



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

TESIS

**“NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA ANTE EL COVID-19
EN EFECTIVOS POLICIALES DE LA DIRECCIÓN CONTRA EL
TERRORISMO, LIMA- 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Salud pública, salud ambiental y satisfacción con los servicios
de salud**

Presentado por:

Nicolle Rosario Olivera Obregón

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de
Licenciada en Enfermería

Docente asesor:

Mg. José Yomil Pérez Gómez

Código Orcid: 0000-0002-3516-9071

Chincha Ica, 2022

Asesor

MG. JOSÉ YOMIL PÉREZ GÓMEZ

Miembros del jurado

- Dr. Edmundo González Zavala
- Mg. Giorgio Aquije Cárdenas
- Dra. Juana Marcos Romero

DEDICATORIA

*Al guerrero de la vida y mi héroe,
mi padre, por su amor y apoyo
incondicional; por ser quién me
motiva a superarme siempre.*

AGRADECIMIENTOS

A Dios, porque sin él no fuera posible estar con vida y poder brindar mi aporte científico.

A mis padres, por su apoyo incondicional, por cada vez que mis sueños, fueron también los suyos.

A mi esposo por su amor y compromiso con nuestra familia.

A mis hijos, por ser mi motivación para crecer profesionalmente.

A la Universidad Autónoma de Ica, por acogerme, y brindarme la oportunidad de poder culminar mi carrera profesional y lograr mi sueño tan anhelado de licenciarme.

A mi asesor, Mg. José Pérez, por aportar sus conocimientos y así poder lograr esta investigación.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Material y método: Estudio fue tipo básico, descriptivo correlacional, de corte trasversal y de diseño no experimental, la población fue 135 efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima – 2021 y una muestra de 100, quienes respondieron a un cuestionario con variables de caracterización y un instrumento tipo escala de 20 ítems para la variable conocimiento y de 24 ítems para la variable estilos de vida. Los resultados fueron presentados descriptivamente y se utilizó la prueba Rho de Spearman.

Resultados: el 19.00% presentan un nivel de conocimientos en un nivel bajo, el 48.00% un nivel medio y el 33.00% un nivel alto. Por otro lado, el 52.00% presentan un estilo de vida en un nivel no saludable y el 48.00% un nivel saludable.

Conclusiones: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021, según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.601$).

Palabras clave: Conocimiento, estilos de vida, Covid-19, policías

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between the level of knowledge and lifestyles in the face of COVID-19 in police officers of the Directorate against Terrorism, Lima – 2021.

Material and method: The study was a basic, descriptive, descriptive, cross-sectional type and non-experimental design, the population was 135 police officers from the Directorate Against Terrorism, Cercado de Lima – 2021 and a sample of 100, who responded to a questionnaire with characterization variables and a scale-type instrument of 20 items for the knowledge variable and 24 items for the lifestyle variable. The results were presented descriptively and Spearman's Rho test was used.

Results: 19.00% have a level of knowledge at a low level, 48.00% a medium level and 33.00% a high level. On the other hand, 52.00% have a lifestyle at an unhealthy level and 48.00% a healthy level.

Conclusions: There is a direct relationship between the level of knowledge and lifestyles in the face of COVID-19 in police officers of the Directorate Against Terrorism, Lima – 2021, according to statistician Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.601$).

Keywords: Knowledge, lifestyles, Covid-19, police officers.

ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general	vii
Índice de figuras y de cuadros	ix
I. INTRODUCCIÓN	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
2.1. Descripción del Problema	13
2.2. Pregunta de Investigación General	16
2.3 Preguntas de Investigación Específicas	16
2.4 Justificación e importancia	17
2.5 Objetivo General	18
2.6 Objetivos Específicos	18
2.7 Alcances y Limitaciones	19
III. MARCO TEÓRICO	
3.1. Antecedentes	20
3.2. Bases teóricas	26
3.3. Marco conceptual	43
IV. METODOLOGÍA	
4.1 Tipo y Nivel de la Investigación	47
4.2 Diseño de la Investigación	47
4.3 Población y muestra	48
4.4 Hipótesis general y específicas	49
4.5 Identificación de las variables	50
4.6 Operacionalización de Variables	51
4.7 Recolección de datos	53
V. RESULTADOS	
5.1 Presentación de resultados	56
5.2 Interpretación de resultados	68

VI	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	
6.1	Análisis descriptivos de los resultados	71
6.2	Comparación resultados con marco teórico	76
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	79
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	81
	ANEXOS	90
	Anexo 1: Matriz de consistencia	91
	Anexo 2: Instrumento de medición	93
	Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición	99
	Anexo 4: Escala de valoración del instrumento	100
	Anexo 5: Base de datos SPSS	101
	Anexo 6: Documentos administrativos	115
	Anexo 7: Informe de turnitin al 28% de similitud	123

Índice de Figuras

Figura 1. Distribución de datos según la variable nivel de conocimientos.	56
Figura 2. Nivel de conocimientos según dimensión etiología.	57
Figura 3: Nivel de conocimientos según dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	58
Figura 4: Nivel de conocimientos según dimensión cuadro clínico.	69
Figura 5: Nivel de conocimientos según dimensión medidas de prevención y protección.	60
Figura 6: Distribución de datos según la variable estilos de vida	61
Figura 7: Estilos de vida según dimensión alimentación	62
Figura 8: Estilos de vida según dimensión actividad y ejercicios físicos.	63
Figura 9: Estilos de vida según dimensión manejo del estrés	64
Figura 10: Estilos de vida según dimensión apoyo interpersonal	65
Figura 11: Estilos de vida según dimensión autorrealización	66
Figura 12: Estilos de vida según dimensión responsabilidad en salud	67

Índice de Cuadros

Cuadro 1. Distribución de datos según la variable nivel de conocimientos.	56
Cuadro 2. Nivel de conocimientos según dimensión etiología.	57
Cuadro 3: Nivel de conocimientos según dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	58
Cuadro 4: Nivel de conocimientos según dimensión cuadro clínico.	59
Cuadro 5: Nivel de conocimientos según dimensión medidas de prevención y protección.	60
Cuadro 6: Distribución de datos según la variable estilos de vida	61
Cuadro 7: Estilos de vida según dimensión alimentación	62
Cuadro 8: Estilos de vida según dimensión actividad y ejercicios físicos.	63
Cuadro 9: Estilos de vida según dimensión manejo del estrés	64
Cuadro 10: Estilos de vida según dimensión apoyo interpersonal	65
Cuadro 11: Estilos de vida según dimensión autorrealización	66
Cuadro 12: Estilos de vida según dimensión responsabilidad en salud	67
Cuadro 13: Prueba de normalidad de las variables nivel de conocimiento y estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo,Lima-2021	68
Cuadro 14:Prueba de correlación según Spearman entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida	71
Cuadro 15: Prueba de correlación según Spearman entre la etiología y los estilos de vida	72
Cuadro 16: Prueba de correlación según Spearman entre los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida	73
Cuadro 17: Prueba de correlación según Spearman entre el cuadro clínico y los estilos de vida.	73
Cuadro 18: Prueba de correlación según Spearman entre las medidas de prevención y protección y los estilos de vida.	75

I. INTRODUCCIÓN

La familia del coronavirus es un conjunto de virus que tiene su repercusión en los animales como los humanos, y en estos últimos, se conocen diferentes tipos de coronavirus de las cuales han ocasionado enfermedades e infecciones que afectan el tracto respiratorio, generándolos en diversos niveles llegando a los graves como el MERS o el SRAS, y como el último descubierto denominado la Covid-19. (Organización mundial de la salud, 2021)

La COVID-19 es originado por la variante del coronavirus denominado SARS-CoV-2, el cual fue dado a la luz pública por la organización mundial de la salud el 31 diciembre del año 2019, en la cual informaron de la coexistencia de una «neumonía vírica» que provenía de Wuhan (República Popular China). (Organización mundial de la salud, 2021)

Las personas están en el peligro de contraer el Covid-19, a través del contacto de un individuo que porta el virus; trasmitiéndose a través de fluidos (gotitas de saliva) que expulsa una persona infectada, al dialogar, toser o estornudar; estos fluidos pueden ser inhalados por las personas que están cerca al infectado o caer en diversas superficies (pasamanos, mesas, lapiceros, entre otros) y ser tocadas por las manos de una persona sana e ingresar a nuestro organismo al tocarnos los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar. (Ministerio de salud, 2021)

Debemos evitar la transmisión del virus y que la propagación de la enfermedad no se reactive. Actualmente, la mejor medida para prevenir esta enfermedad, es mantener la distancia social mínima de 2 metros y usar la mascarilla (cubriendo nariz y boca) en todos los espacios públicos. (Comunidad de Madrid, 2021)

Ante inminente peligro contra la salud de todos los seres humanos, debemos tomar conciencia respecto a este virus que nos aqueja a nivel mundial, puesto que somos uno de los países con mayor tasa de mortalidad, y más aún ,porque apenas tenemos la vacuna, que se está aplicando al personal de salud, siendo este insuficiente para cubrir el primer grupo de vacunación; en los cuales encontramos al personal de salud, bomberos, fuerzas armadas y policía nacional, así como también estudiantes de salud y la cruz roja.

Por lo tanto, la presente investigación buscó determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales, siendo importante este estudio para dejar un antecedente ante otras investigaciones.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del Problema

La organización mundial de la salud ha definido el conocimiento como una síntesis, que nos conllevará a un intercambio y finalmente teniendo la aplicación del conocimiento, por parte de los interesados, para poder adquirir beneficios de innovación global y local; y así; fortalecer los sistemas de salud de cada nación y mejorar la salud de cada persona. (Organización Panamericana de la salud, 2021)

Por otro lado, la inactividad física, una inadecuada alimentación, los malos hábitos como el consumo de bebidas alcohólicas y tabaco, incrementan la posibilidad de que la persona padezca de enfermedades no transmisibles y complicar otras. Debido a ello los profesionales en el ámbito de la salud y las políticas del Estado se han centrado en el propósito de disminuir la incidencia de estas enfermedades en un mediano a largo plazo. Asimismo, el coronavirus ha puesto en evidencia las problemáticas de estas enfermedades por lo que dichos pacientes con tales comorbilidades fueron más vulnerables ante el covid-19, que fue más agresivo ante un sistema inmune sobrecargado, muchas veces teniendo como desenlace la muerte, he aquí la importancia de tener unos estilos de vida saludables a lo largo de nuestra vida. (Inostroza, 2020)

Algunos países han sido impactados más que otros en este contexto de pandemia y muchas veces no pueden ser comparadas a la perfección, dentro de estas cifras a nivel mundial, se reflejan en 100 696 000 casos positivos y 2 176 000 muertes a la fecha. (Reuters, 2021)

La COVID-19 aterrizó en el continente americano el 26 de febrero, cuando Brasil confirmó el primer caso en São Paulo. Desde ese momento, los gobiernos de toda América Latina, activaron sus medidas sanitarias de seguridad para la protección de sus

ciudadanos y para la contención del virus en cuestión, pero a pesar de ello de acuerdo con datos de Reuters desde el 26 de julio del año 2020 en Latinoamérica el impacto fue mayor que en todo el mundo representando un 25% de los casos a nivel mundial. (Gonzales, 2021)

En el Perú, el Ministerio de Salud (MINSA), dio a conocer en enero del 2021, que se elevó la cifra de casos positivos en el país dando un total de 1 113 970 casos confirmados, dentro de los cuales 6 731 son nuevos casos, de los cuales 3 404 han sido registrados en las últimas 24 horas. Por ello, nos encontramos actualmente en una segunda ola de esta temible pandemia, ya que los casos se vienen incrementando aceleradamente, es así, que el presidente interino Francisco Sagasti, el 26 de enero decidió junto a una serie de expertos en el tema adoptar medidas de cuarentena focalizada en las cuales encontramos en el nivel extremo a los departamentos de Pasco, Ancash, Huánuco, Junín, Huancavelica, Ica, Apurímac y Lima (metropolitana y provincias) en los cuales se tendrá una inmovilización social obligatoria. En tanto en las provincias de Tumbes, Amazonas, Cajamarca, Ayacucho, Cusco, Puno, Arequipa, Moquegua y Tacna están dentro de un riesgo muy alto en la cual se adoptarán medidas en las cuales no atenderán los casinos, tragamonedas, gimnasios, cines y artes escénicas (en espacios abiertos o cerrados). Y por último tenemos dentro del riesgo alto a las regiones de: Piura, Loreto, Lambayeque, La Libertad, San Martín, Ucayali y Madre de Dios en las cuales atenderán los casinos, tragamonedas, gimnasios, cines y artes escénicas (en espacios cerrados), este tendrá un aforo máximo de 30%. Estas medidas son adoptadas para cortar la cadena de contagios dentro del país. (Diario Gestión, 2021)

La ciudad de Lima Metropolitana tuvo altas cifras, siendo estas: 463 346 casos confirmados de Covid- 19 siendo está el 16.64% de un muestreo total de 2 784 511 pruebas realizadas. Dentro de Lima

Región o Lima provincias encontramos las siguientes cifras: 35 011 casos confirmados obteniendo un 19.37% de pruebas realizadas que son un total de 180 720 muestras. (Ministerio de salud, 2021)

Desde el año 2000 se han realizado progresos en cuanto a la disminución de enfermedades y muertes; siendo así que ha aumentado la esperanza de vida y ha disminuido la muerte materno infantil; sin embargo, este proceso ha sido débil y desigual en todos los países, ya que, si comparamos el país con más esperanza de vida hacia el último en esta lista, encontraremos una distancia de 31 años en promedio.

Siendo así, ante la prosperidad de cada nación en todo el mundo, los cambios con el crecimiento desmedido de urbanización y siendo no planificado, vienen ocasionando distintos estilos de vida en cuanto alimentación y hábitos, incluyendo diversas enfermedades como diabetes, distintos tipos de cáncer, enfermedades no transmisibles que equivalen a un 70% de muertes prematuras, en países de medianos y bajos recursos.

Las Naciones Unidas buscan hacer una transformación a través de una agenda hacia el 2030 para el desarrollo sostenible, alcanzando los siguientes objetivos: tener un mundo más saludable, próspero, integrador y con menor vulnerabilidad hacia el año 2030. (Ghebreyesus, 2018)

Dentro de los pacientes hospitalizados actualmente tenemos un global de 11 384 hospitalizados de los cuales 1931 se encuentran con ventiladores mecánicos y 9 453 sin ventilación mecánica. Entre los cuales como prestadores de servicio de salud tenemos una población dentro de la FF.AA Y PNP que nos muestran cifras de 433 pacientes hospitalizados actualmente entre los cuales 63 de ellos se encuentran en Unidad de Cuidados Intensivos. (Ministerio de salud , 2021)

Dada las circunstancias de un incremento desmedido de contagios dentro del territorio nacional, conocemos que en primera línea se encuentra el personal de salud y las FF.AA y policiales, así como bomberos; al encontrarse los efectivos policiales como base fundamental para guardar el orden interno del país, es necesario que este grupo poblacional tenga determinados niveles de conocimientos sobre este virus, así como también estilos de vida saludable, para poder disminuir la probabilidad de un terrible desenlace, que desemboca en la pérdida mortal de uno de los miembros de esta institución.

1.2. Pregunta de Investigación General

P.G: ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?

2.3 Preguntas de Investigación Específicas

P.E 1: ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?

P.E 2: ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?

P.E 3: ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?

P.E 4: ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?

2.4 Justificación e importancia

Justificación

Este trabajo se justificó en los siguientes aspectos:

Justificación teórica: La investigación nos permitió aportar conocimiento sobre la situación en la que se encuentran los miembros de la Policía Nacional, respecto a su salud, estilos de vida y autocuidado; así como el conocimiento sobre la enfermedad del COVID - 19, brindando datos objetivos y veraces para tomar medidas respectivas.

Justificación práctica: Esta investigación buscó instar a mejorar o a cambiar ciertos patrones de comportamiento en cuanto a la salud del individuo, logrando que se tome conciencia de la toma de decisiones en beneficio de su salud, para mejorar ellos como persona, y también para mejorar su entorno familiar.

Justificación metodológica: La presente investigación buscó dejar un precedente, generando un nuevo protocolo o instrumento para que se pueda realizar nuevos estudios a futuro para evaluar los niveles de conocimiento sobre la enfermedad de covid-19, así como medir los estilos de vida.

Importancia

El estudio es importante, porque al conocer la relación entre las variables de estudio nos permitió conocer cómo se está desarrollando los estilos de vida de los efectivos policiales en base a su conocimiento y con ello poder recomendar acciones que mejoren los niveles encontrados con el fin de generar una mayor estabilidad en su salud y calidad de vida del efectivo, con ello se pudo responder mejor a sus actividades, ya que en muchas investigaciones y consejos médicos un cuerpo mental y físicamente estable y sano le permitirá a la persona ejercer todas sus

capacidades, lo cual es esencial para el trabajo de los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

2.5 Objetivo General

O.G: Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

2.6 Objetivos Específicos

O.E 1: Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

O.E 2: Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

O.E 3: Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

O.E 4: Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

2.7 Alcances y Limitaciones

Alcances

Espacial. La presente investigación se realizó en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo (DIRCOTE), ubicada en Av. España 400, Cercado de Lima, Provincia de Lima, Perú.

Temporal. La investigación se efectuó desde el mes de enero hacia junio del año 2021.

Social: Efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo

Limitaciones: Parte de las limitaciones para llevar a cabo el estudio, fue que por motivos del incremento del contagio del COVID-19, se tuvo que hacer la encuesta en varios días, en pequeños grupos; teniendo también, la limitación del poder organizar los horarios para poder llevarla a cabo, ya que esta institución maneja un horario poco accesible; fue por eso que demoró un poco más de lo esperado; pero finalmente se logró el objetivo del estudio, gracias a la buena disposición de las autoridades de la DIRCOTE.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedentes Nacionales:

Moya (2021), en su estudio: *Nivel de conocimiento de las normas de bioseguridad frente al covid-19 en los comerciantes del Mercado San Hilarion Urbanizacion San Hilarion en el distrito de san juan de Lurigancho setiembre 2020*, se realizó con el objetivo de determinar el nivel de conocimientos de las normas de bioseguridad y el nivel de cumplimiento de las normas establecidas a diario, por los comerciantes del mercado San Hilarión; el trabajo tuvo como método de investigación a un enfoque mixto cuali-cuantitativo con un diseño metodológico no experimental, descriptivo, de corte transversal; la población fue de 120 , siendo su muestra de 53 comerciantes, ya que se realizó criterios de exclusión: menores de edad y compradores, teniendo un criterio de inclusión: solo comerciantes del mercado, asimismo en la técnica para recolectar datos se usó la entrevista y una guía de observación además de un cuestionario; después de haber realizado la recolección de datos, se obtuvo como resultados que: 73.6% no recibieron capacitaciones acerca de las normas de bioseguridad, por otro lado el 77.4% no se le aplicado descarte para la infección del Covid-19, el 62.3% manifestó que tiene la creencia de que los equipos de protección como mascarillas, guantes y alcohol en gel no protegen frente al Covid-19, el 34% de los comerciantes se encuentran en grupo vulnerable.

Paredes (2021), en su investigación denominada: *Nivel de conocimientos sobre SARS CoV-2 en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada Antenor Orrego 2020*, tuvo como objetivo determinar el nivel de conocimientos sobre SARS- CoV-2 en estudiantes de medicina humana de la Universidad Antenor Orrego, que tuvo como diseño de investigación a un trabajo de tipo observacional, descriptivo, de corte transversal; en cuanto a los métodos utilizados tenemos a una encuesta virtual que fue validada

por juicio de expertos y elaborada por el autor obteniendo un grado de confiabilidad de 0.779 siendo óptimo, para ser usado, el cual fue aplicado a una población de estudiantes de medicina entre el 6to a 12avo. ciclo de la carrera dando un total de 1403 estudiantes que a través de criterios de exclusión e inclusión se obtuvo una muestra de 305 estudiantes, que después de aplicar la encuesta virtual se obtuvieron los siguientes resultados: el 96.1% (293 estudiantes) tienen un nivel de conocimientos alto, mientras que el 3.9% (12 estudiantes) tienen un nivel de conocimientos bajo.

