



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

**CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE
15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO

PRESENTADO POR:

FRINNE YESENIA COAQUIRA ACERO

CÓDIGO ORCID: N°0009-0007-1262-2535

DIEGO ARMANDO RAMOS MAMANI

CÓDIGO ORCID: N°0000-0001-6400-6522

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TITULO DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA

ASESOR:

DR. JOSÉ CARLOS APARCANA HERNANDEZ

CÓDIGO ORCID: N° 0000-0001-7398-6817

CHINCHA - PERÚ

2025

CONSTANCIA DE APROBACIÓN



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

MG. JOSÉ YOMIL PEREZ GOMEZ

Decano (e) de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo e informar que **FRINNE YESENIA COAQUIRA ACERO y DIEGO ARMANDO RAMOS MAMANI** estudiantes de la Facultad de ciencias de la Salud, del programa Académico de Psicología, han cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

☐

TESIS

X

TITULADO: "CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025"

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente, remito la presente constancia adjuntando mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Ica 02/04/2025

Dr APARCANA HERNANDEZ José Carlos
DNI: 21553760
CODIGO ORCID: 0000-0001-7398-6817

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

Declaratoria de Autenticidad

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACION

Yo, Diego Armando, Ramos Mamani, identificado con DNI N ° 47614343 y Frinne Yesenia Coaquira Acero, identificado con DNI N ° 41738235 en mi condición de bachiller del programa académico de psicología de la facultad de ciencias de la salud en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la tesis titulada **“CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025”** declaro bajo juramento que:

- La investigación realizada es de mi autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referencias de las fuentes de información consultadas
- Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el investigador no ha incurrido ni en falsedades, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se procede según lo indicado por la normatividad vigente de la Universidad asumiendo las consecuencias o sanciones que se derivan de alguna de estas malas conductas.

Puno 3 de abril del 2025


Ramos Mamani, Diego Armando
DNI N ° 47614343




Frinne Yesenia Coaquira Acero
DNI N ° 41738235



CERTIFICACIÓN A LA VUELTA



0112799741



NOTARIA
ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA



INFORMACIÓN PERSONAL

DNI 41738235
Primer Apellido COAQUIRA
Segundo Apellido ACERO
Nombres FRINNE YESENIA

CORRESPONDE

Al menos una impresión dactilar
capturada (segunda impresión dactilar)
corresponde al DNI consultado.



COAQUIRA ACERO, FRINNE YESENIA
DNI 41738235

**INFORMACIÓN DE CONSULTA
DACTILAR**

Operador: 42095592 - Esther Quispe
Apaza

Fecha de Transacción: 03-04-2025
16:11:38

Entidad: 10304227457 - ZEGARRA
CABRERA JESSIE TARCILA

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>

Número de Consulta: 0112799741





0112799786



NOTARIA
ZEGARRA CABRERA JESSIE TARCILA
SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA



INFORMACIÓN PERSONAL

DNI 47614343
Primer Apellido RAMOS
Segundo Apellido MAMANI
Nombres DIEGO ARMANDO

CORRESPONDE

La primera impresión dactilar capturada
corresponde al DNI consultado. La
segunda impresión dactilar capturada
corresponde al DNI consultado.



RAMOS MAMANI, DIEGO ARMANDO
DNI 47614343

**INFORMACIÓN DE CONSULTA
DACTILAR**

Operador: 42095592 - Esther Quispe
Apaza

Fecha de Transacción: 03-04-2025
16:12:20

Entidad: 10304227457 - ZEGARRA
CABRERA JESSIE TARCILA

VERIFICACIÓN DE CONSULTA

Puede verificar la información en línea en:
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>

Número de Consulta: 0112799786



DEDICATORIA

A mis queridos hijos: Brighit, Valery y Diego,
por brindarme su apoyo, tolerancia y amor
incondicional, impulsándome a lograr mis
anhelos personales.

Para ellos mi amor infinito por ser ellos mi
mayor fuente de fortaleza.

Frinne

A mis abuelos que guían mi camino desde
el cielo y me dan la fortaleza que necesito
día a día.

Diego

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a nuestro creador por siempre acompañarnos en los caminos livianos y hostiles, a nuestros padres por darnos la vida. A todas las personas que estuvieron en nuestras vidas por brindarnos alegrías y lecciones.

A la Universidad Autónoma de Ica, por abrirnos sus puertas y permitirnos avanzar en nuestras metas académicas, Al Dr. José Carlos Aparcana Hernández, asesor de tesis, por su valiosa orientación y el constante apoyo, proporcionándonos las herramientas necesarias para alcanzar nuestras metas.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre el consumo de alcohol y el estilo de vida en estudiantes de 15 a 17 años de una institución educativa pública de Puno en 2025. Se utilizó una metodología cuantitativa, con un diseño no experimental de corte transversal, descriptivo-correlacional y de nivel correlacional. La muestra consistió en 222 estudiantes, a quienes se les aplicó dos cuestionarios validados. Los resultados revelaron que, 110 estudiantes que representa el 49,5% se ubica en la categoría de nunca ha consumido alcohol, mientras que 199 estudiantes que representa el 89,6% se ubica en la categoría de buen estilo de vida. Para el análisis inferencial se consideró como valor de p - $0,000 \leq 0.05$, donde se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , con una correlación entre el consumo de alcohol y el estilo de vida en estudiantes muestra una relación negativa moderada, con un coeficiente de $-0,416$. En tal sentido, a medida que incrementa el consumo de alcohol, el estilo de vida de los estudiantes tiende a volverse menos saludable, donde el valor de Sig., es de $0,000$, lo que confirma que la correlación es altamente significativa a un nivel del 1%. En conclusión, existe una relación significativa entre estas dos variables, lo que indica que el mayor consumo de alcohol está vinculado a un estilo de vida problemático o negativo en los estudiantes.

Palabras claves: Consumo, alcohol, estilo, vida, estudiantes.

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the relationship between alcohol consumption and lifestyle in students aged 15 to 17 years old from a public educational institution in Puno in 2025. A quantitative methodology was used, with a non-experimental cross-sectional, descriptive-correlational and correlational level design. The sample consisted of 222 students, who were administered two validated questionnaires. The results revealed that 110 students, representing 49.5%, fell into the category of having never consumed alcohol, while 199 students, representing 89.6%, fell into the good lifestyle category. For the inferential analysis, a p-value of $-0.000 \leq 0.05$ was considered, where H_0 is accepted and H_0 is rejected, with a correlation between alcohol consumption and lifestyle in students showing a moderate negative relationship, with a coefficient of -0.416. In this sense, as alcohol consumption increases, students' lifestyles tend to become less healthy, where the value of Sig. is 0.000, confirming that the correlation is highly significant at the 1% level. In conclusion, there is a significant relationship between these two variables, indicating that higher alcohol consumption is linked to a problematic or negative lifestyle in students.

Keywords: Consumption, alcohol, lifestyle, students.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Constancia de aprobación.....	ii
Declaratoria de autenticidad.....	iii
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vi
Resumen	viii
Abstract	ix
Índice general.....	x
Índice de tablas	xii
Índice de Figuras.....	xiv
I. INTRODUCCIÓN	16
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
2.1. Descripción del problema.....	18
2.2. Pregunta de Investigación general.....	20
2.3. Preguntas de Investigación específicas	20
2.4. Objetivo General y Específicos	21
2.1.1. Objetivo general.....	21
2.1.2. Objetivos específicos	21
2.5. Justificación e importancia	22
1.6.1 Justificación.....	22
1.6.2 Importancia.....	24
2.5. Alcances y limitaciones	24
III. MARCO TEÓRICO	26
3.1. Antecedentes	26
3.1.1. A nivel internacional.....	26
3.1.2. A nivel nacional.....	29
3.2. Bases Teóricas de la Variable	30
3.2.1. Consumo de Alcohol.....	30
3.3. Marco conceptual.....	37
IV. METODOLÓGIA	41
4.1. Tipo y Nivel de Investigación	41

4.2. Diseño de Investigación	42
4.3. Hipótesis general y específicas.....	43
4.3.1. Hipótesis general	43
4.3.2. Hipótesis específicas	43
4.4. Identificación de las variables	43
4.5. Matriz de operacionalización de variables	46
4.6. Población y Muestra.....	52
4.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información	54
4.8. Técnicas de Análisis e Interpretación de Datos	57
V. RESULTADOS.....	59
5.1. Presentación de resultados.....	59
6.1. Análisis resultados	84
6.2. Análisis resultados – prueba de hipótesis	84
6.3. Análisis resultados – prueba de hipótesis específicas	86
VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	94
7.1. Comparación de los resultados.....	94
VIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	103
Conclusiones.....	103
Recomendaciones.....	106
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	109
ANEXOS	114

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización.....	46
Tabla 2. Población de estudio.....	52
Tabla 3. Tabla de Fisher, Arkin y Colton	53
Tabla 4. Ficha técnica para consumo de alcohol	55
Tabla 5. Ficha técnica para estilo de vida	56
Tabla 6. Consumo de alcohol estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	59
Tabla 7. Consumo de riesgo de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	60
Tabla 8. Síntoma de dependencia de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	61
Tabla 9. Consumo perjudicial de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	63
Tabla 10. Estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	64
Tabla 11. Nutrición de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	65
Tabla 12. Actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	66
Tabla 13. Manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno	67
Tabla 14. Responsabilidad en salud de estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	68
Tabla 15. Soporte interpersonal de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	69

Tabla 16. Autoactualización de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	70
Tabla 17. Consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.....	71
Tabla 18. Consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública	73
Tabla 19. Consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública	75
Tabla 20. Consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025.....	77
Tabla 21. Consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública	79
Tabla 22. Consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.	81
Tabla 23. Prueba de normalidad.....	84
Tabla 24. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes	85
Tabla 25. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y nutrición en estudiantes	86
Tabla 26. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y actividad física en estudiantes.....	88
Tabla 27. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y manejo de estrés en estudiantes	89
Tabla 28. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y rresponsabilidad en salud en estudiantes	90
Tabla 29. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y Soporte interpersonal en estudiantes	91
Tabla 30. Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y Autoactualización en estudiantes.....	93

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Consumo de alcohol estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	59
Figura 2. Consumo de riesgo de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	60
Figura 3. Síntoma de dependencia de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	62
Figura 4. Consumo perjudicial de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	63
Figura 5. Estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	64
Figura 6. Nutrición de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	65
Figura 7. Actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	66
Figura 8. Manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno	67
Figura 9. Responsabilidad en salud de estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	68
Figura 10. Soporte interpersonal de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.	69
Figura 11. Autoactualización de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.....	70
Figura 12. Consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.....	72
Figura 13. Consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública	74

Figura 14. Consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública 76

Figura 15. Consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública 78

Figura 16. Consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública 80

Figura 17. Consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública. 82

I. INTRODUCCIÓN

El consumo de alcohol en adolescentes representa una preocupación creciente a nivel mundial, especialmente en contextos donde las políticas de prevención y sensibilización no logran alcanzar a todos los jóvenes (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2018). La adolescencia, como señala David et al., (2014), es una fase de transición crítica entre la niñez y la adultez, en la que se producen cambios significativos en el desarrollo físico, psicológico y social. Durante esta etapa, los adolescentes adoptan comportamientos que impactan directamente en su bienestar y en la construcción de su identidad; entre ellos, el consumo de alcohol ocupa un lugar destacado debido a sus efectos perjudiciales a corto y largo plazo (David et al., 2023).

En el contexto peruano, y de manera específica en la región de Puno, el consumo de alcohol entre adolescentes ha mostrado un incremento alarmante, asociado a factores como la presión social, el deseo de pertenencia, la facilidad de acceso a bebidas alcohólicas y la falta de información sobre los riesgos asociados (Ministerio de Salud del Perú. MINSA, (2021). Estos comportamientos no solo afectan la salud física y emocional de los adolescentes, sino también su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y sus actitudes hacia la vida, generando consecuencias en su proceso de toma de decisiones (David et al., 2023).

Con base en esta problemática, el presente estudio se enfoca en analizar el consumo de alcohol y su relación con el estilo de vida de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública en la ciudad de Puno durante el año 2024. Se pretende comprender cómo el consumo de alcohol impacta en diversas áreas de la vida de estos jóvenes, tales como su rendimiento académico, su bienestar emocional, sus relaciones interpersonales y sus actividades recreativas. Adicionalmente, este estudio busca identificar los factores sociodemográficos, familiares y culturales que influyen en las decisiones de consumo de alcohol (Murillo et al., 2019).

La investigación se desarrolla considerando los siguientes apartados: El primer capítulo proporciona la introducción, ofreciendo una visión general del estudio.

En el segundo capítulo se expone la problemática a analizar, basada en una observación directa de la realidad. Además, se formula la pregunta de investigación general y específica, se establecen los objetivos generales y específicos, y se justifica la relevancia del estudio.

El tercer capítulo presenta el marco teórico, que amplía los antecedentes internacionales y nacionales más relevantes, además de proporcionar los fundamentos teóricos de las variables involucradas, detallando su desarrollo teórico, modelos, características y dimensiones.

El cuarto capítulo describe la metodología utilizada, especificando el tipo, nivel y diseño de la investigación, así como la operacionalización de las variables, las hipótesis, las técnicas e instrumentos de investigación y las metodologías de análisis de datos.

El quinto capítulo se presentan los resultados, para tal razón se emplearon tablas, figuras estadísticas e interpretación. En el capítulo VI se realiza el análisis de los resultados mediante el procesamiento inferencial y se culmina con el capítulo VII denominado discusión de resultados en el que se presenta la contrastación de los resultados alcanzados con los antecedentes y teoría científica. Se cierra el estudio con la presentación de las conclusiones y recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

El consumo de alcohol entre adolescentes constituye un problema de salud pública y social de creciente relevancia, que afecta a numerosos grupos poblacionales, siendo especialmente crítico en jóvenes y adolescentes. Diversas investigaciones señalan que el consumo de sustancias psicoactivas, como el alcohol, ha incrementado entre los adolescentes en las últimas décadas, y este comportamiento no solo implica riesgos inmediatos, sino también consecuencias a largo plazo que afectan el desarrollo físico, psicológico y social (Salazar Taquiri, 2022)

En el contexto internacional, estudios realizados en diferentes países revelan que el consumo de alcohol entre adolescentes está relacionado con múltiples factores como la presión de grupo, la búsqueda de identidad y las dinámicas de aceptación social (Pautassi, 2020). Además, se ha documentado que el consumo de alcohol en esta etapa de la vida está vinculado con problemas de rendimiento académico, dificultades en las relaciones interpersonales y una percepción deteriorada de la vida (Pablo et al., 2010). Estos efectos resaltan la importancia de abordar este problema desde un enfoque preventivo, adaptado a las particularidades culturales y socioeconómicas de cada región.

En América Latina, el consumo de alcohol en adolescentes sigue una tendencia similar, exacerbada por factores sociales y económicos que impactan en los jóvenes de manera particular. Según datos de la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD, 2019), en muchos países de la región se observa un incremento del consumo de alcohol en menores de edad, influenciado por la accesibilidad a las bebidas alcohólicas y la falta de políticas preventivas eficaces. En este contexto, los adolescentes enfrentan mayores riesgos en su salud física y mental, lo cual afecta también su integración social y su desarrollo académico (Armendáriz García et al., 2021).

A nivel nacional, en Perú, estudios como el realizado por el Ministerio de Salud (MINSA, 2021) evidencian que el consumo de alcohol en adolescentes es

una problemática en aumento, especialmente en regiones con características socioeconómicas y culturales particulares. En zonas andinas, como Puno, el consumo de alcohol en adolescentes se encuentra influenciado por factores culturales y familiares que favorecen la iniciación temprana en el consumo de bebidas alcohólicas (Anayelli Segundo Flores, 2019). En este sentido, es fundamental entender cómo estas influencias impactan el estilo de vida de los adolescentes, sus relaciones familiares, y su rendimiento académico, especialmente en aquellos que cursan los últimos años de la educación secundaria.

Dentro de la región de Puno, donde se ubica la Institución Educativa Pública en la que se realiza este estudio, la diversidad cultural y socioeconómica plantea un desafío adicional. La adolescencia, particularmente entre los 15 y 17 años, es una etapa crítica en la formación de hábitos y patrones de conducta que podrían persistir en la vida adulta. En esta fase, el consumo de alcohol tiene repercusiones que van más allá de la salud física y emocional, afectando de manera significativa el rendimiento académico de los jóvenes, su interacción social y su percepción de la vida (Salazar Taquiri, 2022). Este contexto específico refuerza la necesidad de una investigación que identifique las razones detrás del consumo de alcohol y las consecuencias para el estilo de vida de los adolescentes en Puno.

En el contexto local, el consumo de alcohol en adolescentes de la región de Puno representa una preocupación significativa tanto para las autoridades como para la comunidad en general. La región, caracterizada por su diversidad cultural y su particularidad geográfica, enfrenta una serie de desafíos que influyen en los comportamientos de los jóvenes, entre ellos el consumo de alcohol (Salazar Taquiri, 2022).. En localidades de la zona andina, como Puno, el consumo de alcohol entre adolescentes está estrechamente relacionado con tradiciones culturales y prácticas familiares. En muchas ocasiones, el alcohol es percibido como un componente importante de la socialización, especialmente en fiestas o celebraciones tradicionales. Sin embargo, esta normalización del consumo precoz de bebidas alcohólicas puede generar una percepción errónea de su inocuidad, lo que incrementa el riesgo de problemas de salud y sociales en los jóvenes (Ponce, 2021).

A nivel institucional, la Institución Educativa Pública en Puno donde se realiza este estudio enfrenta una situación compleja en cuanto al consumo de alcohol entre sus estudiantes. Las políticas educativas y de salud implementadas por el Estado, aunque presentes, no siempre han sido eficaces en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en las escuelas, especialmente en regiones más alejadas del país (Salazar Taquiri, 2022). En muchas ocasiones, los programas preventivos no logran captar la atención de los jóvenes, quienes ven estas iniciativas como ajenas a su realidad cotidiana.

En el ámbito institucional, el consumo de alcohol impacta negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes, así como en su desarrollo personal y social (Edman, 2020). El comportamiento de los adolescentes, afectado por el consumo de alcohol, se traduce en una disminución de su participación en actividades escolares, su desempeño en las pruebas académicas y su relación con compañeros y profesores. Además, las actitudes hacia la autoridad y las normas escolares se ven distorsionadas, lo que genera un ambiente de desconfianza y desinterés por parte de los estudiantes hacia las actividades educativas (Pautassi, 2020).

2.2. Pregunta de Investigación general

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

2.3. Preguntas de Investigación específicas

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y nutrición como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y actividad física como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y manejo del estrés como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y responsabilidad en salud como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y soporte interpersonal como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y autoactualización como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?

2.4. Objetivo General y Específicos

2.1.1. Objetivo general

Determinar la relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025

2.1.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025
- Determinar la relación entre consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025
- Determinar la relación entre consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025

- Determinar la relación entre consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025
- Determinar la relación entre consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025
- Determinar la relación entre consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025

2.5. Justificación e importancia

Justificación

El presente trabajo de investigación se justifica por su aporte teórico, metodológico y práctico.

Justificación Teórica

Esta investigación se justificó por la necesidad de ampliar el conocimiento sobre el consumo de alcohol y su relación con el estilo de vida de los adolescentes, una problemática que impacta su desarrollo físico, emocional y social durante la etapa de formación de identidad. Los estudios en psicología y sociología demostraron que el consumo temprano de alcohol está vinculado a comportamientos de riesgo que podrían perdurar en la adultez, afectando la salud y calidad de vida. No obstante, existió una falta de investigaciones específicas en la región de Puno, especialmente en contextos culturales andinos, lo que limitó la comprensión de los factores que influyen en este comportamiento. Esta investigación buscó contribuir al estudio de las conductas de riesgo en adolescentes, proporcionando datos relevantes para entender este fenómeno en el contexto peruano.

Justificación Práctica

Desde un enfoque práctico, esta investigación resultó esencial debido a la creciente preocupación por el consumo de alcohol en adolescentes en la región de Puno, donde se identificaron altos índices de consumo a edad temprana. Las consecuencias de este fenómeno se reflejaron en la salud física, emocional y académica de los jóvenes, influyendo negativamente en su rendimiento escolar, en sus relaciones interpersonales y en su capacidad para tomar decisiones informadas. Dado que los programas preventivos y las campañas de sensibilización existentes en las instituciones educativas de Puno fueron insuficientes o no estuvieron adaptados a las realidades locales, esta investigación pretendió proporcionar información práctica útil para la implementación de intervenciones educativas, la creación de programas de prevención efectivos y la capacitación de la comunidad educativa. Los resultados ofrecieron una base sólida para promover un entorno escolar más saludable y seguro, donde los jóvenes pudieran desarrollarse sin el impacto negativo de hábitos de riesgo como el consumo de alcohol.

