encuesta domiciliaria nacional - 2022” en donde

se encontró que la prevalencia del consumo de alcohol excesivo fue del 8,1% entre los adolescentes brasileños, además de que con mayor puntuación en cuanto a la riqueza y a la inasistencia a la escuela tenían más probabilidades del consumo excesivo de alcohol.

Difiere **Rios M.** (19) en la investigación titulada “Habilidades sociales y conductas de riesgo en los adolescentes de la I.E. Jorge Chávez, Tacna 2020” colocando en tercer lugar al consumo de bebidas alcohólicas con un predominio porcentual de 37,7% en el nivel alto, en cuanto a conductas de riesgo encontradas en los adolescentes.

Continuando con el objetivo en la **Tabla N°03**, sobre el consumo de alcohol según sexo en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal donde se halló que el 93,0% de los hombres no tienen problemas relacionados con el alcohol pero el 1,7% presentan problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia, el caso de las mujeres el 96,5% no presentan problemas relacionados con el consumo de alcohol pero el 3,5% presentan problemas como bebedor de riesgo.

Casi similar a **Mereiros P. et al.** (14) en la investigación “Consumo excesivo de alcohol en adolescentes brasileños: resultados de una encuesta domiciliaria nacional-2022” donde se demuestra que las mujeres tienen 50% menos probabilidades de beber en exceso a diferencia de los hombres.

Otro estudio similar es de **Gutierrez A.** (18) en la investigación titulada “Motivos y frecuencia de consumo de alcohol

solo y mezclado con bebidas energéticas en jóvenes estudiantes de la UPT-2020” en donde, los consumidores de solo bebidas alcohólicas fue un total de 328 participantes, de los cuales 219 (66.77%) fueron hombres y 109 mujeres (33.23%).

A diferencia de **Páez Y. et al.** (15) en la investigación “Consumo de alcohol en adolescentes de la escuela preuniversitaria Federico Engels de Pinar del Río, Cuba 2019” en donde el 46,98% (n=101) resultaron consumidores y predominó el sexo femenino con un 59,06% (n=127) y el 85,13 % (n=183) tenían procedencia urbana.

Difiere **Marca A.** (17) en la investigación titulada “Consumo de alcohol y autocontrol en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador-2020” en donde los datos indican que no se encontró diferencias estadísticamente significativas ($p > .05$) en las dimensiones consumo de riesgo de alcohol, síntomas de dependencia y consumo perjudicial de alcohol en función del sexo.

La diferencia frente al consumo de alcohol según el sexo podría estar relacionada con las normas sociales y culturales, donde la sociedad peruana por parte de los hombres esta más normalizado o incluso incentivado; el tomar alcohol puede ser visto como un signo de masculinidad en contextos como fiestas, reuniones sociales o celebraciones familiares, en cambio en las mujeres existe un estigma mayor cuando beben, sobre todo en zonas rurales. En nuestra sociedad se acepta más fácilmente que los hombres adopten conductas de riesgo a diferencia de las mujeres que suelen

enfrentar mayores restricciones sociales y críticas por este tipo de comportamientos.

El consumo de alcohol en adolescentes hombres comienzan como parte de ritos de iniciación o por presión social frente a sus amigos o familiares, además las reuniones masculinas a menudo giran en torno al consumo de alcohol, como partidos, parrilladas o celebraciones.

Los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal presentan problemas físico-psíquicos con la bebida y probable pendencia en hombres con un 1,7% y en mujeres no existe ese tipo de problemas, por ello la prevalencia de sexo masculino es claramente liderada por más del 50% por el género masculino.

Finalmente, en la **Tabla N°04** que corresponde al objetivo general sobre el autocuidado y su relación con el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, se identifica que no se encontró una relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol con un valor $p=0,758$, lo cual se acepta la hipótesis alterna no existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

Casi similiar a **Marca A.** (17) en la investigación titulada “Consumo de alcohol y autocontrol en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de Villa El Salvador” tuvo como resultado que el consumo de alcohol fue de 68,3% no tuvo riesgo y el autocontrol 28,5% fue bajo; en donde se encontró

relación estadística significativa e inversa dando como conclusión que a mayor presencia de consumo de alcohol menor autocontrol tienen los estudiantes.

Según Dorothea O. (42), el autocuidado consiste en aquellas acciones deliberadas que realiza una persona para mantener su salud y bienestar, prevenir enfermedades y promover una vida saludable. Desde esta perspectiva, el consumo de alcohol — especialmente cuando es excesivo o perjudicial— no puede considerarse una forma de autocuidado, ya que contradice los objetivos fundamentales del mismo. Por el contrario, beber en exceso suele indicar una falla en los requisitos de autocuidado, lo que refleja una incapacidad o desinterés del individuo por satisfacer necesidades básicas como una alimentación adecuada, la higiene, el descanso y la salud mental.

Orem también plantea que cuando una persona tiene déficits de autocuidado, como ocurre en los casos de adicción o abuso de sustancias, se requiere apoyo de otras personas o del sistema de salud para restaurar su funcionalidad.

En este sentido, el consumo de alcohol no solo no contribuye al autocuidado, sino que muchas veces lo interrumpe o lo reemplaza por conductas perjudiciales.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- El autocuidado en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal se encuentra en un nivel bueno representado por el 51,0%.
- El consumo de alcohol de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal no tiene problemas relacionados con el alcohol representado por el 94,5%.
- El consumo de alcohol de los adolescentes según sexo de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, fue mayor en los hombres en cuanto a problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia (1,7%).
- No existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol de los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, se acepta la hipótesis nula demostrado mediante la prueba de Rho de Spearman con una confianza de 95% ($P=0,758 > 0,05$)

5.2. Recomendaciones

- Con respecto a el autocuidado en los adolescentes se recomienda, a la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal trabajar juntamente con el Centro de Salud La Esperanza para realizar campañas de promoción y prevención en salud para mantener un estilo de vida saludable.
- Con el fin de disminuir el consumo de alcohol en los adolescentes, se recomienda a la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal desarrollar proyectos de prevención y vigilancia de conductas de riesgo dentro y fuera del centro educativo con la participación del gobierno local e instituciones pertinentes.
- Sensibilizar a los estudiantes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal sobre los efectos del consumo de alcohol además se recomienda incentivar jornadas deportivas y/o recreativas entre los diferentes años.
- Se recomienda realizar más estudios que guarden relación con las presentes variables, con diferente población y tipo de investigación, ya que en la actualidad es la población adolescente la que mayormente padece de riesgos que pueden alternar su salud física y mental.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Espinoza M., Valdivia J., Aguilar L. Consumo de alcohol y conductas de riesgo en adolescentes escolares de Tacna. Tacna: Rev Peru Med Exp Salud Publica; 2020.
2. Organización Mundial de la Salud (OMS). Alcohol y salud de los jóvenes: informe mundial 2019. Ginebra; 2019.
3. Diario Sin Fronteras. Menores inician consumo de alcohol a los 12 y 13 años [Internet]. 2023 [cited 2025 Jun 24]. Available from: https://diariosinfronteras.com.pe/2023/08/05/menores-inician-consumo-de-alcohol-a-los-12-y-13-anos/?utm_source=chatgpt.com#google_vignette
4. Mahmoud F. Frecuencia y factores asociados al consumo de drogas legales e ilegales en adolescentes en la Institución Educativa Modesto Basadre de la ciudad de Tacna, 2024. Universidad Privada de Tacna [Internet]. 2025 Feb 20 [cited 2025 Jun 24]; Available from: <http://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/3978>
5. Velasquez L. La autoestima y su relación con el consumo de alcohol en adolescentes de secundaria de la I. E. Jorge Chávez Tacna 2013 [Internet]. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, editor. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann; 2014 [cited 2025 Jun 24]. Available from: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/20.500.12510/601>
6. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Consumo de alcohol en adolescentes y jóvenes peruanos. Lima; 2019.
7. Ministerio de Salud (MINSA). Informe sobre el consumo de alcohol en adolescentes. 2019;
8. INEI. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar [Internet]. 2023 [cited 2025 Jun 24]. Available from: https://es.scribd.com/document/836828253/Tacna?utm_source=chatgpt.com
9. Díaz L. Consumo de alcohol y autoestima en adolescentes del nivel secundario de la I.E. N° 42195 Wilma Sotillo de Bacigalupo Tacna – 2023 [Internet]. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, editor. 2024 [cited 2025 Jun 24].