Tantaleán (2021), en su investigación *Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020* el cual tuvo como propósito de encontrar la relación entre los estilos de vida y su relación con el estado nutricional en adultos mayores del AA.HH La Victoria; en cuanto a su metodología fue de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal; y su población fue de 40 adultos mayores del AA.HH La victoria, que es el total de ancianos según el censo poblacional del distrito de Shilcayo y para ello se tuvo como muestra el mismo número(40 adultos mayores); por lo que se usó dentro de los métodos de recolección; la técnica de entrevista y una evaluación antropométrica; teniendo como instrumentó a una encuesta llamada: “ La escala de estilo de vida” para la variable estilos de vida y en la variable estado nutricional se utilizó la Ficha de valoración nutricional del adulto mayor; que después de ser empleadas arrojaron los siguientes resultados: el 60.0% tienen entre 60 y 70 años, 57.5% son varones, 66.5% son no letrados, 52.5% son convivientes, 67.5% son agricultores, el 57.5% tienen entre 1 a 3 hijos, el 45% son adventistas, 85.0% tienen estilos de vida no saludable, el 15.0% tienen estilos de vida saludable, 57.5% tienen estado nutricional inadecuado, donde el 27.5% se encuentra en delgadez, el 20% tiene sobrepeso, y el 10% obesidad; donde solo el 42.5% presentaron un peso normal.

Castañeda (2020), en su investigación denominada *Conocimiento sobre medidas preventivas frente al covid-19 en comerciantes del mercado de Villa Maria del Perpetuo Socorro, Lima-2020*, tuvo como propósito de encontrar como los conocimientos acerca de la prevención del Covid-19 se está desarrollando, teniendo una metodología de tipo cuantitativa ya que su variable fue operacionalizada; con un nivel de investigación descriptivo ya que solo tiene una variable y fue de corte transversal ya que el instrumento se aplicó solo una vez; en cuanto a su población , fue de 82 comerciantes, teniendo como muestra a 76 comerciantes por ser una muestra aleatoria por conveniencia según criterios de exclusión; se usó como instrumento a una encuesta de nombre Cuestionario sobre conocimiento de covid-19, que después de ser aplicada tuvo como resultados en la dimensión etiológica el 46.1% presenta bajo conocimiento, en la dimensión medios de transmisión y grupos de riesgo se evidenció que el 46.1% tuvieron conocimiento medio, mientras en la dimensión cuadro clínico alcanzaron el 44.7% un conocimiento medio; por último en la dimensión de medidas de prevención y protección obtuvieron un 44.7% alcanzaron un conocimiento medio. (Castañeda Milla, 2020)

Torres (2020), en su investigación *Conocimientos y actitudes sobre el Covid -19 en estudiantes de odontología de la universidad Norbert Wiener, en el 2020*, con el propósito de conocer como los conocimientos y las actitudes se están desarrollan respecto al tema de la Covid-19 en una muestra de estudiantes, mediante un estudio cuantitativa de tipo aplicada, descriptiva, de corte transversal; su población fue de 592 estudiantes de la facultad de estomatología matriculados en el semestre 2020-II (quinto a décimo ciclo) , siendo su muestra final de 256 estudiantes a los que se le aplicó la técnica de encuesta a través de dos cuestionarios: Nivel de conocimiento sobre covid-19 que presentan los estudiantes de odontología y otro denominado: Actitudes frente al covid-19 que presentan los estudiantes de odontología que fue validada por juicio de expertos;

obteniéndose como resultados: el 67.2% presentaron conocimiento medio sobre Covid-19 y en cuanto a su relación estadísticamente significativa entre conocimientos y la variable sexo fue $p=0.80$, edad 0.245 y experiencia clínica 0.076; en cuanto a sus actitudes, el 84.8% percibieron que a pesar de sentirse propensos a infectarse a transmitir a familiares, el 78.5% piensa que el Covid-19 ha afectado su vida universitaria, 92.6% cree que necesita adquirir mayor conocimiento en este tema, el 79.7% considera que los equipos de protección personal lo protegerán de infectarse y el 73.4% atendería a un paciente que ya se infectó y recuperó de la enfermedad.

Antecedentes Internacionales:

Díaz, Vargas y Quintana (2020) en su investigación *Efectividad de una Intervención educativa sobre el nivel de conocimiento de la COVID-19 en adultos mayores* tuvieron como objetivo evaluar el impacto de una intervención educativa sobre Covid-19 en adultos mayores del Policlínico docente "Wilfredo Santana", en cuanto a su metodología fue un estudio no observacional, cuasi- experimental, fue antes y después sin grupo control, que se realizó a través de una intervención educativa hacia los adultos mayores entre abril y mayo de 2020, se tuvo una muestra de 84 adultos mayores en la que se empleó una estadística descriptiva inferencial, como instrumento de recolección de datos se utilizó el cuestionario de nivel de conocimiento general sobre la COVID-19, obteniéndose como resultados: el 38.10% se encuentran entre los 70 y 79 años de edad, en los que el 54.76% fue de sexo femenino, después de realizada la intervención educativa se apreció lo siguiente: 29,76 % vs 66,66 % en conocimiento adecuado sobre COVID-19, El 19,04 % vs 73,8% las medidas sanitarias para contener el contagio y 16,66 % vs 64,28 % sobre signos y síntomas de covid-19; obteniéndose que antes de realizar la capacitación se obtuvo un nivel inadecuado de conocimientos(40,48 %) , mientras que después de haber realizado la capacitación se obtuvo niveles adecuados de conocimiento (97,62 %)

Palate (2018) presentó su trabajo en Ambato – Ecuador el cual llevó por título *“Estilo de vida y su influencia en la aparición del síndrome metabólico en estudiantes de la carrera de enfermería”*, con el objetivo de determinar la relación entre los estilos de vida y la aparición del síndrome metabólico en una muestra de estudiantes de la UTA de Ecuador, a través de una metodología descriptiva explicativa con un corte longitudinal, una muestra de 50 estudiantes de enfermería quienes participaron en la aplicación de una encuesta, y la revisión de exámenes médicos del SM. De acuerdo al análisis de sus resultados se encontró que la gran parte de la muestra de estudio presentó un estilo de vida inadecuado, lo que se reflejó en la deficiencia en su nutrición, salud bucal, sedentarismo, trastornos en el sueño, etc. Por lo que se evidenció que la mayoría de la muestra tiene una tendencia a sufrir enfermedades, o alteraciones en su organismo como es el caso del síndrome metabólico.

Vélez (2017) presentó su estudio en Quito – Ecuador titulado *“Influencia del nivel de conocimientos del paciente y su familia en el control metabólico de los pacientes con diabetes mellitus tipo 2 que acuden a los Centros de Salud de la Parroquia Eloy Alfaro de Manta”*, con el propósito de conocer el nivel del conocimiento del paciente sobre su enfermedad y su influencia en el control metabólico dentro de la diabetes mellitus tipo 2, de una metodología analítica de corte transversal con la participación de una muestra de 309 pacientes diabéticos. En el caso del síndrome metabólico se analizó mediante exámenes y parámetros bioquímicos; como instrumentos de recolección de datos se usó el cuestionario de HESS Y DAVIS y Valadez y cols, respectivamente. Con lo cual se evidenció que no se presentó un conocimiento alto, el 1.9% tuvo un conocimiento regular y el resto tuvo un conocimiento bajo, por otro lado, en el caso del síndrome metabólico se halló que el 30.7% fue bajo, por lo que se concluyó que no hay relación significativa entre las variables de estudio.

Ordoñez (2017) presentó su estudio con el título “*Estilos de vida saludables más comunes en los pacientes pertenecientes al club de diabéticos del Hospital General Isidro Ayora*”, con el propósito de encontrar el nivel del estilo de vida del paciente diabético que se atiende en el Hospital General Isidro Ayora, a través de una investigación descriptiva cuantitativa de corte transversal, con la participación de una muestra de 51 pacientes. En los resultados se encontró que el 50.98% tiene una frecuencia de comidas entre 3 a 5 comidas diarias, dentro de los cuales consumen más frutas, verduras en un 39.22% y carbohidratos en un 19.61%, asimismo el 47.06% practica actividades físicas, con una frecuencia de 3 a 5 veces semanales, el 90.2% no tiene un consumo de tabaco y el 82.35% de alcohol, asimismo se halló que el 64.71% tiene buenos conocimientos sobre su enfermedad. Concluyó que aún persiste un grupo de personas que mantienen estilos de vida poco saludables. Aproximadamente un quinto de la población no se alimenta adecuadamente, consumen alimentos que perjudican su salud como grasas, bebidas azucaradas y alimentos dulces como postres y se alimentan con una frecuencia inferior a 3 veces en el día.

Ugalde (2016) en Esmeraldas – Ecuador presentó su estudio que llevó por título “*Estilos de vida saludables en adultos de 35 a 65 años de edad con enfermedades crónicas en el Recinto Chigue de la Provincia Esmeraldas*”, con el propósito de identificar el nivel de los estilos de vida en una población adulta de 35 a 65 años que padecen de enfermedades crónicas, a través de un estudio descriptivo, en un corte longitudinal, se aplicaron la técnica de la observación y la encuesta. En los resultados se halló una incidencia del 48.7% de enfermedades en estos pacientes, además concluyó que la mayoría de pacientes realizan actividades físicas, y presentan riesgo de sufrir enfermedades cardíacas y vasculares, el 67% tiene un conocimiento malo en cuanto a sus enfermedades, el 72% no tiene conocimiento de los signos que indican un accidente

cardiovascular. Se evidenció que la mayoría de pacientes con enfermedades crónicas no tiene un estilo de vida saludable, debido a que tienen hábitos no saludables como una alimentación con bajo valor nutricional, no hay un control en su peso ni dieta, son sedentarios, no siguen a conciencia sus tratamientos.

2.2. Bases teóricas

3.2.1 Nivel de conocimientos

El conocimiento del profesional de enfermería es dinámico el cual se desarrolla a través de una revisión periódica, la estructuración de protocolos y parámetros, y guías clínicas, con el fin de brindar garantía en su atención además de una mejora continua, que genere a su vez un alto estándar de calidad en asistencia, administrando adecuadamente los recursos y el uso adecuado de la evidencia científica. (Jiménez, 2015)

Asimismo, son el conjunto de información mediante el cual se hace una evaluación al paciente durante su evolución y asegurar de esta manera cumplir con sus necesidades en salud, brindándole una atención y cuidado de calidad. respecto a las úlceras por presión. (Méndez y Méndez, 2013)

De igual forma, se considera como la información almacenada que se posee sobre las úlceras por presión en pacientes con limitación funcional que se encuentren hospitalizados. (Yalta, 2017)

3.2.1.1 Etiología

Esta es la rama científica que tiene el propósito del estudio y análisis de las causas que producen los fenómenos o ciertas situaciones en la naturaleza. Además, se resalta que es un estudio de corte científico que analiza las variables para poder obtener un resultado empleándose una metodología de experimento

De esta manera la conceptualización de la etiología no incluye lo que son creencias que no han sido comprobadas a través de los experimentos, a pesar de que estos traten de explicar un fenómeno de la naturaleza, pero a pesar de que no es un vocablo muy usado, también se utiliza en el lenguaje en el habla popular, lo que lo atribuyen a un fenómeno determinado. (Castillero, 2018)

Como se mencionó anteriormente los coronavirus son un grupo que tiene la capacidad de producir enfermedades respiratorias como el resfriado, el SARS e MERS. Y una de sus variantes más peligrosas se reveló en el 2019 en China; el cual es conocido como SARS-CoV-2 o síndrome respiratorio agudo grave el causante de la Covid-19, siendo en el 2020 calificado como Pandemia por la OMS. (Mayo Clinic, 2020)

3.2.1.2 Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el COVID-19:

En el caso de las enfermedades respiratorias el medio de transmisión es las llamadas gotículas respiratorias que tiene una proporción aproximada de 5 a 10 micrómetros (μm), en inclusive en una versión inferior de 5 μm llamados núcleos goticulares. En el caso del Covid-19 la transmisión se realiza de individuo a individuo mediante el contacto de las gotículas, por lo que en un análisis de más de 75 mil casos en China no se identificó una transmisión aérea. (OMS, 2020)

Cabe mencionar que este contagio necesita por contacto con las gotículas necesita de una distancia menor de un metro, donde un individuo contagiado le traspasa el virus a otra, donde quedan expuestos a gotículas infecciosas las zonas respiratorias y los ojos. También este contagio se da a través de fómites que se han desarrollado en el entorno en donde se ha encontrado la persona infectada. (OMS, 2020)

Es por ello que el virus del Covid-19 tiene la capacidad de transmitirse de persona a persona o por objetos contagiados, como el

caso de termómetros utensilios etc., lo que sería un contacto indirecto (OMS, 2020)

Cabe mencionar que la transmisión por gotículas es distinta por la transmisión aérea, ya que dicha transmisión se realiza a través de núcleos goticulares, los cuales tienen la capacidad de permanecer en el ambiente durante un tiempo determinado y poder llegar a las personas cercanas al objeto. (OMS, 2020)

Asimismo, el Covid-19 para que se realice un contagio aéreo se debe tener ciertas condiciones específicas, por ejemplo, en un caso de intubación u operaciones que intervienen en el tracto respiratorio. (OMS, 2020)

Otra de las características de este virus (Covid-19) según algunas pruebas es que tiene una repercusión a nivel intestinal por lo que podría también transmitirse por las heces, pero aún no hay pruebas concretas acerca de ello. (OMS, 2020)

Dentro de este mismo contexto se menciona que las enfermedades no transmisibles como el caso de las cardiovasculares, renales o pulmonares tienen la capacidad de incrementar las posibilidades de que los síntomas del Covid-19 sean más graves, los síntomas del coronavirus varían de persona a persona, inclusive existen los asintomáticos, así como los que necesitan inmediatamente una asistencia mecánica para su respiración. (Mayo Clinic, 2020)

Dentro del mismo contexto se menciona que la edad avanzada en especial la tercera edad también es más vulnerable ante el COVID-19 así como personas con afecciones cardiopulmonares, sistemas inmunes débiles, o con alteraciones en su peso o con alguna enfermedad crónica. Los síntomas son parecidos a otras infecciones respiratorias agudas. (Mayo Clinic, 2020)

Esto en cuanto a los síntomas, pero en el caso del contagio se da a cualquier edad, pero tiene una mayor incidencia desde la adultez mediana a la mayor, por lo que el riesgo de presentar

síntomas peligrosos tiene una mayor repercusión en una edad más avanzada. Es así que en los Estados Unidos el 80% de los fallecimientos se dieron en una población de 65 años a más, lo que incrementan las posibilidades y si esta persona presenta enfermedades preexistentes. (Mayo Clinic, 2020)

3.2.1.3 Cuadro clínico

Según los CDC o centro para el control y la prevención de enfermedades, los síntomas de pacientes covid-19 tiene una variación de síntomas que van desde leves a graves, estos síntomas tienen un periodo de 2 a 14 días, previos a la exposición del virus. Dentro de los cuales presentan lo siguiente: (CDC, 2021)

- Dificultad en la respiración
- Fatiga corporal
- Tos
- Malestar corporal
- Escalofríos
- Molestias en la garganta
- Cefaleas
- Pérdida de sentido del olfato
- Congestión nasal
- Vómitos y diarreas, etc.

Estos síntomas se siguen actualizando a medida que avanza la pandemia, y aparecen nuevas variantes.

3.2.1.4 Las principales formas clínicas reconocidas por la OMS del Covid-19 son las siguientes: (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

cuando no es complicada y se presenta síntoma mínimo como la fiebre, tos, molestia en la garganta, congestión nasal, dolores de cabeza malestar corporal.

En esta etapa no hay deshidratación, disnea, sepsis. Caso diferente es los adultos mayores y con una deficiencia en el sistema inmune.

Donde se presenta problemas de digestión. En esta etapa es similar a otras afecciones respiratorias. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

En el caso de la neumonía ligera, se presenta además de los síntomas anteriormente mencionados, se presenta una tos persistente, polipnea, con estertores húmedos (crepitantes), u originarse una neumonía atípica, donde no se presenta signos de deficiencia en la respiración. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

Neumonía grave: en este caso se presenta una tos que es persistente, fiebre taquipnea, una alteración en la respiración con 30 respiraciones por minuto, deficiencia en la expansión torácica, con estertores húmedos (crepitantes), es decir se presenta signos de gravedad, asimismo se puede presentar el caso de que las costillas tiran hacia adentro, al igual que la zona supraesternal, cianosis, y una saturación menor al 90% lo que también se asocia al síndrome de distrés respiratorio agudo. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

Hallazgos de laboratorio

En los casos de la provincia de China Wuhan la leucopenia y la linfopenia se identificaron como indicios hematológicos más frecuentes, asimismo se encontró alteración en la coagulación con énfasis en el dímero D y del tiempo de protrombina fueron más incidentes en los pacientes con mayor de nivel grave. Asimismo, se halló en un 37% tuvo una presencia de citólisis hepática y productos nitrogenados, siendo estos elementos relacionados con el alto índice de la mortalidad. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

La Organización Mundial de la Salud, realizó varios protocolos en Japón para la enfermedad, dentro de la prueba más utilizada es la RT-PCR en tiempo real, la que se realizó a través de muestras de sangre o respiratorias. La prueba de PCR se hizo posible por una publicación de científicos chinos que aislaron una secuencia genética del virus. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

El propósito de las pruebas de diagnóstico, son el poder identificar las causas que origina el cuadro de neumonía

Las pruebas diagnósticas tienen como finalidad detectar precozmente las causas frecuentes de neumonía, apoyar las actividades de control de enfermedades y trabajar con laboratorios de referencia que puedan realizar la detección de coronavirus y lograr una rápida actuación en los pacientes y todos sus contactos impidiendo una adecuada salud en la población. y con mayor posibilidad evitar la transmisión del virus. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

Comportamiento en edades pediátricas

Se han publicado pocas referencias sobre casos pediátricos. Se han notificado dos casos de infecciones por COVID-19 en niños en edad escolar, uno con síntomas leves y el otro asintomático. Los síntomas descritos fueron fiebre (máximo 38,3 °C), tos leve, secreción nasal, náuseas, diarrea, dolor abdominal, cefalea y astenia; Presentaba leucocitosis, linfopenia, neutropenia y proteína C reactiva elevada con procalcitonina negativa. No presentó cambios de coagulación.

Complicaciones

No es solo el coronavirus el que causa la muerte (los parásitos generalmente no están interesados en matar a sus anfitriones), sino en algunos casos una respuesta inmune descontrolada (conocida como una "tormenta de citocinas") que puede causar falla multiorgánica. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

La investigación clínica mostró que se detectó una alta concentración de citocinas en el plasma de pacientes críticamente enfermos infectados con SARS-CoV-2, lo que sugiere que la tormenta de citocinas se asoció con la gravedad de la enfermedad.

Las complicaciones más comunes son la neumonía y la insuficiencia orgánica múltiple, que a veces conduce a la muerte. Otras posibles complicaciones que se han descrito son problemas respiratorios en adultos, insuficiencia renal, daño pulmonar agudo,

shock séptico y neumonía en relación con la ventilación mecánica. (Pérez, Gómez y Dieguez, 2020)

3.2.1.5 Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China.

En la lucha contra la epidemia del Coronavirus (COVID-19), el personal de salud puede experimentar problemas de salud mental tales como estrés, ansiedad, síntomas depresivos, insomnio, negación, ira y temor. (Lozano, 2020)

En un estudio en China se observó que la tasa de ansiedad del personal de salud fue del 23,04%, mayor en mujeres que en hombres y mayor entre las enfermeras que entre los médicos. Asimismo, en la población general de China se observó un 53,8% de impacto psicológico moderado a severo; un 16,5% de síntomas depresivos, un 28,8% de síntomas ansiosos y un 8,1% de estrés, todos entre moderados y severos. (Lozano, 2020)

Los factores asociados con un alto impacto psicológico y niveles elevados de estrés, síntomas de ansiedad y depresión fueron sexo femenino, ser estudiante, tener síntomas físicos específicos y una percepción pobre de la propia salud. (Lozano, 2020)

Otro estudio en el mismo país detectó un 35% de distrés psicológico en la población general, con las mujeres presentando mayores niveles que los varones, al igual que los sub-grupos de 18-30 años y los mayores de 60 años. La pandemia plantea pues el desafío de cuidar la salud mental del personal de salud tanto como la de la población general. (Lozano, 2020).