Justificación Metodológica

La justificación metodológica de esta investigación se fundamentó en la necesidad de aplicar un enfoque metodológico que permitiera una comprensión profunda y contextualizada del consumo de alcohol entre adolescentes en un contexto específico, como fue el caso de una institución educativa pública en la ciudad de Puno. Mediante un diseño de investigación descriptivo y correlacional, se buscó no solo identificar los patrones de consumo de alcohol, sino también analizar su relación con otros aspectos del estilo de vida de los adolescentes, tales como su rendimiento académico, la gestión del estrés, la interacción social y sus prácticas de salud. La metodología utilizada permitió recolectar datos específicos y contextuales que llenaron vacíos de conocimiento sobre esta problemática en la región, brindando información aplicable tanto para la formulación de políticas públicas como para el desarrollo de futuros estudios académicos en el

campo de la salud y la educación. Esta perspectiva metodológica contribuyó a obtener resultados confiables y adaptados a las necesidades de la población estudiada, fortaleciendo la relevancia y aplicabilidad de los hallazgos para abordar el consumo de alcohol en adolescentes de manera integral.

Importancia

La importancia de esta investigación radicó en su relevancia para abordar el consumo de alcohol entre adolescentes en Puno, un problema que afectaba su salud, desarrollo, rendimiento académico y relaciones sociales. El estudio proporcionó información contextualizada sobre los patrones de consumo de alcohol en esta población, ayudando a identificar factores específicos que influyeron en este comportamiento de riesgo y su impacto en el estilo de vida.

Desde un enfoque social, los resultados de la investigación pudieron guiar a las instituciones educativas y de salud en la región para diseñar programas preventivos culturalmente adecuados. Además, los datos locales contribuyeron a la formulación de políticas públicas más efectivas para satisfacer las necesidades de los adolescentes de Puno, promoviendo entornos más saludables y seguros.

Este trabajo también contribuyó a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente al ODS 3, que buscaba garantizar una vida sana, y al ODS 4, que promovía una educación inclusiva y de calidad. Al generar evidencia sobre los factores que afectaban el consumo de alcohol en adolescentes, la investigación fortaleció la base para futuras intervenciones y apoyó la salud y el bienestar juvenil en Puno y regiones similares.

2.5. Alcances y limitaciones

Alcances

- **Metodológico:** Este estudio se abordó desde nivel correlacional, permitiendo analizar la relación entre el consumo de alcohol y el estilo de vida en estudiantes de 15 a 17 años.

- **Teórico:** Las variables estudiadas fueron el consumo de alcohol y los hábitos relacionados con el estilo de vida de los estudiantes.
- **Social:** La investigación se realizó con la participación de estudiantes de una institución educativa pública en Puno.
- **Espacial:** La muestra se obtuvo de estudiantes de la institución educativa pública ubicada en la ciudad de Puno, región Puno.
- **Temporal:** El estudio se desarrolló entre los años 2024 y 2025.

Limitaciones

Las principales limitaciones surgieron durante la recolección de datos, ya que muchos estudiantes no contaban con tiempo o acceso adecuado para completar las encuestas. Para superar esto, se implementaron diversas estrategias, como la recolección de datos en horarios flexibles y la participación de los estudiantes en actividades extracurriculares. Otra limitante fue la falta de acceso estable a internet en algunas zonas, lo que retrasó el proceso de recopilación de datos. Sin embargo, se lograron obtener los resultados esperados y finalizar la investigación de manera satisfactoria.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Segundo, (2019), en su trabajo tiene como Objetivo: Identificar la relación entre el consumo de alcohol en estudiantes de enfermería y sus actitudes frente al alcohol, alcoholismo y alcohólico. Metodología: Estudio descriptivo, transversal y correlacional con muestreo probabilístico. Se incluyeron 266 estudiantes de enfermería, utilizando dos instrumentos validados: el Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol y la Escala de Actitudes frente al Alcohol. Resultados: La edad promedio fue de 20.27 años, con predominancia del sexo femenino (88.3%). El 56.6% presentó un consumo sensato de alcohol. Las actitudes fueron generalmente positivas, pero se hallaron actitudes negativas hacia el alcohólico y el alcoholismo. No se encontró una relación estadísticamente significativa entre el consumo de alcohol y las actitudes ($r_s = -0.097$, $p = 0.143$). Conclusión: No hubo relación entre el consumo de alcohol y las actitudes. Aunque el consumo fue bajo y las actitudes positivas en general, las relacionadas con el alcohólico y el alcoholismo fueron negativas. Se recomienda explorar estos fenómenos en otras instituciones educativas para mejorar las relaciones entre los cuidadores y personas con trastornos por alcohol.

Lazo Herrera et al., (2022), es su trabajo tiene como Objetivo: Caracterizar el consumo de alcohol en adolescentes de la Escuela Secundaria Básica Urbana “Capitana Catalina Valdés”. Metodología: Estudio observacional, descriptivo y transversal realizado con una muestra de 249 estudiantes, de un total de 563. Se utilizaron métodos teóricos y empíricos y se procesaron los datos manualmente mediante estadísticas porcentuales. Resultados: El 41.8% de los estudiantes tenía 15 años o más, el 55.6% eran varones y el 56.5% tenían piel negra. La mayoría provenía de hogares con padres separados. Los síntomas más comunes del consumo fueron cefalea e insomnio, y las consecuencias incluyeron sexo no protegido. Los factores

macrosociales y microsociales más relevantes fueron la dificultad para aprovechar el tiempo libre y la influencia de amigos con conductas de riesgo. Conclusión: Se caracterizó el consumo de alcohol en adolescentes, identificando un estilo de vida inadecuado que afecta la calidad de vida de este grupo y que debe modificarse.

Ponce, (2021), es su trabajo que tiene como Objetivo: Analizar el consumo de alcohol y su relación con el estado mental en estudiantes de tres facultades de la Universidad Nacional de Chimborazo, considerando la Determinación Social. Metodología: Estudio descriptivo-explicativo de corte transversal con 512 estudiantes de tres facultades. Se analizaron los estilos de vida y las relaciones entre el consumo de alcohol y el sufrimiento mental. Resultados: El 70.2% de los estudiantes había consumido alcohol alguna vez. El consumo fue mayor entre los varones y en la Facultad de Ingeniería. Los estudiantes con mayor consumo de alcohol mostraron más sufrimiento mental. También se halló que el consumo más perjudicial se daba en estudiantes de familias con ingresos altos o bajos. Conclusión: Los patrones de consumo de alcohol entre los estudiantes requieren políticas universitarias más holísticas, que transformen los comportamientos destructivos en protectores de la salud, promoviendo la salud colectiva.

Armendáriz García et al., (2021), en su artículo titulado: “La familia y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios”, en la que tiene como Objetivo: Identificar la influencia de la historia familiar de consumo de alcohol sobre el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Metodología: Estudio descriptivo, correlacional y predictivo con una muestra de 680 estudiantes universitarios, utilizando el Inventario de Historia Familiar de Consumo de Alcohol y el Cuestionario de Identificación de Trastornos por Consumo de Alcohol. Resultados: Se encontró que la historia familiar de consumo de alcohol influye significativamente en el consumo de alcohol de los estudiantes ($B = 0.080$, $p = 0.001$). Conclusión: La historia familiar tiene un impacto en el consumo de alcohol de los estudiantes. Se propone un modelo predictivo para desarrollar intervenciones de salud dirigidas a esta población y sus familias.

David et al., (2023), en su trabajo tiene como objetivo es entender los efectos del etanol en el cerebro adolescente, especialmente cómo impacta la neurotransmisión durante una etapa crítica de remodelación sináptica. La metodología se centra en revisar estudios sobre los efectos biológicos del alcohol y sus consecuencias emocionales, sociales y familiares. Los resultados muestran una alta vulnerabilidad del cerebro adolescente a los daños causados por el consumo de alcohol, lo cual afecta su desarrollo integral. La conclusión enfatiza la necesidad de implementar estrategias educativas orientadas a reducir hábitos de consumo no saludables, con el fin de mejorar la calidad de vida de los estudiantes de secundaria y favorecer su desarrollo integral.

Pablo et al., (2020), en su publicación que lleva como objetivo, del estudio es comprender cómo estas variables influyen en el comportamiento de consumo en esta población. Se empleó metodología, con un diseño explicativo causal con una muestra de 1,245 estudiantes, de 12 a 17 años, seleccionados mediante muestreo probabilístico estratificado en centros de secundaria y preuniversitarios. Los resultados, incluyó un análisis de ecuaciones estructurales que explicó el 66% de la varianza en el consumo de alcohol. Los hallazgos revelaron que el apoyo social comunitario y el funcionamiento familiar se relacionan indirectamente con el consumo de alcohol; el apoyo de amigos y el consumo de alcohol en familiares y amigos son factores relevantes. Además, el funcionamiento familiar se asocia positivamente con el apoyo familiar y el ajuste y autoestima escolar, aunque esta última muestra una relación inversa con el consumo de alcohol. La conclusión subraya la importancia de factores sociales y familiares en el consumo de alcohol y sugiere implementar intervenciones comunitarias.

José et al., (2021), en su publicación tiene como objetivo, explorar cómo ciertas características propias de esta etapa de desarrollo pueden propiciar el inicio en el consumo de sustancias, abordando además los factores de riesgo que contribuyen al abuso. metodología, descriptiva con enfoque cuantitativo, y los Resultados, Mediante una revisión de literatura y un modelo integrador, el estudio examina las consecuencias específicas del

consumo de alcohol en adolescentes. Los autores concluyen proponiendo el programa preventivo Saluda al fin de semana, diseñado para ser implementado en entornos educativos con el fin de reducir el consumo de sustancias entre estudiantes de secundaria.

Edman, (2020), en su trabajo tiene como objetivo, del estudio es abordar el consumo de alcohol como un factor que contribuye significativamente a trastornos neuropsiquiátricos y enfermedades crónicas no transmisibles, como enfermedades cardiovasculares, cirrosis y diversos cánceres. Metodología, descriptiva de tipología cualitativa, Mediante una revisión de la literatura, Resultados, el autor explica cómo el alcohol, aceptado socialmente y común en la socialización, aumenta el riesgo de abuso de otras sustancias ilícitas, especialmente entre los adolescentes. La investigación sugiere que comprender el problema requiere considerar definiciones básicas, el contexto global, y la importancia de la función preventiva en enfermería. Concluye destacando la importancia de educar y sensibilizar a la población para reducir el impacto del consumo de alcohol en la salud pública.

Antecedentes nacionales

Espinoza (2021), en su trabajo tiene como, Objetivo: Determinar la relación entre el consumo de alcohol y la satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur. Metodología: Estudio no experimental, correlacional y transversal. La muestra consistió en 198 estudiantes de entre 17 y 38 años de edad de la Universidad Autónoma del Perú, con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Bebedor Anormal (EBBA) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), adaptada por Reyes-Torres (2013). Resultados: Se encontró una correlación negativa de tipo inversa ($\rho = -0.24$, $p = 0.00$), lo que indica que, a menor consumo de alcohol, mayor es la satisfacción con la vida. Además, el 40.9% de los estudiantes presentó un consumo no problemático de alcohol y el 93.4% reportó niveles altos o medios de satisfacción con la vida. Conclusión: Existe una relación entre el consumo de alcohol y la satisfacción con la vida, influenciada por el sexo y la carrera de los estudiantes.

Salazar (2022), que tiene planteado el siguiente, Objetivo: Determinar las variables personales, familiares y sociales asociadas con el consumo de alcohol en adolescentes de un colegio particular en Villa María del Triunfo en 2016. Metodología: Enfoque cuantitativo, con alcance correlacional. La muestra consistió en 199 estudiantes de secundaria, distribuidos de manera proporcional por grado. Se utilizó una encuesta estructurada, adaptada de un cuestionario de Musayón et al. (2017). Resultados: El 47.4% de los estudiantes consumió alcohol en el último año. La prevalencia fue mayor en los grados superiores, con 7.2% en primer grado y 11.3% en quinto grado. Las variables asociadas al consumo fueron el grado educativo, la oferta de bebida alcohólica, problemas familiares (enfermedades de miembros de la familia) y el recuerdo de anuncios televisivos sobre bebidas alcohólicas. El análisis multivariado reveló que el ofrecimiento de bebidas alcohólicas es un factor de riesgo significativo ($p = 0.000$, OR = 11.39), lo que indica que los adolescentes que recuerdan anuncios sobre alcohol tienen 11.39 veces más probabilidades de consumirlo. Conclusión: El consumo de alcohol en adolescentes está influenciado por factores personales, familiares y sociales, siendo la oferta de bebidas alcohólicas y los anuncios televisivos los factores más relevantes.

3.2. Bases Teóricas de la Variable

3.2.1. Consumo de Alcohol

El consumo de alcohol se refiere a la ingestión de bebidas alcohólicas, que pueden tener efectos psicoactivos en el cuerpo humano. En el contexto de los adolescentes, el consumo de alcohol no solo es una cuestión de preferencia social o recreativa, sino que se asocia con una serie de riesgos para la salud, tanto a corto como a largo plazo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el consumo nocivo de alcohol está relacionado con un incremento en el riesgo de trastornos mentales, enfermedades crónicas y accidentes, y también puede afectar la capacidad cognitiva y el rendimiento académico de los jóvenes (2018).

Definición de Consumo de Alcohol: Según la OMS (2018), el consumo de alcohol es la cantidad de bebidas alcohólicas consumidas, las cuales pueden clasificarse en consumo moderado o de riesgo, dependiendo de la cantidad y frecuencia. El consumo excesivo de alcohol es considerado un factor de riesgo para el desarrollo de diversas enfermedades, incluyendo trastornos mentales, daño hepático y cardiovascular.

Según sostiene Edman, (2020) "El consumo de alcohol se clasifica en varios niveles que van desde el consumo bajo riesgo hasta el consumo nocivo, el cual implica la ingesta de grandes cantidades en un corto periodo, pudiendo conducir a problemas de salud, dependencia y afectaciones en la vida social y familiar". Espinoza (2021).

Ministerio de Salud de Perú (MINSA): "El consumo de alcohol es el uso de bebidas alcohólicas que, dependiendo de la cantidad y frecuencia, puede clasificarse como moderado o de alto riesgo. En Perú, el consumo de alcohol representa una de las principales causas de enfermedades no transmisibles y problemas de salud pública" (MINSA, 2021 p, 22).

Espinoza Enriquez, (2021) "El consumo de alcohol se define como la ingesta de etanol en sus distintas formas, ya sea vino, cerveza o licores destilados. El consumo abusivo de alcohol conlleva un alto riesgo de desarrollar trastornos por uso de alcohol y otras complicaciones de salud mental y física"

"El consumo de alcohol es definido como el acto de beber bebidas alcohólicas que contienen etanol, el cual tiene efectos depresores sobre el sistema nervioso central. En grandes cantidades, puede llevar a un deterioro significativo de las funciones físicas y mentales" (Segundo Flores, 2019)

Teorías del Consumo de Alcohol

Existen diversas teorías que explican el consumo de alcohol, particularmente en adolescentes. Algunas de las más relevantes son:

Teoría de la Conducta Planificada (Ajzen, 1991): Esta teoría sostiene que las decisiones de los individuos, incluidas las relacionadas con el consumo de

alcohol, están determinadas por actitudes, normas sociales y el control percibido sobre la conducta. En el caso de los adolescentes, los factores como la influencia de pares, la aprobación social y la percepción del control sobre el consumo de alcohol pueden predecir la conducta de consumo.

Modelo de Aprendizaje Social (Bandura, 1977): Según este modelo, los comportamientos, como el consumo de alcohol, se aprenden observando a otros, especialmente a las figuras de autoridad o a los pares. En los adolescentes, el consumo de alcohol puede estar influenciado por la observación de conductas en el entorno familiar o social, como la normalización del consumo.

Modelo Biopsicosocial (Heatherton et al., 1991): Este modelo propone que el consumo de alcohol es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales. En los adolescentes, los factores biológicos (como la predisposición genética a la adicción), psicológicos (como la ansiedad o la baja autoestima) y sociales (como la presión de los amigos) influyen en el inicio y la regularidad del consumo de alcohol.

Dimensiones del Consumo de Alcohol

a. Consumo de Riesgo

El consumo de riesgo de alcohol se refiere a la cantidad de alcohol que aumenta el riesgo de problemas de salud, pero sin llegar a una dependencia total. Según la OMS (2018), el consumo de riesgo se caracteriza por la ingesta de más de 14 unidades de alcohol por semana en adultos, o más de 5 bebidas en una sola ocasión. En los adolescentes, el consumo de riesgo puede llevar a un aumento de accidentes, problemas académicos y alteraciones en la salud mental y física (Pautassi, 2020).

b. Síntoma de Dependencia

Los síntomas de dependencia del alcohol incluyen la tolerancia (necesidad de consumir mayores cantidades para obtener el mismo efecto), la incapacidad para controlar el consumo, y los síntomas de abstinencia cuando se interrumpe el consumo. Según (David et al., 2023),

la dependencia alcohólica se diagnostica cuando al menos dos de estos síntomas se presentan durante un período de 12 meses.

c. Consumo Perjudicial de Alcohol

El consumo perjudicial de alcohol se refiere a una cantidad de alcohol que genera consecuencias negativas en la vida del individuo, sin llegar a ser un caso de dependencia. Esto puede incluir problemas con la salud física y mental, alteración en el comportamiento social, y dificultades en el rendimiento académico. La OMS (2018) clasifica este consumo como un comportamiento que incrementa el riesgo de enfermedades y accidentes.

Perspectivas del consumo de alcohol

Perspectiva Histórica

El consumo de alcohol entre adolescentes tiene raíces antiguas, donde se utilizaba con fines sociales, rituales y medicinales. En tiempos recientes, ha pasado de una práctica controlada a un comportamiento problemático debido a un mayor acceso al alcohol (Pablo et al., 2010). En muchas culturas, especialmente en Latinoamérica, el alcohol ha sido parte de festividades, lo que ha normalizado su consumo. Esto ha llevado a un aumento del abuso entre los jóvenes. Aunque en las últimas décadas se han implementado políticas preventivas, las costumbres culturales y la falta de medidas efectivas dificultan la reducción del consumo, especialmente en Puno, donde el alcohol sigue siendo central en celebraciones tradicionales (González et al., 2012).

Perspectiva Filosófica

Desde un enfoque filosófico, el consumo de alcohol en adolescentes se puede evaluar bajo los principios de autonomía y bienestar. Aunque los adolescentes deberían poder tomar decisiones responsables sobre su salud, el alcohol pone en riesgo su capacidad de hacerlo debido a influencias externas como la presión social y familiar (Armendáriz García et al., 2021).

Además, el consumo de alcohol como búsqueda de placer entra en conflicto con la responsabilidad social, ya que afecta no solo al individuo, sino también a su entorno. La comercialización del alcohol, que busca atraer a los jóvenes, es también un tema crítico en la filosofía ética, pues normaliza su consumo a pesar de los riesgos para su desarrollo (Álvarez A et al., 2010).

Perspectiva Epistemológica

La epistemología del consumo de alcohol entre adolescentes examina cómo se construye el conocimiento sobre este fenómeno. Tradicionalmente, se ha centrado en los aspectos fisiológicos y psicológicos, pero hoy se reconoce la importancia de un enfoque interdisciplinario que considere los factores sociales, culturales y económicos (José et al., 2021). En Puno, el consumo debe entenderse dentro de su contexto local. La investigación empírica que incluya saberes tradicionales y científicos proporciona una comprensión más completa del problema. Además, es crucial desafiar las perspectivas que ven el consumo solo como un problema individual, reconociéndolo también como un fenómeno social y cultural (Montaño et al., 2011).

Estilo de Vida en Estudiantes

El estilo de vida de los estudiantes está compuesto por un conjunto de hábitos y comportamientos que influyen directamente en su salud física, mental y social. Un estilo de vida saludable incluye una adecuada nutrición, ejercicio regular, manejo del estrés y una actitud responsable hacia la salud y las relaciones interpersonales. El estilo de vida de los adolescentes también está influenciado por factores culturales, familiares y sociales.