- Available from:
<https://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/20.500.12510/4124>
10. Vargas L. Influencia de los factores psicosociales en el consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes del nivel secundario de la I. E. Modesto Basadre Tacna 2012. 2013 [cited 2024 Jun 12]; Available from: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UNJB_8d4924ef73e3dddaaffdb3fb47ce025a
 11. Congreso de la República. Constitución Política del Perú [Internet]. 1993. Available from: https://www.oas.org/juridico/spanish/per_res17.pdf
 12. Diario Oficial El Peruano. Código de los Niños y Adolescentes Ley No 27337 [Internet]. Available from: <https://www.pj.gob.pe/wps/wcm/connect/fe44b080400d67cd8a23bf6976768c74/C%C3%B3digo+de+los+ni%C3%B1os+y+adolescentes+Ley+N%C2%B0+27337.pdf?MOD=AJPERES&CAHEID=fe44b080400d67cd8a23bf6976768c74>
 13. MINSA. Norma Técnica de la Atención Integral del Adolescente- RM N° 1001-2019. 1–74 p.
 14. Fausta P., De Medeiros P., Valente J., Rezende LFM, Sanchez ZM, Medeiros PFP. Binge drinking in Brazilian adolescents: results of a national household survey. *Cad Saude Publica* [Internet]. Available from: <https://www.stata.com>
 15. Páez-Rodríguez Y., Sosa-Hernández J. Consumo de alcohol en adolescentes de la escuela preuniversitaria Federico Engels de Pinar del Río Alcohol consumption in teenagers of Federico Engels High School of Pinar del Río. *Arch méd Camagüey* [Internet]. 2021;25(2). Available from: <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v25n2/1025-0255-amc-25-02-e8072.pdf>
 16. Rivera D. Características del consumo de alcohol en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huánuco – 2021 [Internet]. [Huánuco]: Universidad de Huanuco; [cited 2024 Jul 5]. Available from: <https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4146/Rivera%20Zambrano%2c%20Diana%20Celeste.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

17. Marca A. Consumo de alcohol y autocontrol en estudiantes de nivel secundaria de dos instituciones educativas de villa el salvador [Internet]. [Lima]: Universidad Autónoma del Perú; [cited 2024 May 2]. Available from: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1319/Marca%20Huatarungo%2c%20Antonella%20Ursula.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Gutiérrez A. Motivos y frecuencia de consumo de alcohol solo y alcohol mezclado con bebidas energizantes en jóvenes estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2020 [Internet]. [Tacna]: Universidad Privada de Tacna; 2020 [cited 2024 Jul 5]. Available from: <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/1387/Gutierrez-Valdiviezo-Alida.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
19. Ríos M., Mori C. Habilidades sociales y conductas de riesgo en los adolescentes de la Institución Educativa Jorge Chávez Tacna–2020. *Revista Médica Hospital Hipólito Unanue de Tacna* [Internet]. 2020; Available from: <https://revista.hospitaltacna.gob.pe/index.php/rmhut/article/view/10>
20. Ydalsys Naranjo-Hernández C. Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem Meta-paradigmatic models of Dorothea Elizabeth Orem. *Rev Arch Med Camagüey* [Internet]. 2019 [cited 2024 Jul 2];23(3). Available from: <https://orcid.org/0000-0002-2476-1731>
21. Prado L., González M., Paz N., Romero K. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Orem punto de partida para calidad en la atención [Internet]. 2024 [cited 2024 Jun 8]. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242014000600004
22. Navarro Y., Castro M. Modelo de dorothea orem aplicado a un grupo comunitario a través del proceso de enfermería [Internet]. 2010 [cited 2025 Jun 8]. Available from: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000200004
23. El Cuidado. El Cuidado: DOROTHEA OREM [Internet]. 2012 [cited 2024 Jun 8]. Available from:

<https://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothea-orem.html>

24. Montero Y., Vizcaíno Alonso M del C, Montero Vizcaíno Y. Teorías de Patricia Berner y Dorothea Orem en la preparación y cuidado en. 2016;
25. UCSC. Autocuidado: cuidando la vida [Internet]. 2020 [cited 2024 Jun 8]. Available from: <https://ucsc.cl/medios-ucsc/blogs-academicos/autocuidado-cuidando-la-vida/>
26. Correa OT. El autocuidado una habilidad para vivir. Hacia la Promoción de la Salud [Internet]. 2003 Jan 1 [cited 2025 Jun 12];8:38–50. Available from: <https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/1870>
27. Uribe TM. El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. Invest Educ Enferm [Internet]. 1999 [cited 2024 Jun 12]; Available from: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/download/16870/14608/>
28. FUNDACIÓN SILENCIO(FUNDASIL). Manual de Autocuidado [Internet]. 2022 [cited 2024 May 9]. Available from: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/manual_de_autocuidado.pdf
29. Grupogear. ¿Qué es el autocuidado y por qué es importante? Grupo GEARD [Internet]. [cited 2024 Jun 9]. Available from: <https://grupogear.com/blog/autocuidado-importancia/>
30. Colegio San Agustín-Lima. ¿Sabes las diferencias entre autonomía e independencia? [Internet]. [cited 2024 Jul 6]. Available from: <https://sanagustin.edu.pe/blog/sabes-las-diferencias-entre-autonomia-e-independencia/>
31. Enciclopedia Significados. Identidad Personal [Internet]. [cited 2024 Jul 3]. Available from: <https://www.significados.com/identidad-personal/>
32. Enciclopedia Significados. Autoestima: Qué es, Significado y Tipos - Enciclopedia Significados [Internet]. 2024 [cited 2024 Jun 13]. Available from: <https://www.significados.com/autoestima/>

33. DEVIDA. Manual para la prevención del consumo de drogas. [cited 2024 Jun 10]; Available from: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3204838/Manual%20para%20la%20prevenci%C3%B3n%20del%20consumo%20de%20drogas.pdf>
34. Catholic.net. Catholic.net - Vamos al-cohlegio [Internet]. 2024 [cited 2025 Jun 12]. Available from: <https://es.catholic.net/op/articulos/9561/cat/239/vamos-al-cohlegio.html#modal>
35. Ministerio de Sanidad del Gobierno de España. Pla Nacional sobre Drogues - ¿qué riesgos y consecuencias tiene el consumo de alcohol? [Internet]. 2024 [cited 2024 Jun 11]. Available from: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ca/ciudadanos/informacion/alcohol/menuAlcohol/riesgos.htm>
36. Ministerio de Sanidad del Gobierno de España. Pla Nacional sobre Drogues - A LARGO PLAZO (efectos crónicos) [Internet]. 2024 [cited 2024 Jun 11]. Available from: <https://pnsd.sanidad.gob.es/ca/ciudadanos/informacion/alcohol/menuAlcohol/largoPlazo.htm>
37. NIAAA. El ciclo de la adicción al alcohol [Internet]. 2022 [cited 2024 Jun 11]. Available from: <https://www.niaaa.nih.gov/publications/el-ciclo-de-la-adiccion-al-alcohol>
38. Diccionario enciclopédico ilustrado. Ed Larouss. Mexico; 1999.
39. Organización Mundial de la Salud. Salud del adolescente [Internet]. [cited 2024 Jun 17]. Available from: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
40. Clinica Universidad de Navarra. Abuso: qué es y definición médica | Diccionario CUN [Internet]. 2024 [cited 2024 Jun 25]. Available from: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/abuso>
41. Hernández Sampieri Roberto, Fernandez-Collado CF., Baptista Lucio Pilar. Metodología de la investigación. McGraw-Hill Education; 2014. 600 p.