3.2.1.4 Medidas de prevención y protección:

El plan de vacunación contra el coronavirus (COVID-19) está en marcha; sin embargo, hasta que corresponda aplicarte la dosis, puedes evitar contagiarte siguiendo algunas medidas básicas de

higiene recomendadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS): (Minsa, 2020)

- Lávate las manos hasta el antebrazo con agua y jabón por un mínimo de 20 segundos.
- Al toser o estornudar, cúbrete la boca y nariz con un pañuelo desechable o con tu antebrazo; nunca lo hagas con tus manos directamente.
- No te toques los ojos, nariz o boca si no te has lavado las manos primero.
- Solo si no cuentas con agua y jabón cerca, utiliza gel antibacterial. Toma en cuenta que esto no debe reemplazar el lavado de manos.
- Evita el contacto directo con personas que muestren síntomas como los del resfrío o gripe. Mantén 1 metro de distancia promedio.
- Cuando utilices papel higiénico o pañuelos descartables, asegúrate de botarlos en el basurero y lavarte las manos luego.
- Usa mascarillas siempre que salgas de tu casa, y también si debes atender a alguien bajo sospecha de infección.

¿Cuándo se debe lavar las manos?

- Al llegar a tu casa u oficina.
- Luego de toser, estornudar o limpiarte la nariz.
- Antes de comer o manipular alimentos.
- Antes y después de usar una mascarilla.

La mejor manera de evitar contagiarse del COVID-19, es obtener la vacuna contra el COVID-19 cuando esté disponible para ti y tomar otras medidas para protegerte en caso de que tengas que salir (como evitar las multitudes, usar una mascarilla con múltiples (varias) capas que se ajuste de manera adecuada a tu cara y mantenerte al menos a 6 pies (2 metros) de distancia de cualquier persona que no viva contigo). Si vas a estar cerca de otras personas,

es más seguro estar al aire libre o en espacios que tengan mucha ventilación. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

¿Cómo protegerse contra el COVID-19?

Evitar contagiarse del COVID-19 no se trata solo de protegerte a ti mismo, sino también de proteger a tu comunidad. Incluso si no te enfermas gravemente del COVID-19, puedes transmitir el virus a otras personas que podrían enfermarse gravemente y posiblemente morir. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Maneras en las que puedes ayudar a protegerte a ti y a otros en tu comunidad del COVID-19:

Las personas que están completamente vacunadas pueden hacer ciertas cosas de manera segura, como visitar a otras personas que estén completamente vacunadas y a quienes no viven con personas en alto riesgo de enfermarse gravemente del COVID-19. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Cuando salgas de tu casa, usa una mascarilla y mantén distanciamiento social, evita las multitudes y los lugares con mala ventilación, y lávate las manos con frecuencia, ya sea que hayas recibido la vacuna o no.

Puede que las personas que están completamente vacunadas aún puedan transmitir el COVID-19 a otras personas, incluso si ellas mismas no se enferman

Obtén más información acerca de cómo mantenerte seguro después de recibir la vacuna.

Si puedes, evita viajar o estar fuera de tu casa, especialmente si:

Vives en un área donde hay muchos casos de COVID-19.

Eres mayor de 65 años. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Estás en embarazo o tienes una condición médica que aumenta tu riesgo de enfermarte gravemente por el COVID-19.

Evita las multitudes y mantente por lo menos a 6 pies (2 metros) de distancia de las personas que no viven contigo: esto se llama distanciamiento social. Esto ayuda a evitar que inhales las gotas infectadas que salen de las personas cuando respiran, tosen, estornudan o hablan.

Usa mascarillas si tienes que salir de tu casa, especialmente en lugares donde vas a estar cerca de otras personas, como en el supermercado o en el consultorio médico, incluso si estás manteniendo seis pies de distancia con otras personas. Asegúrate de que los niños de dos años en adelante también usen mascarilla. Las mascarillas disminuyen la propagación del virus. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Es mejor usar una mascarilla de tela con múltiples (varias) capas que se ajuste de manera adecuada a tu cara, o una mascarilla quirúrgica desechable debajo de una mascarilla de tela. Trata de ajustar tu mascarilla herméticamente de manera que el aire no entre ni salga por los bordes de tu mascarilla. Lee más sobre cómo usar las mascarillas y cómo obtener la mejor protección de tus mascarillas.

Si tienes que salir a lugares públicos o estar cerca de otras personas que no viven contigo, es más seguro estar al aire libre o en sitios que tengan mucha ventilación (como ventanas abiertas, ventiladores o sistemas de filtración de aire). (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Lávate las manos regularmente, usando agua y jabón, especialmente después de ir al baño, haber estado fuera de tu casa o cerca de alguna persona enferma. Al igual que antes de comer, de

tocar alimentos o tu cara. Restriega (frota) tus manos durante por lo menos 20 segundos, limpiando todas las superficies de tus manos, incluyendo la zona entre tus dedos y debajo de tus uñas. También puedes usar un desinfectante para manos que contenga por lo menos 60% de alcohol.

Trata de no tocar tu cara si no te has lavado las manos. Tus manos tocan muchas cosas a lo largo del día y pueden recoger muchos gérmenes, incluyendo el coronavirus que causa el COVID-19. Cuando tocas tus ojos, nariz o boca, los gérmenes en tus manos pueden entrar en tu cuerpo y enfermarte. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

Para que una persona que tiene el COVID-19 empiece a mostrar síntomas, puede tardar entre 2 y 14 días. Sin embargo, las personas que tienen el virus, pero no tienen síntomas, de todas maneras, pueden transmitirlo. Además, puede que las personas que hayan recibido la vacuna contra el COVID-19, aún puedan transmitir el virus a otras personas. No es posible saber si alguien tiene o no el COVID-19 sólo con mirarlos. Por esto, toma todas las medidas posibles cuando estés cerca de personas con quienes no vives.

Por ahora, lo más seguro para todo el mundo es tomar todas las medidas posibles para prevenir el COVID-19. Así no sólo te estarás protegiendo, sino que también estarás ayudando a tu familia, amistades y comunidad a mantenerse saludables y a salvo. Entre más medidas tomen todas las personas y más se cuiden, más fácil será detener la propagación del virus, y esto salvará vidas. (Planned Parenthood Federation of America, 2021)

3.2.2 Estilos de vida

Conjunto de comportamientos que práctica habitualmente una persona en forma consciente y voluntaria durante el transcurso de su vida. (Figueredo, et. al., 2018)

Asimismo, hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables. Se concibe como la unidad de lo social y lo individual, es la realización de la personalidad en la práctica social diaria, en la solución de sus necesidades. (Ecured, 2018)

De igual forma los estilos de vida son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social. Los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo. (Ministerio de salud del Gobierno del Salvador, 2016)

3.2.2.1 Alimentación: La cual se define como la ingesta de alimentos que se relacionan con las necesidades nutricionales del cuerpo. Lo cual es fundamental para una buena salud. (OMS, 2017)

Asimismo, se menciona que la buena nutrición es un proceso que se desarrolla mediante el abastecimiento de alimentos, la limitación de ciertos insumos que son perjudiciales para la salud, dentro de este proceso se controla la cantidad y la calidad de los productos además de la variedad de alimentos, lo que ayuda en la disminución de la incidencia de problemáticas como el riesgo cardiovascular. (Texas Heart Institute, 2018)

Cabe mencionar que no hay un alimento que cumpla con todas las exigencias nutricionales, por lo que la alimentación debe ser variada, tanto en calidad como en la cantidad adecuada. Es por ello que la prioridad de los alimentos debe ser elegida por su valor nutricional principalmente de vitaminas y minerales. (Forecast, 2014)

La buena nutrición consiste en comer una variedad de alimentos, limitar el consumo de ciertos alimentos y bebidas y controlar la cantidad de alimentos y calorías que se ingieren. Una alimentación equilibrada ayuda a reducir el riesgo cardiovascular

porque reduce tanto el colesterol y la presión arterial como el peso. (Texas Heart Institute, 2018)

No hay ningún alimento perfecto, o sea que incluir una variedad de alimentos diferentes y fijarse en el tamaño de las porciones es clave para una alimentación sana. Además, asegúrese de que sus selecciones de cada grupo de alimentos ofrezcan la más alta calidad de nutrientes que pueda encontrar. En otras palabras, escoja alimentos ricos en vitaminas, minerales y fibra en vez de los procesados. (Forecast, 2018)

Alimentos procesados: Alimentos alterados por la adición o introducción de sustancias tales como aceite, azúcar, sal y/o aditivos. También pueden ser transformados por diferentes métodos de conservación como salazón, encurtido, ahumado o curado. El objetivo es que sean más duraderos y más apetecibles. Ejemplo: frutos secos salados, pescado ahumado, verduras enlatadas, frutas en almíbar. Los productos resultantes se reconocen como versiones del alimento original. Los métodos de procesamiento utilizados en este grupo hacen que sean nutricionalmente desequilibrados. (Obiols, 2017)

Cantidad de alimentos consumidos: Para perder peso o mantener su peso, la cantidad de calorías que necesita cada día dependerá de su edad, peso, metabolismo, de si usted es hombre o mujer, cuánta actividad física hace y otros factores. Por ejemplo, una mujer de 150 libras (unos 68 kilos) que quema muchas calorías haciendo una actividad física intensa, como correr rápido varias veces a la semana, necesitará más calorías que una mujer del mismo tamaño que solo sale a caminar una vez por semana. (NIH, 2018)

Cantidad de líquido: Una hidratación adecuada del organismo es un requisito para la salud, y es esencial para la vida misma. El agua es el solvente que permite muchas de las reacciones químicas

vitales del organismo y mantiene las funciones corporales. (CIEAH, 2018)

El agua juega muchos papeles importantes en nuestro organismo. El agua es el componente mayoritario de las células del cuerpo (excepto en el caso de las células grasas) y también protege y es lubricante para el cerebro y las articulaciones. El agua transporta los nutrientes a las células del cuerpo y se encarga de retirar de las mismas los residuos o sustancias de desecho. También ayuda a regular la temperatura corporal mediante la redistribución del calor desde tejidos activos hasta la piel y mediante el enfriamiento del cuerpo a través del sudor. (CIEAH, 2018)

Las National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine (Academias Nacionales de Ciencias, Ingeniería y Medicina) determinaron que el consumo diario adecuado de líquido es el siguiente: (Mayo Clinic, 2018)

- Aproximadamente 15 1/2 tazas (3,7 litros) de líquido para los hombres
- Aproximadamente 11 1/2 tazas (2,7 litros) de líquido por día para las mujeres.

Estas recomendaciones incluyen los líquidos provenientes del agua, las bebidas y los alimentos. Aproximadamente el 20 por ciento del consumo diario de líquido suele provenir de los alimentos y el resto de las bebidas.

3.2.2.2 Actividad y ejercicios físicos

De acuerdo con la OMS, considera que es cualquier actividad física que requiera consumo de energía, éstas pueden ser parte del tiempo de juego, formas activas de transporte, trabajo, quehaceres domésticos y actividades de ocio. De la misma forma, se considera como movimientos que generan un gasto calórico en el organismo tanto a nivel muscular como óseo, asimismo es la actividad que

desencadena fenómenos tanto a nivel mental como emocional del cuerpo en la persona que los realiza, que pueden ser organizados, espontáneos, involuntaria o planificada. (OMS, 2018)

Por otro lado, algunos estudios ayudan a corroborar la relevancia de la actividad física durante la adolescencia, donde se refiere que no solo tiene beneficios para la salud física sino que ayuda al desarrollo y mantenimiento de la salud mental. Por lo cual es de suma importancia tener una buena rutina de actividad física y equilibrar la con la dieta adecuada. (OMS, 2018)

Dentro de un estilo de vida saludable, la actividad física es un elemento fundamental que aporta muchos beneficios al organismo, y también se han comprobado los beneficios de la actividad física en el desarrollo del niño, reduciendo así los factores de riesgo para este proceso, generando hábitos que protegen el organismo. (Rolón, 2015)

Tipo de ejercicio

Ejercicios aeróbicos: Es cualquier actividad que utilice oxígeno, eleve tu frecuencia cardiaca y te deje levemente sin aliento. No sólo mantiene tu corazón, pulmones y vasos sanguíneos saludables, sino que también mejora el nivel de tu estado físico. Combina el ejercicio aeróbico con una dieta balanceada y estarás en el camino correcto para mantener un peso saludable. De los diferentes tipos de ejercicios aeróbicos disponibles existe: Caminar, Andar en bicicleta, Natación, Aeróbicos, correr, Fútbol, entre otros. (Bupa, 2018)

Ejercicios de fuerza: El entrenamiento de fortalecimiento involucra el movimiento de tus músculos contra algún tipo de resistencia, por eso escucharás que se lo llama entrenamiento de resistencia. Puede usar bandas elásticas, pesas libres (tales como mancuernas), máquinas para levantar pesas o simplemente el propio peso de tu cuerpo. Procura realizar algún entrenamiento de fortalecimiento dos

o tres veces por semana y trabaja todos los grupos principales de músculos en el cuerpo. Y no vayas directamente por el mayor peso que puedas levantar; encuentra el nivel adecuado que te permita realizar una serie de ocho a 12 repeticiones. (Bupa, 2018)

Ejercicios de estiramiento: Si no estiras tus músculos con regularidad, existe el riesgo de que se acorten o se vuelvan menos elásticos. Esto reduce la capacidad de movimiento de tus articulaciones y aumenta la rigidez y su riesgo de sufrir lesiones. Procura realizar algunos ejercicios de flexibilidad durante unos minutos cada día. Estos ejercicios deben estirar todos los músculos principales de la parte inferior y superior de tu cuerpo. (Bupa, 2018)

3.2.2.3 Manejo del estrés

Es el conjunto de estrategias que la persona utiliza para manejar situaciones que son estresantes. Y con ello poder afrontar aquellos factores que son riesgosos para la salud, con estrategias más efectivas. (Mayo Clinic, 2018)

Asimismo, el estrés que es originado por el ámbito laboral, se da por diversos factores de riesgo de manera múltiple e interactivo, provenientes de entorno físico, problemas en las funciones físicas, parte de la organización en el contenido de trabajo y entre otros componentes entre ello la parte psicosocial que el personal se ve afectado. (Karp, 2019)

De igual manera el estrés es el desequilibrio físico y mental que se presenta en respuesta del organismo a las exigencias del entorno, con una insuficiente capacidad de recursos inherentes al individuo. Por otro lado, el estrés que se vincula con el trabajo se determina por la estructura y diseño de la organización, además de las relaciones que se produce entre los integrantes dentro de ella. Asimismo, se suscitan cuando las exigencias de las actividades o responsabilidades superan las capacidades, recursos o necesidades

de los encargados de realizarla. Dentro de ello también se refiere cuando los recursos y habilidades de los trabajadores no coinciden con las exigencias o cultura de la organización. (OIT, 2016)

El estrés es una reacción que surge ante la amenaza inminente, lo que genera dos caminos el de huida o el de afrontamiento, lo cual se vuelve complejo en el ámbito de trabajo ya que estas opciones no están disponibles. La persona no puede adaptarse a dichas situaciones estresantes, produciéndose cronificación, debido a que esta reacción de alerta se produce constantemente. (Nastri, 2017)

3.2.2.4 Apoyo interpersonal

Estas son tomadas como los aspectos de mayor importancia en las personas, esto produce procesos complejos dentro de su círculo de amigos y familia además del académico, entre otros, en los cuales se puedan apreciar dos o más personas con algún tipo de comunicación. Los jóvenes se sienten en un espacio de comodidad con su grupo o ambiente de amigos, o con aquellos que están pasando por los mismos cambios físicos y psicológicos. (Fisac, 2015)

Asimismo, las relaciones interpersonales están relacionadas con la personalidad y los estilos de vida, donde tienen el propósito de satisfacer algunas necesidades sociales de las personas. (Universidad del País Vasco, 2018)

De igual manera dichas relaciones que se dan de forma interpersonal, las cuales se van desarrollando a través de experiencias transculturales y que compartes la misma problemática, se verán afectadas a través del contexto donde se encuentren. (Méndez y Ryszard, 2015)

3.2.2.5 Autorrealización: La autorrealización manifiesta el deseo de encontrar la felicidad a nivel personal y de llevar una vida

plena llevando a cabo las acciones que conducirán al alcance de la felicidad. Esta noción de felicidad varía en función de lo que cada individuo siente que lo hace feliz. Para ello, es necesario conocernos a nosotros mismos y saber cuáles son las expectativas personales que nos motivan en los diferentes ámbitos de la vida: pareja, familia, amistades, trabajo y actividades de esparcimiento. En ese sentido, la autorrealización implica un trabajo de autodescubrimiento a través del cual un individuo se encuentra a sí mismo. Cada experiencia puede convertirse en una experiencia de autorrealización ya que, a través de ésta, trabajamos una capacidad o un aspecto de nuestro ser. (Euston, 2018)

3.2.2.6 Responsabilidad en salud: El estilo de vida como una acción de consumo se da de forma individual, teniendo el ser humano la capacidad económica, el consumo de productos orgánicos, el pago de un gimnasio, la compra de vestimenta, el control médico y exámenes periódicos en algún laboratorio, etc.; pero esta son parte de las decisiones de los individuos es decir es su responsabilidad el poder elegir entre la variedad de alimentación que existe en beneficio de su salud. (Quiliano, 2015)

3.3. Marco Conceptual

Alimentación. – Es la asociación de procesos por el cual se brinda alimentos al organismo, esto va desde los cocinados como los frescos, hasta que son ingeridos, asimismo esto depende a las necesidades de cada individuo, de la disponibilidad de varios aspectos tanto culturales como sociales además de la disponibilidad de los alimentos. (5aldia, 2021)

Conocimiento. – es la adquisición de información que realiza el individuo a través de la experiencia, con el fin de comprender la realidad, a través del razonamiento y la inteligencia, por lo que se da a través del proceso de aprendizaje (Significado, 2021).

Contagio. – Es un proceso por el cual se trasmite una enfermedad por el contacto directo, esta se da de una persona contagiada hacia una persona sana. (Definicionabc, 2021)

COVID-19.- es parte de las infecciones causadas por la familia de los coronavirus, la mayoría de las personas con esta infección tiene problemas respiratorios de leve a grave, y pueden recuperar sin un tratamiento especial, pero también están los que se agravan, mayormente se agrava cuando el paciente presenta una enfermedad preexistente, pero las nuevas variantes afectan a diversos públicos. (OMS, 2021)

Cuadro clínico. Son una serie de síntomas que representan a la enfermedad que aparecen en las personas que están sufriendo una enfermedad determinada. (Léxico Oxford, 2021).

Ejercicio. – Proveniente del latín exercitium. Es una acción donde se desarrolla una serie de movimientos encadenados que sirven para mejorar las condiciones físicas de la persona. (Definicion.de, 2021).

Enfermedades respiratorias. – Son aquellas enfermedades que afectan al sistema respiratorio; desde la nariz, pasando por la tráquea los pulmones etc. (Definicionabc, 2021).

Estilos de vida. – Es la forma de vida en la cual el individuo desarrolla sus actividades y hábitos que pueden ser saludables como no saludables. (Ecured, 2018).

Estrés. – Es un mecanismo del organismo que se activa ante una amenaza, o cuando la situación supera los recursos del individuo para poder afrontar dicha situación. (Cuidate plus, 2021).

Etiología. – es una ciencia que se desarrolla en el estudio del origen de los fenómenos, este término proviene del griego “aitología”, que surge de la raíz manera: “aitia” que tiene el significado de “causa”, “logos” que significa “estudio” e “ia” que enuncia “cualidad”. (Significado, 2021).

Fluidos corporales. – Son sustancias que son parte del organismo, estos pueden ser gaseosos o líquidos en incluso en una presentación pulverizada. (recursos mec, 2018).

Lavado de manos. – Es el proceso por el cual se frota de forma vigorosa las manos, con una solución jabonosa, lo que se aclara con abundante agua, teniendo como fin la eliminación de los residuos, materia orgánica y flora transitoria y residente que se ubica en la mano; esto para evitar la trasmisión de microorganismo de un individuo a otro. (Hospital Santos Reyes de Aranda de Duero, 2017)

Paciente. – es la persona que tiene alguna enfermedad o dolencia física o mental, y que requieren y están bajo atención médica. (Definicion.de, 2021).

Pandemia. – Esta se da cuando la propagación de una enfermedad se da a nivel mundial, así mismo se da cuando las personas no tienen la inmunidad contra el virus. (OMS, 2018).

Patología. – Es una rama de la ciencia que se desarrolla en encontrar el origen o las causas de la enfermedad, lo que incluye el análisis de tejidos y material orgánico para la detección de la enfermedad. (News Medical, 2021).