Definición de Estilo de Vida: De acuerdo con Lema et al (2021) se puede definir como la forma en que las personas organizan su vida, particularmente sus actividades diarias, y cómo estas impactan su salud y bienestar. En el caso de los adolescentes, el estilo de vida influye en su rendimiento académico, salud emocional y capacidad para enfrentar desafíos sociales.

Teorías del Estilo de Vida en Estudiantes

Teoría del Modelo Ecológico de Bronfenbrenner (1979): Esta teoría sugiere que el comportamiento humano, incluido el estilo de vida, es el resultado de la interacción de los individuos con diferentes niveles de su entorno, como la familia, la escuela y la comunidad. Los adolescentes no solo son influenciados por sus decisiones personales, sino también por los contextos sociales y culturales en los que están inmersos.

Teoría del Autocuidado de Orem (2001): Orem destaca la importancia del autocuidado como factor esencial para un estilo de vida saludable. Los adolescentes que desarrollan habilidades de autocuidado (como la gestión de su nutrición, ejercicio y estrés) tienen mayores probabilidades de adoptar hábitos de vida saludables.

Dimensiones del Estilo de Vida en Estudiantes

a. Nutrición

La nutrición es una dimensión clave del estilo de vida que afecta la salud física y el bienestar general de los estudiantes. Según la OMS (2020), una alimentación adecuada es fundamental para el desarrollo físico, la concentración académica y la prevención de enfermedades. Los adolescentes con una dieta balanceada tienen mayores probabilidades de mantener un peso saludable y tener un buen rendimiento académico.

b. Actividad Física

La actividad física está estrechamente relacionada con la salud cardiovascular, el bienestar emocional y la función cognitiva. Según la OMS (2018), la actividad física regular reduce el riesgo de enfermedades crónicas, mejora la autoestima y facilita la regulación del estrés.

c. Manejo del Estrés

El manejo del estrés es esencial para los estudiantes, especialmente en una etapa de la vida marcada por grandes cambios físicos y emocionales. Según Lazarus y Folkman (1984), el manejo adecuado del estrés es clave para el

bienestar emocional y la capacidad de los estudiantes para enfrentar desafíos académicos y sociales (Palomino, 2021).

d. Responsabilidad en Salud

La responsabilidad en salud se refiere a las decisiones conscientes que los estudiantes toman sobre su salud, como evitar el consumo de sustancias nocivas y adoptar hábitos saludables. Un estudio de Piko y Kovacs (2006) sugiere que los adolescentes que tienen un sentido de responsabilidad por su salud tienden a tomar decisiones más saludables.

e. Soporte Interpersonal

El soporte interpersonal juega un papel crucial en el estilo de vida de los adolescentes. Según Berkman y Kawachi (2000), el apoyo social de amigos, familiares y compañeros es esencial para el bienestar emocional y psicológico. El apoyo emocional puede disminuir los efectos negativos del estrés y promover una actitud positiva hacia la vida.

f. Autoactualización

La autoactualización es el proceso de alcanzar el máximo potencial personal. Según Maslow (1943), esta dimensión es fundamental para el desarrollo de la identidad y el bienestar de los adolescentes. La autoactualización está relacionada con la toma de decisiones conscientes que promueven el crecimiento personal y el equilibrio emocional.

Perspectivas del estilo de vida en estudiantes

Perspectiva Histórica

El estilo de vida estudiantil ha cambiado con el tiempo, influenciado por factores sociales, económicos y culturales. En el pasado, los estudiantes se centraban principalmente en el estudio y la disciplina, con pocas actividades extracurriculares (Canova Barrios, 2017). Con la modernidad, el acceso a nuevas tecnologías y la expansión educativa, los estudiantes comenzaron a integrar más actividades recreativas y sociales. Hoy en día, el estilo de vida estudiantil está marcado por el uso de redes sociales, la tecnología digital y las presiones académicas, lo que genera un impacto tanto positivo como negativo en su bienestar y desarrollo personal (Colque-Durand, 2023).

Perspectiva Filosófica

Desde la filosofía, el estilo de vida estudiantil se analiza en términos de autonomía, bienestar y responsabilidad. Los estudiantes deben equilibrar el esfuerzo académico con su salud física y emocional. Sin embargo, las altas expectativas sociales y académicas pueden llevar a estilos de vida desequilibrados, donde se priorizan el rendimiento y la productividad sobre el bienestar. La falta de verdadera autonomía, influenciada por presiones externas, puede resultar en comportamientos poco saludables, como el consumo de sustancias o el estrés excesivo. La filosofía sugiere que los estudiantes deben buscar un desarrollo integral, no solo enfocado en logros académicos (Arturo & Payan, 2023).

Perspectiva epistemológica

El conocimiento sobre el estilo de vida estudiantil se construye a partir de la educación formal y las experiencias sociales y familiares. Tradicionalmente, se ha centrado en aspectos académicos y de salud, pero hoy se reconoce como un fenómeno multidimensional que involucra cultura, relaciones y contexto socioeconómico (Santillán et al., 2019). La epistemología propone un enfoque holístico que combine diversas disciplinas, como la psicología y la sociología, para comprender cómo los estudiantes estructuran sus vidas. Además, este enfoque debe considerar los cambios tecnológicos y globalización, ya que han transformado las expectativas y experiencias de los estudiantes.

3.3. Marco conceptual

Consumo

Definición: El consumo se refiere al acto de ingerir o utilizar algo, en este caso, una sustancia como el alcohol, de manera que afecta al organismo de diversas formas. En un contexto más amplio, el consumo involucra una serie de decisiones y prácticas individuales relacionadas con productos o sustancias. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018), el consumo de sustancias está relacionado con conductas y actitudes que pueden tener efectos a corto o largo plazo en la salud física y mental de los individuos.

Alcohol

Definición: El alcohol es una sustancia psicoactiva que se obtiene por fermentación o destilación de frutas, cereales y otros productos vegetales. Su principal componente activo es el etanol, que afecta el sistema nervioso central, alterando el juicio, el comportamiento y la percepción. Según la OMS (2018), el consumo excesivo de alcohol puede ser perjudicial para la salud, aumentando el riesgo de enfermedades como la cirrosis hepática, trastornos mentales y problemas sociales (Pautassi, 2020).

Estilo de vida

Definición: El estilo de vida se refiere al conjunto de comportamientos, actitudes, prácticas y hábitos que definen cómo una persona vive su vida, incluyendo sus decisiones sobre salud, trabajo, relaciones y tiempo libre. En términos de salud, un estilo de vida saludable está vinculado con una dieta equilibrada, la práctica regular de actividad física y el manejo adecuado del estrés. (Riquelme Cruz, 2021), los estilos de vida influyen significativamente en la salud física y mental de los individuos.

Estudiantes

Definición: Un estudiante es una persona que se dedica al aprendizaje, ya sea en un contexto formal como una escuela, instituto o universidad. Los estudiantes están en una etapa de desarrollo cognitivo, emocional y social, en la que la formación académica juega un papel central. Según Vygotsky (1978), el proceso educativo es fundamental en la construcción del conocimiento y el desarrollo de habilidades cognitivas en los adolescentes.

Institución educativa

Definición: Una institución educativa es una organización dedicada a la enseñanza y el aprendizaje, cuyo propósito es la formación académica y el desarrollo integral de los estudiantes. Estas instituciones pueden ser públicas o privadas, y abarcan diferentes niveles educativos, como primaria, secundaria y superior. Según Durkheim (2002), las instituciones educativas

desempeñan un papel crucial en la socialización de los individuos y en la transmisión de normas y valores sociales.

Problemas emocionales

Definición: Los problemas emocionales son condiciones que afectan el bienestar emocional y psicológico de los individuos. Estos problemas pueden incluir trastornos como ansiedad, depresión, estrés y otros desequilibrios emocionales que dificultan el funcionamiento diario. Según Berk (2013), los problemas emocionales en los adolescentes pueden estar relacionados con factores como la presión social, problemas familiares, y la transición a la adultez.

Rendimiento académico

Definición: El rendimiento académico se refiere a los resultados obtenidos por los estudiantes en sus actividades y evaluaciones escolares. Este concepto incluye tanto las calificaciones obtenidas en pruebas y exámenes como el grado de comprensión de los contenidos, la participación en clase y el desarrollo de habilidades cognitivas. Según Dweck (2006), el rendimiento académico está influenciado por factores como la motivación, las creencias sobre las propias capacidades (mentalidad fija o de crecimiento), y el entorno educativo.

Hábitos de estudio

Definición: Los hábitos de estudio son los métodos, rutinas y comportamientos que los estudiantes emplean para aprender y retener información. Esto incluye la organización del tiempo, la técnica de toma de notas, la concentración, y la manera en que abordan los exámenes y tareas. Según Zimmerman (2002), los hábitos de estudio son fundamentales para el éxito académico, ya que los estudiantes que desarrollan habilidades de autorregulación en su aprendizaje tienen un mejor rendimiento.

Desequilibrios emocionales

Definición: Son alteraciones en el bienestar psicológico que afectan el estado de ánimo, las emociones y el comportamiento, pudiendo llevar a trastornos como la ansiedad, depresión o estrés (Iordachescu et al., 2021). Estos desequilibrios interfieren en la capacidad de una persona para funcionar adecuadamente en su vida diaria.

Problemas familiares

Definición: Son conflictos o tensiones dentro del núcleo familiar, que pueden involucrar desacuerdos, malentendidos o comportamientos disfuncionales, afectando las relaciones entre sus miembros. Estos problemas pueden generar estrés emocional, dificultades en la comunicación y un impacto negativo en la salud mental de los involucrados (Cetina et al., 2011).

IV. METODOLOGÍA

El enfoque cuantitativo se basa en la recolección y análisis de datos numéricos, utilizando herramientas estadísticas para interpretar y generalizar los resultados. Este enfoque permite medir variables de manera objetiva y estudiar fenómenos a través de la identificación de patrones y relaciones entre variables. Según Hernández Sampieri et al., (2014), el enfoque cuantitativo se utiliza para probar hipótesis y teorías, y es particularmente adecuado para estudios de gran escala donde se busca obtener una visión general de las tendencias o comportamientos.

4.1. Tipo y Nivel de Investigación

Tipo de Investigación

La investigación corresponde al tipo básica (o fundamental) tiene como propósito principal ampliar el conocimiento general sobre fenómenos, sin necesariamente buscar una aplicación práctica inmediata. Se centra en la teoría y en la creación de nuevos marcos conceptuales que expliquen diversos fenómenos. Su objetivo es contribuir al conocimiento científico de una disciplina, sin una orientación hacia la solución directa de problemas específicos. Según Roberto Hernández Sampieri, (2018), la investigación básica busca principalmente la generación de teorías y principios que amplíen la comprensión de los fenómenos estudiados.

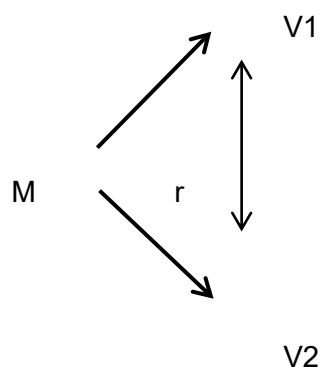
Nivel de Investigación, se ubica en el tercer nivel, denominado correlacional, Según Hernández Sampieri, Fernández-Collado y Baptista Lucio (2014), el nivel correlacional "busca conocer la relación o grado de asociación entre dos o más conceptos o variables en una población en particular, permitiendo observar si un cambio en una variable se asocia con un cambio en otra, aunque no implica causalidad entre ellas". Este tipo de investigación se centra en medir y analizar la fuerza y dirección de las relaciones entre variables, sin que el investigador manipule las condiciones del estudio

4.2. Diseño de Investigación

Diseño No Experimental de Tipología Descriptiva Correlacional de Corte Transversal

Un diseño no experimental es un tipo de estudio en el cual el investigador no manipula las variables del fenómeno de estudio, sino que observa y analiza lo que ocurre de manera natural. En un diseño descriptivo-correlacional, el investigador se enfoca en observar las relaciones entre las variables sin intervenir directamente, describiendo el comportamiento o fenómeno y explorando las correlaciones entre distintas variables. Según Tamayo y Tamayo, (1980), este tipo de diseño busca describir las características de un fenómeno y, en algunos casos, identificar las relaciones entre ellas, sin inferir causalidad (Hernández Sampieri, 2018).

Corte Transversal: Un estudio transversal se caracteriza por la recopilación de datos en un único momento temporal, permitiendo analizar una situación o fenómeno en un periodo específico. Según Hernández Sampieri, (2015), los estudios transversales son útiles para obtener una visión global y actual de un fenómeno, pero no permiten establecer relaciones causales debido a la falta de temporalidad en los datos recolectados.



Donde:

M : Muestra

V1 : Consumo de alcohol

V2 : Estilo de vida en estudiantes

r : Relación de V1 y V2

4.3. Hipótesis general y específicas

4.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre el consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa publica, puno 2025.

4.3.2. Hipótesis específicas

- El consumo de alcohol tiene relación con la nutrición en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.
- El consumo de alcohol tiene relación con la actividad física de los estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.
- El consumo de alcohol tiene relación con el manejo del estrés en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.
- El consumo de alcohol tiene relación con la responsabilidad en salud en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.
- El consumo de alcohol tiene relación con el soporte interpersonal en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.
- El consumo de alcohol tiene relación con la autoactualización en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

4.4. Identificación de las variables

Variable X

Consumo de alcohol

Definición conceptual

El consumo de alcohol es la ingesta de bebidas alcohólicas que puede generar efectos psicoactivos, sociales y de salud en las personas (Edman, 2020). Cuando se realiza de manera excesiva o habitual, puede llevar a un consumo de riesgo, síntomas de dependencia y daños a la salud, tanto física como mental, conocidos como consumo perjudicial.

Dimensiones DE LA VX

- Consumo de riesgo
- Síntoma de dependencia
- Consumo perjudicial de alcohol

Definición operacional

El consumo de alcohol se refiere a la ingesta de bebidas alcohólicas, evaluado a través de la frecuencia y cantidad de consumo. Este se analizará en tres dimensiones específicas, con el objetivo de estudiar su relación con el estilo de vida, representadas por D1, D2 y D3. Las dimensiones de estudio incluyen: consumo de riesgo, síntomas de dependencia y consumo perjudicial de alcohol, cada una enfocada en identificar los efectos y patrones que vinculan el consumo de alcohol con el bienestar general de los individuos.

VARIABLE Y

Estilo de vida en estudiantes

Definición conceptual

El estilo de vida en estudiantes se refiere a sus hábitos, actividades diarias, valores, salud física y emocional, y relaciones sociales (Lema et al., 2021).

dimensiones de la VY

- Nutrición
- Actividad física
- Manejo del estrés

- Responsabilidad en salud
- Soporte interpersonal
- Autoactualización

Definición operacional

El estilo de vida estudiantil se refiere a los hábitos y comportamientos de los estudiantes en áreas clave como la actividad física, los hábitos alimenticios, las relaciones sociales, el manejo del tiempo y la salud general. Este concepto se mide a través de encuestas estructuradas y se compone de seis dimensiones específicas: nutrición, actividad física, manejo del estrés, responsabilidad en salud, soporte interpersonal y autoactualización (D4, D5, D6, D7, D8, D9). Cada una de estas dimensiones refleja un aspecto integral del bienestar y la calidad de vida de los estudiantes.

4.5. Matriz de operacionalización de variables

Tabla 1. Operacionalización

Variable x

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de medida	Tipo	Escala de valor
	1.1. Consumo de riesgo	Frecuencia del consumo de alcohol.	Nunca Uno o menos veces al mes De 2 a 4 veces al mes De 2 a 3 más veces a la semana 4 o más veces a la semana		
		Cantidad de bebidas alcohólicas consumidas en una sesión.	1 o 2 3 o 4 5 o 6 De 7 a 9 10 a más		
		Frecuencia de consumo excesivo de alcohol (episodios de "binge drinking").	Nunca Menos de una vez al mes Mensualmente		

VARIABLE X CONSUMO DE ALCOHOL			Semanalmente A diario o casi a diario	Cualitativa politómica	Nominal
	1.2. Síntoma de dependencia	Incapacidad para controlar el consumo de alcohol.	Nunca Menos de una vez al mes		
		Impacto negativo del consumo en las responsabilidades y metas personales.	Mensualmente Semanalmente A diario o casi a diario		
		Necesidad de beber para aliviar efectos de resaca, signo de dependencia.			
	1.3. Consumo perjudicial de alcohol	Sentimientos de culpa relacionados con el consumo de alcohol.	Nunca Menos de una vez al mes Mensualmente		
		Amnesia o pérdida de memoria relacionada con el consumo de alcohol.	Semanalmente A diario o casi a diario		
		Consecuencias físicas y de seguridad derivadas del consumo de alcohol.	No Sí, pero no en el curso del último año		
		Preocupación de los demás sobre el consumo de alcohol, señal de daño	Sí, el último año		

Variable Y

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de medida	Tipo	Escala de valor
VARIABLE Y Estilo de vida	Nutrición	Consumo de alimentos al levantarse. Selección de comidas sin químicos o conservantes artificiales. Realización de tres comidas al día. Lectura de etiquetas para identificar nutrientes. Inclusión de alimentos ricos en fibra. Planificación de comidas equilibradas con nutrientes esenciales.	1: Nunca (N) 2: A veces (AV)	Cualitativa politómica	Nominal
	Actividad física	Realización de ejercicios para relajar los músculos al menos tres veces por semana. Ejercicio vigoroso de 20-30 minutos, al menos tres veces por semana. Participación en actividades físicas supervisadas. Control del pulso durante el ejercicio. Participación en actividades recreativas como caminar, nadar, fútbol, ciclismo.			

	Manejo del estrés	Dedicación diaria a la relajación. Conciencia de las fuentes de estrés en la vida. Participación en actividades físicas para reducir el estrés. Relajación muscular antes de dormir. Enfoque en pensamientos agradables antes de dormir. Consulta a profesionales sobre salud y bienestar. Uso de métodos específicos para manejar el estrés.	3: Frecuentemente (FR) 4: Rutinariamente (RU)		
	Responsabilidad en salud	Comunicación con el médico sobre síntomas extraños. Conocimiento de los niveles de colesterol. Lectura de material educativo sobre salud. Consulta con otros médicos cuando no estás de acuerdo con una recomendación. Discusión con profesionales sobre inquietudes de salud. Medición y conocimiento de la presión arterial.			

		Participación en programas educativos sobre el medio ambiente. Expresión positiva de sentimientos. Monitoreo mensual del cuerpo para detectar cambios de salud. Participación en programas de educación sobre salud personal.			
	Soporte interpersonal	Discusión de preocupaciones personales con cercanos. Elogio fácil a otros por sus éxitos. Expresión y recepción de cariño. Mantenimiento de relaciones interpersonales satisfactorias. Tiempo dedicado a amigos cercanos. Expresión de amor y afecto hacia los demás. Muestra y recepción de afecto físico (abrazos, caricias).			
	Autoactualización	Sentimiento de autoestima y amor propio. Actitud optimista y entusiasta hacia la vida. Crecimiento personal y cambio positivo. Sensación de felicidad y bienestar.			

		Conciencia de las propias capacidades y debilidades. Trabajo hacia metas a largo plazo. Visión positiva del futuro. Conciencia de lo que es importante en la vida. Respeto por los propios logros. Enfoque en la vida como interesante y desafiante. Satisfacción con el entorno de vida. Realismo en las metas personales. Creencia en el propósito de la vida.			
--	--	---	--	--	--

4.6. Población y Muestra

Población

La población es el conjunto de elementos considerados en una investigación Otzen & Manterola, (2017), en esta investigación está compuesta por todos los estudiantes de entre 15 y 17 años de edad, matriculados en la institución educativa pública seleccionada en Puno durante el año 2024. La población de estudio incluye a aquellos estudiantes que, de acuerdo con la normativa educativa del país, cursan los niveles de secundaria, es decir, de 3.º a 5.º de secundaria 510, estudiantes.