42. Dorthea E. Orem. Nursing: Concepts of Practice. 6th ed. Vol. 1. 2021.

ANEXOS

Anexo N°01 : Población

Anexo N°02 : Cálculo de muestreo

Anexo N°03: Instrumento de recolección de datos

Anexo N°04: Carta de presentación

Anexo N°05: Formato de validación

Anexo N°06: Consentimiento Informado

Anexo N°07: Validez del contenido

Anexo N°08: Validez de criterio

Anexo N°09: Confiabilidad del instrumento

Anexo N°10: Test de Prueba de Normalidad

Anexo N°11: Determinación de la correlación de las variables de estudio

Anexo N°12: Permisos respectivos

Anexo N°13: Matriz de consistencia

ANEXO N°01

POBLACIÓN Y CALCULO DE LA MUESTRA

POBLACIÓN

La población de estudio de la presente investigación está constituida por 299 alumnos de 3er a 5to del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal según matrícula año 2024.

Población por año de nivel de educación secundaria

Año de nivel Secundario	Población por año educativo
3er Grado	99
4to Grado	98
5to Grado	102
Total	299

Fuente: Elaboración Propia

ANEXO N°02

CÁLCULO DE LA MUESTRA

La muestra de estudio corresponderá a la denominada muestra aleatoria simple, para lo cual se estableció el tamaño de la muestra con la siguiente fórmula:

FÓRMULA FINITA PARA HALLAR LA MUESTRA	MUESTRA
$n = \frac{Z^2 pqN}{e^2 (N - 1) + Z^2 pq}$	200

Dónde:

N = tamaño de la población. (299)

n = tamaño de la muestra.

Z = abscisa de la distribución normal a un 95% del nivel de confianza.

p = proporción de individuos de la población que tiene características que se desean estudiar (P = 0,50).

q = proporción de individuos de la población que no tienen las características de interés.

e = margen de error (e=0,04).

Para determinar la cantidad de estudiantes por año, se utilizó el muestreo aleatorio estratificado, aplicando la siguiente fórmula para los estratos:

$$ni = \frac{Ni}{NT} \times n$$

Donde:

ni: Tamaño de la muestra en el estrato

Ni: Tamaño de la población en el estrato

NT: Tamaño total de la población

n: Tamaño total de la muestra.

TOTAL DE MUESTRA		
AÑO	ESTRATOS	ESTUDIANTES
TERCER	$ni = \frac{99}{299} \times 200$	66
CUARTO	$ni = \frac{98}{299} \times 200$	66
QUINTO	$ni = \frac{102}{299} \times 200$	68
TOTAL		200

ANEXO N°03

INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

I. Datos generales:

1. Edad: _____ años
2. Sexo:
Hombre () Mujer ()
3. Año de estudios:
1ro () 2do () 3ro () 4to () 5to ()

II. Cuestionario 01: AUTOCUIDADO

INSTRUCCIONES

1. Lea detenidamente cada pregunta.
2. Marque con una (x) o encierre en un (o) la respuesta que considere correcta.



Nº	ITEMS	SI	NO
1	¿Ingieres 8 vasos de agua al día?		
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?		
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, frutas, verduras, leche, yogurt, queso?		
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?		
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?		
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?		
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?		
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?		
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?		
10	¿Duermes 8 horas diarias?		
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?		
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?		

13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?		
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?		
15	¿Te cepillas los dientes, mínimo 3 veces al día?		
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?		
17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?		
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?		
19	¿Sueles conversar con tus padres?		
20	¿Rara vez discutes con tus padres?		
21	¿Participas en actividades grupales?		
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?		
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?		
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?		
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?		
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?		
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?		
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?		
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?		
30	¿Te sientes importante?		
31	¿Te gusta ser cómo eres?		
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?		
33	¿Expresas tus emociones?		
34	¿Sientes que eres único o única?		

Autor: Jiménez A

III. Cuestionario 02: CONSUMO DE ALCOHOL

ITEMS	CRITERIOS	PUNTAJE
01. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	Nunca	0
	De 1 o menos veces al mes	1
	De 2 a 4 veces al mes	2
	De 2 a 3 veces a la semana	3
	De 4 a más veces a la semana	4
02. ¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	De 1 a 2	0
	De 3 a 4	1
	De 5 a 6	2
	De 7 a 8	3
	De 10 a más	4
03. ¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4
04. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido Incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4
05. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, Por qué había bebido?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4
06. ¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4
07. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4

08. ¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	Nunca	0
	Menos de una vez al mes	1
	Una vez por mes	2
	Una vez por semana	3
	A diario o a casi diario	4
09. ¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	No	0
	Si, pero no el curso del último año	1
	Si, en el último año	2
10. ¿Algún familiar, amigo, medico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	No	0
	Si, pero no el curso del último año	1
	Si, en el último año	2
PUNTAJE TOTAL		

Fuente: Test de AUDIT (MINSa)

Gracias por participar

Anexo N°04

CARTA DE PRESENTACIÓN

Tacna, __ de Julio del 2024

Sr(ra):

De mayor consideración:

El que suscribe, Est. Marilia Aymee Jiménez Anahua, Bachiller de la Escuela Profesional de Enfermería de la prestigiosa Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Tengo el agrado de presentar mi proyecto de tesis titulado, "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA – 2024", por lo cual se le pide su opinión como profesional para la validación del instrumento de recolección de datos de la presente investigación.

De antemano, se agradece su disponibilidad y tiempo otorgado.

Atentamente,

Bach. Marilia Aymee Jiménez Anahua
COD. 2018-122018

ADJ: Matriz de consistencia, operacionalización de variables, Consentimiento Informado, Instrumentos, Ficha de Valoración, Ficha de verificación de evaluación de Protocolos de Ética.

ANEXO N°05 FORMATOS DE VALIDACION

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Tapia Volante, Javier C. EDAD:
- 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: S.S. Ciudad Nueva
- 1.3. TÍTULO PROFESIONAL: lic. en Psicología
- 1.4. GRADO ACADÉMICO: Lic. MENCIÓN EN: Psicología
- 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.				80%	
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.				80%	
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.				80%	
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.				80%	
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en: registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.				80%	
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					90%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.				80%	
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la Investigación).					90%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.				80%	
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.				80%	

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena... X
2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 83% FECHA Y LUGAR: 26/7/24 - Tacna.
3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


Javier C. Tapia Volante
PSICOLOGO
 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 29424966

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO A: AUTOCUIDADO

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Ingeres 8 vasos de agua al día?	✓			
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?	✓			
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, fruta, verduras, leche, yogurt, queso?	✓			
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?	✓			
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	✓			
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	✓			
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	✓			
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	✓			
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	✓			
10	¿Duermes 8 horas diarias?	✓			
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	✓			
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	✓			
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	✓			
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	✓			
15	¿Te cepillas los dientes mínimo 3 veces al día?	✓			
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	✓			

17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	✓			
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	✓			
19	¿Sueles conversar con tus padres?	✓			
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	✓			
21	¿Participas en actividades grupales?	✓			
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	✓			
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	✓			
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	✓			
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	✓			
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	✓			
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	✓			
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	✓			
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	✓			
30	¿Te sientes importante?	✓			
31	¿Te gusta ser cómo eres?	✓			
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	✓			
33	¿Expresas tus emociones?	✓			
34	¿Sientes que eres único o única?	✓			

APPELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Tapie Valdivia, Javier C.

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Lic. Psicología

DNI: 29424966 N°Colegiatura 7477 FECHA: 26/7/21 - Jcruz



VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

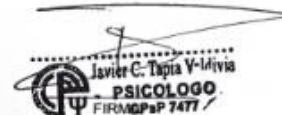
CUESTIONARIO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	✓			
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	✓			
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	✓			
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	✓			
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, por qué había bebido?	✓			
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	✓			
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	✓			
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	✓			
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	✓			
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	✓			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Tapia Valdivia, Javier C.