Prevención. – es el conjunto de preparación y estrategias que se destinan a evitar un riesgo o acontecimiento que significa un peligro. Con lo cual se puede prevenir enfermedades e infecciones. (Significado, 2021).

Respiración. – es un proceso realizado solo por los seres vivos, los cuales dependen del oxígeno para vivir, por lo que se define como una función vital. (Definicion.de, 2021).

Saliva. – Es un líquido que se produce las 24 horas en la boca, la cual se forma de agua y otras sustancias químicas, producidas por las glándulas salivales. (KidsHealth, 2021).

Transmisión. – proveniente del latín transmissio, es el efecto de transmitir. También significa comunicar conducir. (Definicion.de, 2021).

Virus. – **son pequeños trozos de** ácido ribonucleico o ADN, los cuales tiene una envoltura de proteína llamada cápside, otros están cubiertos de una membrana que proviene de la célula que infectan. (Inecol, 2021).

III. METODOLOGÍA

4.1 Tipo y Nivel de la Investigación

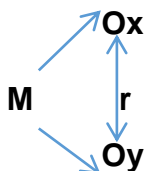
Tipo: La investigación fue de tipo básico, el cual busca el logro del conocimiento y no un objetivo crematístico, lo que se logra partir de los conocimientos establecidos pero estudiados en nuevos contextos. Por lo que este nivel nace de la simple curiosidad y no pretende intencionalmente generar un cambio en la variable. (Ñaupas, Mejía, Novoa y Villagómez, 2013)

Nivel: Fue una investigación descriptiva correlacional. Esta investigación busca especificar las propiedades, características y perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Asimismo, la investigación fue correlacional que es un tipo de estudio que tiene como propósito evaluar la relación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables. (Ñaupas, Mejía, Novoa y Villagómez, 2013)

Asimismo, el estudio fue de enfoque cuantitativo porque se basó en la estadística y la medición numérica y ordinal, con el fin de obtener el patrón de comportamiento de las variables. (Ñaupas, Mejía, Novoa y Villagómez, 2013)

4.2 Diseño de la Investigación

El diseño utilizado fue el no experimental, de corte transversal, el cual se caracterizó por no manipular las variables intencionalmente y mantener el estudio en un tiempo determinado y un lugar específico, por lo que se seguirá el siguiente esquema:



Dónde:

M = Muestra.

O_x = Nivel de conocimientos

O_y = Estilos de vida

r = Relación entre las variables

4.3 Población y muestra

Población: La población de estudio estuvo constituida por 135 efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima – 2021.

$$N = 135$$

Muestra: Para definir el tamaño de la muestra en la investigación, se aplicó la siguiente fórmula correspondiente a poblaciones finitas:

$$n = \frac{N \cdot Z^2(p \cdot q)}{(N - 1)E^2 + Z^2(p \cdot q)}$$

Donde:

N : Población (135)

Z : Nivel de confianza (95%: 1.96)

P : Probabilidad de éxito (0.5)

Q : Probabilidad de fracaso (0.5)

E : Error estándar (0.05)

Reemplazando:

$$n = \frac{135 \times 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}{(135 - 1) \times 0.05^2 + 1.96^2 (0.5 \times 0.5)}$$

n= 100 efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo,
Lima – 2021

Muestreo: El presente estudio presentó un muestreo probabilístico aleatorio simple, puesto que la cantidad elegida se obtuvo a través de una ecuación muestral, y aleatoria simple porque todos los participantes tuvieron la misma opción de ser elegidos para conformar dicha cantidad.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

Efectivos que desearon participar en la investigación

Efectivos de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima.

Efectivos en actividad

Criterios de exclusión

Efectivos que no desearon participar en la investigación

Efectivos de otras dependencias policiales.

Efectivos retirados

4.4 Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

H.G: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Hipótesis específicas

H.E 1: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

H.E 2: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

H.E 3: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

H.E 4: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

4.5 Identificación de las variables

Nivel de conocimientos

Etiología

Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19

Cuadro clínico

Medidas de prevención y protección

Estilos de vida

Alimentación

Actividad y ejercicios físicos

Manejo del estrés

Apoyo interpersonal

Autorrealización

Responsabilidad en salud

4.6 Operacionalización de Variables

OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 1								
TÍTULO: Nivel de conocimientos y estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo ,Lima-2021								
VARIABLE	TIPO DE VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	N° DE ÍTEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
Nivel de conocimientos	Cualitativa según su naturaleza	El conocimiento es todo aquello que llevamos almacenado en nuestro ser, que ha sido aprendido a través de la experiencia, teniendo un origen sensorial, llegando al entendimiento y finalmente concluyendo en la razón, para posteriormente; poner en práctica lo aprendido.	Esta variable fue operacionalizada mediante un cuestionario que estuvo estructurado en función de las dimensiones (Etiología Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19 Cuadro clínico Medidas de prevención y protección) resultando en un nivel de conocimiento: Alto (14-20) Medio (7-13) Bajo (0-6)	Etiología	Definición del covid-19. Tiempo de exposición al covid-19	3 (1,2,3)	ALTO MEDIO BAJO	✓ 14-20 ✓ 7-13 ✓ 0-6
				Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	Medios de contagio. Medios donde sobrevive el virus del covid-19 Personas con riesgo de enfermarse por el covid-19 Personas con mayor riesgo.	4 (4,5,6,7)		
				Cuadro clínico	Síntomas del covid-19 Síntoma que agrava el covid-19 Órgano más afectado por el covid-19	3 (8,9,10)		
				Medidas de prevención y protección	Medidas para prevenir el contagio. Acciones recomendadas por la OMS para prevenir el covid-19 Medidas de higiene respiratoria para evitar el covid-19 Acciones a realizar para evitar el contagio de covid-19. Acciones a realizar para evitar el contagio por covid-19 Se considera caso sospechoso de Covid-19 en la persona. Producto para realizar el lavado de manos para evitar el covid-19 Tratamiento para prevenir o reducir el covid-19. Acciones que debo hacer para no contagiar a los demás.	10 (10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20)		
Estilos de vida		Son todas las actividades que realiza el ser humano, tanto en su alimentación, actividad física, trabajo o estudios,	Esta variable fue operacionalizada mediante un cuestionario que estuvo estructurado en función de las	Alimentación	-Come 3 veces al día. -Consumo de alimentos balanceados. -Consumo de agua. -Consumo de frutas. -Consumo de verduras. -Consumo de comidas sin preservantes. -Lee las etiquetas de alimentos enlatados.	6 (1,2,3,4,5,6)	1 punto = Nunca (N) 2 puntos =A veces (AV)	

Cualitativa por su naturaleza	higiene personal y del ambiente donde se desenvuelve, siendo todas estas actividades las que van a desencadenar en su estado de salud.	dimensiones (Alimentación y ejercicios físicos, Manejo del estrés, Apoyo interpersonal, Autorrealización, Responsabilidad en salud) que se encuentran establecidas en las bases teóricas. Resultando en un: Estilo de vida saludable (60-96) Estilo de vida no saludable (24-59)	Actividad y ejercicios físicos	-Realiza ejercicio al menos por 30 minutos al día. -Actividad de movimiento de todo el cuerpo.	2 (7,8)	3 puntos = Frecuentemente (F) 4 puntos = Siempre (S) Siendo el puntaje mínimo 24 y el máximo 96 puntos.	De 60 - 96 puntos = Estilo de vida saludable De 24 -59 puntos= Estilo de vida no saludable
			Manejo del estrés	-Situación de estrés o preocupación. -Expresa sentimientos o emociones. -Plantea alternativas. -Actividades de relajación.	4 (9,10,11,12)		
			Apoyo interpersonal	-Relación con los demás -Buenas relaciones con los demás. -Comenta sus deseos o inquietudes.	4 (13,14,15,16)		
			Autorrealización	-Satisfecho con lo realizado en su vida. -Satisfecho de lo que realiza. -Realiza actividades de desarrollo personal.	3 (17,18,19)		
			Responsabilidad en salud	-Acude al EESS. -Si presenta molestias acude al EESS. -Toma en cuenta las recomendaciones del personal de salud. -Participa en actividades de promoción de la salud. -Consume sustancias nocivas.	5 (20,21,22,23,24)		

4.7 Recolección de datos

Técnica

Se utilizó la encuesta, la cual es muy utilizada en el ámbito de la investigación social por su efectividad y rapidez en la obtención de datos de forma ordenada y estructurada. (Hernández, Fernández y Baptista, 2013)

Instrumento

En cuanto la variable de nivel de conocimientos tuvo como instrumento el cuestionario conocimiento sobre covid-19, el cual fue validado por 5 expertos entre ellos magister y doctores, donde se realizó una prueba piloto de 15 cuestionarios que fueron aplicados a dicha población, después se aplicará la fórmula estadística KR (20) Kuder-Richardson, en donde se calcula con una serie de ítems, otorgando la puntuación de 0.839, lo que significa que hay una buena consistencia, siendo el instrumento fiable para llevarse a cabo.

En cuanto a la variable estilos de vida se tuvo otro cuestionario de nombre: “La Escala de Estilo de Vida”, elaborada por Walker, Sechrist y Pender (1990), modificado por las licenciadas en Enfermería Díaz R; Delgado R; y Reyna E (2010). Validada con la aplicación de la fórmula “R” de Pearson en cada uno de los ítems. Resultando la $r > 0.20$, lo que certifica que este instrumento es válido. Para poder dar confiabilidad a este instrumento, los autores aplicaron el alfa de Cronbach, obteniéndose el valor de 0.794, lo cual indica que el instrumento es confiable para ser aplicado.

Ficha técnica de nivel de conocimientos

Nombre: Conocimiento sobre covid-19

Autor: Castañeda (2020)

Procedencia: Lima-Perú

Administración: individual o colectiva,

Duración: 25 minutos

Descripción del instrumento: El cuestionario se compone de 20 ítems distribuidos de la siguiente manera: donde encontramos cuatro dimensiones Etiología (1-3 ítems); Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 (4-7 ítems); Cuadro clínico (8-10 ítems) y Medidas de prevención y protección (11-20 ítems)

Significación: El inventario fue diseñado con la intención de medir el nivel de conocimientos sobre Covid-19.

Nivel de medición: Escala tipo dicotómica de dos valores numéricos (1 si es correcto y 0 si es incorrecto)

Validez: para identificar su validez, se hará a través del juicio de expertos.

Confiabilidad: La confiabilidad se hará a través de la K de Richardson con un valor de 0 a 1 donde el valor más cercano a uno indica una confiabilidad alta.

Ficha técnica de estilos de vida

Nombre: La Escala de Estilo de Vida

Autor: Walker, Sechrist y Pender (1990) modificada por Delgado R; y Reyna E (2010).

Procedencia: Lima-Perú

Administración: Individual o colectiva,

Duración: 25 minutos

Descripción del instrumento: El cuestionario se compone de 24 ítems distribuidos de la siguiente manera: donde encontramos seis dimensiones Alimentación (1-6 ítems); Actividad y ejercicios físicos (7-8 ítems); Manejo del estrés (9-12 ítems); Apoyo interpersonal (13-16 ítems); Autorrealización (17-19 ítems) y Responsabilidad en salud (20-24 ítems)

Significación: El inventario fue diseñado con la intención de medir el nivel de los estilos de vida

Nivel de medición: Escala tipo Likert de tres valores numéricos (de 1 al 4 donde 1 es nunca, 2 es a veces; 3 es frecuentemente y 4 Siempre)

Validez: para identificar su validez, se hizo a través del juicio de expertos.

Confiabilidad: La confiabilidad se hará a través de la prueba estadística de Alfa de Cronbach con un valor de 0 a 1 donde el valor más cercano a uno indicará una confiabilidad alta.

Técnicas de análisis e interpretación de datos

El procesamiento de los datos recolectados, comprende las siguientes etapas: Clasificación, codificación, tabulación y análisis e interpretación de datos, este último incluye.

Análisis estadístico descriptivo: Se realizó un análisis univariado de las variables principales.

Una vez utilizados los instrumentos, se elaboró cuidadosamente una base de datos en el programa SPSS.25.0 y se creó las tablas y figuras correspondientes en los programas Microsoft Office Word 2013 y Microsoft Office Excel 2013. El análisis estadístico se realizó sobre las frecuencias y porcentajes en tablas, utilizando también los números de barra, elementos que ayudan a identificar descripciones y posibles relaciones entre las variables de estudio.

Análisis estadístico inferencial: Para el objetivo estadístico correlacionar, la contrastación de la hipótesis se realizó mediante Rho de Spearman, siguiendo el procedimiento del Ritual de Significancia Estadística, considerando un valor de $p < 0.05$ como diferencia significativa entre los valores obtenidos de las variables.

IV. RESULTADOS

5.1 Presentación de resultados

Cuadro 1.

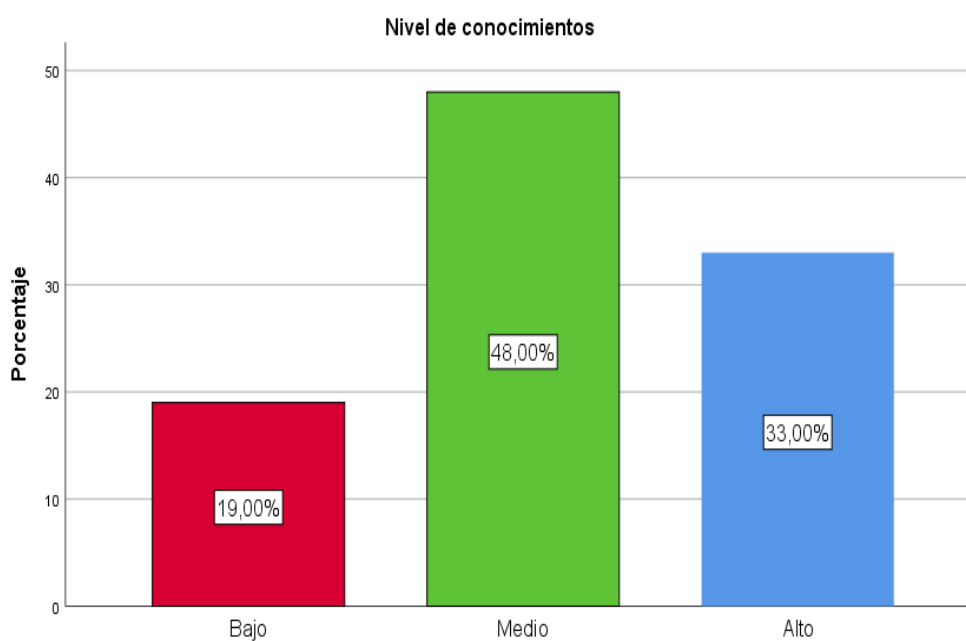
Frecuencia y porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID- 19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima - 2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	19	19,0
Medio	48	48,0
Alto	33	33,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 1.

Porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID- 19 en efectivos policiales de la dirección contra el terrorismo, Lima- 2021



Cuadro 2.

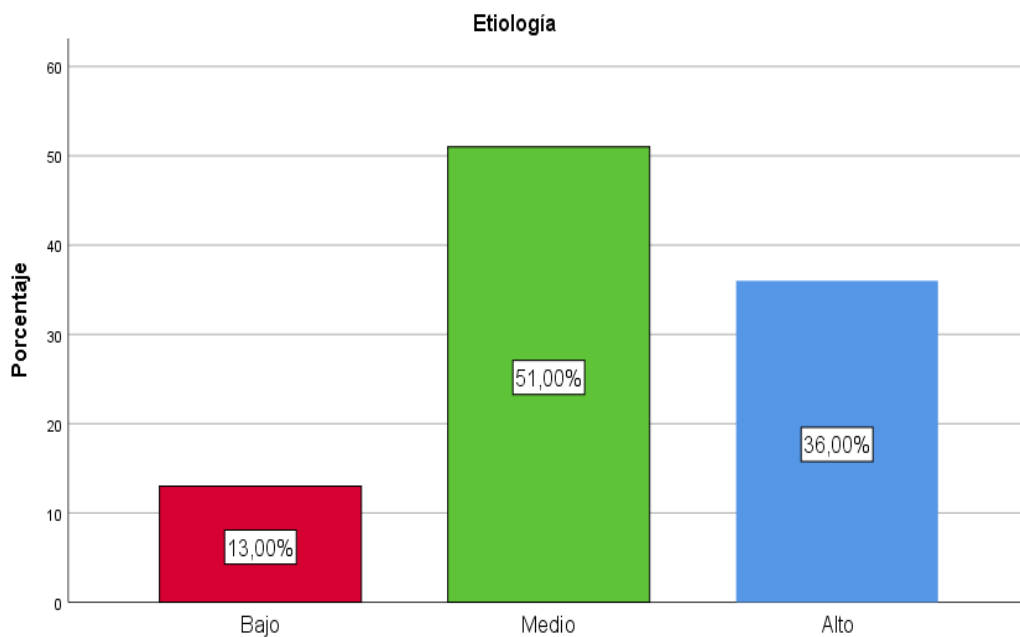
Frecuencia y porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID- 19 según la dimensión etiología en efectivos policiales de la dirección contra el terrorismo, Lima 2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	13,0
Medio	51	51,0
Alto	36	36,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 2.

Porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID- 19 según la dimensión etiología en efectivos policiales de la dirección contra el terrorismo, Lima 2019.



Cuadro 3.

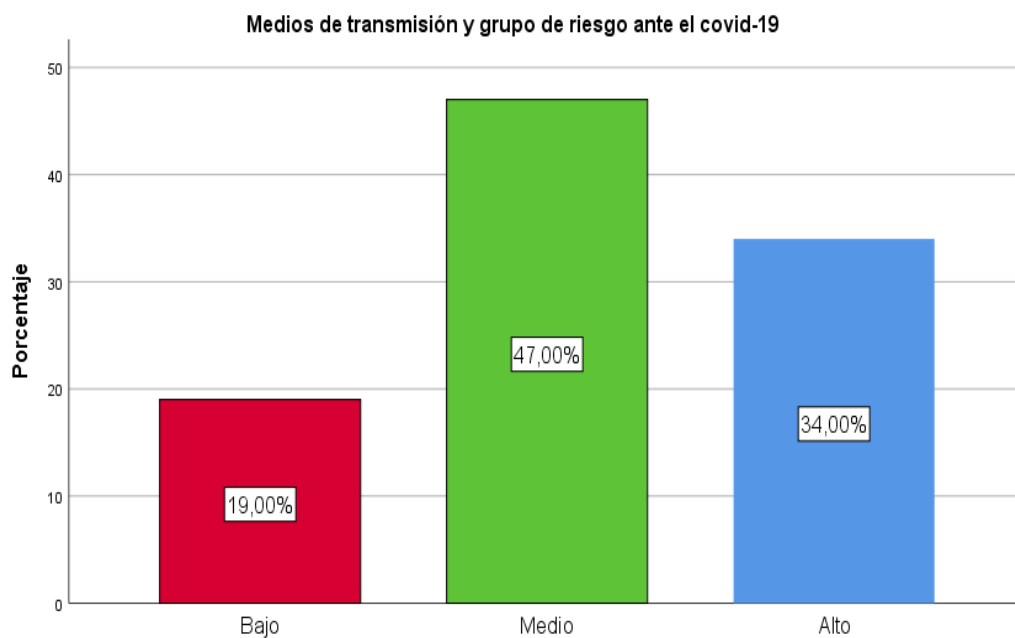
Frecuencia y porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	19	19,0
Medio	47	47,0
Alto	34	34,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 3.

Porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 4.