Tabla 2. Población de estudio

Item	Descripción	Total
1	Gran Unidad Escolar San Carlos Puno.	120.00
2	Institución Educativa Glorioso San Carlos	80.00
3	Institución Educativa María Auxiliadora	110.00
4	Institución Educativa Santa Rosa	90.00
5	Institución Educativa 45 Emilio Romero Padilla	110.00
Total		510.00

Muestra

La muestra fue un subconjunto representativo de la población mencionada por Colín, (2016), que fue seleccionada mediante un muestreo aleatorio estratificado. Este tipo de muestreo permitió asegurar que se incluyeran estudiantes de distintos años de la secundaria (3.º, 4.º y 5.º de secundaria) y que la muestra fuera representativa en términos de género (hombres y mujeres).

Tabla 3. *Tabla de Fisher, Arkin y Colton*

% error	+ - 1%	+ - 2%	+ - 3%	+ - 4%	+ - 5%	+ - 10%
Población total	N ₁	N ₂	N ₃	N ₄	N ₅	N ₁₀
500	-	-	-	-	222	83
1000	-	-	-	385	286	91
1500	-	-	638	441	316	94
2000	-	-	714	476	333	95
2500	-	1250	769	500	345	96
3000	-	1364	811	520	353	97
3500	-	1458	843	530	359	98
4000	-	1538	870	541	364	98
4500	-	1607	891	546	367	98
5000	-	1667	909	556	370	98
6000	-	1765	938	566	375	99
7000	-	1842	959	574	378	99
8000	-	1905	976	580	381	99
9000	-	1957	989	584	383	99
10000	5000	2000	1000	588	385	99
15000	6000	2143	1034	600	390	100
20000	6667	2222	1053	606	392	100
25000	7143	2273	1064	610	394	100
50000	8333	2381	1087	617	397	100
100000	9091	2439	1099	621	398	100
+ de 100000	10000	2500	1111	625	400	100

"El tamaño de la muestra se calculó mediante fórmulas estadísticas considerando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, según , Suárez (2011). En función del tamaño total de la población (aproximadamente 510 estudiantes), la muestra estimada fue de alrededor de 222 estudiantes."

Aspectos éticos

El presente trabajo de investigación cumple con los reglamentos establecidos de la universidad por tal sentido la investigación es de mi autoría propia por lo que cumple los siguientes aspectos (Weil, 2021).

Autonomía: Los participantes deben ser informados sobre el propósito, procedimientos y riesgos del estudio, y dar su consentimiento de manera voluntaria, sin coacción.

Justicia: Todos los participantes deben ser tratados equitativamente, asegurando una muestra representativa y que los beneficios del estudio lleguen a toda la comunidad, especialmente a los más vulnerables.

Benevolencia: La investigación debe buscar el beneficio de los participantes, mejorando la comprensión del consumo de alcohol y promoviendo el bienestar de los adolescentes.

Maleficencia: Se deben evitar daños físicos, psicológicos o sociales a los participantes, minimizando los riesgos y protegiendo su privacidad y bienestar.

Comité de ética: El protocolo de investigación había sido aprobado por el comité de ética de la universidad, garantizando que se cumplieran los principios éticos mencionados y se protegieran los derechos de los participantes durante todo el proceso de la investigación.

4.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

Técnica. - Encuesta (Cuestionario Estructurado)

La técnica principal para la recolección de datos fue una encuesta estructurada a través de un cuestionario que se administró a los estudiantes seleccionados (Tamayo & Siesquen, 2008). El cuestionario incluyó preguntas cerradas (tipo Likert, de opción múltiple, etc.) relacionadas con el consumo de alcohol, las actitudes hacia el consumo de alcohol y el estilo de vida de los estudiantes.

Instrumentos de Recolección de Información

Cuestionario sobre Consumo de Alcohol:

El cuestionario incluyó preguntas sobre la frecuencia de consumo de alcohol, síntomas de dependencia y consumo perjudicial de alcohol.

Se utilizaron escalas como la Escala de Consumo de Alcohol de la OMS (AUDIT), que es una herramienta validada para medir el consumo de alcohol y los riesgos asociados con el mismo.

Tabla 4. *Ficha técnica para consumo de alcohol*

Instrumento	Cuestionario sobre el consumo de alcohol (AUDIT)
Objetivo	Evaluar el consumo de alcohol y los posibles riesgos asociados en estudiantes de secundaria.
Responsable de la investigación	Bach. Frinne Yesenia Coaquira Acero Bach. Diego Armando Ramos Mamani
Población objetivo	Estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Puno.
Finalidad	Fines académicos exclusivamente, con respuestas confidenciales.
Instrucciones	Marcar con una "X" la opción que mejor describa el comportamiento. Las respuestas son confidenciales.
Dimensiones e ítems evaluados	1. Consumo de riesgo 2. Síntomas de dependencia 3. Consumo perjudicial de alcohol
Escala de valoración	Escala de Likert

Cuestionario de Estilo de Vida:

El cuestionario de estilo de vida incluirá secciones sobre:

Nutrición: Hábitos alimenticios, frecuencia de consumo de alimentos saludables.

Actividad física: Frecuencia y tipo de actividad física realizada por los estudiantes.

Manejo del estrés: Estrategias utilizadas por los estudiantes para manejar el estrés.

Responsabilidad en salud: Conocimiento y actitudes hacia la salud personal y preventiva.

Soporte interpersonal: Red de apoyo social y relaciones interpersonales.

Autoactualización: Grado de desarrollo personal, autoestima y objetivos de vida.

Tabla 5. *Ficha técnica para estilo de vida*

Ficha Técnica del Cuestionario de Estilo de Vida (CEV)	Descripción
Nombre del Instrumento	Cuestionario de Estilo de Vida (CEV)
Objetivo	Evaluar los hábitos de estilo de vida en estudiantes, enfocado en aspectos clave como nutrición, actividad física, manejo del estrés, responsabilidad en salud, soporte interpersonal y autoactualización.
Variables que mide	Nutrición, actividad física, manejo del estrés, responsabilidad en salud, soporte interpersonal y autoactualización.
Tipo de escala	Escala Likert de 1 a 5, 1: Nunca (N) 2: A veces (AV) 3: Frecuentemente (FR) 4: Rutinariamente (RU)
Número de ítems	48 ítems distribuidos en 6 secciones.
Población objetivo	Estudiantes de secundaria, entre 15 a 17 años.
Tiempo de aplicación	Aproximadamente 15-20 minutos.

Autor	Bach. Frinne Yesenia Coaquira Acero Bach. Diego Armando Ramos Mamani
Año de desarrollo	2025.

Datos Psicométricos

Datos	Descripción
Psicométricos	
Validez de contenido	Determinada por la revisión de expertos en nutrición, actividad física, psicología y promoción de la salud, para asegurar que cada ítem evalúa adecuadamente los componentes de un estilo de vida saludable.
Consistencia interna	Medida mediante el coeficiente alfa de Cronbach para cada dimensión. Un alfa superior a 0.70 suele ser considerado aceptable; idealmente, se calcula un coeficiente para cada dimensión (nutrición, actividad física, etc.) para verificar la coherencia entre los ítems de cada área.

4.8. Técnicas de Análisis e Interpretación de Datos

Técnicas de Análisis de Datos

Análisis Estadístico descriptivo:

Se utilizó un análisis estadístico descriptivo para examinar las características generales de las variables recolectadas (frecuencia de consumo de alcohol, hábitos de estilo de vida, etc.).

Se calcularon frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar para obtener una visión global de los patrones de consumo de alcohol y estilo de vida en los estudiantes.

Análisis inferencial

Para investigar la relación entre el consumo de alcohol y las distintas dimensiones del estilo de vida, se aplicó un análisis correlacional, utilizando el coeficiente de correlación de Pearson si las variables eran continuas.

Los resultados obtenidos a través del análisis estadístico fueron interpretados en función de las hipótesis planteadas, comparando la relación entre el consumo de alcohol y las distintas dimensiones del estilo de vida.

Se verificó si existían diferencias significativas en los estilos de vida entre los estudiantes que consumieron alcohol de manera riesgosa y los que no.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados - Descriptivos

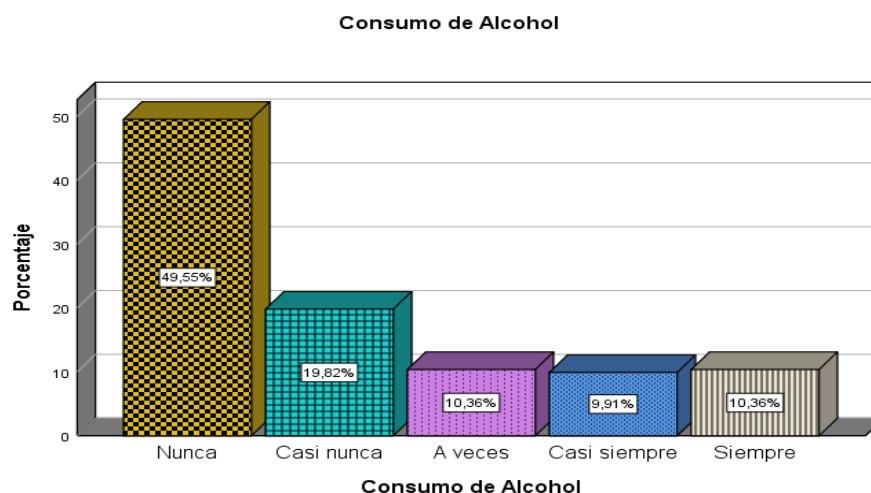
Tabla 6.

Consumo de alcohol estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Nunca	110	49,5
Casi nunca	44	19,8
A veces	23	10,4
Casi siempre	22	9,9
Siempre	23	10,4
Total	222	100,0

Figura 1.

Consumo de alcohol estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



El consumo de alcohol entre estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno muestra que el 49.5% de los estudiantes nunca consumen alcohol. Un 19.8% afirma que lo hace casi nunca, mientras que un 10.4% lo consume "a veces". El 9.9% lo hace casi siempre y otro 10.4% siempre consume

alcohol. En total, 222 estudiantes participaron en la encuesta, y los datos reflejan una diversidad de comportamientos, con la mayoría indicando que no tienen hábitos frecuentes de consumo. Sin embargo, una proporción significativa de estudiantes reporta un consumo en diversos grados, lo que resalta la necesidad de programas de prevención y sensibilización en la comunidad educativa.

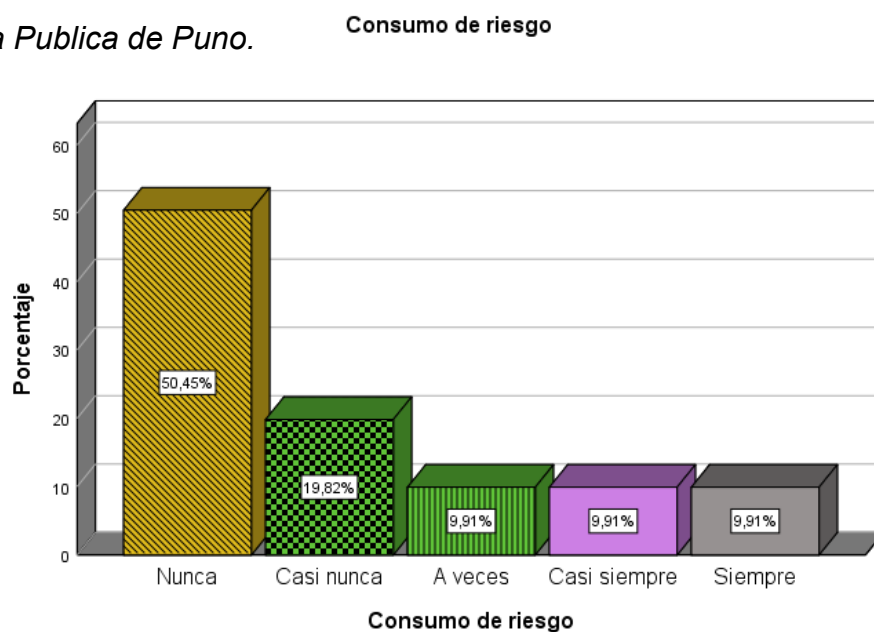
Tabla 7.

Consumo de riesgo de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Nunca	112	50,5
Casi nunca	44	19,8
A veces	22	9,9
Casi siempre	22	9,9
Siempre	22	9,9
Total	222	100,0

Figura 2.

Consumo de riesgo de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En cuanto al consumo de riesgo de alcohol en estudiantes de 15 a 17 años de una institución educativa pública en Puno, los resultados muestran que el 50.5% de los estudiantes nunca han consumido alcohol de manera riesgosa. Un 19.8% lo hace casi nunca, mientras que un 9.9% lo consume "a veces". De igual manera, el 9.9% de los estudiantes lo hace casi siempre, y un 9.9% siempre consume alcohol de forma riesgosa. Estos resultados indican que, aunque una mayoría significativa no presenta patrones de consumo de riesgo, una proporción considerable de estudiantes tiene hábitos que podrían poner en riesgo su salud, lo que subraya la importancia de implementar programas educativos y preventivos sobre el consumo de alcohol en esta población.

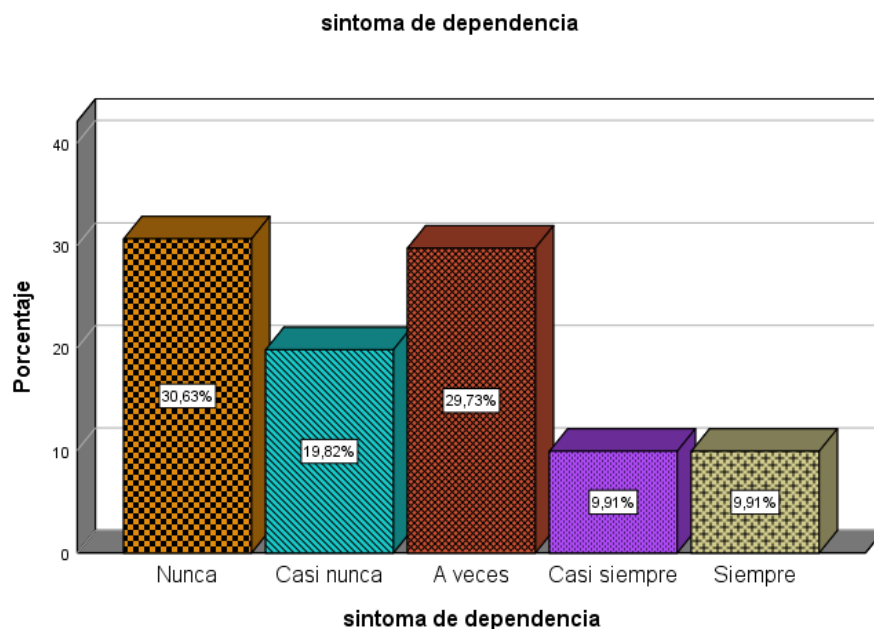
Tabla 8.

Síntoma de dependencia de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Nunca	68	30,6
Casi nunca	44	19,8
A veces	66	29,7
Casi siempre	22	9,9
Siempre	22	9,9
Total	222	100,0

Figura 3.

Síntoma de dependencia de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En relación con los síntomas de dependencia de alcohol en estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los datos indican que un 30.6% de los estudiantes nunca presentan síntomas de dependencia. Un 19.8% manifiesta estos síntomas "casi nunca", mientras que un 29.7% lo hace "a veces". Un 9.9% presenta síntomas de dependencia "casi siempre" y otro 9.9% los experimenta "siempre". Estos resultados reflejan que, aunque una proporción importante de estudiantes no muestra señales claras de dependencia, existe un porcentaje significativo que sí presenta indicios de esta problemática. Esto resalta la necesidad de intervenciones preventivas y de apoyo psicológico para abordar el consumo problemático de alcohol en los jóvenes.

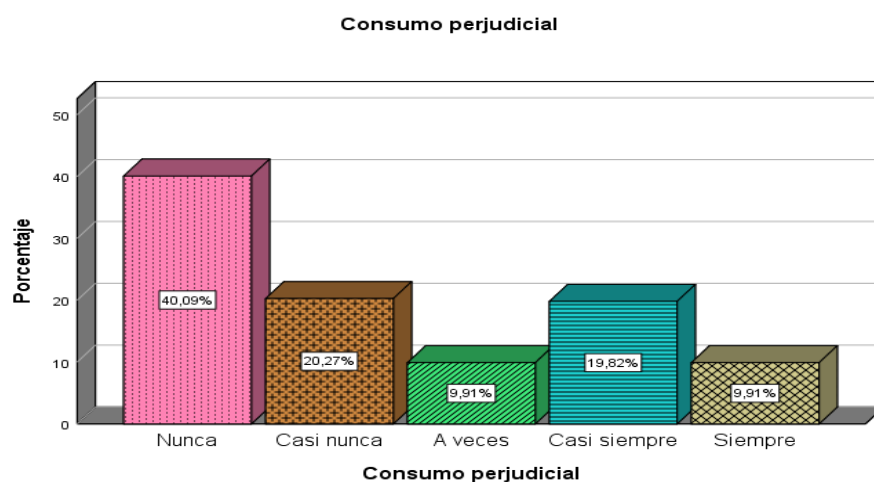
Tabla 9.

Consumo perjudicial de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.

Niveles	f	F
Nunca	89	40,1
Casi nunca	45	20,3
A veces	22	9,9
Casi siempre	44	19,8
Siempre	22	9,9
Total	222	100,0

Figura 4

Consumo perjudicial de alcohol en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.



El consumo perjudicial de alcohol entre estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno revela que un 40.1% de los estudiantes nunca han experimentado este tipo de consumo. Un 20.3% lo hace "casi nunca", mientras que un 9.9% lo hace "a veces". Sin embargo, un 19.8% indica que consume alcohol de manera perjudicial "casi siempre" y un 9.9% lo hace "siempre". Estos datos sugieren que, aunque una parte significativa de los estudiantes no se ve afectada por el consumo perjudicial de alcohol, existe un grupo considerable que sí está

expuesto a comportamientos de consumo que podrían comprometer su salud y bienestar. Esto subraya la necesidad de estrategias de prevención y sensibilización en la comunidad escolar.

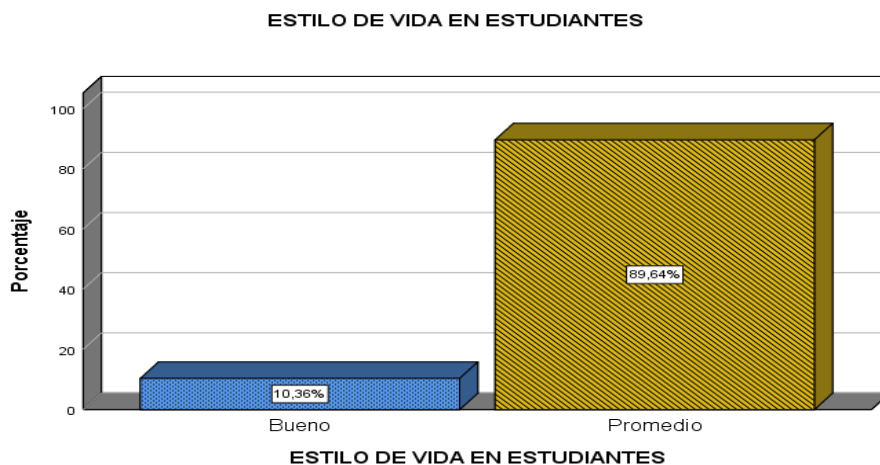
Tabla 10

Estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.

Niveles	f	F
Bueno	23	10,4
Promedio	199	89,6
Total	222	100,0

Figura 5.

Estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.



El estilo de vida de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno refleja que la mayoría, un 89.6%, tiene un estilo de vida promedio. Solo un 10.4% de los estudiantes presenta un estilo de vida considerado bueno. Este patrón sugiere que, aunque la gran mayoría de los estudiantes mantienen hábitos razonables en su vida diaria, hay un porcentaje reducido que sigue un estilo de vida más saludable o equilibrado. Este dato puede indicar la necesidad de

reforzar programas educativos y de bienestar que fomenten hábitos de vida más saludables entre los estudiantes, promoviendo el ejercicio, la alimentación balanceada y la salud mental.