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Lic. Psicóloga

DNI: 29424966 N°Colegiatura 7477 FECHA: 26/7/27



FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO Tapia Valderrama, Javier C. EDAD.....
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO Univ. Católica Nueva
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL Dr. en Psicología
 1.4. GRADO ACADÉMICO Dr. MENCION EN Psicología
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					85%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					90%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					90%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					85%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90%

4. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Muy Buena X
 5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90% FECHA Y LUGAR 26/7/24 - Tacna
 6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


Javier C. Tapia Valderrama
PSICOLOGO
 FIRMA DEL EXPERTO/CRITICANTE

DNI: 29424966

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Alvarado Sanguines Soledad Mercedes EDAD: 66 años
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: C.S. La Esperanza Área: Adolescente
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL: licenciada en enfermería
 1.4. GRADO ACADÉMICO: licenciada MENCIÓN EN: enfermería
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					94%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					98%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... d) Buena..... e) Muy Buena X
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... FECHA Y LUGAR: C.S. La Esperanza 26/07/24
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....

Soledad M. Alvarado Sanguines
 LIC. EN ENFERMERIA
 20112427

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 00405732

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO A: AUTOCUIDADO

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Ingieres 8 vasos de agua al día?	X			
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?	X			
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, fruta, verduras, leche, yogurt, queso?	X			
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?	X			
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	X			
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	X			
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	X			
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	X			
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	X			
10	¿Duermes 8 horas diarias?	X			
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	X			
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	X			
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	X			
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	X			
15	¿Te cepillas los dientes mínimo 3 veces al día?	X			
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	X			

17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	X			
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	X			
19	¿Sueles conversar con tus padres?	X			
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	X			
21	¿Participas en actividades grupales?	X			
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	X			
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	X			
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	X			
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	X			
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	X			
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	X			
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	X			
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	X			
30	¿Te sientes importante?	X			
31	¿Te gusta ser cómo eres?	X			
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	X			
33	¿Expresas tus emociones?	X			
34	¿Sientes que eres único o única?	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Alvarado Sanginez Soledad Mercedes

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: licenciado en Enfermeria

DNI: 00405732 N°Colegiatura 14217 FECHA: 26/07/2024


Soledad M. Alvarado Sanginez
LIC. EN ENFERMERIA
CEP 14217

FIRMA

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Alvarado Sanginez Soledad Mercedes EDAD 66 años
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO:
- 1.3. TÍTULO PROFESIONAL:
- 1.4. GRADO ACADÉMICO Licenciada MENCION EN Enfermería
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

4. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena... X.....
5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95%..... FECHA Y LUGAR 26/07/24 CS La Esperanza
6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse - o modificarse un ítem por favor indique).....

Soledad M. Alvarado Sanginez
M.C. EN ENFERMERÍA
CBP 14217

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: 00405732

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

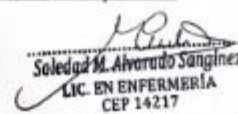
CUESTIONARIO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	X			
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	X			
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	X			
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	X			
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, Por qué había bebido?	X			
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	X			
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	X			
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	X			
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	X			
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Alvarado Sanginez Soledad Mercedes

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Licenciada en Enfermería

DNI: 00405732 N° Colegiatura 14217 FECHA: 26/07/2024


 Soledad M. Alvarado Sanginez
 LIC. EN ENFERMERÍA
 CEP 14217

FORMATOS DE VALIDACIÓN

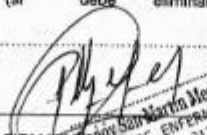
VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Medina Medina Paddy EDAD 57
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: C.S. Ciudad Nueva
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL: lic. Enfermero
 1.4. GRADO ACADÉMICO: MENCION EN
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.				80	90
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					85
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					85
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					85
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					90
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					70
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					88
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					88
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena.. X..
 2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: FECHA Y LUGAR: 22/7/24, Tacna.
 3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


 FIRMADO POR: Medina Medina Paddy
 ENFERMERO

DNI: 04627841

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO A: AUTOCUIDADO

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Ingieres 8 vasos de agua al día?	X			
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?	X			
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, fruta, verduras, leche, yogurt, queso?	X			
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?	X			
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	X			
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	X			
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	X			
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	X			
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	+			
10	¿Duermes 8 horas diarias?	X			
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	X			
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	X			
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	X			
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	X			
15	¿Te cepillas los dientes mínimo 3 veces al día?	X			
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	X			

17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	X			
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	X			
19	¿Sueles conversar con tus padres?	X			
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	X			
21	¿Participas en actividades grupales?	X			
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	X			
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	X			
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	X			
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	X			
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	X			
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	X			
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	X			
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	X			
30	¿Te sientes importante?	X			
31	¿Te gusta ser cómo eres?	X			
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	X			
33	¿Expresas tus emociones?	X			
34	¿Sientes que eres único o única?	X			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Paddy Mecine Medina

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Lic. Enfermería

DNI: 04627841 N°Colegiatura 21204 FECHA: 22/07/24


 Paddy Mecine Medina
 ENFERMERIA
 Colegiatura N° 21204

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO Medina Medina Paddy EDAD 57
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO Centro Salud Ciudad Nueva
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL
 1.4. GRADO ACADÉMICO Licenciado MENCION EN Enfermera
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					90%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					90%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					90%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en: registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					90%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					90%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90%

4. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena. X
 5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90 FECHA Y LUGAR 22/7/24
 6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI: 04627841

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	✓			
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	✓			
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	✓			
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	✓			
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, Por qué había bebido?	✓			
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	✓			
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	✓			
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	✓			
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	✓			
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	✓			

APPELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: Regina Medina Paday

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Uro en Enfermedad

DNI: 0462704 N° Colegiatura 2204 FECHA: 21/12/2014


 FIRMADA Regina Medina Paday
 San Martín Medicina Medicina
 INC. ENFERMERIA
 CEP- 21204

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO..... EDAD.....
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO.....
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL.....
 1.4. GRADO ACADÉMICO..... MENCION EN.....
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar los metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGÍA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					95%
11.	LENQUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

1. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena... **X**.....

2. PROMEDIO DE VALORACIÓN: **95%**..... FECHA Y LUGAR.....

3. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNI: **00402121**.....

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO A: AUTOCUIDADO

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Ingeres 8 vasos de agua al día?	✓			
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?	✓			
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, fruta, verduras, leche, yogurt, queso?	✓			
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?	✓			
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	✓			
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	✓			
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	✓			
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	✓			
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	✓			
10	¿Duermes 8 horas diarias?	✓			
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	✓			
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	✓			
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	✓			
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	✓			
15	¿Te cepillas los dientes mínimo 3 veces al día?	✓			
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	✓			

17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	✓		
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	✓		
19	¿Sueles conversar con tus padres?	✓		
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	✓		
21	¿Participas en actividades grupales?	✓		
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	✓		
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	✓		
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	✓		
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	✓		
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	✓		
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	✓		
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	✓		
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	✓		
30	¿Te sientes importante?	✓		
31	¿Te gusta ser cómo eres?	✓		
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	✓		
33	¿Expresas tus emociones?	✓		
34	¿Sientes que eres único o única?	✓		

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: VERONICA RITA MOSTAJO

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Mgr. Enfermería en Salud Adolescente

DNI: _____ N° Colegiatura _____ FECHA: 22/07/2024


 N. Veronica Rita Mostajo
 Mg. Enfermera
 FIRMA CEP 13304

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO... MEZA MOSTAZO NELLY VERONICA EDAD.....
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO... C.S. CIUDAD NUKUA
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL... MGR. ENFERMERIA
 1.4. GRADO ACADÉMICO... Licenciada MENCIÓN EN... ENFERMERIA
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					95%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					90%
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas					95%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					95%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					90%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta					95%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					90%

4. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena... **X**

5. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95% FECHA Y LUGAR.....

6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....