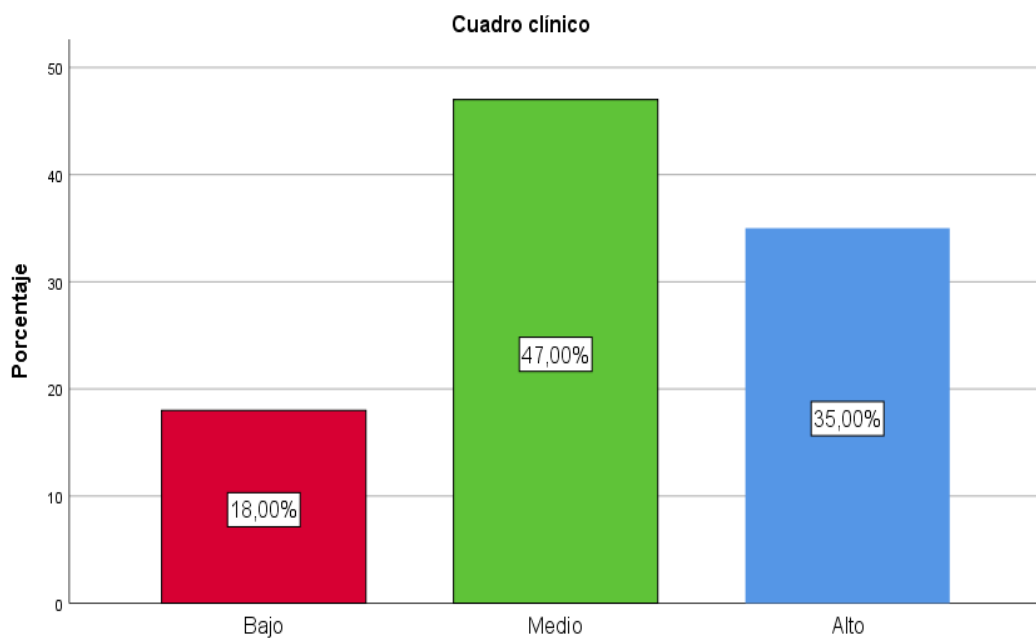
Frecuencia y porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión cuadro clínico en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	18	18,0
Medio	47	47,0
Alto	35	35,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 4.

Porcentaje de variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión cuadro clínico en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 5.

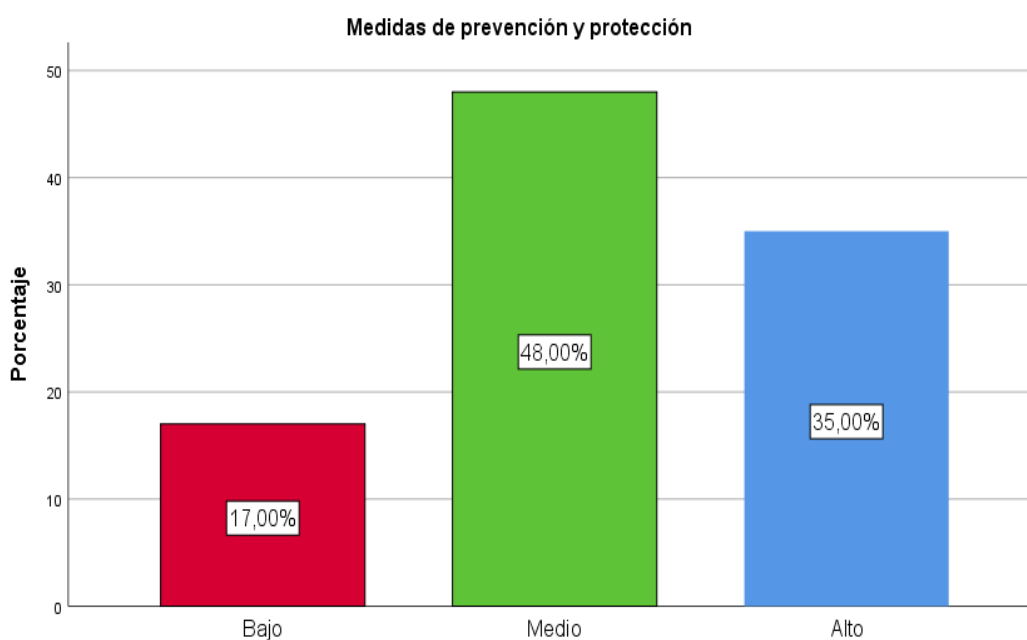
Frecuencia y porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión medidas de prevención y protección en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	17	17,0
Medio	48	48,0
Alto	35	35,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 5.

Porcentaje de la variable nivel de conocimientos ante el COVID-19 según dimensión medidas de prevención y protección en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 6.

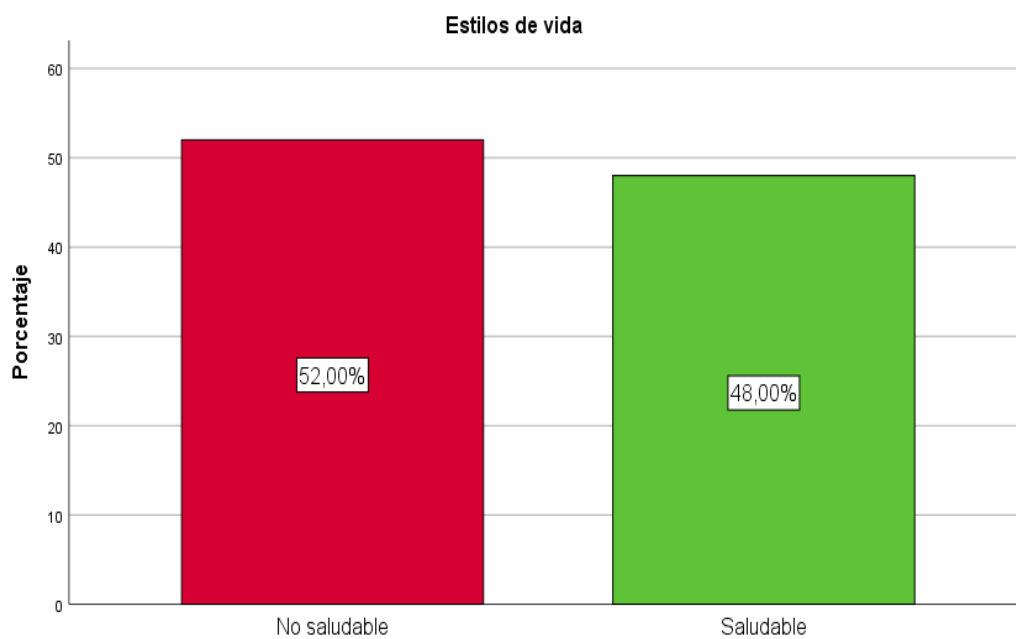
Frecuencia y porcentaje según la variable estilos de vida ante el COVID-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	52	52,0
Saludable	48	48,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 6.

Porcentaje de la distribución de datos según la variable estilos de vida.



Cuadro 7.

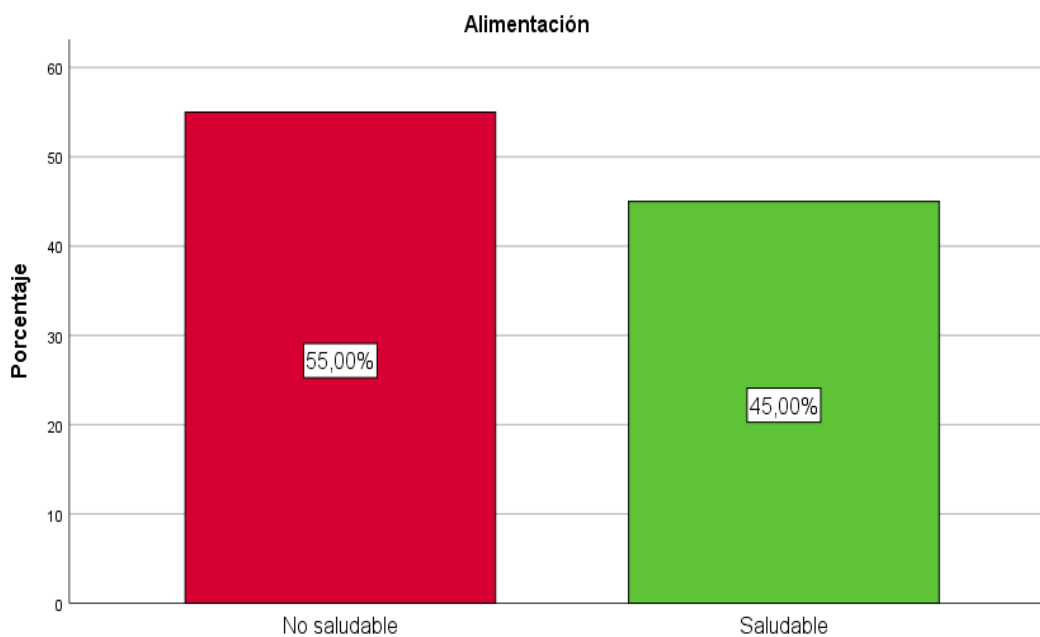
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión alimentación en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	55	55,0
Saludable	45	45,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 7.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión alimentación en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 8.

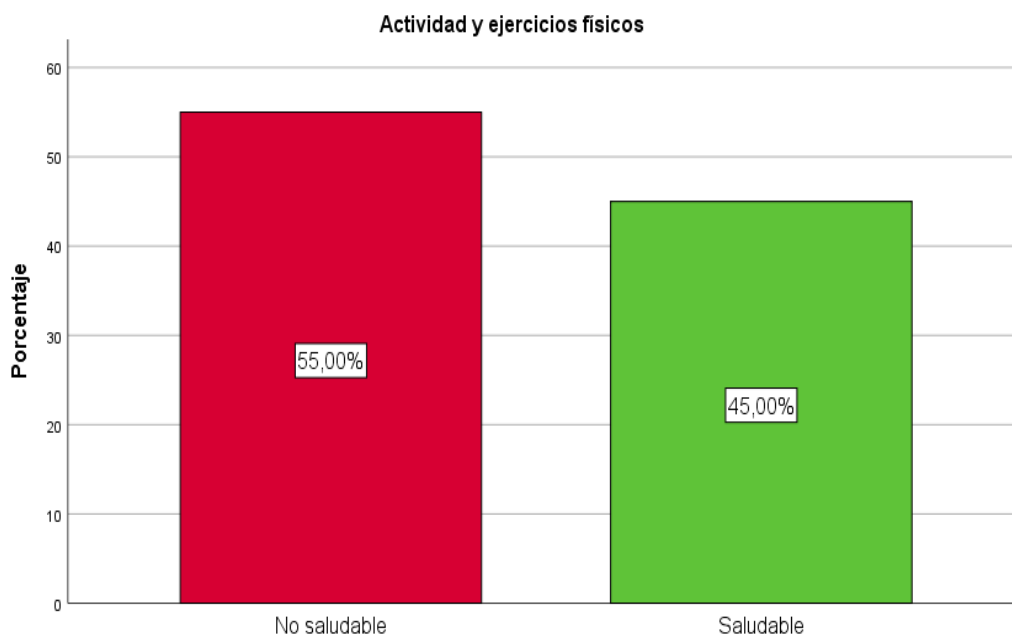
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión actividad y ejercicios físicos en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	55	55,0
Saludable	45	45,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 8.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión actividad y ejercicios físicos en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 9.

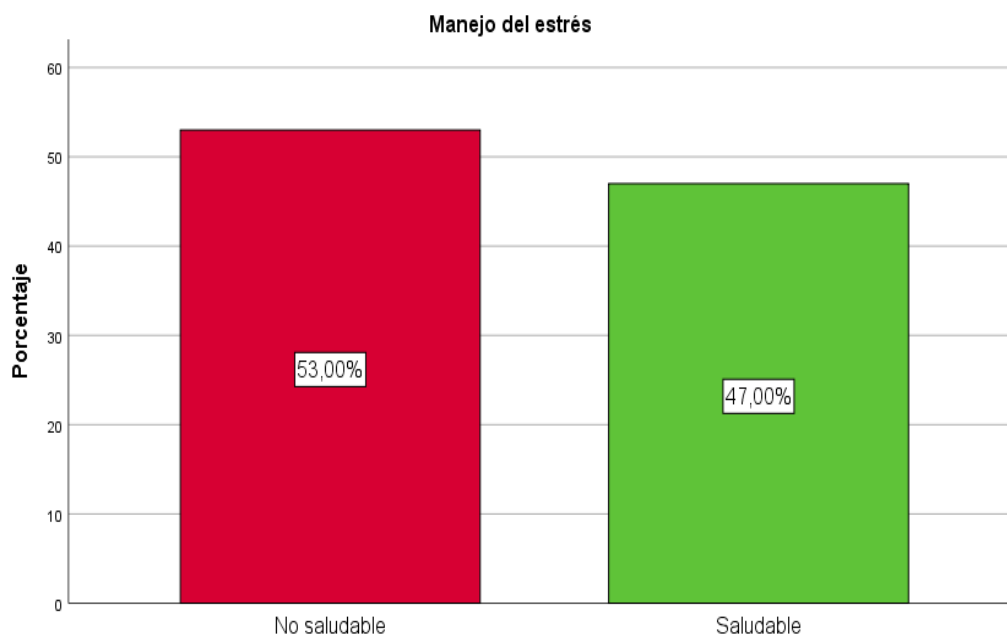
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión manejo del estrés en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	53	53,0
Saludable	47	47,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 9.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión manejo del estrés en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 10.

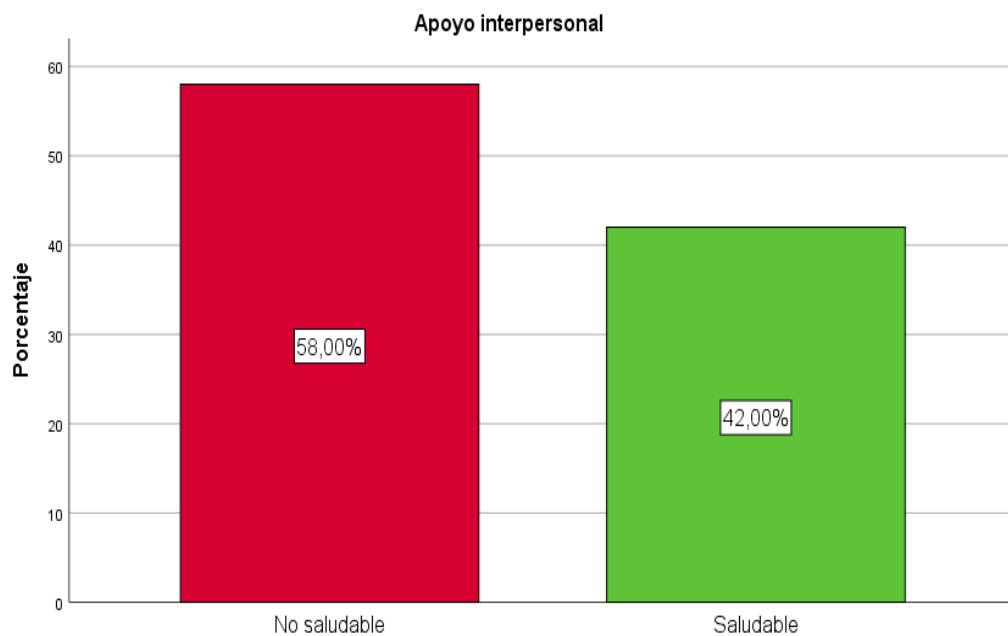
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión apoyo interpersonal en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	58	58,0
Saludable	42	42,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 10.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión apoyo interpersonal en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 11.

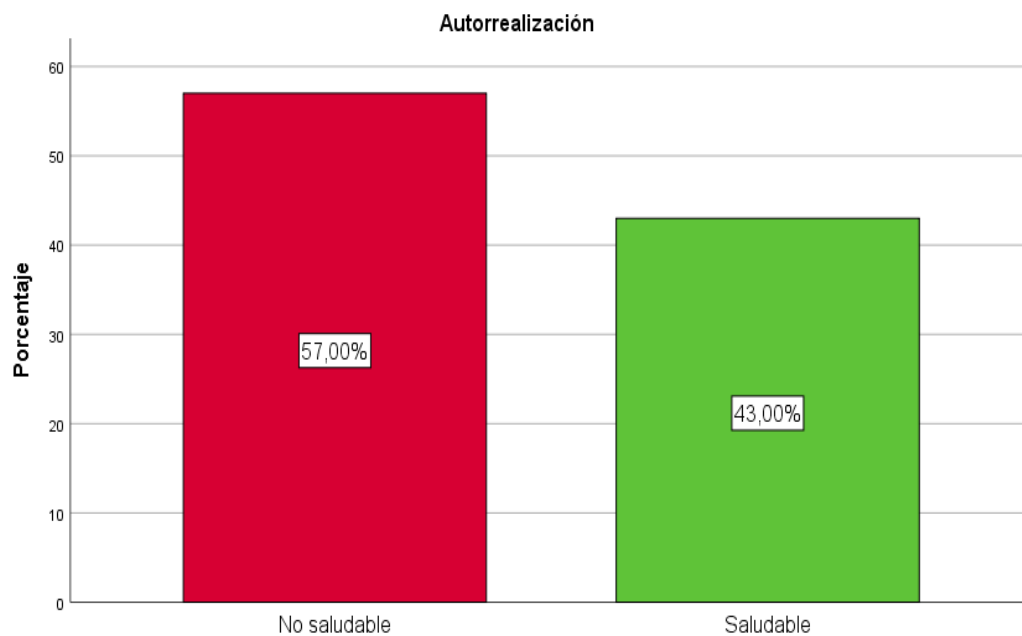
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión autorrealización en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	57	57,0
Saludable	43	43,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado

Figura 11.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión autorrealización en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 12.

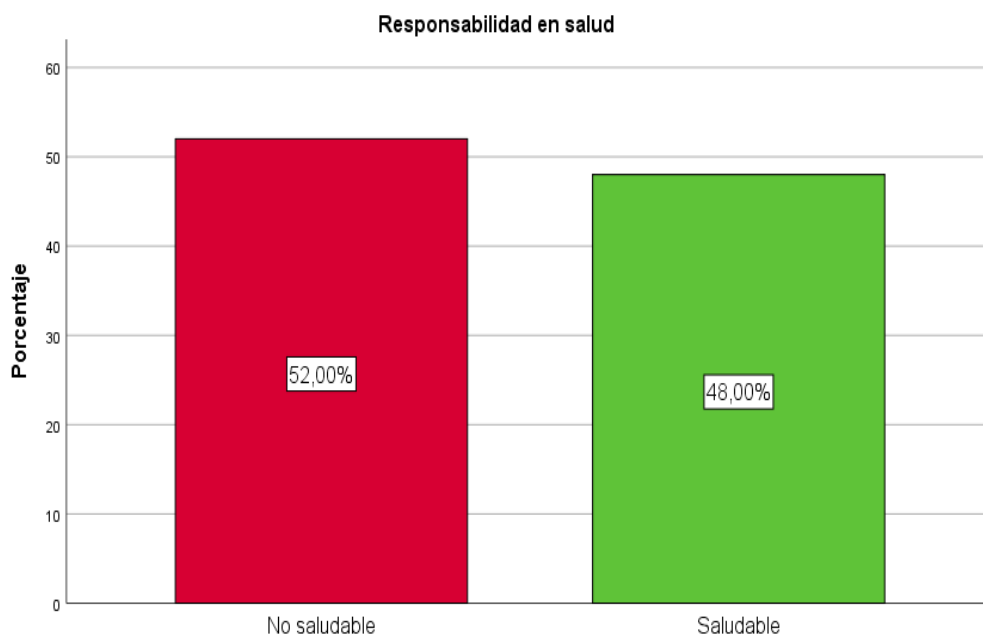
Frecuencia y porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión responsabilidad en salud en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	52	52,0
Saludable	48	48,0
Total	100	100,0

Fuente: Data del instrumento aplicado.

Figura 12.

Porcentaje de la variable estilos de vida ante el COVID-19 según dimensión responsabilidad en salud en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021



Cuadro 13.

Prueba de normalidad de las variables Nivel de conocimientos y estilos de vida y sus dimensiones ante el COVID-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Nivel de conocimientos	,248	100	,000
Etiología	,275	100	,000
Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	,243	100	,000
Cuadro clínico	,244	100	,000
Medidas de prevención y protección	,251	100	,000
Estilos de vida	,350	100	,000
Alimentación	,366	100	,000
Actividad y ejercicios físicos	,366	100	,000
Manejo del estrés	,356	100	,000
Apoyo interpersonal	,381	100	,000
Autorrealización	,376	100	,000

5.2 Interpretación de resultados

1. En el cuadro y figura 1, podemos observar que el 19.00% presentan un nivel de conocimientos en un nivel bajo, el 48.00% un nivel medio y el 33.00% un nivel alto. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un nivel de conocimientos en un nivel medio.
2. En el cuadro y figura 2, podemos observar que el 13.00% presentan un nivel de conocimientos en su dimensión etiología en un nivel bajo, el 51.00% un nivel medio y el 36.00% un nivel alto. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un nivel de conocimientos en su dimensión etiología en un nivel medio.
3. En el cuadro y figura 3, podemos observar que el 19.00% presentan un nivel de conocimientos en su dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19 en un nivel bajo, el 47.00% un nivel medio y el 34.00% un nivel alto. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un nivel de conocimientos

en su dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19 en un nivel medio.