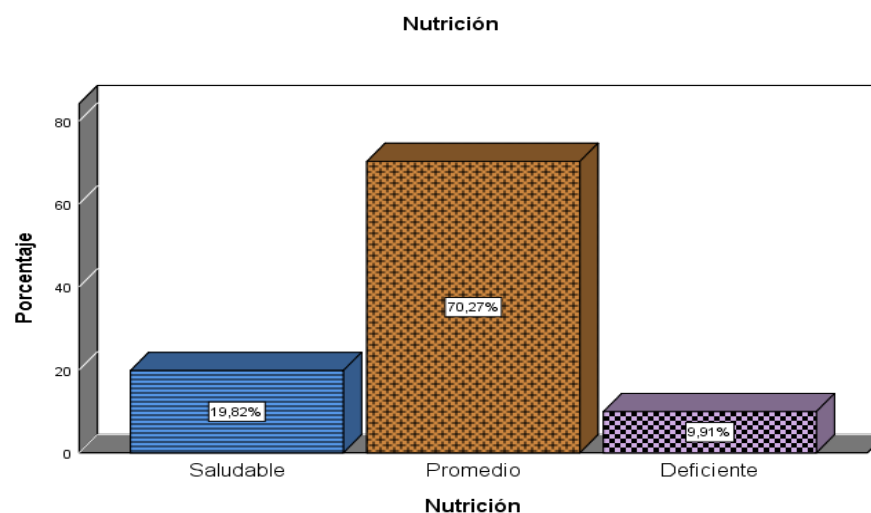
Tabla 11

Nutrición de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Saludable	44	19,8
Promedio	156	70,3
Deficiente	22	9,9
Total	222	100,0

Figura 6.

Nutrición de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En cuanto a la nutrición de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los datos muestran que el 19.8% de los estudiantes mantiene una nutrición considerada saludable. La mayoría, un 70.3%, tiene una nutrición promedio, mientras que un 9.9% presenta una nutrición deficiente. Este panorama sugiere que, aunque la mayoría de los estudiantes tienen una

alimentación aceptable, un porcentaje significativo no sigue hábitos nutricionales adecuados. Este hecho destaca la importancia de implementar programas de educación nutricional que fomenten una alimentación más balanceada y saludable entre los estudiantes, con el fin de prevenir problemas de salud a largo plazo.

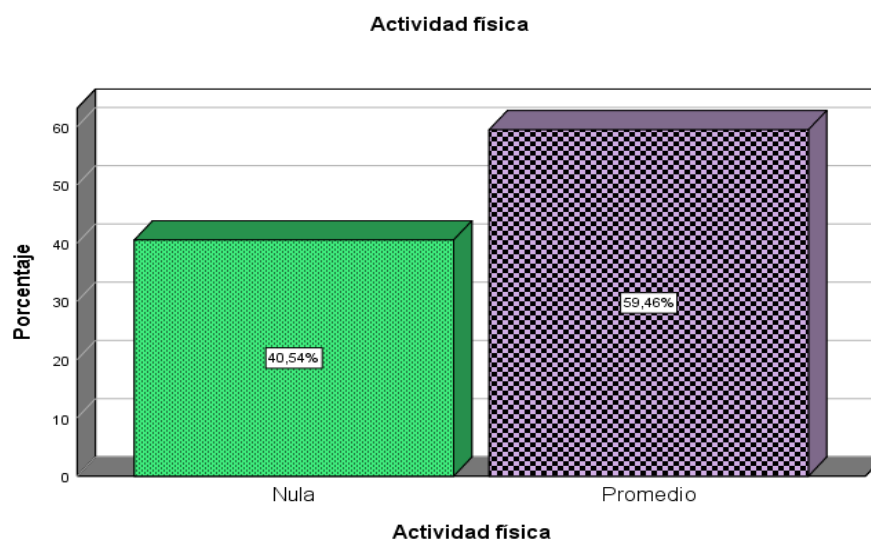
Tabla 12.

Actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.

Niveles	f	F
Nula	90	40,5
Promedio	132	59,5
Total	222	100,0

Figura 7.

Actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Pública de Puno.



En relación con la actividad física de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los datos revelan que un 40.5% de los estudiantes no realizan ninguna actividad física. Por otro lado, un 59.5% tiene un

nivel de actividad física promedio. Esto indica que una proporción considerable de estudiantes no participa en actividades físicas regularmente, lo que podría tener implicaciones negativas para su salud a largo plazo. Es importante promover la práctica de ejercicio físico en la escuela, ofreciendo más oportunidades para que los estudiantes se involucren en actividades deportivas y fomentando hábitos activos que contribuyan a su bienestar físico y mental.

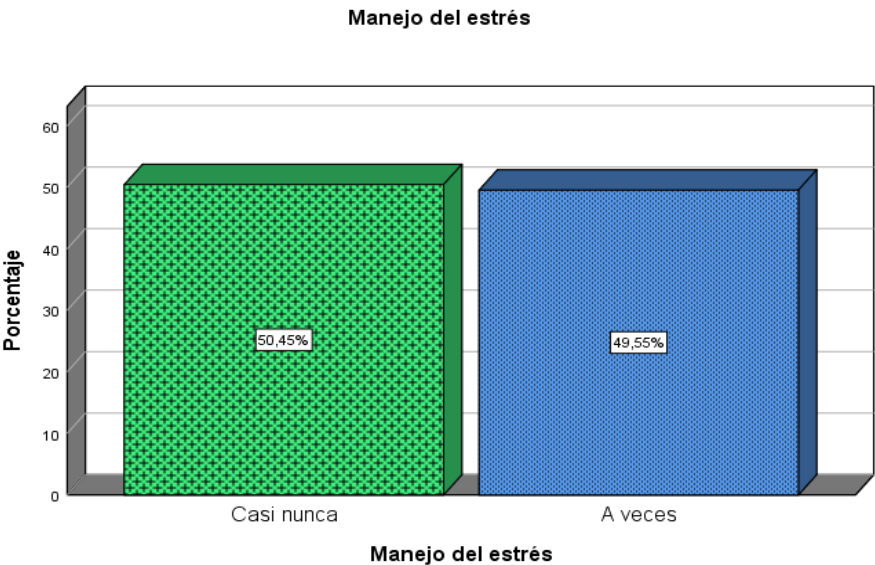
Tabla 13.

Manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno

Niveles	f	F
Casi nunca	112	50,5
A veces	110	49,5
Total	222	100,0

Figura 8.

Manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno



En cuanto al manejo del estrés en estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los resultados indican que el 50.5% de los estudiantes maneja el estrés "casi nunca", mientras que el 49.5% lo hace "a veces". Estos datos reflejan una distribución casi equitativa en cuanto a la capacidad de los estudiantes para manejar el estrés, lo que sugiere que muchos jóvenes pueden enfrentar dificultades para lidiar con situaciones estresantes de manera efectiva. Esto subraya la necesidad de implementar programas de apoyo psicológico y estrategias de manejo del estrés en las escuelas, con el fin de ayudar a los estudiantes a desarrollar herramientas para enfrentar los desafíos emocionales y académicos de manera saludable.

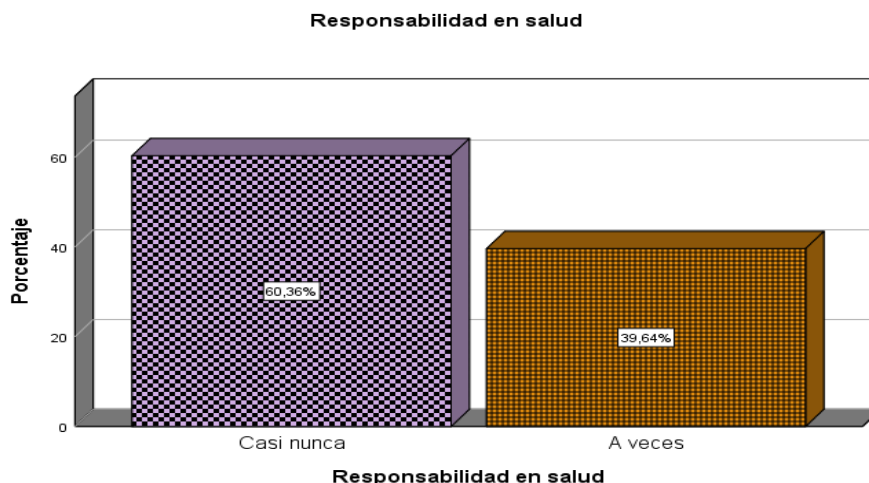
Tabla 14.

Responsabilidad en salud de estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Casi nunca	134	60,4
A veces	88	39,6
Total	222	100,0

Figura 9.

Responsabilidad en salud de estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En relación con la responsabilidad en salud de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los resultados muestran que el 60.4% de los estudiantes asume la responsabilidad en salud "casi nunca", mientras que el 39.6% lo hace "a veces". Estos datos sugieren que una mayoría significativa de los estudiantes no toma un papel activo en su salud de manera regular, lo que puede reflejar una falta de conciencia o interés en mantener hábitos saludables. Esta situación resalta la necesidad de implementar programas educativos que fomenten la responsabilidad personal sobre la salud, enseñando a los jóvenes a adoptar hábitos de vida saludables y a ser más conscientes de su bienestar físico y mental.

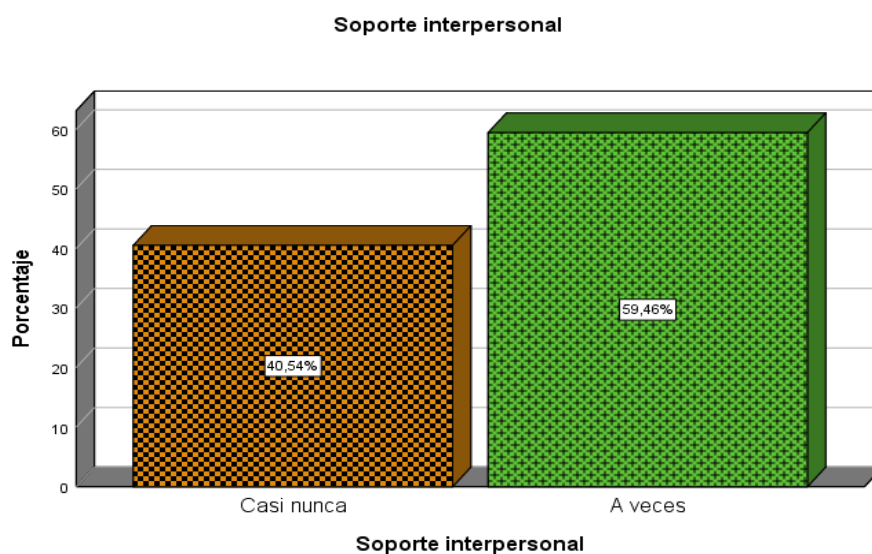
Tabla 15.

Soporte interpersonal de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Casi nunca	90	40,5
A veces	132	59,5
Total	222	100,0

Figura 10.

Soporte interpersonal de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En cuanto al soporte interpersonal de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los datos indican que el 40.5% de los estudiantes experimenta un soporte interpersonal "casi nunca", mientras que el 59.5% lo experimenta "a veces". Esto sugiere que la mayoría de los estudiantes recibe apoyo interpersonal de manera esporádica, lo que podría reflejar una falta de redes de apoyo constante en su entorno cercano. Esta situación destaca la importancia de fomentar relaciones sociales saludables y la creación de espacios donde los estudiantes puedan contar con el respaldo emocional de sus compañeros, familiares y docentes, lo que podría mejorar su bienestar general y su capacidad para enfrentar dificultades emocionales

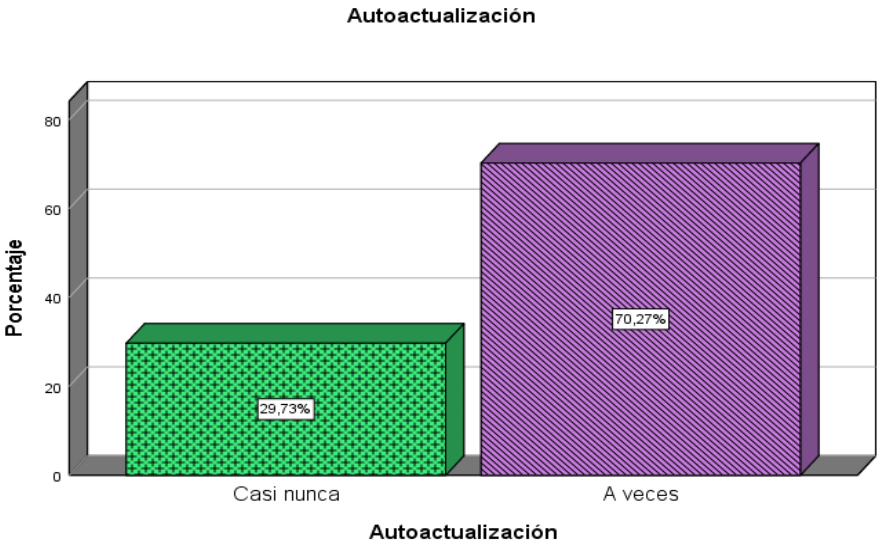
Tabla 16.

Autoactualización de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.

Niveles	f	F
Casi nunca	66	29,7
A veces	156	70,3
Total	222	100,0

Figura 11.

Autoactualización de los estudiantes entre 15 a 17 años en Institución Educativa Publica de Puno.



En relación con la autoactualización de los estudiantes de 15 a 17 años en una institución educativa pública de Puno, los datos muestran que el 29.7% de los estudiantes experimenta procesos de autoactualización "casi nunca", mientras que el 70.3% lo hace "a veces". Esto indica que, aunque la mayoría de los estudiantes experimenta momentos de desarrollo personal y crecimiento, no lo hacen de manera constante o regular. La autoactualización, que está relacionada con el logro del potencial personal, parece ser una experiencia esporádica para estos jóvenes. Este panorama resalta la necesidad de promover actividades y programas educativos que fomenten el autoconocimiento, el desarrollo de habilidades y el crecimiento personal, con el fin de ayudar a los estudiantes a alcanzar su máximo potencial.

5.2. Presentación De Resultados – Tablas Cruzadas

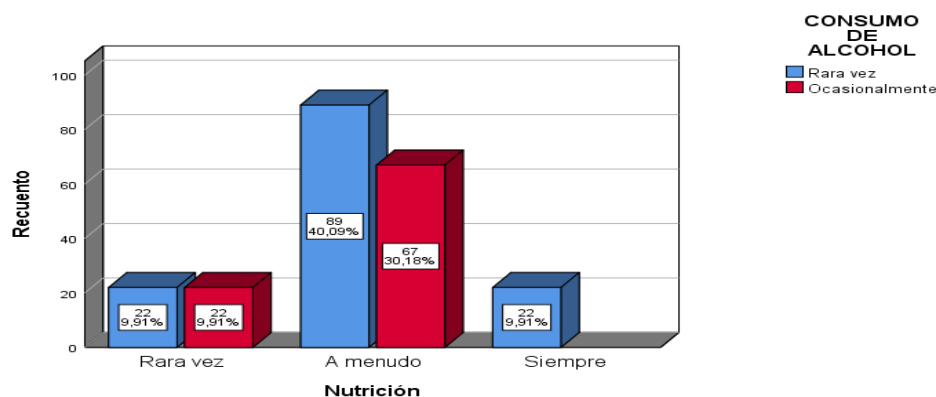
Tabla 17.

Consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública

Nutrición		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez consume	A veces consume	
	N	22	22	44
Nutrición saludable	%	9,9%	9,9%	19,8%
Nutrición promedio	N	89	67	156
	%	40,1%	30,2%	70,3%
Nutrición deficiente	N	22	0	22
	%	9,9%	0,0%	9,9%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 12.

Consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.



La relación entre consumo de alcohol y nutrición en estudiantes de entre 15 y 17 años de una institución educativa pública en Puno en 2025 revela patrones interesantes en cuanto a sus hábitos de salud. En términos de nutrición, el 70,3% de los 156 estudiantes encuestados indican que tienen una nutrición promedio, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes mantiene una alimentación relativamente balanceada, acorde con recomendaciones de salud que promueven una dieta equilibrada para el adecuado desarrollo físico y cognitivo en la adolescencia (OMS, 2020). Sin embargo, un 19,8% de los estudiantes, equivalente a 44 personas, expresan que su nutrición es saludable, lo que podría reflejar deficiencias en el acceso a alimentos saludables o la influencia de hábitos poco saludables comunes entre los adolescentes, como el consumo de comida rápida y poco nutritiva. Además, solo el 9,9% de la muestra, es decir, 22 estudiantes, manifiestan que su nutrición es deficiente, lo que indica que este grupo tiene una mayor conciencia o acceso a hábitos alimenticios más saludables, un factor clave para el rendimiento académico y el bienestar general en los adolescentes.

En cuanto al consumo de alcohol, el 40,1% de los 89 estudiantes encuestados reportan que su consumo de alcohol es rara vez, lo que puede indicar un control sobre este comportamiento de riesgo. Este dato es relevante, ya que el consumo ocasional de alcohol entre adolescentes, según estudios de la OMS, está asociado con una mayor predisposición a desarrollar hábitos poco saludables en el futuro,

incluida una alimentación desbalanceada (WHO, 2018). Por otro lado, un 30,2% de los 67 estudiantes encuestados reportan que su consumo de alcohol es a veces, lo que refleja una tendencia hacia la moderación, pero también indica que una parte significativa de los estudiantes consume alcohol en circunstancias no regulares, lo cual sigue siendo un comportamiento de riesgo.

Este análisis sugiere que, aunque una gran parte de los estudiantes presenta hábitos nutricionales relativamente buenos, existe un porcentaje considerable de ellos que, a pesar de llevar una nutrición moderadamente adecuada, también experimentan con el consumo ocasional de alcohol. Estos patrones subrayan la importancia de una educación integral en salud que aborde tanto la nutrición como los comportamientos de riesgo, considerando que ambos factores pueden influir en el bienestar físico y emocional de los adolescentes.

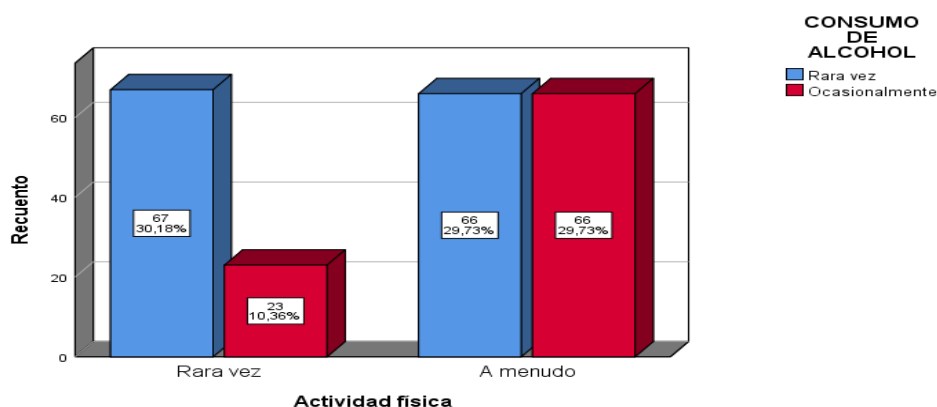
Tabla 18.

Consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública

Actividad física		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez	A veces	
Nula	N	67	23	90
	%	30,2%	10,4%	40,5%
Promedio	N	66	66	132
	%	29,7%	29,7%	59,5%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 13.

Consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública



actividad física, el 59,5% de los 132 estudiantes encuestados señala que realiza ejercicio de a veces en cuando, lo que sugiere que una mayoría significativa de los estudiantes mantiene un nivel relativamente alto de actividad física, un factor crucial para el desarrollo físico y psicológico durante la adolescencia. La actividad física regular está asociada con múltiples beneficios para la salud, como la mejora del rendimiento académico, el bienestar emocional y la reducción de comportamientos de riesgo, como el consumo de sustancias (OMS, 2020). Sin embargo, el 40,5% restante de los estudiantes, equivalente a 90 personas, indica que su actividad física es nula, lo que refleja una preocupación por la falta de hábitos saludables entre una porción considerable de la población estudiada. Esto podría estar relacionado con la falta de motivación, la accesibilidad a instalaciones deportivas o la influencia de otros factores sociales que limitan la práctica regular de ejercicio.

En cuanto al consumo de alcohol, un 30,2% de los 67 estudiantes encuestados afirma que rara vez consume alcohol, lo que sugiere una moderación en este comportamiento. Este patrón puede ser interpretado como un signo positivo, ya que la adolescencia es una etapa crítica donde los adolescentes son particularmente susceptibles a la influencia de su entorno social, lo cual puede promover comportamientos saludables o de riesgo (WHO, 2018). Por otro lado, el 29,7% de los 66 estudiantes encuestados indica que su consumo de alcohol es a veces, lo que sugiere que una parte importante de los estudiantes puede consumir alcohol en determinadas situaciones sociales, sin llegar a ser un hábito frecuente.