N. Verónica Meza Mostazo
 FIRMA DE EXPERTO INFORMANTE

DNI: 00402121

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	✓			
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	✓			
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	✓			
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	✓			
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, Por qué había bebido?	✓			
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	✓			
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	✓			
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	✓			
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	✓			
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	✓			

APellidos y nombres del experto: Nelly Verónica Meza Rosendo

Grado o especialidad del validante: Magister en Enfermería

DNI: _____ N° Colegiatura: 15804 FECHA: 22/02/24


 N. Verónica Meza Rosendo
 FIRMA
 15804

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	✓			
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	✓			
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	✓			
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	✓			
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, por qué había bebido?	✓			
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	✓			
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	✓			
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	✓			
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	✓			
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario, han mostrado preocupación por su consumo de bebidas alcohólicas o le han sugerido que deje de beber?	✓			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: TELLEZ LOPEZ GINA

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: MASTER. GERENCION DE LOS SERVICIOS DE SALUD

DNI: 00499624 N° Colegiatura 26510 FECHA: 29/3/24


Gina Tellez Lopez
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP 26510
 FIRMA

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: TELLEZ LOPEZ GINA EDAD 50a
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO: C.S. CIUDAD NUEVA / ENFERMERIA ASISTENCIAL
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL: LIC. EN ENFERMERIA
 1.4. GRADO ACADÉMICO: MAGISTER MENCIÓN EN: GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					95
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					95
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					90
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					95
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					90
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					95
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95

4. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena.....

5. PROMEDIO DE VALORACIÓN..... FECHA Y LUGAR.....

6. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


Gina Tellez Lopez
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 FIRMA DEL EXPERTO VALIDANTE

DNI: 00499624.....

17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	✓			
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	✓			
19	¿Sueles conversar con tus padres?	✓			
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	✓			
21	¿Participas en actividades grupales?	✓			
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	✓			
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	✓			
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	✓			
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	✓			
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	✓			
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	✓			
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	✓			
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	✓			
30	¿Te sientes importante?	✓			
31	¿Te gusta ser cómo eres?	✓			
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	✓			
33	¿Expresas tus emociones?	✓			
34	¿Sientes que eres único o única?	✓			

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO: TELLEZ LOPEZ GINA

GRADO O ESPECIALIDAD DEL VALIDANTE: Mpta. GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD

DNI: 00499624 N°Colegiatura 26510 FECHA: 29/7/24

Gina Tellez Lopez
Gina Tellez Lopez
 LICENCIADA EN ENFERMERIA
 CEP 26510

VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL CONTENIDO DEL INSTRUMENTO POR ITEMS

Por favor marque con una (x) o (✓) la opinión que considere, debe aplicarse en cada ítem y realice si es necesario, sus observaciones.

CUESTIONARIO A: AUTOCUIDADO

	ITEMS	ESCALA			OBSERVACIONES
		APLICABLE 1	CORREGIR 2	NO APLICABLE 3	
1	¿Ingeres 8 vasos de agua al día?	✓			
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena? y 2 refrigerios		✓		
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, fruta, verduras, leche, yogurt, queso?	✓			
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?		✓		CONSUME PESCADO, PESCADO, CORNO HUEVO AL MENOS 3V/SEM Y VARIADOS ↑ CONSUME FRUTA AL MENOS 2 o 3V/SEM
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	✓			
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	✓			
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	✓			
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	✓			
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	✓			
10	¿Duermes 8 horas diarias?	✓			
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	✓			
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	✓			
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	✓			
14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	✓			
15	¿Te cepillas los dientes mínimo 3 veces al día?	✓			
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	✓			

FORMATOS DE VALIDACIÓN

VALIDACIÓN DE JUICIO EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACION

DATOS GENERALES:

- 1.1. APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO... TILLET LOPEZ GINA.....EDAD 50
 1.2. INSTITUCIÓN DONDE LABORA/CARGO... C.S. Chilón NUEVA / ENFERMERA ASISTENCIAL
 1.3. TÍTULO PROFESIONAL... LIC. ENFERMERIA
 1.4. GRADO ACADÉMICO... MAESTRO.....MENCION EN GESTION DE LOS SERVICIOS DE SALUD
 1.5. TITULACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: "AUTOCLUIDAD Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024"

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

N°	INDICADOR	CRITERIOS	DEFICIENTE 0-20%	BAJO 21-40%	REGULAR 41-60%	BUENA 61-80%	MUY BUENA 81-100%
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.					90%
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.					90%
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.					85%
4.	ORGANIZACIÓN	Hay una secuencia lógica en las preguntas.					95%
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas.					90%
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaliza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.					90%
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.					95%
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.					95%
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).					90%
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.					90%
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.					95%

i. OPINION DE APLICABILIDAD: a) Deficiente..... b) Baja..... c) Regular..... e) Muy Buena.....

l. PROMEDIO DE VALORACIÓN:..... FECHA Y LUGAR:.....

l. OBSERVACIÓN ES: General (si debe eliminarse o modificarse un ítem por favor indique).....


 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

DNE: 00499624.....

ANEXO N°06
CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

A través del presente documento expreso mi voluntad para participar en la investigación titulada "Autocuidado y su relación con el consumo de alcohol en los adolescentes de la I. E. Fortunato Zora Carvajal, TACNA - 2024".

Dicha investigación es realizada como parte de un ejercicio académico e investigativo, que tiene como finalidad "Identificar la relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la I. E. Fortunato Zora Carvajal, TACNA – 2024".

La información obtenida a partir de sus respuestas tendrá un carácter estrictamente confidencial, anónimo y no se hará mal uso de los documentos, expedientes, estudios, actas, oficios, archivos físicos y/o electrónicos de información recabada, estadísticas o información relacionada con el estudio mencionado a mi cargo.

Al colaborar con esta investigación, usted deberá contestar un cuestionario con 34 preguntas sobre el autocuidado y un cuestionario con 10 preguntas relacionadas con el consumo de alcohol. Dicha actividad tendrá una duración aproximada de 15 minutos y será realizado a durante la jornada escolar.

En consideración con lo anterior, agradezco su participación voluntaria en el llenado de este instrumento.

Participante



Firma del investigador

Tacna, ____ de agosto del 2024.

ANEXO N°07
VALIDEZ DEL CONTENIDO

INSTRUMENTO N°01: AUTOCUIDADO

ESCALA DE EVALUACIÓN		
APLICABLE	CORREGIR	NO APLICABLE
1	2	3

	ITEMS	EXPERTOS					TOTAL	V de AIKEN por item
		1	2	3	4	5		
1	¿Ingieres 8 vasos de agua al día?	1	1	1	1	1	5	2
2	¿Consumes siempre las tres comidas principales: desayuno, almuerzo y cena?	1	1	1	1	2	6	2
3	¿Consumes diariamente cereales integrales, pan, arroz, papa, fideos, frutas, verduras, leche, yogurt, queso?	1	1	1	1	1	5	2
4	¿Consumes por lo menos una vez a la semana, pollo, pescado, carne, huevo, menestras?	1	1	1	1	1	5	2
5	¿Consumes frecuentemente grasas, embutidos, dulces, gaseosas, helados, golosinas?	1	1	1	1	1	5	2
6	¿Realizas dietas rigurosas para controlar tu peso?	1	1	1	1	1	5	2
7	¿Realizas actividad física moderada (caminatas a paso rápido, tareas domésticas, pasear en bicicleta, bailar) durante un mínimo de 60 minutos diarios?	1	1	1	1	1	5	2
8	¿Practicas actividades físicas en grupo y divertidas?	1	1	1	1	1	5	2
9	¿Practicas algún deporte durante la semana?	1	1	1	1	1	5	2
10	¿Duermes 8 horas diarias?	1	1	1	1	1	5	2
11	¿Duermes antes de las 11 de la noche?	1	1	1	1	1	5	2
12	¿Reposas o descansas por momentos durante el día?	1	1	1	1	1	5	2
13	¿Te bañas más de 2 veces por semana?	1	1	1	1	1	5	2