4. En el cuadro y figura 4, podemos observar que el 18.00% presentan un nivel de conocimientos en su dimensión cuadro clínico en un nivel bajo, el 47.00% un nivel medio y el 35.00% un nivel alto. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un nivel de conocimientos en su dimensión cuadro clínico en un nivel medio.
5. En el cuadro y figura 5, podemos observar que el 17.00% presentan un nivel de conocimientos en su dimensión medidas de prevención y protección en un nivel bajo, el 48.00% un nivel medio y el 35.00% un nivel alto. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un nivel de conocimientos en su dimensión medidas de prevención y protección en un nivel medio.
6. En el cuadro y figura 6, podemos observar que el 52.00% presentan un estilo de vida en un nivel no saludable y el 48.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en un nivel no saludable.
7. En el cuadro y figura 7, podemos observar que el 55.00% presentan un estilo de vida en su dimensión alimentación en un nivel no saludable y el 45.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión alimentación en un nivel no saludable.
8. En el cuadro y figura 8, podemos observar que el 55.00% presentan un estilo de vida en su dimensión actividad y ejercicios físicos en un nivel no saludable y el 45.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión actividad y ejercicios físicos en un nivel no saludable.

9. En el cuadro y figura 9, podemos observar que el 53.00% presentan un estilo de vida en su dimensión manejo del estrés en un nivel no saludable y el 47.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión manejo del estrés en un nivel no saludable.
10. En el cuadro y figura 10, podemos observar que el 58.00% presentan un estilo de vida en su dimensión apoyo interpersonal en un nivel no saludable y el 42.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión apoyo interpersonal en un nivel no saludable.
11. En el cuadro y figura 11, podemos observar que el 57.00% presentan un estilo de vida en su dimensión autorrealización en un nivel no saludable y el 43.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión autorrealización en un nivel no saludable.
12. En el cuadro y figura 12, podemos observar que el 52.00% presentan un estilo de vida en su dimensión responsabilidad en salud en un nivel no saludable y el 48.00% un nivel saludable. Se puede evidenciar que en una mayor proporción los efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Cercado de Lima presentan un estilo de vida en su dimensión responsabilidad en salud en un nivel no saludable.
13. Para la prueba de normalidad, se tuvo en cuenta la prueba de Kolmogorov-Smirnov, pues el tamaño de la muestra resultó ser mayor a 50 participantes, de acuerdo a los valores obtenidos estos resultan ser mayores a 0.00, lo cual evidencia que se está frente a una distribución no paramétrica, de manera que se aplicó la prueba de correlación de Rho de Spearman.

Contrastación de las hipótesis

Hipótesis general

Ha: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Ho: No existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Cuadro 14

Prueba de correlación según Spearman entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

			Nivel de conocimientos	Estilos de vida
Rho de Spearman	Nivel de conocimientos	Coefficiente de correlación	1,000	,601**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	100	100
	Estilos de vida	Coefficiente de correlación	,601**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	100	100

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

Interpretación:

Como se muestra en el cuadro 14 la variable nivel de conocimiento está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida según la correlación de Spearman de 0.601 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.000$ siendo menor que el 0.01. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Hipótesis específica 1

Ha: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Ho: No existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Cuadro 15

Prueba de correlación según Spearman entre la etiología y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

		Etiología	Estilos de vida
Rho de Spearman	Etiología	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	,510** ,000
		N	100
	Estilos de vida	Coeficiente de correlación Sig. (bilateral)	,510** ,000
		N	100

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

Interpretación:

Como se muestra en el cuadro 15 la dimensión etiología está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida, según la correlación de Spearman de 0.510 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.000$ siendo menor que el 0.01. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Hipótesis específica 2

Ha: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Ho: No existe relación directa entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Cuadro 16

Prueba de correlación según Spearman entre los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima- 2021

			Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	Estilos de vida
Rho de Spearman	Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	Coeficiente de correlación	1,000	,618**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	100	100
	Estilos de vida	Coeficiente de correlación	,618**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	100	100

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

Interpretación:

Como se muestra en el cuadro 16 la dimensión medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19 está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida, según la correlación de Spearman de 0.618 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.000$ siendo menor que el 0.01. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Hipótesis específica 3

Ha: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Ho: No existe relación directa entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Cuadro 17

Prueba de correlación según Spearman entre el cuadro clínico y los estilos de vida en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

			Cuadro clínico	Estilos de vida
Rho de Spearman	Cuadro clínico	Coefficiente de correlación	1,000	,557**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	100	100
	Estilos de vida	Coefficiente de correlación	,557**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	100	100

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

Interpretación:

Como se muestra en el cuadro 17 la dimensión cuadro clínico está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida, según la correlación de Spearman de 0.557 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.000$ siendo menor que el 0.01. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

Hipótesis específica 4

Ha: Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Ho: No existe relación directa entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

Cuadro 18

Prueba de correlación según Spearman entre las medidas de prevención y protección ante el Covid-19 y los estilos de vida en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021

			Medidas de prevención y protección	Estilos de vida
Rho de Spearman	Medidas de prevención y protección	Coeficiente de correlación	1,000	,458**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	100	100
	Estilos de vida	Coeficiente de correlación	,458**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	100	100

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

Interpretación:

Como se muestra en el cuadro 18 la dimensión medidas de prevención y protección está relacionada directa y positivamente con la variable estilos de vida, según la correlación de Spearman de 0.458 representado este resultado como moderado con una significancia estadística de $p=0.000$ siendo menor que el 0.01. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

VI ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1 Análisis descriptivos de los resultados

En cuanto a la variable nivel de conocimiento se halló que el 19.00% presentan un nivel de conocimientos en un nivel bajo, el 48.00% un nivel medio y el 33.00% un nivel alto; siendo el resultado muy variado, ya que tenemos una población medianamente grande que en su mayoría fueron jóvenes, muchos de ellos menores de 30 años; que al verse expuestos ante terceras personas, como en este caso detenidos e investigados, así como parte de su trabajo consiste también hacer trabajo de seguimiento se ven expuestos al contagio de la enfermedad del COVID-19 ya sea dentro de su unidad de labores, así como también en la calle al hacer seguimientos; es por ello que fue importante conocer el nivel de conocimientos que poseen para prevenir esta enfermedad; también dentro de sus estilos de vida se halló que el 52.00% presentan estilos de vida no saludables y el 48.00% presentan estilos de vida saludables, lo que se puede concluir que un poco más de la mitad necesitan mejorar sus estilos de vida para mejorar su sistema inmunológico y no aumentar la posibilidad de que en un caso probable de contagio de COVID- 19, se pueda complicar su situación de salud.

6.2 Comparación resultados con marco teórico

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Del mismo modo se buscó determinar la relación entre cada una de las dimensiones de la variable nivel de conocimiento (conocimiento de la etiología, conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19, conocimiento del cuadro clínico, conocimiento de las medidas de prevención y protección), con la variable estilos de vida.

La mayor limitante de la investigación es el tema de la aplicación de los instrumentos que se tuvo que coordinar con algunos efectivos y sus superiores para la aplicación de los instrumentos, pero se realizó a grupos pequeños, la aplicación a toda la muestra toma más de un mes. Además, es necesario recordar que los cuestionarios utilizados han sido preparados para las características de los participantes.

Se ha logrado determinar la relación entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021; habiéndose obtenido un valor de correlación de 0.601.

En cuanto a la variable nivel de conocimiento se halló que el 19.00% presentan un nivel de conocimientos en un nivel bajo, el 48.00% un nivel medio y el 33.00% un nivel alto; estos resultados se comparan con los obtenidos por Moya (2021), quien señala que 73.6% no recibieron capacitaciones acerca de las normas de bioseguridad, por otro lado el 77.4% no se le aplicó descarte para la infección del Covid-19, el 62.3% manifestó que tiene la creencia de que los equipos de protección como mascarillas, guantes y alcohol en gel no protegen frente al Covid-19, el 34% de los comerciantes se encuentran en grupo vulnerable por lo que el conocimiento fue regular, lo que presenta una concordancia con nuestros resultados de la presente investigación donde el conocimiento de los efectivos policiales fue regular. Asimismo, tenemos el estudio de Paredes (2021) que obtuvo en su investigación que el 96.1% tienen un nivel de conocimientos alto, mientras que el 3.9% tienen un nivel de conocimientos bajo, resultados que difieren con los obtenidos por el presente estudio. Dichos resultados se desarrollan debido al tipo de preparación o información que los individuos reciben es decir a una mejor preparación o información tendrán un mejor nivel de conocimientos en referencia a la problemática de la COVID-19. En cuanto a la información teórica logra fundamentarse en Yalta (2017), quien menciona que el conocimiento se considera como la

información almacenada que se posee sobre las úlceras por presión en pacientes con limitación funcional que se encuentren hospitalizados

En cuanto a la variable estilos de vida el 52.00% presentan un estilo de vida en un nivel no saludable y el 48.00% un nivel saludable; estos resultados se comparan con los obtenidos por Tantaleán (2021), quien encontró en su estudio 85.0% tienen estilos de vida no saludable, el 15.0% tienen estilos de vida saludable, 57.5% tienen estado nutricional inadecuado, donde el 27.5% se encuentra en delgadez, el 20% tiene sobrepeso, y el 10% obesidad; donde solo el 42.5% presentaron un peso normal, lo que presenta una concordancia con el presente estudio donde se observó que los estilos de vida se presentan en su mayoría de manera no saludable; así también se compara con el estudio de Ordoñez (2017), quien obtuvo que el 50.98% tiene una frecuencia de comidas entre 3 a 5 comidas diarias, dentro de los cuales consumen más frutas, verduras en un 39.22% y carbohidratos en un 19.61%, asimismo el 47.06% practica actividades físicas, con una frecuencia de 3 a 5 veces semanales, el 90.2% no tiene un consumo de tabaco y el 82.35% de alcohol. En cuanto a la información teórica logra fundamentarse en Figueredo, et. al. (2018), quien refirió que es un conjunto de comportamientos que practica habitualmente una persona en forma consciente y voluntaria durante el transcurso de su vida. Asimismo, hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables. Se concibe como la unidad de lo social y lo individual, es la realización de la personalidad en la práctica social diaria, en la solución de sus necesidades. (Ecured, 2018)

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

- Primera** Existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.601$).
- Segunda** Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.510$).
- Tercera** Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.618$).
- Cuarta** Existe relación directa entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.557$).
- Quinta** Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021. Según el estadístico Rho de Spearman ($p=0.000$; $r_s=0.458$).

RECOMENDACIONES

- A los efectivos policiales tomar en cuenta los resultados obtenidos en el presente estudio y asistir a charlas e intervenciones educativas de los profesionales de enfermería sobre el Covid-19, con el fin de mejorar su conocimiento sobre ello y que favorezca su estilo de vida en estos tiempos que se necesita cuidar el organismo de una manera más esencial y prioritaria.
- A los jefes en la Dirección Contra el Terrorismo, Lima, realizar conversaciones y convenios con los centros de salud más cercanos para que venga a capacitar a su personal en referencia al Covid-19 medidas de protección como el conocimiento sobre la enfermedad y estén mejor preparados.
- A los profesionales de la salud cercanos a la Dirección Contra el Terrorismo, realizar una supervisión imprevista, sin previo aviso a la institución, para poder verificar si se cumplen los protocolos de prevención ante el Covid-19, ya que esta población a menudo tiene contacto con muchas personas, dentro y fuera de su centro de labores.
- A los efectivos policiales respetar y considerar las recomendaciones hechas por los especialistas de salud, tanto dentro y fuera de la institución respecto al Covid-19, y a la primera sintomatología que presente alguno de ellos, informar de manera inmediata, para así poder hacer un cerco epidemiológico preventivo; y realizar el tamizaje respectivo.
- A los efectivos policiales, solicitar a sus superiores un suministro continuo de las medidas protectoras para el Covid-19, con el fin de tener una protección permanente, además considerar seguir una alimentación balanceada con un buen consumo de verduras y frutas y ejercicio diario para fortalecer su organismo internamente, complementando las anteriores medidas contra el Covid-19

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 5aldia (2021). Alimentación. Disponible de:
<https://www.5aldia.org/apartado-h.php?ro=752&sm=192>
- Bupa (2018) *Actividad y ejercicio: Tipos de ejercicios*. Bupa Global Latinoamérica, seguros médicos. México.
- Castañeda, S. (2020). *Conocimientos sobre medidas preventivas frente al covid-19 en comerciantes del mercado Villa Maria del Perpetuo Socorro, 2020*: Repositorio Universidad Wiener. Obtenido de Repositorio Universidad Wiener: Verificado el 12 de febrero 2021 http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3831/T061_47252042_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillero, O. (2018) *¿Qué es la etiología?* [Internet]
<https://psicologiaymente.com/psicologia/etiologia>
- CDC (2021) *Síntomas del COVID-19*. Centros Para el Control y la Prevención de Enfermedades.
<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>
- CIEAH, (2018) *Hidratación. Catedra internacional de estudios avanzados en hidratación. España*. Recuperado de:
<http://cieah.ulpgc.es/es/hidratacion-humana/hidratacion>.
- Comunidad de Madrid. (2021). *COVID-19 Prevención y consejos de prevención para la ciudadanía*. Obtenido de Comunidad de Madrid web site: consultado el 25 de enero 2021 en:
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/covid-19-prevencion-consejos-ciudadania>
- Cuidate plus (2021). Estrés. Disponible de:
<https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Definicion.de (2021). Ejercicio. Disponible de: <https://definicion.de/ejercicio/>
- Definición.de (2021). Paciente. Disponible de:
<https://definicion.de/paciente/>
- Definición.de (2021). Transmisión. Disponible de:
<https://definicion.de/transmision/>

- Definición.de. (2021) Contagio. Disponible de:
<https://definicion.de/contagio/>
- Definición.mx (2019). Respiración. Disponible de:
<https://definicion.mx/respiracion/>
- Definicionabc (2021). Enfermedades respiratorias. Disponible de:
<https://www.definicionabc.com/ciencia/enfermedades-respiratorias.php>
- Diario Gestión (2021). *COVID - 19. Minsa reportó 6 731 contagios más y el número acumulado llega a 1 113 970: Diario Gestión.* Obtenido de Diario Gestión: [estion.pe/peru/covid-19-en-el-peru-covid-19-en-el-peru-minsa-reporta-6731-contagios-mas-y-el-numero-acumulado-llega-a-1113970-segunda-ola-nndc-noticia/](http://gestion.pe/peru/covid-19-en-el-peru-covid-19-en-el-peru-minsa-reporta-6731-contagios-mas-y-el-numero-acumulado-llega-a-1113970-segunda-ola-nndc-noticia/)
- Ecured (2018). Estilo de vida. Disponible de:
https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida
- Ecured. (2018) *Definición de estilo de vida.* Enciclopedia cubana 2018 [Internet] https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida.
- Euston (2018) *Autorrealización.* [Internet] <https://www.euston96.com/autorrealizacion/>
- Figueredo M, Codas M, Chamorro L, Achucarro D, Martínez V. (2018) *Estilos de vida y riesgo cardiovascular y cardiometabólico en profesionales de salud del Hospital Regional de Encarnación.* Rev. virtual Soc. Parag. Med. Int. marzo 2018; 5 (1) [Internet] <https://www.revistaspmi.org.py/index.php/rvspmi/article/view/50/49>.
- Fisac. (2015) *El autocuidado: una habilidad para vivir por Ofelia Tobón Correa.* Fundación de Investigaciones Sociales, A.C. México. [http://www.alcoholinformate.com.mx/familia.cfm?id=370]
- Forecast (2018) *Plan de alimentación para la diabetes y una alimentación sana.* Revista Diabetes Forecast® magazine.
- Forecast. (2014) *Plan de alimentación para la diabetes y una alimentación sana.* Revista Diabetes Forecast. magazine. [Internet]. <http://archives.diabetes.org/es/alimentos-y-actividad-fisica/alimentos/planificacion-de-las-comidas/plan-de-alimentacion-para-la.html>

- Ghebreyesus, A. (2018). *Vida saludable, bienestar y objetivos de desarrollo sostenible: Boletín de la Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/bulletin/volumes/96/9/18-222042/es/>
- Gobierno del Perú. (2021). *Resolución ministerial N° 429 -2020-IN: Gobierno del Perú*. Obtenido de Gobierno del Perú: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/754710/429-2020-IN__Aprobar_el_protocolo_de_preveni%C3%B3n_y_atenci%C3%B3n_m%C3%A9dica_para_evitar_contagio_y_propagaci%C3%B3n_del_COVID-19_en_el_ejercicio_de_la_funci%C3%B3n_policial_.pdf
- Gonzales, E. (2021). *El coronavirus en America Latina: AS/COA*. Obtenido de AS/COA web site: consultado el 28 de enero de 2021 en: <https://www.as-coa.org/articles/el-coronavirus-en-america-latina>
- Hernández R, Fernández C, (2014) Baptista M. *Metodología de Investigación*. Sexta edición. México D.F.: Mc Graw-Hill Interamericana.
- Hospital Santos Reyes de Aranda de Duero (2017). Lavado de manos. Disponible de: <https://www.saludcastillayleon.es/HSReyesAranda/es/informacion-general/calidad/lavado-higienico-manos>
- Inecol (2021). Virus. Disponible de: <http://www.inecol.mx/inecol/index.php/es/2013-06-05-10-34-10/17-ciencia-hoy/436-que-son-los-virus-y-como-funcionan>
- Inostroza, J. (2020). *COVID- 19 y estilos de vida en Chile:"Es el momento de cambiar hábitos"*. *Revista de estudiosos en movimiento*. https://www.reem.cl/descargas/reem_v7n1_a5.pdf
- Jiménez E. (2015) *Nivel de conocimientos de las enfermeras sobre las úlceras por presión antes y después de una capacitación*. Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas. Perú, 2014. [Tesis para optar el grado académico de magister en ciencia de enfermería con mención en enfermería oncológica]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2015. <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/988>

- Karp, M. (2019) *Emocional y Estrés Laboral en la Sede Administrativa de la Red de Salud San Jerónimo Cusco Sur – 2019*. Universidad Andina del Cusco. [Tesis de titulación]
<http://repositorio.uandina.edu.pe/handle/UAC/2817>
- KidsHealth (2021). Saliva. Disponible de: <https://kidshealth.org/es/kids/spit-esp.html>
- Léxico Oxford (2021). Cuadro clínico. Disponible de: https://www.lexico.com/es/definicion/cuadro_clinico
- Lozano, A. (2020) *Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China*. Rev. De Neuro psiquiatría 83(1)
<https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/3687>
- Mayo Clinic (2018) *Estilo de vida saludable: Nutrición y comida saludable*. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER).
- Mayo Clinic (2020) *COVID-19: ¿quién está a un mayor riesgo para los síntomas de gravedad?* Mayo Foundation for Medical Education and Research <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/coronavirus-who-is-at-risk/art-20483301>
- Mayo Clinic (2020) *Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)*. Mayo Foundation for Medical Education and Research <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/coronavirus/symptoms-causes/syc-20479963>
- Mayo Clinic. (2018) *Control del estrés*. Mayo Foundation for Medical Education and Research. [Internet] Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-management/art-20044289>
- Méndez I, Ryszard M. (2015) *El desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales: una aportación del enfoque centrado en la persona*. [Tesis de Maestría]
<http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014600/014600.pdf>
- Méndez Y, Méndez P. (2013) *Conocimientos y práctica del cuidado de enfermería en la prevención de úlceras por presión. Hospital Belén de Trujillo – 2012*. [Tesis para optar el título de licenciada en

- enfermería]. Trujillo: universidad nacional de Trujillo; 2013.
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/8603>
- Ministerio de salud (2021). *Sala Situacional Covid-19: Ministerio de Salud*:
https://covid19.minsa.gob.pe/sala_situacional.asp
- Ministerio de salud del Gobierno del Salvador. (2016) *Estilos de vida saludable*. 2016 [Internet]
https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2016_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf.
- Ministerio de salud. (2021). *Conoce qué es el coronavirus covid-19: Ministerio de salud*. Gobierno del Perú:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/campa%C3%B1as/699-conoce-que-es-el-coronavirus-covid-19>
- Minsa (2020) *¿Cómo prevenir el coronavirus?* Gobierno del Perú.
<https://www.gob.pe/8663-como-prevenir-el-coronavirus>
- Moya, A. (2021). *Nivel de conocimiento de las normas de bioseguridad frente al covid-19 en los comerciantes del mercado San Hilarion Urbanizacion San Hilarion en el distrito de San Juan de Lurigancho Setiembre 2020*: Repositorio de la Universidad María Auxiliadora.
<http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/307/TRABAJO%20DE%20INVESTIGACION%20N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Nastri S. (2017) *Estrés laboral ¿Por qué se produce?* Hospital Aleman. Argentina. 2017. [Tesis de titulación]
<https://www.hospitalaleman.org.ar/mujeres/estres-laboral-por-que-se-produce/>
- News Medical (2021). Patología. Disponible de: [https://www.news-medical.net/health/What-is-Pathology-\(Spanish\).aspx](https://www.news-medical.net/health/What-is-Pathology-(Spanish).aspx)
- NIH (2018) *¿Cuánto debo comer? Lo que debe saber sobre la cantidad y el tamaño de las porciones*. Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Renales.
- Ñaupas H., Mejía E. Novoa E. y Villagómez A. (2013) *Metodología de la investigación científica y la elaboración de tesis*. 3era edición. Perú.
- Obiols, M. (2017) *¿Qué son los alimentos procesados y ultraprocesados?* *Medico nutricionista*. Recuperado de: <http://martinezobiols.com/que-son-los-alimentos-procesados-y-ultraprocesados/>.