Este análisis sugiere que, aunque una proporción significativa de los estudiantes realiza actividad física de manera regular, una cantidad considerable también enfrenta desafíos en cuanto a la práctica de ejercicio, lo que podría estar vinculado con la relación entre hábitos sedentarios y otros comportamientos, como el consumo ocasional de alcohol. En general, este comportamiento subraya la necesidad de promover tanto la actividad física como la prevención del consumo de alcohol dentro de las estrategias educativas y de salud pública, teniendo en cuenta que ambos factores son esenciales para un desarrollo saludable durante la adolescencia.

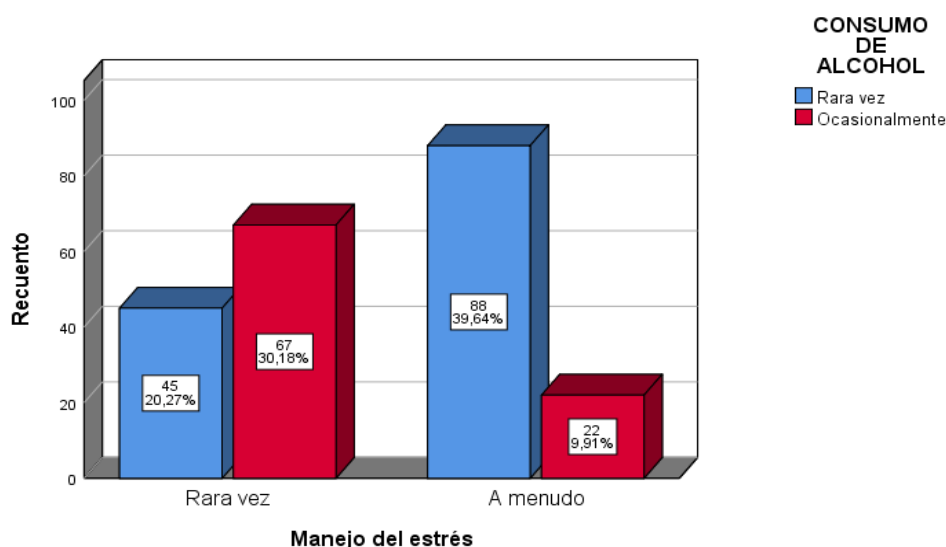
Tabla 19.

Consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública

Manejo del estrés		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez	A veces	
Casi nunca	N	45	67	112
	%	20,3%	30,2%	50,5%
A veces	N	88	22	110
	%	39,6%	9,9%	49,5%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 14.

Consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública



La relación entre el consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes de entre 15 y 17 años en una institución educativa pública de Puno en 2025 revela patrones interesantes sobre cómo los adolescentes enfrentan estas dos variables. En cuanto al manejo del estrés, el 50,5% de los 112 estudiantes encuestados señala que casi nunca maneja su estrés, lo que sugiere que una parte significativa de los estudiantes enfrenta dificultades para lidiar con situaciones estresantes. Este resultado es preocupante, ya que un manejo adecuado del estrés durante la adolescencia es crucial para el desarrollo emocional y psicológico. La incapacidad para manejar el estrés puede estar relacionada con una mayor vulnerabilidad a problemas de salud mental, como la ansiedad o la depresión, lo que puede influir también en la adopción de comportamientos de riesgo, como el consumo de sustancias (Lupien et al., 2009). Por otro lado, el 49,5% de los estudiantes restantes, equivalente a 110 personas, indican que a veces maneja su estrés, lo que sugiere que casi la mitad de la muestra tiene estrategias efectivas para enfrentarlo, lo cual es positivo para su bienestar general.

En relación con el consumo de alcohol, el 39,6% de los 88 estudiantes encuestados reporta que rara vez consume alcohol, lo que podría indicar una mayor moderación en este comportamiento de riesgo, y una posible relación con el manejo adecuado

del estrés. Diversos estudios indican que los adolescentes que tienen dificultades para gestionar el estrés tienden a recurrir más frecuentemente al consumo de alcohol o a otras sustancias como una forma de afrontamiento (Sinha, 2008). Además, el 32,2% de los 67 estudiantes encuestados señala que consume alcohol a veces, lo que refleja que una parte considerable de los adolescentes enfrenta el estrés de manera esporádica a través de este tipo de conductas, lo cual sigue siendo preocupante, ya que el consumo ocasional de alcohol en esta etapa puede convertirse en un patrón más regular y potencialmente dañino si no se gestionan adecuadamente las fuentes de estrés (WHO, 2018).

Este análisis sugiere que existe una relación entre la capacidad para manejar el estrés y el consumo de alcohol en los adolescentes, ya que aquellos que tienen dificultades para gestionar el estrés pueden estar más propensos a recurrir al alcohol como una estrategia para lidiar con sus emociones. En este sentido, es fundamental promover estrategias de afrontamiento saludables y programas educativos que ayuden a los estudiantes a manejar el estrés de manera efectiva, lo cual podría contribuir a la reducción del consumo de alcohol y a la mejora del bienestar psicológico de los adolescentes.

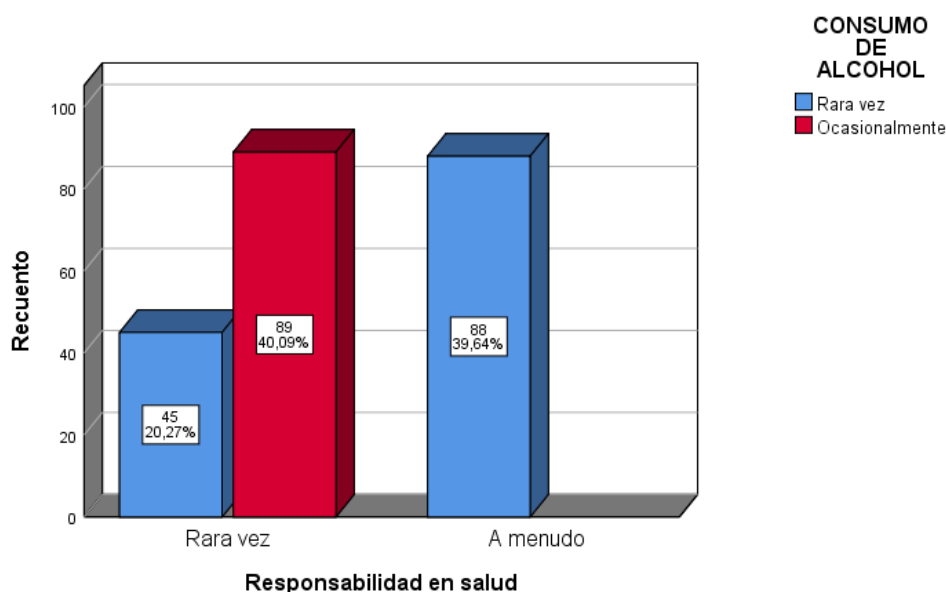
Tabla 20.

Consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025

Responsabilidad en salud		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez	A veces	
Casi nunca	N	45	89	134
	%	20,3%	40,1%	60,4%
A veces	N	88	0	88
	%	39,6%	0,0%	39,6%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 15.

Consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública



La relación entre el consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes de entre 15 y 17 años en una institución educativa pública de Puno en 2025 revela patrones importantes sobre los hábitos de salud de los adolescentes. En cuanto a la responsabilidad en salud, el 60,4% de los 134 estudiantes encuestados indican que casi nunca asume responsabilidad sobre su bienestar físico y emocional, lo que sugiere que una mayoría significativa de los estudiantes aún no ha desarrollado una conciencia plena sobre la importancia de adoptar hábitos saludables. Esta falta de responsabilidad puede estar vinculada a la etapa de desarrollo en la adolescencia, cuando los jóvenes tienden a priorizar factores sociales y emocionales sobre su salud, lo cual puede impactar negativamente en su bienestar a largo plazo (Berk, 2013). Por otro lado, el 39,6% restante de los estudiantes, equivalente a 88 personas, señala que a veces toman decisiones responsables en relación con su salud, lo que refleja una proporción considerable de jóvenes que ya han internalizado la importancia de cuidar su bienestar.

En relación con el consumo de alcohol, el 39,6% de los 88 estudiantes encuestados reporta que rara vez consume alcohol, lo que podría estar asociado con una mayor conciencia de los efectos negativos de este comportamiento, incluyendo su impacto en la salud física y mental. La evidencia científica indica que los adolescentes que

adoptan hábitos responsables en cuanto a su salud son menos propensos a involucrarse en comportamientos de riesgo, como el consumo excesivo de alcohol, que a menudo está vinculado con trastornos de salud a largo plazo (OMS, 2018). Además, el 40,1% de los 89 estudiantes encuestados señala que a veces consume alcohol, lo que sugiere que una proporción significativa de los estudiantes consume alcohol en situaciones sociales o como una forma de evasión, lo que podría reflejar la falta de habilidades para manejar situaciones de estrés o presión social sin recurrir al alcohol (Sinha, 2008).

Este análisis sugiere que existe una relación entre la responsabilidad en salud y el consumo de alcohol en los adolescentes, ya que aquellos que no asumen la responsabilidad por su bienestar físico y emocional podrían ser más susceptibles a participar en conductas de riesgo, como el consumo de alcohol. En este contexto, es crucial fomentar programas educativos que promuevan la responsabilidad en salud desde una edad temprana, para que los adolescentes adquieran habilidades de autocuidado y tomen decisiones informadas que favorezcan su bienestar físico y mental a largo plazo

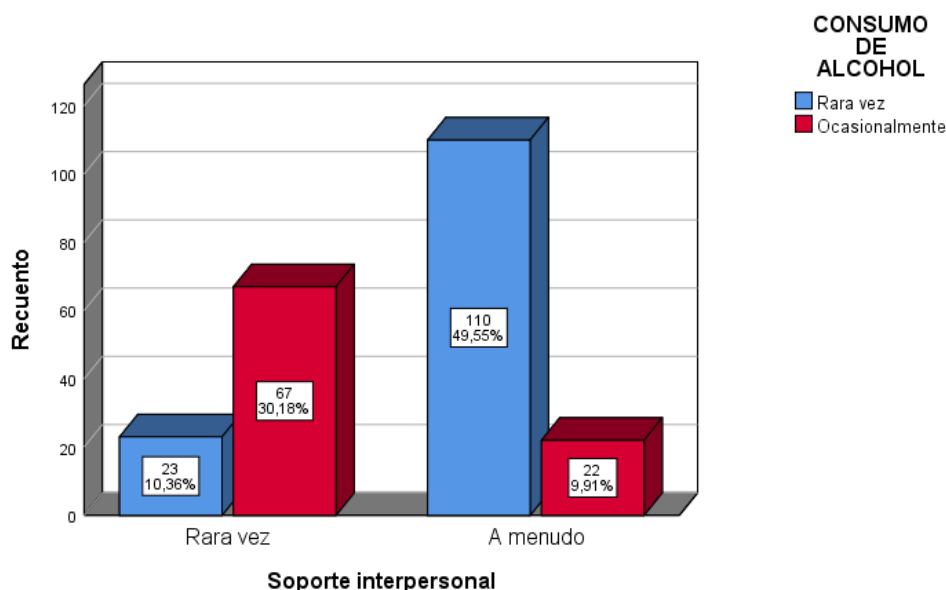
Tabla 21.

Consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública

Soporte interpersonal		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez	A veces	
Casi nunca	N	23	67	90
	%	10,4%	30,2%	40,5%
A veces	N	110	22	132
	%	49,5%	9,9%	59,5%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 16.

Consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública



La relación entre el consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes de entre 15 y 17 años en una institución educativa pública de Puno en 2025 revela patrones relevantes sobre el apoyo social y los comportamientos de riesgo en los adolescentes. En cuanto al soporte interpersonal, el 59,5% de los 132 estudiantes encuestados señala que a veces cuentan con apoyo social de amigos, familiares u otros individuos cercanos. Este alto porcentaje sugiere que la mayoría de los estudiantes tiene redes de apoyo que podrían desempeñar un papel protector en su salud emocional y en la toma de decisiones. El apoyo social es un factor clave en el bienestar psicológico de los adolescentes, ya que ayuda a reducir los niveles de estrés y a fomentar la adopción de comportamientos saludables (Cohen & Wills, 1985). Por otro lado, el 40,5% de los estudiantes restantes, equivalente a 90 personas, reporta que casi nunca cuenta con soporte interpersonal, lo que podría indicar una falta de conexión social o dificultades para acceder a redes de apoyo en momentos de necesidad.

En relación con el consumo de alcohol, el 49,5% de los 110 estudiantes encuestados indica que rara vez consume alcohol, lo que sugiere que una parte significativa de los estudiantes es moderada en su consumo de bebidas alcohólicas. Diversos estudios han señalado que los adolescentes que cuentan con un buen

sistema de apoyo social suelen estar menos inclinados a recurrir al alcohol como estrategia para lidiar con problemas emocionales o sociales (Hussong et al., 2005). Además, el 30,2% de los 67 estudiantes encuestados afirma que a veces consume alcohol, lo que indica que una proporción considerable de los estudiantes participa en el consumo esporádico de alcohol, posiblemente influenciado por factores sociales o de presión grupal.

Este análisis sugiere que el soporte interpersonal puede tener un impacto directo en el consumo de alcohol en los adolescentes. Los estudiantes que cuentan con redes de apoyo emocional y social tienden a tomar decisiones más saludables y son menos propensos a involucrarse en comportamientos de riesgo, como el consumo excesivo de alcohol. Por lo tanto, es crucial promover el fortalecimiento de las redes de apoyo entre los jóvenes, ya que un entorno de apoyo social sólido puede actuar como un factor protector frente a comportamientos dañinos y contribuir al desarrollo integral y saludable de los adolescentes.

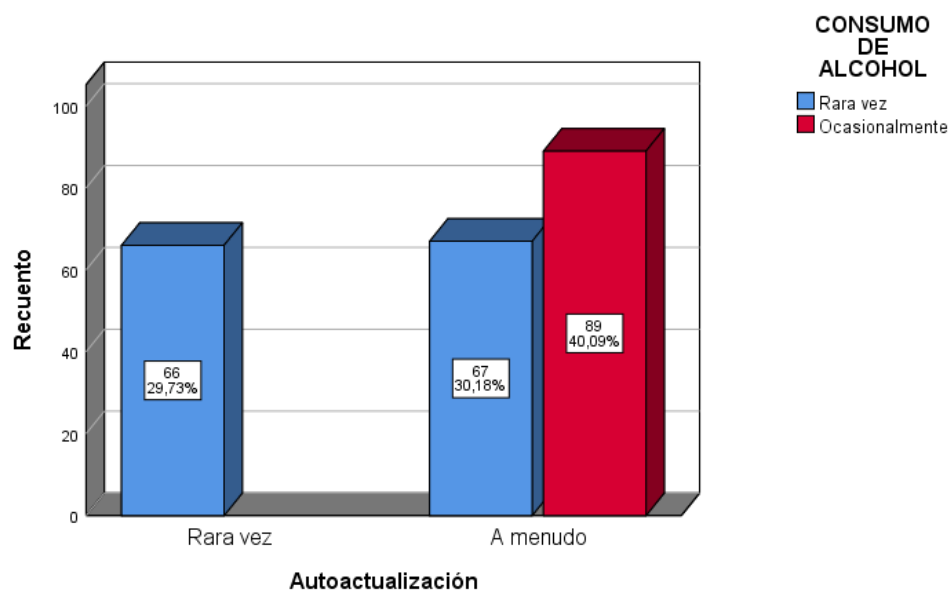
Tabla 22.

Consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.

Autoactualización		CONSUMO DE ALCOHOL		Total
		Rara vez	A veces	
Casi nunca	N	66	0	66
	%	29,7%	0,0%	29,7%
A veces	N	67	89	156
	%	30,2%	40,1%	70,3%
Total	N	133	89	222
	%	59,9%	40,1%	100,0%

Figura 17.

Consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública.



La relación entre el **consumo de alcohol** y la **autoactualización** en estudiantes de entre 15 y 17 años en una institución educativa pública de Puno en 2025 muestra datos relevantes sobre el desarrollo personal y los comportamientos de riesgo en los adolescentes. En cuanto a la **autoactualización**, el 70,3% de los 156 estudiantes encuestados expresa que **a veces** experimentan procesos de autoactualización, lo que sugiere que una mayoría significativa de los adolescentes muestra interés por su crecimiento personal, la superación de sí mismos y el cumplimiento de su potencial. La autoactualización, según la teoría de Maslow (1943), se refiere a la realización del potencial individual, el deseo de mejorar y alcanzar el máximo desarrollo personal, lo cual es crucial durante la adolescencia, una etapa marcada por la búsqueda de identidad y sentido de vida. Esta tendencia positiva en el desarrollo personal podría estar asociada con la adopción de comportamientos más saludables y la toma de decisiones más reflexivas.

Por otro lado, un 29,7% de los estudiantes, equivalente a 66 personas, señala que **casi nunca** experimentan procesos de autoactualización, lo que puede indicar que algunos estudiantes aún enfrentan dificultades para identificar y desarrollar sus capacidades y potenciales. Esta falta de autoactualización podría estar vinculada a una menor motivación para la autorreflexión y el crecimiento personal, lo que puede

influir en la adopción de comportamientos de riesgo como el consumo excesivo de alcohol.

En relación con el **consumo de alcohol**, el 30,2% de los 67 estudiantes encuestados indica que **rara vez** consume alcohol, lo que sugiere que una parte significativa de los estudiantes tiene un consumo moderado y no recurrente de alcohol. Es interesante notar que la autoactualización podría estar relacionada con un consumo más moderado de sustancias, ya que aquellos que buscan su desarrollo personal tienden a tomar decisiones más saludables y a evitar comportamientos destructivos. Sin embargo, un 40,1% de los 89 estudiantes reporta que **a veces** consume alcohol, lo que puede reflejar la influencia de factores sociales o de presión grupal, especialmente en la adolescencia, cuando la identidad social y la pertenencia al grupo juegan un papel crucial en las decisiones de los jóvenes (Steinberg, 2008).

Este análisis sugiere que existe una relación entre el nivel de autoactualización y el consumo de alcohol. Los adolescentes que están más enfocados en su crecimiento personal y en el desarrollo de su potencial pueden estar menos inclinados a participar en comportamientos de riesgo como el consumo excesivo de alcohol. Por tanto, promover la autoactualización en los jóvenes, a través de programas educativos y actividades que fomenten la reflexión personal y el establecimiento de metas, podría ser una estrategia efectiva para reducir el consumo de alcohol y mejorar el bienestar general de los estudiantes.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis resultados – Prueba De Hipótesis

Análisis inferencial

Tabla 23.

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
CONSUMO DE ALCOHOL	,392	222	,000
ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES	,529	222	,000

Los resultados de las pruebas de normalidad indican que tanto el consumo de alcohol como el estilo de vida en estudiantes no siguen una distribución normal. En el caso del consumo de alcohol, el estadístico de Kolmogorov-Smirnov es 0,392. Para el estilo de vida en estudiantes, los valores respectivos son 0,529 (Kolmogorov-Smirnov), la distribución de los datos es significativamente diferente a la normal.

6.2. Análisis resultados – prueba de hipótesis

Planteamos la hipótesis estadística

Ha: Existe relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa publica, Puno 2025.

H0: NO existe relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa publica, Puno 2025.

Donde:

H0: hipótesis nula

Ha: hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha=5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

Tabla 24.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes

				ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
Rho de Spearman	CONSUMO DE ALCOHOL	Coeficiente de correlación	de	-,416**
n		Sig. (bilateral)		,000
		N		222

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , para un valor de significación estadística es de 0,000, lo que confirma que el coeficiente de correlación es de - 416 es altamente significativa a un nivel del 1%. En síntesis, existe una relación negativa significativa entre estas dos variables, lo que indica que el mayor consumo de alcohol está vinculado a un estilo de vida más problemático o negativo en los estudiantes, por lo tanto, se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

6.3. Análisis resultados – prueba de hipótesis específicas

Planteamos la hipótesis estadística 1

Ha: El consumo de alcohol está positivamente relacionado con la nutrición en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H0: El consumo de alcohol NO está positivamente relacionado con la nutrición en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H0: hipótesis nula

Ha: hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha=5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la Ha y se rechaza la H0.

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la Ho y se rechaza la Ha.