14	¿Te lavas las manos más de 5 veces al día?	1	1	1	1	1	5	2
15	¿Te cepillas los dientes mínimos 3 veces al día?	1	1	1	1	1	5	2
16	¿Cuándo no te gusta algo que hiciste, no te insultas ni te golpeas?	1	1	1	1	1	5	2
17	¿Cuándo te sientes mal, triste o tienes problemas pides ayuda?	1	1	1	1	1	5	2
18	¿Desayunas, almuerzas o cenas en compañía de familiares?	1	1	1	1	1	5	2
19	¿Sueles conversar con tus padres?	1	1	1	1	1	5	2
20	¿Rara vez discutes con tus padres?	1	1	1	1	1	5	2
21	¿Participas en actividades grupales?	1	1	1	1	1	5	2
22	¿Siempre conversas con tus compañeros, amigos, gente cercana que te rodea?	1	1	1	1	1	5	2
23	¿Te gusta compartir momentos con tus amigos (as)?	1	1	1	1	1	5	2
24	¿Insultas o agredes a las personas que no te agradan?	1	1	1	1	1	5	2
25	¿Cuándo estas con tus amigos y sientes que te presionan para hacer algo que tu no quieres defiendes tu decisión?	1	1	1	1	1	5	2
26	¿Tomas tus decisiones sin dificultad?	1	1	1	1	1	5	2
27	¿Asumes las consecuencias de tus decisiones?	1	1	1	1	1	5	2
28	¿Te decides por lo que la mayoría prefiere?	1	1	1	1	1	5	2
29	¿Te sientes orgullosa (o) de quién eres?	1	1	1	1	1	5	2
30	¿Te sientes importante?	1	1	1	1	1	5	2
31	¿Te gusta ser cómo eres?	1	1	1	1	1	5	2
32	¿Te gusta arreglarte y cuidar de tu aspecto físico?	1	1	1	1	1	5	2
33	¿Expresas tus emociones?	1	1	1	1	1	5	2
34	¿Sientes que eres único o única?	1	1	1	1	1	5	2
	V del Aiken del cuestionario							

Fuente: Elaboración propia, basada en la ficha de evaluación de los expertos.

S= Suma de valoración de todos los expertos por ítem o pregunta. n= N^o de expertos que participaron en el estudio. c= Número de niveles de la escala de valoración utilizada

$$V = \frac{S}{[n(c - 1)]}$$

N= 5 jueces o expertos

C= niveles de la escala de Likert utilizada (1) aplicable, (2) corregir, (3) no aplicable

CRITERIO DE DECISIÓN

Este coeficiente puede obtener entre 0 y 1. A medida que sea más elevado el valor computado.

El ítem tendrá una mayor validez de contenido. (Escorra, 1988) En consecuencia:

Si V = 0, significa que hay total desacuerdo con los ítems.

Si V > 1, significa que hay total acuerdo con todos los ítems.

INSTRUMENTO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

ESCALA DE EVALUACIÓN		
APLICABLE	CORREGIR	NO APLICABLE
1	2	3

	ITEMS	EXPERTOS						V de AIKEN por ítem
		1	2	3	4	5		
1	¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	1	1	1	1	1	5	2
2	¿Cuántas consumiciones (tragos) de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	1	1	1	1	1	5	2
3	¿Con qué frecuencia tomas 6 o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión de consumo?	1	1	1	1	1	5	2
4	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez que había empezado?	1	1	1	1	1	5	2
5	¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted, Por qué había bebido?	1	1	1	1	1	5	2
6	¿Con qué frecuencia del curso del último año, ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	1	1	1	1	1	5	2
7	¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimiento o sentimiento de culpa después de haber bebido?	1	1	1	1	1	5	2
8	¿Con qué frecuencia del último año, no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior, por qué había estado bebiendo?	1	1	1	1	1	5	2
9	¿Ud. o alguna otra persona ha herido (a) porque usted había bebido?	1	1	1	1	1	5	2
10	¿Algún familiar, amigo, médico, profesional sanitario,	1	1	1	1	1	5	2

S= Suma de valoración de todos los expertos por ítem o pregunta. n= N^o de expertos que participaron en el estudio. c= Número de niveles de la escala de valoración utilizada

$$V = \frac{S}{[n(c - 1)]}$$

N= 5 jueces o expertos

C= niveles de la escala de Likert utilizada (1) aplicable, (2) corregir, (3) no aplicable

CRITERIO DE DECISIÓN

Este coeficiente puede obtener entre 0 y 1. A medida que sea más elevado el valor computado.

El ítem tendrá una mayor validez de contenido. (Escrura, 1988) En consecuencia:

Si V = 0, significa que hay total desacuerdo con los ítems.

Si V > = 1, significa que hay total acuerdo con todos los ítems.

ANEXO N°08
VALIDEZ DE CRITERIO

INTRUMENTO 01: AUTOCUIDADO

- Se construye una tabla como la adjunta, donde se coloca los puntajes de los expertos por ítems y sus respectivos promedios:

N°	INDICADOR	CRITERIOS	EXPERTO 01	EXPERTO 02	EXPERTO 03	EXPERTO 04	EXPERTO 05 J	PROMEDIO
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.	95	90	95	80	90	90.0
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.	95	85	94	90	90	91.0
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.	95	85	98	80	85	87.8
4.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.	95	85	95	80	95	90.6
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas	95	90	95	80	90	90.0
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.	95	90	95	80	90	90.0
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.	95	90	95	90	95	93.0
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.	95	88	95	80	95	90.6
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la Investigación).	95	88	95	90	90	91.6
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.	95	90	95	80	90	90.0
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.	95	90	95	80	95	91.0

- Con los promedios hallados se determina el índice CPR (coeficiente de proporción de rango), para determinar la validez del instrumento en cuestión:

CRITERIOS	EXPERTO 01	EXPERTO 02	EXPERTO 03	EXPERTO 04	EXPERTO 05	PROMEDIO		
01	95	90	95	80	90	90.0	0.90	
02	95	85	80	90	90	91.0	0.91	
03	95	85	80	80	85	87.8	0.88	
04	95	85	85	80	95	90.6	0.91	
05	95	90	80	80	90	90.0	0.90	
06	95	90	80	80	90	90.0	0.90	
07	95	90	90	90	95	93.0	0.93	
08	95	88	90	80	95	90.6	0.91	
09	95	88	90	90	90	91.6	0.92	
10	95	90	95	80	90	90.0	0.90	
11	95	90	95	80	95	91.0	0.91	
TOTAL							9.96	

CPR	9.96/11	=	0.91	INSTRUMENTO DE VALIDEZ Y CONCORDANCIA MUY ALTA
PRI=Proporción de rangos de cada ítem. Es el promedio de rango de cada ítem dividido entre el puntaje máximo de la escala evaluativa de los ítems.				

ESCALA DE VALORACIÓN
< 0.40 Validez y concordancia baja
0,40-0,60 Validez y concordancia moderada
0,60 – 0,80 Validez y concordancia alta
>0,80 Validez y concordancia muy alta

INTRUMENTO 02: CONSUMO DE ALCOHOL

- Se construye una tabla como la adjunta, donde se coloca los puntajes de los expertos por ítems y sus respectivos promedios:

Nº	INDICADOR	CRITERIOS	EXPERTO 01	EXPERTO 02	EXPERTO 03	EXPERTO 04	EXPERTO 05	PROMEDIO
1.	CLARIDAD DE LA REDACCIÓN	Esta formulado con lenguaje apropiado y entendible.	95	90	95	95	95	94.0
2.	OBJETIVIDAD	Esta expresado en conductas observables y medibles hacia los objetivos de la investigación.	95	90	95	90	90	92.0
3.	PERTINENCIA	Es útil y adecuado, las preguntas están relacionadas al tema de investigación.	90	90	95	85	95	91.0
04.	ORGANIZACION	Hay una secuencia lógica en las preguntas.	95	90	95	90	90	92.0
5.	SUFICIENCIA	El número de preguntas es adecuado y tiene calidad en la transmisión de las mismas	95	90	95	90	95	93.0
6.	INTENCIONALIDAD	El conjunto de ítems del cuestionario cumple en; registrar, estructurar las funciones, la finalidad, organización, tipo de preguntas características y naturaleza, utilizando las estrategias científicas para alcanzar las metas del estudio de investigación.	95	90	95	90	90	92.0
7.	CONSISTENCIA	Existe solidez y coherencia entre sus preguntas en función al avance de la ciencia en estudio de la investigación.	95	90	95	90	95	93.0
8.	COHERENCIA INTERNA	Entre dimensiones, indicadores, ítems, escala y nivel de medición de las variables en estudio de la investigación.	90	90	95	95	90	92.0
9.	METODOLOGIA	Los ítems responden a la temática de estudio que está en relación al proceso del Método Científico (Proceso de la investigación).	95	90	95	85	95	92.0
10.	INDUCCIÓN A LA RESPUESTA	Entre la comprensión del ítem y la expresión de la respuesta.	95	90	95	95	90	93.0
11.	LENGUAJE	Esta acorde al nivel del que será entrevistado.	90	90	95	90	95	92.0