- OIT. (2016) *Estrés en el trabajo: Un reto colectivo*. Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo (LABADMIN/OSH). Ginebra: OIT, 2016. 62 p. [Internet] https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/genericdocument/wcms_475146.pdf
- OMS (2017) *Estilos de vida saludables*. Ginebra. Organización mundial de la salud. 2017 Disponible en: <https://www.who.int/bulletin/volumes/96/9/18-222042/es/>
- OMS (2018). *Pandemia*. Disponible de: https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/
- OMS (2020) *Vías de transmisión del virus de la COVID-19: repercusiones para las recomendaciones relativas a las precauciones en materia de prevención y control de las infecciones*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>
- OMS (2021). COVID-19. Disponible de: https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus#tab=tab_1
- OMS. (2018) *Actividad física*. Organización mundial de la salud. [Internet] Disponible en: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>.
- Ordoñez D. *Estilos de vida saludables más comunes en los pacientes pertenecientes al club de diabéticos del Hospital General Isidro Ayora. Loja – Ecuador. 2017*. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/18341/1/Tesis%20de%20Grado%20Diego%20Ord%C3%B3%C3%B1ez.pdf>
- Organización mundial de la salud. (2021). *Información básica sobre covid-19: Organización mundial de la salud*. <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
- Organización mundial de la salud. (2021). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por Covid-19: Organización mundial de la salud*. <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a->

coronavirus#:~:text=Los%20coronavirus%20son%20una%20extensa,coronavirus%20COVID%2D19.

Organización Panamericana de la salud. (2021). *Traducción del conocimiento para la toma de decisiones en salud*: Organización Panamericana de la Salud. https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9682:knowledge-translation-for-health-decision-making&Itemid=41010&lang=es

Palate E. (2018) *Estilo de vida y su influencia en la aparición del síndrome metabólico en estudiantes de la carrera de enfermería. Ambato – Ecuador.* 2018. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28676/2/PROYECTO%20FINAL%20ERIKA%20PALATE.pdf>

Pérez, M.; Gómez, J. y Dieguez, R. (2020). *Características clínico-epidemiológicas de la COVID-19*. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 19(2), e3254. Epub 22 de abril de 2020. Recuperado en 17 de abril de 2021, http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000200005

Planned Parenthood Federation of America (2021) *¿Cómo puedo prevenir el COVID-19?* <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/salud-y-bienestar/covid-19-nuevo-coronavirus/como-puedo-prevenir-el-covid-19>

Quiliano, M. (2015) *Conductas saludables para mejorar la calidad de vida de la mujer climatérica de la zona urbana del distrito de Huancayo.* <http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/1519/QUILIANO%20NAVARRRO%20MONICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Recursos mec (2018). Fluidos corporales. Disponible de: https://recursos.mec.edu.py/kiwix/wikipedia_es_all_maxi/A/Fluidos_corporales

Reuters. (2021). *COVID - 19 global tracker: reuters.* <https://graphics.reuters.com/world-coronavirus-tracker-and-maps/es/>

- Rolón M. (2015) *Técnica en nutrición deportiva*. 2015. [Internet] Disponible en: <https://www.amaip.com.ar/nutricion-deportiva.php>
- Ruiz, F. (2021). *COVID-19 desde la perspectiva de la prevención primaria*: Facultad de Medicina Humana URP. Universidad Cesar Vallejo https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44447/AC_Sedano_CFL-Rojas_MC-Vela_RJM.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Significado (2021). Conocimiento. Disponible de: <https://www.significados.com/conocimiento/>
- Significado (2021). Etiología. Disponible de: <https://www.significados.com/etiologia/>
- Significado (2021). Prevención. Disponible de: <https://www.significados.com/prevencion/>
- Tantaleán, A. (2021). *Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020*. Repositorio institucional Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3866/ENFERMER%c3%8dA%20%20Ana%20Mirela%20Tantale%c3%a1n%20Ch%c3%a1vez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Texas Heart Institute (2018) *Nutrición*. Estados Unidos. Obtenido de: <https://www.texasheart.org/heart-health/heart-information-center/topics/nutricion/>.
- Texas Heart Institute. (2018) *Nutrición*. Estados Unidos. 2018 <https://www.texasheart.org/heart-health/heart-information-center/topics/nutricion/>.
- Torres, C. (2020). *Conocimiento y actitudes sobre el covid-19 en estudiantes de Odontología de la Universidad Norbert Wiener en el 2020*: Repositorio Universidad Norbert Wiener. http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4294/T061_40189716_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ugalde K. (2016) *Estilos de vida saludables en adultos de 35 a 65 años de edad con enfermedades crónicas en el Recinto Chigue de la*

Provincia Esmeraldas. Esmeraldas – Ecuador. 2016. Disponible en:
<https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/870/1/UGALDE%20LARA%20KATHYA%20PAMELA.pdf>

Universidad del País Vasco. (2018) *Relaciones interpersonales*. [Internet].
<http://www.ehu.eus/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>

Vélez E. (2017) *Influencia del nivel de conocimientos del paciente y su familia en el control metabólico de los pacientes con diabetes mellitus tipo 2 que acuden a los Centros de Salud de la Parroquia Eloy Alfaro de Manta. Quito – Ecuador. 2017.* Disponible en:
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/12898/TESIS%20FINAL%20ERIKA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Yalta K. (2017) *Nivel de conocimiento sobre prevención de úlceras por presión en cuidadores de pacientes Hospitalizados Hospital Huacho 2017.* [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería].
Huacho: Universidad San Pedro; 2017.
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/5980>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>Problemas generales ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?</p> <p>problemas específicos ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Objetivos específicos: Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el</p>	<p>Hipótesis General Existe relación directa entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Hipótesis Específicas Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de la etiología y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de los medios de transmisión y grupo de riesgo ante el Covid-19 y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el</p>	<p>Nivel de conocimientos</p> <p>Estilos de vida</p>	<p>Etiología</p> <p>Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19</p> <p>Cuadro clínico</p> <p>Medidas de prevención y protección</p> <p>Alimentación</p>	<p>Definición del covid-19. Tiempo de exposición al covid-19</p> <p>Medios de contagio. Medios donde sobrevive el virus del covid-19 Personas con riesgo de enfermarse por el covid-19 Personas con mayor riesgo.</p> <p>Síntomas del covid-19 Síntoma que agrava el covid-19 Órgano más afectado por el covid-19</p> <p>Medidas para prevenir el contagio. Acciones recomendadas por la OMS para prevenir el covid-19 Medidas de higiene respiratoria para evitar el covid-19 Acciones a realizar para evitar el contagio de covid-19. Acciones a realizar para evitar el contagio por covid-19 Se considera caso sospechoso de Covid-19 en la persona. Producto para realizar el lavado de manos para evitar el covid-19 Tratamiento para prevenir o reducir el covid-19. Acciones que debo hacer para no contagiar a los demás.</p> <p>-Come 3 veces al día. -Consumo de alimentos balanceados. -Consumo de agua.</p>	<p>Tipo: Básica</p> <p>Enfoque: Cuantitativo</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Nivel de investigación: Descriptivo correlacional</p> <p>Población: 135 efectivos policiales</p> <p>Muestra: Probabilística De 100 efectivos policiales</p> <p>Métodos de recolección: Encuesta.</p>

<p>Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021?</p>	<p>Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p>	<p>Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Existe relación directa entre el nivel de conocimiento del cuadro clínico y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p> <p>Existe relación directa entre el nivel de conocimiento de las medidas de prevención y protección y los estilos de vida ante el Covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.</p>		<p>Actividad y ejercicios físicos</p> <p>Manejo del estrés</p> <p>Apoyo interpersonal</p> <p>Autorrealización</p> <p>Responsabilidad en salud</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Consumo de frutas. -Consumo de verduras. -Consumo de comidas sin preservantes. -Lee las etiquetas de alimentos enlatados. -Realiza ejercicio al menos por 30 minutos al día. -Actividad de movimiento de todo el cuerpo. -Situación de estrés o preocupación. -Expresa sentimientos o emociones. -Plantea alternativas. -Actividades de relajación. -Relación con los demás -Buenas relaciones con los demás. -Comenta sus deseos o inquietudes. -Satisfecho con lo realizado en su vida. -Satisfecho de lo que realiza. -Realiza actividades de desarrollo personal. -Acude al EESS. -Si presenta molestias acude al EESS. -Toma en cuenta las recomendaciones del personal de salud. -Participa en actividades de promoción de la salud. -Consume sustancias nocivas. 	
--	--	--	--	---	--	--

Anexo 2: Instrumento de medición

INSTRUCCIONES:

Lea detenidamente cada una de las preguntas del presente cuestionario y encierre con un círculo o marque con una cruz (x) la respuesta que considere correcta, solicito que responda con veracidad, agradeciendo de antemano su colaboración.

DATOS GENERALES:

Edad: _____ Sexo _____

Grado de instrucción _____

Tiempo que trabaja en el comercio _____

CONOCIMIENTOS SOBRE LA ETIOLOGÍA DE LA (COVID-19)

1.-La definición del COVID-19 es:

- a).- El nombre de una enfermedad infecciosa emergente contagiosa.
- b).- El nombre de un virus que causa diversas enfermedades.
- c).- El nombre que se le da a una revisión médica.
- d).- El nombre de un virus que ocasiona abundante sangrado, falla orgánica y hasta la muerte.

2.- ¿La COVID-19 es causada por?

- a).- Hongos
- b).- Virus
- c).- Bacteria
- d).-Parásitos

3.- ¿Cuánto tiempo transcurre entre la exposición al COVID-19 y la manifestación de síntomas?

- a).- 24 y 72 horas.
- b).- 1 y 14 días.
- c).- Entre 30 y 45 días
- d).-todas las anteriores

CONOCIMIENTOS SOBRE LOS MEDIOS DE TRANSMISIÓN Y GRUPO DE RIESGO ANTE LA (COVID-19)

4- El virus del COVID-19, se contagia por medio de:

- a).-Contacto con las heces, sangre, orina, saliva, leche materna.
- b).- Por las gotas de saliva de la persona enferma que tose, estornuda o habla.
- c).- Por contacto de animales como gatos y perros.
- d).- Por la mordedura o picadura de animales o insectos.

5.- ¿En qué medios sobrevive el virus del COVID-19?

- a).-Superficies de: Plástico, acero inoxidable, cobre, cartón y bolsas.
- b).- Heces de humanos y roedores infectados.
- c).- Aguas turbias, ríos, barro, recipiente de agua almacenada.
- d).-En heridas infectadas y sangre.

6.- ¿Las personas con riesgo de enfermarse por la COVID-19 son?

- a).- Personas que acuden a lugares con mucha gente.
- b).- Personas que no cumplan con el uso mascarilla, distanciamiento social.
- c).- Personas que no realizan el lavado de mano mínimo 20 segundos.
- d).- Todas las anteriores

7.- ¿Cuál es el grupo de personas con mayor riesgo de enfermarse por la COVID-19?

- a).- Los niños que se encuentran en casa.
- b).- Personas que no viajan.
- c).-Mayores de 60 años, con enfermedades crónicas y embarazadas.
- d).-Todas de las anteriores.

CONOCIMIENTO SOBRE CUADRO CLÍNICO DE LA (COVID-19)

8.- Algunos síntomas de la COVID-19 son:

- a).- Picazón, congestión nasal, estornudo, malestar.
- b).- Fiebre, tos seca, dificultad para respirar.
- c).- Fiebre, tos, dolor muscular, dolor de garganta.
- d).-Dolor de cabeza, tos, malestar y náuseas.

9.- ¿Cuáles son los síntomas que nos avisan que la enfermedad se agrava?

- a).- Fiebre, cansancio, mareos, pérdida del sentido gusto o del olfato.
- b).- Falta de aire o dificultad respiratoria.

- c).- Escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza.
- d).-Dolor de garganta, fatiga, vómitos diarrea, sangrado por la nariz.

10.- ¿Qué órgano es el más afectado en una complicación del COVID-19?

- a).- Estómago.
- b).- Pulmones.
- c).- Páncreas.
- d).-Hígado

CONOCIMIENTO SOBRE MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE EL COVID-19.

11.- ¿Qué se puede hacer para prevenir el contagio del COVID-19?

- a).- Abrigarse y bañarse todos los días.
- b).- Lavado de manos, uso de mascarilla, distanciamiento social.
- c).-Beber infusiones calientes a cada momento y lavado de manos.
- d).-Consumir frutas y verduras todos los días antes del almuerzo.

12.- ¿Cuál de estas acciones es recomendada para prevenir el coronavirus?

- a).- Lavarse las manos con agua y jabón con frecuencia durante un minuto.
- b).- Usar gel antibacterial cada vez que pueda.
- c).- Tomar té caliente con limón todas las mañanas.
- d).-Usar tapabocas en la calle y en la casa.

13.- ¿Qué medidas de higiene respiratoria debe realizar para evitar la propagación del virus del COVID-19?

- a).- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el antebrazo.
- b).- Al toser o estornudar cubrirse con las manos para evitar el contagio.
- c).-Al toser y estornudar cubrirse con un pañuelo y luego botarlo al suelo.
- d).-Al toser y estornudar, cubrirse con las manos y luego aplicarse alcohol gel.

14.- ¿Qué debo realizar para evitar el contagio del COVID-19?

- a).-Limpiarme los ojos, la nariz y la boca mientras camino por las calles.
- b).- Evitar tocarme los ojos, la nariz, y la boca con las manos.
- c).- Secarme el sudor de la mascarilla mientras este en la calle.
- d).-Tener siempre un pañuelo para secarme la cara mientras transpiro.

15.- ¿Cómo debo saludar a las personas para evitar contagio del COVID-19?

- a).- Debo de usar guantes y mascarilla para saludar a otra persona.
- b).- Debo evitar el contacto físico y el distanciamiento de 1 metro al saludar.
- c).- Debo de lavarme primero las manos y luego lo saludo con la mano.
- d).-Todas las anteriores.

16.- Se considera un caso sospechoso del COVID-19 cuando la persona:

- a).- Tiene una enfermedad respiratoria aguda o grave.
- b).- En los 14 días antes de los síntomas estuvo en un país con alta presencia de coronavirus.
- c).-Estuvo en contacto con un caso de COVID-19 confirmado o probable.
- d).-Todas las anteriores.

17.- ¿Con qué producto debo realizar el lavado de manos para evitar el virus del COVID-19. ?

- a).- Agua y jabón o desinfectante a base de alcohol.
- b).- Vinagre con agua y desinfectante a base de alcohol.
- c).- Hipoclorito de sodio y lejía.
- d).-Detergentes líquidos o de polvo.

18- ¿Qué debo de realizar si sospecho que tengo la enfermedad del COVID-19?

- a).- Usar tapabocas si me siento mal.
- b).- Lavarse las manos con agua y jabón durante un minuto.
- c).-Atender las medidas de cuarentena.
- d).-Todas las anteriores.

19.- ¿Cuál de los siguientes medicamentos ayudan a prevenir el coronavirus o disminuir su efecto?

- a).- Antibióticos.
- b).- Vacunas antigripales.
- C.-Soluciones de agua oxigenada con sol.
- d).-Ninguno, no hay medicamentos para COVID-19.

20.- ¿Qué debe de hacer para evitar contagiar a los demás si tuviera el COVID-19?

- a).- Aislamiento social, uso de mascarilla simple, descanso y tratamiento médico.
- b).-Tomar antibióticos porque eso evitará contagiar a los demás.
- c).-Acudir al hospital rápidamente y tomar antibióticos.
- d).-Realizar mis actividades con normalidad porque no tengo síntomas.

Variable Independiente: Estilos de vida

N°	Dimensiones	Criterios			
		N	AV	F	S
	ALIMENTACIÓN				
1	Come usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.				
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
3	Consumes de 4 a 8 vasos de agua al día.				
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.				
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.				
	ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7	Realiza Ud. ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
8	Ud. diariamente realiza actividades como movimientos de todo su cuerpo				
	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida				
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación				
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación				
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.				
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás				
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás				
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas				
	AUTORREALIZACION				
16	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida				
17	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza				
18	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal				
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
19	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica				

20	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud				
21	Toma medicamentos solo prescritos por el médico				
22	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud				
23	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
24	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.				

Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición

Anexo 4: Escala de valoración del instrumento

Variable 1: Nivel de conocimientos

Escala/dimensiones	RANGO DE PUNTUACIONES	Evaluación de puntuación		
		Bajo	Medio	Alto
Global	0-20	0-6	7-13	14-20
Etiología	0-3	0-1	2	3
Medios de transmisión y grupo de riesgo ante el covid-19	0-4	0-1	2-3	4
Cuadro clínico	0-3	0-1	2	3
Medidas de prevención y protección	0-10	0-3	4-6	7-10

Variable 2: Estilos de vida.