Tabla 25.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y nutrición en estudiantes

							Nutrición	
Rho	de	Estilo	de	vida	en	Coeficiente	de	-,073
Spearman		estudiantes				correlación		
						Sig. (bilateral)		,281
						N		222

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la H_0 y se rechaza la H_a , donde el valor es mayor al nivel de significancia de 0,05. En síntesis, el coeficiente correlación es de -0,73, es decir que no existe relación negativa significativa entre el estilo de vida en los estudiantes y sus hábitos de nutrición, lo que sugiere que, en este caso, los cambios en el estilo de vida no están claramente asociados con la nutrición, por lo tanto, se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

Planteamos la hipótesis estadística 2

H_a : El consumo de alcohol influye directamente en la actividad física de los estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H_0 : El consumo de alcohol NO influye directamente en la actividad física de los estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H_0 : hipótesis nula

H_a : hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha = 5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

Tabla 26.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y actividad física en estudiantes

				Actividad física
Rho de Spearman	CONSUMO DE ALCOHOL	Coeficiente de correlación	de	-,317**
n		Sig. (bilateral)		,000
		N		222

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , entonces el valor de $p = ,000 \leq 0.05$, es decir que el valor de significancia (Sig.) es de 0,000, lo que demuestra que el coeficiente de correlación es de -,317 estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$), lo que evidencia que el consumo de alcohol se relaciona de forma negativa y significativa con la actividad física, por lo tanto, se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Planteamos la hipótesis estadística 3

H_a : El consumo de alcohol se asocia de manera significativa con el manejo del estrés en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H_0 : El consumo de alcohol NO se asocia de manera significativa con el manejo del estrés en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H_0 : hipótesis nula

H_a : hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha = 5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

Tabla 27.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y manejo de estrés en estudiantes

					Manejo del estrés
Rho de Spearman	de CONSUMO DE ALCOHOL	Coeficiente de correlación	de		-,308**
		Sig. (bilateral)			,000
		N			222

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , entonces $p = ,000 \leq 0.05$, es decir que el valor de significancia (Sig.) es 0,000, lo que indica que el coeficiente correlación -,308, es estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$), es decir que el consumo de alcohol se relaciona de forma negativa y significativa con el manejo de estrés, por lo tanto, deteriora la salud e incrementa los niveles estrés del estudiante, se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Planteamos la hipótesis estadística 4

H_a : El consumo de alcohol está relacionado con la responsabilidad en salud en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H_0 : El consumo de alcohol NO está relacionado con la responsabilidad en salud en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H0: hipótesis nula

Ha: hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha=5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la Ha y se rechaza la H0.

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la Ho y se rechaza la Ha.

Tabla 28.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y responsabilidad en salud en estudiantes

						Responsabilidad en salud
Rho de Spearman	de CONSUMO DE ALCOHOL	Coeficiente de correlación	de			-,574**
		Sig. (bilateral)				,000
		N				222

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la Ha y se rechaza la H0, entonces $p = ,000 \leq 0.05$, es decir que el valor de significancia (Sig.) es 0,000, lo que confirma que el coeficiente de correlación es de -,574 es estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$). Lo que demuestra que el consumo de alcohol se relaciona de forma negativa y significativa con la responsabilidad de la salud, en consecuencia, a mayor consumo alcohol, menor responsabilidad en la salud de los estudiantes, por lo tanto, se acepta la Ha y se rechaza la H0.

Planteamos la hipótesis estadística 5

Ha: El consumo de alcohol se vincula estrechamente con el soporte interpersonal en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H0: El consumo de alcohol NO se vincula estrechamente con el soporte interpersonal en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H0: hipótesis nula

Ha: hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha=5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la Ha y se rechaza la H0.

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la Ho y se rechaza la Ha.

Tabla 29.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y Soporte interpersonal en estudiantes

Soporte interpersonal					
Rho de CONSUMO	DE	Coeficiente	de	-,463**	
Spearman ALCOHOL		correlación			
		Sig. (bilateral)		,000	
		N		222	

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , entonces $p = ,000 \leq 0.05$, es decir el valor de significancia (Sig.) es 0,000, con un coeficiente de correlación de -,463, lo que demuestra que esta relación es estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$). Estos datos nos demuestran que el consumo de alcohol se relaciona de forma negativa y significativa con el soporte interpersonal, en tal sentido a mayor consumo de alcohol afecta el bienestar emocional y psicológico del estudiante y en consecuencia incrementa los niveles de estrés, en tal sentido se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Planteamos la hipótesis estadística 6

H_a : El consumo de alcohol tiene una relación directa con la autoactualización en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

H_0 : El consumo de alcohol NO tiene una relación directa con la autoactualización en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.

Donde:

H_0 : hipótesis nula

H_a : hipótesis alternativa

Nivel de significancia: $\alpha = 5\%$ (0.05)

Prueba estadística.

Se aplicó el coeficiente de correlación (r) de Rho de Spearman

Regla de decisión

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 .

Si $p\text{-valor} > 0.05$, Se acepta la H_0 y se rechaza la H_a .

Tabla 30.

Prueba de Rho de Spearman para el consumo de alcohol y Autoactualización en estudiantes

				Autoactualización	
Rho de Spearman	de CONSUMO ALCOHOL	DE	Coeficiente de correlación	de	-,221**
			Sig. (bilateral)		,001
			N		222

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

Si $p\text{-valor} \leq 0.05$, Se acepta la H_a y se rechaza la H_0 , entonces $p = ,001 \leq 0.05$, es decir que el valor de significancia (Sig.) es 0,001, lo que confirma que el coeficiente de correlación es de -221, es estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$), por lo tanto a mayor consumo de alcohol afecta el aprendizaje de los estudiantes disminuyendo sus capacidades, en tal sentido el consumo de alcohol se correlaciona de forma negativa con un nivel de significativa bilateral con la actualización, lo que nos afirma aceptar la H_a y rechazar la H_0 .

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Comparación de los resultados

El análisis de la relación entre el consumo de alcohol y el estilo de vida en estudiantes de entre 15 y 17 años en una institución educativa pública de Puno en 2025 proporciona un panorama interesante sobre cómo los adolescentes manejan sus decisiones relacionadas con el consumo de alcohol y cómo su estilo de vida influye en esos comportamientos.

Según los datos, el 59,9% de los estudiantes encuestados informa que su consumo de alcohol es raro, lo que indica que una proporción significativa de los jóvenes sigue patrones moderados o incluso abstinentes frente al consumo de alcohol. Este resultado coincide con estudios previos por (Álvarez A et al., 2010), que sugieren que, cuando los adolescentes reciben la orientación adecuada, tienden a evitar conductas de riesgo. Sin embargo, el 40,1% restante informa un consumo ocasional, lo que resalta la prevalencia de un comportamiento exploratorio y de prueba en esta etapa de la vida, un fenómeno ampliamente documentado en la literatura científica (Álvarez A et al., 2010)

En cuanto al estilo de vida, un 89,6% de los estudiantes reportan tener un estilo de vida saludable, lo que refleja un comportamiento positivo en cuanto a la adopción de hábitos saludables. Esto respalda la hipótesis de que un estilo de vida equilibrado y activo está relacionado con una menor propensión a participar en comportamientos de riesgo (OMS, 2020). Sin embargo, el 10,4% de los estudiantes que indican tener un estilo de vida promedio sugiere que ciertos factores, como el acceso limitado a recursos educativos y de apoyo, aún influyen en la adopción de hábitos saludables, lo que podría ser un área clave para futuras intervenciones educativas.

Los datos también revelan una relación entre el consumo de alcohol y la nutrición de los estudiantes. Un 70,3% de los encuestados sostiene que tienen una nutrición adecuada, lo cual está alineado con los hallazgos de la OMS (2020) sobre la importancia de la nutrición en la adolescencia. Sin embargo, un 19,8% de los estudiantes reporta una nutrición inadecuada, lo cual puede estar vinculado a

factores sociales y económicos que dificultan el acceso a alimentos saludables, además de la influencia de la cultura de la comida rápida (Fitzgerald et al., 2018). Esta diferencia en la calidad de la nutrición podría estar relacionada con los patrones de consumo de alcohol, ya que los adolescentes que no mantienen una alimentación balanceada pueden estar más expuestos a comportamientos de riesgo, incluida la ingesta de alcohol (Pablo et al., 2010).

El consumo esporádico de alcohol (30,2%) entre aquellos con una nutrición inadecuada también subraya la importancia de un enfoque integral en la educación en salud, que aborde tanto la nutrición como los comportamientos relacionados con el consumo de sustancias. Esto sugiere que los factores sociales y personales pueden influir en la decisión de consumir alcohol, lo que refuerza la idea de que el contexto social y el bienestar nutricional son elementos clave en la prevención de conductas de riesgo (Gavilanez & Guallichico, 2023).

El 59,5% de los estudiantes que informan practicar actividad física regularmente es un hallazgo positivo, ya que la actividad física es uno de los principales factores protectores contra conductas de riesgo como el consumo de alcohol (Viner et al., 2012). Sin embargo, el 40,5% restante que no realiza actividad física regularmente plantea una preocupación, ya que este grupo podría estar más expuesto a conductas sedentarias y de riesgo, incluido el consumo de alcohol. Este dato resalta la necesidad de promover la actividad física como una estrategia de prevención en la adolescencia, dado que la falta de ejercicio se ha vinculado con un mayor riesgo de involucrarse en comportamientos peligrosos para la salud (Álvarez A et al., 2010).

El patrón de consumo de alcohol entre los estudiantes activos físicamente muestra una relación interesante. Aquellos que rara vez consumen alcohol pueden estar influenciados por los beneficios psicológicos y emocionales de la actividad física, lo que reduce su necesidad de recurrir a sustancias para enfrentar el estrés. Este comportamiento se alinea con los estudios que sugieren que el ejercicio regular no solo mejora la salud física, sino que también reduce la propensión a recurrir al alcohol como una forma de afrontamiento social o emocional (Rivera et al., 2006).

El 50,5% de los estudiantes que reportan dificultades para manejar su estrés es un hallazgo preocupante, pues el manejo inadecuado del estrés está relacionado con un mayor riesgo de adoptar comportamientos de riesgo, como el consumo de alcohol (Lupien et al., 2009). Sin embargo, el 49,5% restante que indica tener habilidades adecuadas para manejar el estrés muestra que la mitad de los estudiantes ya cuenta con estrategias emocionales que podrían disminuir la necesidad de recurrir al alcohol. Esto subraya la importancia de programas educativos que enseñen técnicas de manejo del estrés, ya que los adolescentes con habilidades de afrontamiento más efectivas son menos propensos a involucrarse en conductas de riesgo (David et al., 2023).

El consumo de alcohol ocasional entre los estudiantes con dificultades para manejar el estrés resalta la relación entre las emociones y los comportamientos de riesgo. Los adolescentes que no logran gestionar adecuadamente sus emociones podrían usar el alcohol como una forma de aliviar el estrés, lo que hace evidente la necesidad de fortalecer las intervenciones psicoeducativas centradas en el manejo emocional durante esta etapa crítica.

Un 60,4% de los estudiantes que rara vez asumen responsabilidad por su bienestar físico y emocional refleja una falta de madurez en la toma de decisiones relacionadas con la salud. Este dato es relevante, ya que la adolescencia es un período de desarrollo en el que los jóvenes aún están en proceso de internalizar la importancia de cuidar su salud, lo cual puede hacerlos vulnerables a adoptar conductas de riesgo (Ponce, 2021). A pesar de esto, el 39,6% restante de los estudiantes que sí asumen responsabilidad por su salud podría estar adoptando hábitos más saludables, lo que podría influir en su consumo moderado de alcohol.

Este hallazgo sugiere que la educación en salud debe enfocarse en desarrollar la conciencia y la responsabilidad sobre el bienestar físico y emocional desde una edad temprana, lo que podría ayudar a los adolescentes a tomar decisiones más informadas y reducir el riesgo de consumo excesivo de alcohol.

El 59,5% de los estudiantes que reportan contar con apoyo social frecuente refleja un aspecto positivo, ya que el soporte interpersonal se ha relacionado con una menor incidencia de conductas de riesgo, como el consumo de alcohol (Cohen y

Wills, 1985). Sin embargo, el 40,5% restante que tiene acceso limitado a soporte interpersonal podría estar más expuesto a conductas de riesgo, ya que la falta de apoyo social ha sido asociada con una mayor probabilidad de recurrir al alcohol como estrategia de afrontamiento (Elvira & Valencia, 2014).

El consumo ocasional de alcohol entre los estudiantes con apoyo social limitado subraya la influencia de las redes sociales en las decisiones de los adolescentes. Fortalecer el soporte social y las redes de apoyo podría ser una estrategia efectiva para reducir el consumo de alcohol en este grupo.

Los resultados sobre la autoactualización indican que una proporción significativa de los estudiantes (70,3%) está orientada hacia el crecimiento personal, lo cual puede actuar como un factor protector frente a conductas de riesgo, incluido el consumo de alcohol. Aquellos que no experimentan procesos de autoactualización podrían estar menos motivados a tomar decisiones saludables y más vulnerables a la influencia de la presión social, lo que aumenta su riesgo de consumir alcohol (Maslow, 1943). Los estudiantes con un mayor proceso de autoactualización podrían estar más comprometidos con su bienestar a largo plazo, lo que se refleja en su menor consumo de alcohol (Elvira & Valencia, 2014).

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis general la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis general el p-valor es 0,000, lo que significa que la correlación entre el consumo de alcohol y el estilo de vida problemático es altamente significativa ($p < 0,01$). Esto lleva a rechazar la hipótesis nula (H_0) y aceptar la hipótesis alternativa (H_a). Numerosos estudios sugieren que el consumo excesivo de alcohol está relacionado con un estilo de vida más desorganizado y problemático. Asimismo, se contrastan con los hallazgos de Elvira & Valencia, (2014), argumentan que el abuso del alcohol es un factor clave en el desarrollo de comportamientos problemáticos, especialmente en estudiantes universitarios. Estos se comparan con los estudios obtenidos por Armendáriz et al., (2021), también destacan que los patrones de consumo excesivo de alcohol están vinculados a una mayor incidencia de problemas de salud, laborales y sociales. En relación con la teoría científica este hallazgo es consistente con los estudios previos que indican que el consumo de

alcohol no solo afecta la salud física, sino que también puede influir en los hábitos de vida, lo que crea un ciclo de problemas personales y sociales. En cuanto a la teoría científica referida al consumo de alcohol la Organización Mundial de la Salud (OMS), el consumo perjudicial de alcohol está vinculado a un aumento en la probabilidad de sufrir trastornos mentales, enfermedades crónicas y accidentes. Además, este consumo puede impactar negativamente la capacidad cognitiva y el desempeño académico de los adolescentes (2018) mientras que lo referido al estilo de vida Lema et al. (2021), el estilo de vida se refiere a la manera en que las personas estructuran su vida, especialmente sus actividades cotidianas, y cómo estas afectan su salud y bienestar. En el caso de los adolescentes, el estilo de vida tiene un impacto en su rendimiento académico, salud emocional y habilidad para enfrentar retos sociales

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis específica 1 el p-valor es mayor a 0,05, lo que significa que el valor de Sig. -281 , es decir que no existe una relación significativa entre el consumo de alcohol y la nutrición en los estudiantes. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis alterna (H_a) y se acepta la hipótesis nula (H_0). En relación a las teorías que sugieren que el consumo de alcohol y la nutrición están vinculados, Asimismo, se contrastan con los hallazgos de Paillacho & Solano, (2011), señalan que los hábitos alimentarios pueden verse más influenciados por factores individuales, como el acceso a alimentos saludables y la educación sobre nutrición, que por el estilo de vida general. Estos se comparan con los estudios obtenidos por Lema et al., (2021), sugieren que los hábitos alimentarios de los estudiantes se ven más afectados por factores de estrés y tiempo limitado que por su estilo de vida en general. En relación con la teoría científica Según la OMS (2020), una dieta balanceada es esencial para el desarrollo físico, el rendimiento académico y la prevención de enfermedades. Una buena nutrición influye directamente en la capacidad de concentración, lo que es clave en el ámbito académico, y en el fortalecimiento del sistema inmunológico, ayudando a reducir el riesgo de enfermedades.

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis específica 2 el p-valor es 0,000, lo que demuestra que la correlación entre el consumo de alcohol y la actividad física es significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$).

El consumo excesivo de alcohol ha sido relacionado con una menor actividad física. Asimismo, se contrastan con los hallazgos de David et al., (2023), el abuso del alcohol afecta negativamente la motivación para participar en actividades físicas debido a los efectos negativos que tiene en la energía, el estado de ánimo y la salud general. Estos se comparan con los estudios obtenidos por, Pablo et al., (2010), muestran que el alcohol puede disminuir el rendimiento físico y la adherencia a un estilo de vida saludable. En relación con la teoría científica La actividad física tiene una conexión directa con la salud del corazón, el bienestar emocional y el rendimiento cognitivo. De acuerdo con la OMS (2018), la práctica constante de ejercicio disminuye el riesgo de enfermedades crónicas, favorece la mejora de la autoestima y ayuda a manejar el estrés de manera más efectiva. Realizar ejercicio regularmente contribuye a la prevención de enfermedades a largo plazo, mejora la percepción que una persona tiene de sí misma y, al mismo tiempo, actúa como un regulador natural del estrés, lo que es crucial para mantener un equilibrio saludable en la vida diaria.

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis específica 3 el p-valor es 0,000, lo que indica que la correlación entre el consumo de alcohol y el manejo de estrés es significativa. El alcohol es comúnmente utilizado como una estrategia para lidiar con el estrés. Estos se comparan con los estudios obtenidos por Espinoza Enriquez, (2021), indican que muchas personas recurren al alcohol para aliviar la ansiedad y el estrés, aunque este mecanismo de afrontamiento no es saludable. Asimismo, se contrastan con los hallazgos de, González et al., (2012), argumentan que el uso del alcohol como medio para manejar el estrés puede empeorar la situación a largo plazo, ya que puede aumentar los niveles de ansiedad y depresión. En relación con la teoría científica La gestión del estrés es crucial para los estudiantes, especialmente durante una etapa de la vida caracterizada por significativos cambios físicos y emocionales. Según Lazarus y Folkman (1984), un manejo efectivo del estrés es fundamental para el bienestar emocional y para que los estudiantes puedan hacer frente a los retos académicos y sociales (Palomino, 2021). Los años de la adolescencia y juventud son momentos de adaptación a múltiples transformaciones, por lo que

contar con estrategias adecuadas para gestionar el estrés es indispensable para afrontar tanto los desafíos académicos como los sociales de manera efectiva.

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis específica 4 el p-valor es 0,000, lo que confirma que es significativa entre el consumo de alcohol y la responsabilidad sobre la salud. Pautassi, (2020), encuentran que las personas que consumen alcohol en exceso tienden a mostrar menor responsabilidad en cuanto a su salud, ya que minimizan los riesgos asociados al consumo de alcohol. Asimismo, se contrastan con los hallazgos de Armendáriz García et al., (2021), también argumentan que la falta de conciencia sobre los efectos negativos del alcohol puede llevar a los individuos a tomar decisiones que afectan negativamente su salud. En relación con la teoría científica la responsabilidad en salud implica las decisiones deliberadas que los estudiantes hacen respecto a su bienestar, como evitar el uso de sustancias dañinas y adoptar hábitos saludables. Según un estudio de Piko y Kovacs (2006), los adolescentes que desarrollan un sentido de responsabilidad hacia su salud suelen tomar decisiones más beneficiosas para su bienestar. Fomentar un sentido de responsabilidad en esta etapa de la vida puede ser clave para que los jóvenes adopten hábitos que favorezcan su salud a largo plazo. El tomar decisiones saludables no solo ayuda a prevenir problemas de salud, sino que también promueve un estilo de vida más equilibrado y consciente

En cuanto a la contrastación de las hipótesis en primer lugar tenemos la hipótesis específica 5 el p-valor es 0,000, indicando que hay una relación significativa entre el consumo de alcohol y el soporte interpersonal. El alcohol es a menudo consumido en entornos sociales, lo que puede crear redes de apoyo, aunque estas redes pueden ser problemáticas si el consumo se convierte en un comportamiento de riesgo. Estos se comparan con los estudios obtenidos por Rivera et al., (2006), el consumo compartido de alcohol puede reforzar las relaciones sociales, pero también puede contribuir a dinámicas de grupo destructivas y problemáticas. En relación con la teoría científica el apoyo interpersonal es fundamental en el estilo de vida de los adolescentes. Según Berkman y Kawachi (2000), el respaldo social de amigos, familiares y compañeros es clave para el bienestar emocional y psicológico. El apoyo emocional y social que reciben de su entorno cercano, como

amigos y familiares, puede tener un impacto significativo en su estabilidad emocional y mental. Fomentar redes de apoyo saludables durante la adolescencia es esencial para ayudar a los jóvenes a enfrentar los retos emocionales y psicológicos de esta etapa.