- Con los promedios hallados se determina el índice CPR (coeficiente de proporción de rango), para determinar la validez del instrumento en cuestión:

CRITERIOS	EXPERTO 01	EXPERTO 02	EXPERTO 03	EXPERTO 04	EXPERTO 05	PROMEDIO		
01	90	90	95	95	95	94.0	0.94	
02	90	90	95	90	90	92.0	0.92	
03	90	90	95	85	95	91.0	0.91	
04	95	90	95	90	90	92.0	0.92	
05	95	90	95	90	95	93.0	0.93	
06	95	90	95	90	90	92.0	0.92	
07	95	90	95	90	95	93.0	0.93	
08	90	90	95	95	90	92.0	0.92	
09	95	90	95	85	95	92.0	0.92	
10	95	90	95	95	90	93.0	0.93	
11	90	90	95	90	95	92.0	0.92	
TOTAL								10.16

CPR	9.45/11	=	0.92	INSTRUMENTO DE VALIDEZ Y CONCORDANCIA MUY ALTA
PRI=Proporción de rangos de cada ítem. Es el promedio de rango de cada ítem dividido entre el puntaje máximo de la escala evaluativa de los ítems.				

ESCALA DE VALORACIÓN
< 0.40 Validez y concordancia baja
0,40-0,60 Validez y concordancia moderada
0,60 – 0,80 Validez y concordancia alta
>0,80 Validez y concordancia muy alta

ANEXO N°09
CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

El criterio de confiabilidad se determinó con la siguiente fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Donde:

α =coeficiente de confiabilidad K=número de preguntas o ítems V_i =varianza de cada ítem

V_t =varianza de los valores observados

Σ =Sumatoria

RANGO	CONFIABILIDAD
0.53 a menos	Confiabilidad nula
0.54 a 0.59	Confiabilidad baja
0.60 a 0.65	Confiable
0.66 a 0.71	Muy confiable
0.72 a 0.99	Excelente confiabilidad
1	Confiabilidad perfecta

N°	CUESTIONARIO	ALFA DE CRONBACH	N° DE ELEMENTOS	CONFIABILIDAD
1	AUTOCUIDADO	0.76	20	EXCELENTE CONFIABILIDAD
2	CONSUMO DE ALCOHOL (AUDITH)	0.86	20	ESCELENTE CONFIABILIDAD

ANEXO N°10
TEST DE PRUEBA DE NORMALIDAD

Para la contratación de hipótesis se realizó la prueba de normalidad, la cual dispone si el conjunto de datos proviene de una distribución normal y poder realizar las pruebas de hipótesis más exactas. En esta investigación, la muestra fue mayor que 30, es por ello por lo que se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov, si los datos del nivel de significancia son menores a 0,05, se puede asegurar que los datos no provienen de una distribución normal, sin embargo, si el nivel de significancia es mayor que 0,05, los datos presentarían una distribución normal.

**Prueba De Kolmogorov-Smirnov respecto a las variables:
autocuidado y consumo de alcohol**

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Autocuidado	0,348	200	0,000	0,472	200	0,000
Consumo de alcohol	0,113	200	0,000	0,951	200	0,000

a. Corrección de la significación de Lilliefors
Nota: P valor ($p < 0.059$; se concluye que se rechaza la H_0
Fuente: : Base de datos en SPSS Ver 18, del personal de enfermería

Descripción:

Dado que p valor (Sin asintótica bilateral) respecto a las variables es menor al valor de α (0,05), entonces se rechaza la hipótesis nula, lo que permitió afirmar que los datos de la variable como las

dimensiones no proceden de una distribución normal, por lo cual se procederán a trabajar las pruebas estadísticas no paramétrica para la hipótesis general y para las hipótesis específicas.

b. Contrastación de hipótesis general

Para la contrastación de la hipótesis general se utilizará una prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman, la cual su función es buscar la relación entre dos variables categóricas de tipo ordinal y a partir de esta prueba estadística decidir si existe relación significativa a un 95% de confianza

ANEXO N°11

DETERMINACIÓN DE LA CORRELACIÓN DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO

a. Determinación del estadístico de correlación

El nivel de Significancia para el presente estudio fue de 5% ($\alpha = 5\%$). Lo que se busca hallar es el valor de P, que se muestra a la tabla, a continuación:

Presentación de la prueba de hipótesis Rho De Spearman, según el autocuidado y su relación con el consumo de alcohol en los adolescentes de Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna - 2024

			CONSUMO DE ALCOHOL	AUTOCUIDADO
Rho de Spearman	CONSUMO DE ALCOHOL	Coeficiente de correlación	1,000	0,022
		Sig. (bilateral)	.	0,758
		N	200	200
	AUTOCUIDADO	Coeficiente de correlación	0,022	1,000
		Sig. (bilateral)	0,758	.
		N	200	200

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

Nota1: P valor = 0,008 ($p < 0.05$); se concluye que se acepta la H_0

Fuente: Base de datos en SPSS Ver 18, del personal de enfermería

Lectura del P valor:

Ho : ($p \geq 0,05$) : No se rechaza la Ho

H1 : ($p < 0,05$) : Se rechaza la Ho

b. Decisión

Los resultados muestran que el valor p - valor (0,758) que es mayor que el nivel de significancia (0,05), por lo cual se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, que plantea la investigación

c. Conclusión

Con un nivel de confianza del 95%, no existe una relación significativa entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal.

ANEXO N°12 PERMISOS RESPECTIVOS



UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuelas Profesionales de: Obstetricia, Enfermería, Medicina Humana, Odontología,
Farmacia y Bioquímica

RESOLUCIÓN DE FACULTAD N° 13930-2025-FACS-UNJBG
Tacna, 12 de junio del 2025

VISTO:

El Oficio N° 411-2025-ESEN/FACS, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, solicita cambio de Asesor y Ampliación de plazo para presentar informe del (la) BACH. MARILIA AYME JIMENEZ ANAHUA;

CONSIDERANDO:

Que, mediante la R.F. N° 13009-2024-FACS, del 12.07.24, se designa Asesor a la DRA. RUTH ROSARIO SALINAS LUNARIO, para el proyecto de tesis titulado: AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I. E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024, presentado por el(la) BACH. MARILIA AYME JIMENEZ ANAHUA, de la Escuela Profesional de Enfermería, se Modificó título del proyecto con la R.F. N° 13264-2025-FACS, quedando como: AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ZORA CARBAJAL, TACNA - 2024;

Que, a través del Oficio N° 411-2025-ESEN, la Directora de la Escuela Profesional de Enfermería, solicita el cambio de asesor debido a que la Dra. Ruth Rosario Salinas Lunario, se encuentra haciendo uso de una Licencia por año sabático por lo que se designa a la DRA. JENNY CONCEPCIÓN MENDOZA ROSADO, para el Informe final presentado por la Bach. MARILIA AYME JIMENEZ ANAHUA;

Que, debido a que se cumple el año el 12 de julio del 2025, se otorga un tiempo excepcional de un mes como tiempo adicional con la finalidad que pueda durante este tiempo: 1. presentar el INFORME FINAL, 2. Solicitar la Designación de Jurado Dictaminador y 3. SUSTENTAR el Informe final, todo esto por el bien superior de la estudiante;

De conformidad con el Art. 70° numeral 70.2 de la Ley Universitaria N° 30220, Art. 171 inc. b) del Estatuto de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, y en uso de las atribuciones conferidas a la Sra. Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud;

SE RESUELVE:

ART. UNICO: Reemplazar a la Dra. Ruth Rosario Salinas Lunario quien se encuentra haciendo uso de Licencia por Año Sabático, por la Dra. JENNY CONCEPCIÓN MENDOZA ROSADO, como asesora de la Bach. MARILIA AYME JIMENEZ ANAHUA y presentación para el Informe final titulado: AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024.