Escala/dimensiones	RANGO DE PUNTUACIONES	Evaluación de puntuación	
		Estilo de vida no saludable	Estilo de vida saludable
Global	24-96	24-59	60-96
Alimentación	6-24	6-14	15-24
Actividad y ejercicios físicos	2-8	2-4	5-8
Manejo del estrés	4-16	4-9	10-16
Apoyo interpersonal	4-16	4-9	10-16
Autorrealización	3-12	3-7	8-12
Responsabilidad en salud	5-20	5-12	13-20

Anexo 5: Base de datos SPSS

VARIABLE NIVEL DE CONOCIMIENTOS

ENCUESTADOS	DATOS GENERALES			ETIOLOGÍA			MEDIOS DE TRANSMISIÓN Y GRUPO DE RIESGO ANTE EL COVID-19				CUADRO CLÍNICO			MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN									
	Edad	Sexo	Grado de instrucción	Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18	Item19	Item20
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
2	3	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
3	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0
4	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
5	2	1	2	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1
6	3	2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
7	1	2	2	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0
8	1	1	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
9	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
10	2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1

11	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	
12	1	2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	
13	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
14	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
15	3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
16	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
17	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
18	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	
19	2	1	2	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	
20	3	1	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	
21	2	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	
22	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	
23	3	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	
24	3	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	
25	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
26	3	1	2	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	
27	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	
28	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
29	2	2	2	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1

30	1	1	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
31	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0
32	3	1	2	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
33	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
34	1	1	2	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
35	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
37	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
38	1	2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
39	3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
40	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
41	4	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
42	3	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1
43	4	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1
44	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
45	4	2	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1
46	4	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
47	2	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1
48	3	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0

49	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
50	5	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1
51	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0
52	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0
53	2	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0
54	4	1	2	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0
55	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1
56	4	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1
57	5	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0
58	2	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0
59	4	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1
60	1	2	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0
61	2	2	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1
62	3	2	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0
63	5	2	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1
64	2	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1
65	4	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0
66	2	2	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1
67	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1

68	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0
69	2	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0
70	3	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1
71	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1
72	1	1	2	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0
73	4	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0
74	4	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0
75	4	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1
76	4	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1
77	1	2	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
78	3	2	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
79	1	2	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0
80	1	2	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1
81	1	2	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
82	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
83	2	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
84	3	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
85	1	1	2	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1
86	1	1	2	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1

87	1	1	2	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0
88	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0
89	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
90	1	1	2	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0
91	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0
92	5	2	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
93	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1
94	5	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
95	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
96	2	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1
97	4	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
98	2	2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1
99	4	2	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0
100	2	2	2	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

VARIABLE ESTILOS DE VIDA

ENCUESTA DOS	ALIMENTACIÓN						ACTIVIDAD Y EJERCICIO		MANEJO DE ESTRÉS				APOYO INTERPERSONAL			AUTORREALIZACIÓN			RESPONSABILIDAD EN SALUD					
	Item01	Item02	Item03	Item04	Item05	Item06	Item07	Item08	Item09	Item10	Item11	Item12	Item13	Item14	Item15	Item16	Item17	Item18	Item19	Item20	Item21	Item22	Item23	Item24
1	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4
2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3
3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3
4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4
5	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3
6	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	4	3
7	4	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	4	3	1	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3
8	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2
9	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	1	1	1	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3
10	3	3	3	3	4	3	4	4	3	1	1	1	1	3	3	3	4	3	3	1	1	3	3	3
11	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4
12	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	3	4	3	3	1	3	3	4

13	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	1	3	3	4	4	1	4	4
14	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	1	1	1	1	1	1	1	3	4	4	4	4	4
15	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
16	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4
17	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3
18	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4
19	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4
20	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3
21	2	4	4	4	1	2	4	2	3	1	2	1	4	3	1	4	4	2	2	4	4	1	4	2
22	4	2	4	4	4	1	2	4	2	3	3	2	2	2	1	2	1	3	4	1	2	1	3	1
23	3	2	1	2	2	3	1	2	1	1	3	1	4	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2	1
24	4	4	3	2	3	3	3	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	3	3	3	3	3	4	3
25	4	4	1	2	2	4	3	4	3	2	2	3	2	2	4	2	4	2	2	1	2	3	1	4
26	4	4	1	4	2	2	4	1	4	4	2	1	1	1	3	1	3	1	1	4	3	3	4	4
27	4	2	3	4	4	3	2	3	1	1	2	3	2	3	1	1	1	4	4	1	2	4	4	4
28	4	4	4	1	4	1	4	1	4	1	1	2	2	3	1	1	2	3	1	3	3	3	3	2
29	3	4	4	1	4	2	4	4	1	4	4	3	1	2	4	3	1	1	3	1	4	4	1	3
30	1	2	1	4	4	2	4	3	3	2	4	4	1	2	2	3	4	2	2	4	4	1	1	1
31	1	3	4	4	2	2	3	4	4	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	1	3	1	1	4

32	1	1	2	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2
33	2	3	2	2	1	2	4	1	4	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	3	1	4	2
34	1	4	4	1	4	3	2	3	2	3	2	1	2	3	3	3	4	1	1	1	4	2	4	3
35	2	2	2	4	2	1	1	3	1	2	3	1	1	2	3	1	3	2	4	3	3	3	2	3
36	2	4	1	3	4	1	2	1	2	3	1	1	1	2	4	3	2	1	3	3	4	1	3	2
37	1	4	2	1	3	2	1	1	3	3	4	4	3	1	3	3	3	1	1	4	2	3	2	1
38	1	3	3	2	1	3	3	3	4	4	4	2	4	4	1	3	3	2	4	2	1	4	3	1
39	3	4	1	1	3	3	3	2	3	1	3	4	4	2	3	4	2	4	3	3	1	3	4	4
40	3	1	1	3	1	1	1	4	1	2	1	3	2	1	1	3	1	2	2	4	4	3	3	2
41	3	4	4	2	4	3	3	2	3	2	3	1	1	4	2	4	2	2	2	2	4	2	1	2
42	3	4	4	1	4	3	3	2	1	3	3	4	1	3	4	2	2	1	4	3	2	1	1	1
43	3	1	3	3	2	3	2	1	1	3	1	4	4	2	2	4	3	2	4	3	4	2	1	3
44	4	3	4	2	1	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	1	4	4	4	4	1	3	4
45	3	2	4	2	4	1	2	4	1	2	2	3	4	2	2	3	4	4	1	3	2	2	3	2
46	1	2	4	4	3	1	4	2	3	3	2	2	4	4	2	4	3	2	1	2	3	2	4	1
47	3	3	4	4	4	4	3	3	1	4	4	2	2	1	2	4	2	4	1	2	3	3	2	1
48	3	4	2	3	4	2	4	3	1	4	3	3	2	3	1	3	1	2	4	3	4	4	3	2
49	1	2	1	1	2	2	1	1	2	4	3	1	3	1	1	1	1	2	1	2	4	1	2	1
50	1	3	1	1	4	3	2	4	3	4	1	3	2	1	2	2	3	4	4	3	2	1	4	4

51	3	2	1	2	2	2	4	3	2	3	1	4	4	4	4	3	2	3	1	2	1	4	4	1
52	4	2	3	2	2	4	3	4	1	3	4	3	4	4	3	2	2	2	1	4	3	2	4	3
53	3	1	4	3	1	1	1	4	4	1	2	4	2	3	4	2	4	1	2	4	4	1	2	3
54	4	4	1	1	4	1	1	1	2	4	4	2	3	2	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3
55	3	3	3	2	3	4	4	2	4	1	4	4	4	2	1	4	1	3	1	4	1	2	3	3
56	2	2	2	4	3	1	4	1	3	4	3	2	3	2	2	1	2	4	3	2	4	2	2	3
57	3	4	4	4	3	1	2	2	4	4	1	2	4	4	2	4	2	1	3	3	4	3	4	4
58	3	4	4	3	2	3	4	4	4	2	3	3	2	1	1	3	2	2	1	4	1	1	2	2
59	2	3	4	4	4	3	2	3	1	2	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	1	3	4
60	1	3	4	4	3	4	2	2	4	1	1	2	3	4	3	4	4	1	4	2	2	4	1	1
61	4	1	3	1	3	1	1	3	1	2	3	3	3	3	4	2	2	1	1	3	3	4	1	1
62	1	4	1	2	2	1	1	4	2	2	1	3	1	2	1	4	1	2	2	3	2	2	2	2
63	2	4	4	3	1	4	3	2	4	1	2	4	3	3	1	2	4	4	4	3	3	2	1	1
64	4	2	4	2	3	1	4	4	4	1	3	2	4	3	1	1	3	4	1	2	1	2	4	1
65	1	2	3	4	4	1	1	4	3	3	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	4	3	2	2
66	3	2	4	3	2	1	4	4	1	1	1	4	2	3	1	2	2	3	3	1	2	4	2	4
67	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	1	2	1	2	3	2	2
68	1	3	2	4	4	1	2	2	3	3	4	3	3	3	1	2	2	3	4	1	2	3	2	1
69	4	3	3	1	2	1	3	1	3	4	1	2	2	1	1	4	2	2	4	2	3	3	1	4

70	3	2	1	2	2	2	4	4	2	1	4	2	3	2	1	1	4	4	2	3	2	1	2	1
71	1	1	2	4	1	1	3	3	4	2	3	1	4	2	1	1	4	3	4	2	3	4	3	3
72	2	4	4	1	4	2	3	3	4	1	1	3	4	3	3	4	4	3	2	1	3	3	2	1
73	2	3	2	3	3	1	1	2	2	1	1	4	4	1	3	2	3	4	2	4	2	4	3	1
74	1	1	4	4	2	3	3	3	2	2	4	3	1	2	1	3	2	2	1	4	1	1	3	1
75	1	4	3	3	3	2	4	3	1	4	3	1	2	3	4	3	3	4	1	1	2	2	1	3
76	1	4	1	3	4	2	2	2	1	3	2	4	1	2	3	3	1	2	2	1	1	3	4	2
77	2	4	4	4	4	4	3	1	3	4	3	2	2	4	1	4	2	1	4	1	2	1	4	4
78	2	3	1	3	4	1	2	3	1	2	1	4	4	3	1	2	1	2	4	4	2	2	4	2
79	1	1	4	4	1	1	3	1	2	4	1	4	1	4	3	4	2	1	1	2	3	4	2	1
80	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1
81	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2
82	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2
83	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
84	1	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1
85	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1
86	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2
87	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	1
88	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2

89	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1
90	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2
91	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3
92	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	3	2	3
93	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2
94	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3
95	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3
96	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	3	2	3	1	2	2
97	1	2	2	1	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1
98	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2
99	2	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2
100	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	1	2	3	3	2	1	1	2	3

CONFIABILIDAD NIVEL DE CONOCIMIENTO

	PREGUNTAS o ÍTEMS																			
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
TOTAL	12	8	13	11	11	11	9	11	12	8	12	10	8	9	11	10	12	13	12	12
p	0.60	0.40	0.65	0.55	0.55	0.55	0.45	0.55	0.60	0.40	0.60	0.50	0.40	0.45	0.55	0.50	0.60	0.65	0.60	0.60
q	0.40	0.60	0.35	0.45	0.45	0.45	0.55	0.45	0.40	0.60	0.40	0.50	0.60	0.55	0.45	0.50	0.40	0.35	0.40	0.40
p.q	0.24	0.24	0.23	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.24	0.24	0.24	0.25	0.24	0.25	0.25	0.25	0.24	0.23	0.24	0.24

K	20
k-1	19
$\Sigma p.q$	4.85
St²	39.461

KR20	0.92332
-------------	----------------

CONFIABILIDAD ESTILOS DE VIDA

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,873	24

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item1	56,35	147,713	,502	,866
Item2	55,95	146,892	,624	,864
Item3	56,25	146,724	,569	,865
Item4	56,45	142,155	,713	,860
Item5	56,25	149,355	,368	,871
Item6	56,25	139,461	,844	,856
Item7	56,35	149,397	,433	,869
Item8	56,25	141,039	,703	,860
Item9	56,60	140,884	,696	,860
Item10	56,35	146,239	,534	,865
Item11	56,40	146,674	,472	,867
Item12	56,65	163,082	-,101	,883
Item13	56,50	167,105	-,247	,887
Item14	56,25	154,829	,187	,876
Item15	56,20	149,326	,430	,869
Item16	56,20	148,484	,525	,866
Item17	56,10	144,621	,518	,866
Item18	56,30	143,905	,695	,861
Item19	56,15	147,187	,518	,866
Item20	56,15	148,766	,429	,869
Item21	56,25	150,092	,400	,869
Item22	55,80	152,905	,373	,870
Item23	56,15	153,503	,327	,871
Item24	55,95	158,682	,127	,875

Anexo 6: Documentos administrativos



UNIVERSIDAD
**AUTÓNOMA
DE ICA**

Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia

Chincha Alta, 08 de Junio del 2021

OFICIO N°168-2021-UAJ-FCS

DIRECCIÓN CONTRA EL TERRORISMO
ÓSCAR MANUEL ARRIOLA DELGADO
GENERAL PNP-DIRECTOR CONTRA EL TERRORISMO
AV. ESPAÑA 400 -CERCADO DE LIMA

PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la investigación, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional anhelado, de acuerdo con las líneas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería y Psicología. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan poder proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la Carta de Presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesta y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

Sin otro particular y en la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



Mg. Giorgina A. Ajuje Cárdenas
—DECANO (a)—
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

COMANDO EN JEFE
COMISIÓN NACIONAL CONTRA EL TERRORISMO
**MESA DE PARTES
RECIBIDO**

Hora: _____ Fecha: _____

SA 30258780
JOSÉ LUIS CAMERO HUAMANI
SS PNP
10 JUN 2021

Av. Abelardo Alva Macirtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, OLIVERA OBREGÓN NICOLLE ROSARIO, identificada con DNI: 74202535 del Programa Académico de Enfermería, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA ANTE EL COVID-19 EN EFECTIVOS POLICIALES DE LA DIRECCIÓN CONTRA EL TERRORISMO, LIMA-2021"**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su instrumento de investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 08 de Junio del 2021



Mg. Giorgia A. Aquije Cárdenas
DECANO (e)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

Av. Abelardo Alva Maúrtua 489 - 499 | Chincha Alta - Chincha - Ica

☎ 056 269176

🌐 www.autonomadeica.edu.pe

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE LA
INVESTIGACIÓN**

La presente investigación titulada: Nivel de conocimiento y estilos de vida ante en COVID- 19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021; es desarrollada por Nicolle Rosario Olivera Obregón, investigadora del programa académico de Enfermería de la Universidad Autónoma de Ica . El objetivo del estudio es Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

En caso de acceder a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario de preguntas objetivas. El cuestionario tomará 25 minutos aproximadamente. La participación en este estudio es voluntaria. La información que se recolecta será confidencial. Además, no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas a los correos de contacto. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, ya he sido informado (a) sobre el objetivo del estudio. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

Fecha: *14 de Junio del 2021*

Firma.....*[Firma]*.....

Apellidos y nombres : XXXXXXXXXX *Evelyn*.....

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE LA
INVESTIGACIÓN**

La presente investigación titulada: Nivel de conocimiento y estilos de vida ante en COVID- 19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021; es desarrollada por Nicolle Rosario Olivera Obregón, investigadora del programa académico de Enfermería de la Universidad Autónoma de Ica . El objetivo del estudio es Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

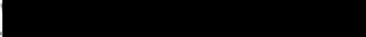
En caso de acceder a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario de preguntas objetivas. El cuestionario tomará 25 minutos aproximadamente. La participación en este estudio es voluntaria. La información que se recolecta será confidencial. Además, no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas a los correos de contacto. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, ya he sido informado (a) sobre el objetivo del estudio. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

Fecha:.....14 JUN 2021.....

Firma..........

Apellidos y nombres ...  Pierina.

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE LA
INVESTIGACIÓN**

La presente investigación titulada: Nivel de conocimiento y estilos de vida ante en COVID- 19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo, Lima-2021; es desarrollada por Nicolle Rosario Olivera Obregón, investigadora del programa académico de Enfermería de la Universidad Autónoma de Ica . El objetivo del estudio es Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

En caso de acceder a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario de preguntas objetivas. El cuestionario tomará 25 minutos aproximadamente. La participación en este estudio es voluntaria. La información que se recolecta será confidencial. Además, no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas a los correos de contacto. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, ya he sido informado (a) sobre el objetivo del estudio. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

Fecha:.....15 JUN 2021.....

Firma..........

Apellidos y nombres ... BEATRIZ.....

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE LA
INVESTIGACIÓN**

La presente investigación titulada: Nivel de conocimiento y estilos de vida ante en COVID- 19 en efectivos policiales de la Dirección contra el terrorismo,Lima-2021; es desarrollada por Nicolle Rosario Olivera Obregón, investigadora del programa académico de Enfermería de la Universidad Autónoma de Ica . El objetivo del estudio es Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y los estilos de vida ante el covid-19 en efectivos policiales de la Dirección Contra el Terrorismo, Lima – 2021.

En caso de acceder a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario de preguntas objetivas. El cuestionario tomará 25 minutos aproximadamente. La participación en este estudio es voluntaria. La información que se recolecta será confidencial. Además, no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas a los correos de contacto. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, ya he sido informado (a) sobre el objetivo del estudio. Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento.

Fecha:..... 15-06-2021

Firma..... 

Apellidos y nombres ...  .. Renzo

CONSTANCIA

EL CORONEL PNP JEFE DE ADMINISTRACION DE LA DIRECCION NACIONAL CONTRA EL TERRORISMO DE LA POLICIA NACIONAL DEL PERU, QUE SUSCRIBE:


HACE CONSTAR:

QUE, LA PERSONA DE NICOLLE ROSARIO OLIVERA OBREGON, IDENTIFICADA CON DNI. N° 74202535, EN ATENCION AL OFCIO. N° 168-2021-UAI-FCS DEL 08JUN2021, SUSCRITO POR EL MG. GIORGIO A. AQUIJE CARDENAS, DECANO (e) DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA; HA REALIZADO ESTUDIO DE: "NIVEL DE CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA ANTE EL COVID-19 EN EFECTIVOS POLICIALES DE LA DIRECCIÓN CONTRA EL TERRORISMO, LIMA 2021"; PARA EL EFECTO HA UTILIZADO SUS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION EN ESTA GRAN UNIDAD ESPECIALIZADA PNP, ENCONTRANDOSE DEBIDAMENTE AUTORIZADA.

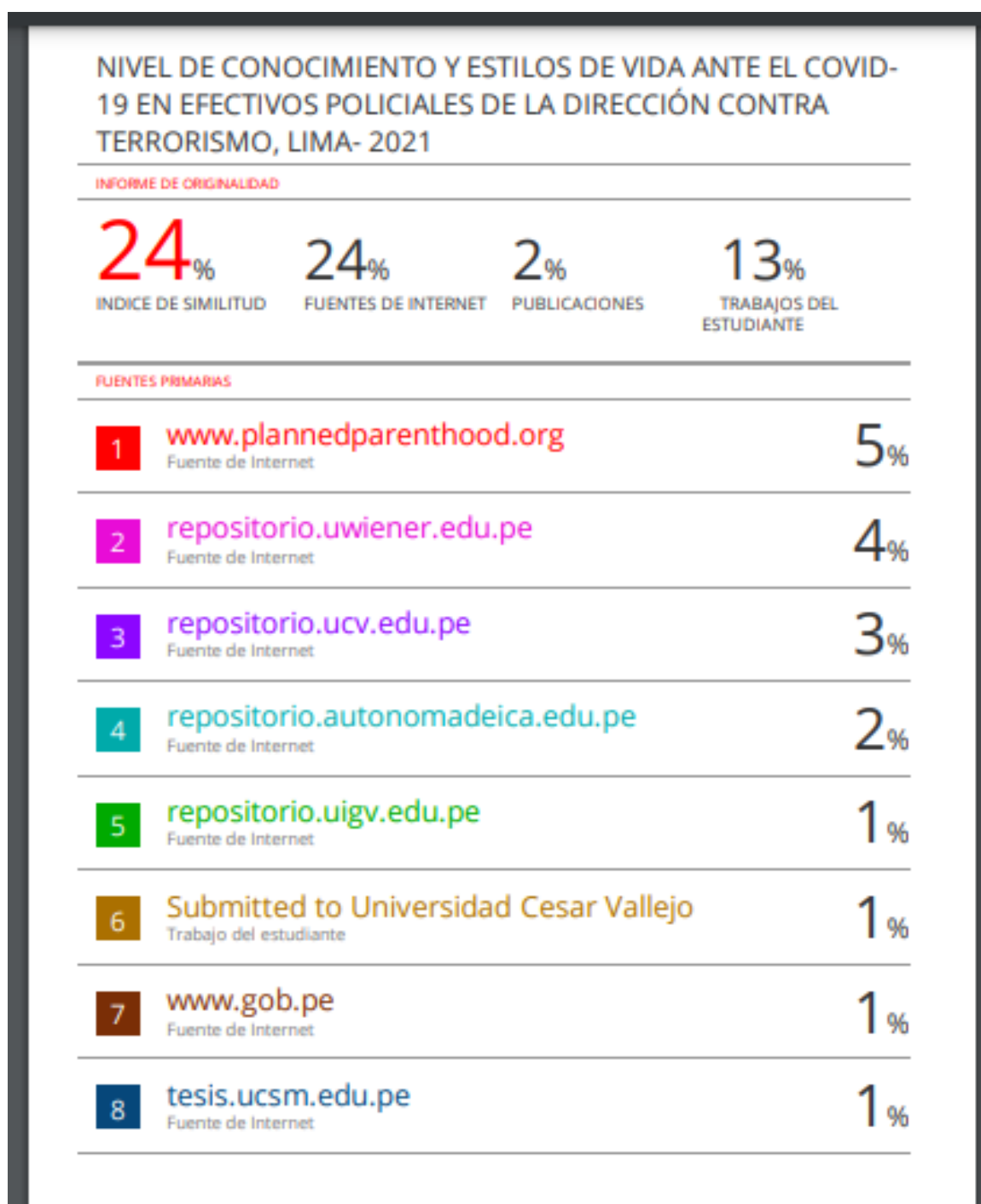
SE EXPIDE LA PRESENTE A SOLICITUD DE LA INTERESADA PARA LOS FINES QUE ESTIME NECESARIO.

Lima, 22 DE JUNIO DEL 2021.




GR. COMAN
Rafael Mario D. RIVERA CUCHO
CORONEL PNP
AFIL. GRAB. DIRCOTE PNP

Anexo 7: Informe de turnitin al 28% de similitud



9	scielo.sld.cu Fuente de Internet	1 %
10	core.ac.uk Fuente de Internet	1 %
11	nutricioninem.blogspot.com Fuente de Internet	1 %
12	www.youblisher.com Fuente de Internet	1 %
13	www.euston96.com Fuente de Internet	1 %
14	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo

Evidencias fotográficas