Ampliar Excepcionalmente un (01) mes a partir del 12 de julio 2025 para que la BACH. MARILIA AYME JIMENEZ ANAHUA, alumna de la Escuela profesional de Enfermería, pueda:

1. Presentar el Informe final.
2. Solicitar la designación de Jurado Dictaminador
3. SUSTENTAR el Informe final titulado: AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024, con el asesoramiento de la DRA. JENNY CONCEPCIÓN MENDOZA ROSADO.

VVC/tr.-

Av. Miraflores s/n Ciudad Universitaria - Central Telefónica 583000 Anexo 2226 Casilla Postal 316.




UNIVERSIDAD NACIONAL JORGE BASADRE GROHMANN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuelas Profesionales de: Obstetricia, Enfermería, Medicina Humana, Odontología,
Farmacia y Bioquímica


CONTINUACIÓN DE LA R F N° 13930-2025-FACS

Regístrese, comuníquese y archívese.




Dra. Myriam Pilco Velásquez
DECANA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DISTR. ESEB, ARCH.




Dra. Vanessa Varteeth Valle Coheila
SECRETARIA ACADÉMICA ADMINISTRATIVA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia,
 y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

OFICIO N° 567-2024-ESEN/FACS

Tacna, 30 de julio de 2024

Señor:

PROF. GUIDO VARGAS MAMANI
 DIRECTOR DE LA I.E. VICTOR RAÚL HAYA DE LA TORRE
 Presente.-

ASUNTO : AUTORIZACION PARA PRUEBA PILOTO

Es muy grato dirigirme a Ud., a fin de saludarlo y, a la vez hacer de su conocimiento que el Bach. Marilú Aymee Jiménez Anahua, viene desarrollando su Proyecto de Tesis Títulado: **AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA-2024** por lo que agradeceré se sirva **AUTORIZAR** la Prueba Piloto, mediante la aplicación de 02 cuestionarios, dirigidos a los estudiantes de 2do año del nivel secundario, la cual se realizará el día viernes 09 de agosto del presente año, debiendo brindarle las facilidades que requiera el caso al mencionado estudiante.

Sin otro particular, quedo de Ud.

Atentamente,



[Firma]
 Concejala Mercedes Rosado
 Directora ESEN



Cc. Archivo
 EML/nae



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia,
y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

OFICIO N° 612-2024-ESEN/FACS
Tacna, 13 de agosto de 2024

Señor:
PROF. ENRIQUE HUGO TORRES OJEDA
DIRECTOR DE LA I.E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL
Presente.

ASUNTO : AUTORIZACION PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Referencia : Solicitud interesado

Es muy grato dirigirme a Ud., a fin de saludarlo y, a la vez hacer de su conocimiento que la Bach. Manla Aymee Jiménez Anahua, viene desarrollando su Proyecto de Tesis Titulado: "AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA I.E. FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA - 2024", el cual fue aprobado mediante R.F. N° 13009-2024-FACS-UNJBG, por lo que agradeceré se sirva AUTORIZAR la aplicación de 02 cuestionarios a los estudiantes de 1ro a 5to año del nivel secundario, desde el 15 al 21 de agosto; por lo que solicito se le brinde las facilidades que requiera el caso a la mencionada tesista.

Sin otro particular, quedo de Ud.

Atentamente,




Dra. Jerry Concepción Mendoza Rosado
Directora ESEN

Cc. Archivo
ICMR/see

ANEXO N°13
MATRIZ DE CONSISTENCIA
“AUTOCUIDADO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN LOS ADOLESCENTES DE LA INTITUCION EDUCATIVA FORTUNATO ZORA CARVAJAL, TACNA – 2024

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES:						METODOLOGÍA	
			VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA VALORATIVA		NIVEL DE MEDICIÓN
FORMULACIÓN: ¿Existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024?	GENERAL: Relacionar el autocuidado y el consumo de alcohol en adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Carvajal, Tacna – 2024.	HIPOTESIS ALTERNA Existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la Institución Educativa Fortunato Zora Cavajal	DEPENDIENTE Consumo de alcohol	Autoadministración de una sustancia psicoactiva, que conlleva al consumo nocivo, el abuso y la dependencia del alcohol, siendo un problema de salud, que trae consecuencias irreversibles.	Consumo de riesgo de alcohol	Frecuencia de consumo. Cantidad típica Frecuencia del consumo elevado	1,2,3	No problemas relacionados con el alcohol: 0 – 7 puntos Bebedor de riesgo: 8 – 12 puntos.	ORDINAL	ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN: Cuantitativo
					Síntomas de dependencia	Pérdida de control sobre el consumo Aumento de la relevancia del consumo				TIPO DE INVESTIGACIÓN: No experimental, descriptiva, transversal y correlacional.
MÉTODO: Deductivo y analítico.										

						Consumo matutino		Problemas físico-psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica: 3 – 40 puntos.		
						Consumo perjudicial del alcohol	7, 8, 9, 10			<p>POBLACIÓN</p> <p>Constituida por 299 alumnos de la I.E. Fortunato Zora Carbajal</p> <p>UNIDAD DE ANÁLISIS</p> <p>Alumnos del nivel secundario de la I.E. Fortunato Zora Carbajal</p>
	<p>ESPECÍFICOS:</p> <p>Identificar el autocuidado de los adolescentes de la I.E. Fortunato Zora Carbajal.</p>	<p>HIPOTESIS NULA</p> <p>No existe relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en los adolescentes de la I.E.</p>	<p>INDEPENDIENTE</p> <p>Autocuidado</p>	<p>El autocuidado es una función humana que debe aplicar cada individuo de forma deliberada con el fin de mantener su salud y bienestar.</p>	FISICO	<p>Alimentación</p> <p>Ejercicio y actividad</p> <p>Sueño y descanso</p> <p>Higiene</p>	<p>1,2,3</p> <p>4,5,6,7,8</p> <p>9,10,11,12</p> <p>13, 14, 15</p>	<p>Bueno</p> <p>24-34 puntos</p> <p>Regular</p>		<p>MUESTRA:</p> <p>Se utiliza la fórmula finita dando como resultado 200 adolescentes.</p> <p>MUESTREO:</p> <p>Estratificado.</p>

	Identificar el consumo de alcohol en adolescentes de la I E. Fortunato Zora Carvajal.	Fortunato Zora Carvajal.			SOCIAL	Relación consigo mismo	16, 17, 18	12-23 puntos Malo 0-11 puntos	ORDINAL	CONSIDERACIONES ÉTICAS		
	Identificar el consumo de alcohol según sexo. de la I E. Fortunato Zora Carvajal.									Relación con los padres	19, 20, 21	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS
										Relación con los compañeros	22, 23, 24, 25	Aplicación de un instrumento dividido por variable de estudio del presente proyecto de investigación.
												PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS:
Establecer la relación entre el autocuidado y el consumo de alcohol en adolescentes de la I E. Fortunato Zora Carvajal.					PSICOLOGIC A	Independencia o autonomía	26,27,28		La información recopilada será revisada, ordenada, codificada y vaciada en una base de datos en el programa SPSS y Excel 2016.			
						Identidad	29,30,31		TÉCNICAS de procesamiento y análisis de datos:			
						Autoestima	32,33,34					

										<p>La prueba estadísticas utilizadas será la Rho de Spearman que permite medir la relación.</p> <p>Los resultados se presentarán en tablas con sus respectivos gráficos.</p>
										<p>TÉCNICAS PARA INFORME FINAL</p> <p>Se elabora tablas estadísticas donde se va a distribuir la información de acuerdo a las variables de estudio</p>