Los resultados obtenidos mediante la Prueba de Rho de Spearman revelan una correlación negativa significativa entre el consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes ($Rho = -0,221$; $p = 0,001$). Esta correlación es estadísticamente significativa al nivel del 1% ($p < 0,01$), lo que indica que, a mayor consumo de alcohol, menor es la autoactualización en los estudiantes. La autoactualización, entendida como el proceso de alcanzar el máximo potencial personal y la realización de las propias capacidades, parece verse afectada negativamente por el consumo de alcohol. El hallazgo de una correlación negativa entre el consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes es consistente con investigaciones previas que sugieren que el consumo de alcohol puede interferir con el desarrollo personal y la satisfacción de las necesidades psicológicas. (David et al., 2023), en su teoría de la motivación humana, señala que la autoactualización es la culminación del proceso de desarrollo personal, y para alcanzarla, el individuo debe estar libre de bloqueos físicos y psicológicos. El consumo excesivo de alcohol podría ser uno de esos bloqueos, ya que afecta negativamente las funciones cognitivas y emocionales, fundamentales para el crecimiento personal. Asimismo, (Armendáriz García et al., 2021), afirman que el alcohol, como una forma de escape o solución temporal a los problemas emocionales, puede disminuir el bienestar emocional y psicológico, lo que impide el desarrollo de la autoactualización. El consumo frecuente de alcohol puede reducir la capacidad de las personas para hacer frente de manera efectiva a los desafíos, lo que interfiere con la resolución de problemas y la autoreflexión, esenciales para el crecimiento personal. La correlación negativa también puede ser entendida en términos de los efectos fisiológicos y psicológicos del alcohol. (Montaño et al., 2011), señalan que el consumo de alcohol está asociado con la disminución de la motivación y la afectividad positiva, lo que obstaculiza la capacidad de los estudiantes para enfocarse en actividades que fomenten el autodescubrimiento y la autoaceptación. En este sentido, la autoactualización, que requiere un alto nivel de autoconciencia

y un deseo constante de mejorar, se ve comprometida por el consumo de sustancias que alteran el estado mental y emocional de los individuos

VIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

PRIMERA. - Se llegó a la conclusión que una relación negativa significativa entre el consumo de alcohol y el estilo de vida de los estudiantes (p -valor = 0.000, coeficiente de correlación = -0.416), lo que demuestra que, a mayor consumo de alcohol, los estudiantes tienden a tener un estilo de vida más problemático. Este resultado es altamente significativo a un nivel del 1%, lo que sugiere que el consumo excesivo de alcohol puede estar relacionado con comportamientos negativos o destructivos que afectan la vida cotidiana de los estudiantes. Por lo tanto, se acepta la hipótesis alternativa (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0), validando que el consumo de alcohol está estrechamente vinculado a un estilo de vida más desfavorable.

SEGUNDA. - Se llegó a la conclusión que, el análisis reveló que no existe una relación negativa significativa entre el estilo de vida de los estudiantes y sus hábitos de nutrición (p -valor > 0.05, coeficiente de correlación = -0.073). A pesar de que podría esperarse que los cambios en el estilo de vida afecten la nutrición, los resultados sugieren que otros factores no contemplados en este estudio podrían ser los determinantes clave de la nutrición en los estudiantes. Debido a la falta de significancia estadística ($p > 0.05$), se acepta la hipótesis nula (H_0) y se rechaza la hipótesis alternativa (H_a), indicando que no existe una correlación clara entre estas variables en el contexto de esta investigación.

TERCERA. - Se llegó a la conclusión que la, relación negativa significativa entre el consumo de alcohol y la actividad física (p -valor = 0.000, coeficiente de correlación = -0.317). Este hallazgo muestra que el consumo de alcohol está negativamente correlacionado con los niveles de actividad física de los estudiantes, lo que sugiere que aquellos que consumen más alcohol tienden a participar menos en actividades físicas. Este resultado es

estadísticamente significativo al nivel del 1%, lo que indica que el consumo de alcohol tiene un impacto directo sobre los hábitos de ejercicio, los cuales son fundamentales para la salud física de los estudiantes.

CUARTA. - Se llegó a la conclusión que también reveló que el consumo de alcohol tiene una relación negativa significativa con el manejo del estrés (p-valor = 0.000, coeficiente de correlación = -0.308). Este resultado muestra que a mayor consumo de alcohol, los estudiantes presentan mayores dificultades para manejar el estrés, lo que contribuye a un aumento en los niveles de ansiedad y una peor salud emocional. Dado que esta relación es significativa al nivel del 1%, se puede concluir que el consumo de alcohol deteriora las habilidades de manejo del estrés de los estudiantes, lo que afecta su bienestar psicológico y emocional.

QUINTA. - Se llegó a la conclusión que también confirmó una relación negativa significativa entre el consumo de alcohol y la responsabilidad en la salud de los estudiantes (p-valor = 0.000, coeficiente de correlación = -0.574). Este hallazgo indica que los estudiantes que consumen más alcohol muestran una menor responsabilidad en cuanto a su salud. Esto se puede interpretar como una tendencia a ignorar o descuidar aspectos fundamentales para mantener un buen estado de salud, lo que resalta la importancia de promover comportamientos más responsables y saludables entre los estudiantes para mitigar los efectos del alcohol en su bienestar general.

SEXTA. - Se llegó a la conclusión que la relación negativa entre el consumo de alcohol y el soporte interpersonal también fue estadísticamente significativa (p-valor = 0.000, coeficiente de correlación = -0.463). Este resultado sugiere que el consumo elevado de alcohol afecta las relaciones sociales y el bienestar emocional de los estudiantes, reduciendo su red de apoyo social. A mayor consumo de alcohol, los estudiantes tienden a tener menos apoyo de su entorno social, lo que incrementa los niveles de estrés y deteriora su bienestar emocional y psicológico.

SÉPTIMA. - Se llegó a la conclusión que el consumo de alcohol afecta negativamente el rendimiento académico de los estudiantes (p -valor = 0.001, coeficiente de correlación = -0.221). Este resultado es estadísticamente significativo, aunque la magnitud de la correlación es más moderada en comparación con otros hallazgos. A medida que los estudiantes consumen más alcohol, su capacidad para rendir académicamente disminuye, lo que puede tener implicaciones a largo plazo para su éxito educativo y desarrollo profesional.

RECOMENDACIONES

PRIMERA. - Se recomienda autoridades educativas y docentes implementar programas educativos y actividades extracurriculares que fomenten hábitos saludables y promuevan la toma de decisiones responsables, especialmente en aquellos estudiantes que presentan un estilo de vida promedio o tienen un consumo ocasional de alcohol. Además, es crucial ofrecer apoyo emocional y psicológico, así como fortalecer las redes de apoyo familiar y social, para ayudar a los adolescentes a resistir la presión social y reducir los comportamientos de riesgo.

SEGUNDA. - Se recomienda implementar programas educativos y preventivos en las escuelas que promuevan hábitos alimenticios saludables y el consumo responsable de alcohol, abordando tanto los aspectos nutricionales como los factores de riesgo asociados con el consumo de sustancias. Es importante aumentar la conciencia sobre la importancia de una dieta equilibrada y sus beneficios para el desarrollo físico y cognitivo de los adolescentes, además de ofrecer estrategias para enfrentar las presiones sociales relacionadas con el consumo de alcohol.

TERCERA. - Se recomienda promover estrategias educativas y de concienciación que fomenten la actividad física regular y la adopción de hábitos saludables entre los adolescentes. Es fundamental proporcionar recursos accesibles para la práctica de ejercicio, así como motivación a través de programas escolares y familiares que resalten los beneficios de un estilo de vida activo. Además, se debe reforzar la prevención del consumo de alcohol mediante intervenciones que aborden los factores sociales y culturales que influyen en las decisiones de los jóvenes. Esto contribuiría a reducir los comportamientos de riesgo y a mejorar el bienestar general de los estudiantes.

CUARTA. - Se recomienda implementar programas educativos y talleres enfocados en la gestión del estrés, proporcionando a los estudiantes herramientas efectivas para afrontar sus emociones y situaciones difíciles de manera saludable. Además, sería útil promover actividades extracurriculares que

fomenten la resiliencia y el bienestar emocional, para así reducir la dependencia del alcohol como estrategia de afrontamiento. También es importante involucrar a los docentes y a las familias en la creación de un entorno de apoyo, lo que puede fortalecer las habilidades de los adolescentes para manejar el estrés y prevenir comportamientos de riesgo, como el consumo de alcohol.

QUINTA. - Se recomienda implementar programas educativos y de concientización dirigidos a los adolescentes para fomentar la responsabilidad sobre su salud física y emocional, enfocándose en la importancia de adoptar hábitos saludables desde una edad temprana. Estos programas deberían incluir estrategias de manejo del estrés, promoviendo habilidades para afrontar situaciones difíciles sin recurrir a comportamientos de riesgo como el consumo de alcohol. Además, sería útil involucrar a las familias y la comunidad en estos esfuerzos, para crear un entorno de apoyo que refuerce las decisiones saludables. A través de estas intervenciones, se espera reducir la prevalencia de comportamientos de riesgo y mejorar el bienestar integral de los jóvenes.

SEXTA. - Se recomienda implementar programas que fomenten y fortalezcan las redes de apoyo social entre los adolescentes, tanto dentro de la escuela como en la comunidad, para reducir la vulnerabilidad a comportamientos de riesgo como el consumo de alcohol. Estas iniciativas deben enfocarse en mejorar la conexión entre los estudiantes, promover habilidades de afrontamiento positivas frente al estrés y la presión social, y sensibilizar sobre la importancia de la salud emocional. Además, involucrar a las familias en estos programas podría ser clave para crear un entorno de apoyo más sólido y contribuir a la adopción de decisiones más saludables entre los jóvenes.

SÉPTIMA. - Se recomienda implementar programas educativos y actividades que promuevan la autoactualización en los adolescentes, fomentando el autoconocimiento, la reflexión personal y el establecimiento de metas. Esto podría ayudar a los estudiantes a fortalecer su desarrollo personal y

tomar decisiones más informadas y saludables. Además, es fundamental abordar los factores sociales que influyen en el consumo de alcohol, como la presión de grupo, para reducir la prevalencia de comportamientos de riesgo y promover un ambiente de apoyo que favorezca el bienestar emocional y físico de los jóvenes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez A, Alonso M, & Guidorizzi A. (2010). Consumo de alcohol y autoestima en adolescentes. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 18(4), 634–640.
<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18nspe/a21v18nspe.pdf>
- Anayelli Segundo Flores. (2019). *Consumo De Alcohol En Estudiantes De Enfermería Y Actitudes Frente Al Alcohol, Alcoholismo Y Alcohólico*. 1–71.
- Armendáriz García, N. A., Alonso Castillo, M. M., Alonso Castillo, B. A., López Cisneros, M. A., Rodríguez Puente, L. A., & Méndez Ruiz, M. D. (2021). Estudiantes Universitarios Family and Alcohol Consumption in. *Ciencia y Enfermería*, 20(3), 109–118.
- Arturo, J., & Payan, M. (2023). *Perspectivas filosóficas en la educación del siglo XXI : globalización , gobernanza y pospolítica Philosophical Perspectives in 21st century education : Globalization , Governance and Post-politics*. 12(2), 95–116.
- Canova Barrios, C. (2017). Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia. *Revista Colombiana de Enfermería*, 12(14), 23. <https://doi.org/10.18270/rce.v14i.2025>
- Cetina, S., Alegre, J., Dolores, M., & Carreres, L. (2011). *Problemas Familiares Generadores De Conductas Disruptivas En Alumnos*. 2, 423–432.
- Colín, C. M. de los A. (2016). Poblacion y muestra. *Poblacion y Muestra*, 1–134.
- Colque-Durand, A. D. (2023). Una visión panorámica del estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de medicina: una revisión actualizada. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 23(4), 117–128.
<https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i4.6030>
- David, F., García, R., Luisa, M., Ruiz, S., & Alzina, R. B. (2023). *Consumo de alcohol en la adolescencia . Consideraciones médicas y orientaciones educativas*. 37(3), 255–260.

- Edman, J. (2020). EL CONSUMO DE ALCOHOL COMO PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA. *Conceptualising Public Health: Historical and Contemporary Struggles over Key Concepts*, 135–155.
<https://doi.org/10.4324/9781315178271>
- Elvira, R., & Valencia, C. (2014). *Aplicación de guía educativa de prevención del consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de 8vo. año, colegio fiscal Félix sarmiento Núñez y particular innova 2013-2014*.
- Espinoza Enriquez, A. Y. (2021). Consumo de alcohol y satisfacción con la vida en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur, 2019. *Repositorio Institucional*. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1259>
- Gavilanez Remache, P. A., & Guallichico, M. (2023). Conocimiento de los adultos mayores en la prevención de hipertensión arterial. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2014–2023.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.733>
- González, D., Andrea, L., Valencia, C., Ángela, L., Lugo, V., Heilman, M., Ortega, M., Andrea, L., González, D., Ángela, L., Valencia, C., & Lugo, A. V. (2012). *Consumo de alcohol en estudiantes universitarios y personas con proceso de rehabilitación*.
- Iordachescu, D. A., Vladislav, E. O., Paica, C. I., Gica, C., Panaitescu, A. M., Peltecu, G., & Gica, N. (2021). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Romanian Medical Journal*, 68(4), 473–476.
<https://doi.org/10.37897/RMJ.2021.4.11>
- José, P., Gilbert, J., Kenneth, W., Espada, J. P., & Griffin, K. W. (2021). *Adolescencia: consumo de alcohol y otras drogas*.
- Lazo Herrera, L. A., Benítez García, L., Linares Montano, A., & Sánchez Vinent, L. (2022). Caracterización del consumo de alcohol en adolescentes de la escuela secundaria “Capitana Catalina Valdés”, 2016. *Revista Científica Ciencia Médica*, 13(2), 117–127.

- Lema, V., Aguirre, M., & Durán, N. (2021). Estado nutricional y estilo de vida. *Archivos Venezolanos de Farmacia y Terapeutica* 40, 40(4), 1–9.
- Montaño, M., Morales, A., Gómez, M., Vera, A., & Gantiva, C. (2011). Consumo de alcohol de estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(25), 10.
<https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552358004.pdf>
- Murillo, J. P., Bellido-Boza, L., Huamani-Ñahuinlla, P., Garnica-Pinazo, G., Munares-García, O., & Del-Carmen, J. (2019). Satisfacción y tiempo de espera de usuarios de establecimientos de salud peruanos: análisis secundario de ENSUSALUD 2014-2016 . In *Anales de la Facultad de Medicina* (Vol. 80, pp. 288–297). scielo .
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232.
<https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Pablo, U., Sevilla, D. O. De, Villarreal-gonzález, M. E., & Sánchez-sosa, J. C. (2010). *Alcohol Consumption Among Scholarized Adolescents : A Socio-Communitarian Model El Consumo de Alcohol en Adolescentes Escolarizados : Propuesta de un Modelo Sociocomunitario*. 19, 253–264.
<https://doi.org/10.5093/in2010v19n3a6>
- Paillacho Chamorro, J. E., & Solano Andrade, C. E. (2011). *Habitos alimentarios y su relacion con los factores sociales y estilo de vida de los profesionales del volante de la COOP. 28 septiembre de la ciudad de Ibarra [Tesis de pregrado]*. Universidad Tecnica del Norte.
- Palomino, D. (2021). Estrés y satisfacción laboral en el personal de salud del servicio de emergencia del Hospital Subregional de Andahuaylas, 2021. *Universidad César Vallejo*, 1–5.
- Pautassi, R. M. (2020). *Consumo de alcohol durante la adolescencia y el desarrollo temprano , causas y consecuencias*.
- Ponce, C. (2021). *Consumo de alcohol en las facultades de Ciencias de la Salud*,

Ciencias Políticas e Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo.
132. <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6246/1/T2675-MESC-Ponce-Consumo.pdf>

Riquelme Cruz, R. (2021). Situación de estilo de vida y enfermedades no transmisibles de trabajadores chilenos atendidos en mutual de seguridad (Estudio Piloto). *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 22(1), 154–161. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v22i1.4331>

Rivera, J., Hernandez, O., Peralta, M., Carlos, S., Aguilar, A., & Popkin, B. M. (2006). Recomendaciones para la población mexicana; consumo de bebidas para una vida saludable. *Salud Publica Mex.*, 50(2), 4. <http://www.redalyc.org/pdf/106/10650210.pdf>

Roberto Hernández Sampieri. (2015). Metodología de la investigación. In *Syria Studies* (Vol. 7, Issue 1).

Roberto Hernández Sampieri. (2018). Metodología de la investigación. In *Introducción a la seguridad informática y el análisis de vulnerabilidades*. <https://doi.org/10.17993/ingytec.2018.46>

Salazar Taquiri, V. S. (2022). *Factores Asociados Al Consumo De Alcohol En Adolescentes De Un Colegio Particular Del Distrito De Villa María Del Triunfo*. 1–31. <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/4385>

Santillán, E. I., Emilia, A., & Machado, C. G. (2019). *Perspectivas epistemológicas en la praxis educativa*.

Suárez, P. (2011). Población de estudio y muestra. *Curso de Metodología de La Investigación Unidad Docente de MFyC*, 1–36. http://udocente.sespa.princast.es/documentos/memorias/Metodologia_Investigacion/Presentaciones/4_poblacion&muestra.pdf

Tamayo, C., & Siesquen, I. S. (2008). Técnicas e instrumentos de recolección de datos. *Metodología de La Investigación*, 2, 201–247.

Tamayo y Tamayo, M. (1980). *Metodología formal de la investigación científica*.

<http://www.worldcat.org/profiles/afgomez/lists/2904204>

Weil, V. (2021). ASPECTOS ETICOS EN LA INVESTIGACION CIENTIFICA.

Science and Engineering Ethics, 1(3), 318–318.

<https://doi.org/10.1007/bf02628809>

ANEXOS

ANEXO1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Indicadores	Metodología
Pregunta de Investigación general ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? Preguntas de Investigación específicas ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y nutrición como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y actividad física como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y manejo del estrés como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y responsabilidad en salud como dimensión del estilo de vida en	Objetivo general Determinar la relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025 Objetivos específicos ☐ Determinar la relación entre consumo de alcohol y la nutrición en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025 ☐ Determinar la relación entre consumo de alcohol y la actividad física en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025 ☐ Determinar la relación entre consumo de alcohol y el manejo del estrés en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025 ☐ Determinar la relación entre consumo de alcohol y la responsabilidad en salud en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025 ☐ Determinar la relación entre consumo de alcohol y el soporte interpersonal en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025	Hipótesis general Existe relación entre el consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025. Hipótesis específicas ☐ El consumo de alcohol tiene relación con la nutrición en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025. ☐ El consumo de alcohol tiene relación con la actividad física de los estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025. ☐ El consumo de alcohol tiene relación con el manejo del estrés en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025. ☐ El consumo de alcohol tiene relación con la responsabilidad en salud en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas	VARIABLE CONSUMO DE ALCOHOL	1.1. Consumo de riesgo	Frecuencia del consumo de alcohol.	Tipo. Básico Enfoque. - cuantitativo Diseño. Descriptivo-correlacional Nivel: correlacional Método hipotético deductivo Población. está compuesta por todos los estudiantes de entre 15 y 17 años de edad Muestra: 222 estudiantes
					Cantidad de bebidas alcohólicas consumidas en una sesión.	
					Frecuencia de consumo excesivo de alcohol (episodios de "binge drinking").	
					Incapacidad para controlar el consumo de alcohol.	
					Impacto negativo del consumo en las responsabilidades y metas personales.	
					Necesidad de beber para aliviar efectos de resaca, signo de dependencia.	
				1.2. Síntoma de dependencia	Sentimientos de culpa relacionados con el consumo de alcohol.	
					Amnesia o pérdida de memoria relacionada con el consumo de alcohol.	
				1.3. Consumo perjudicial de alcohol		
			VARIABLE ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES	Nutrición	Consumo de alimentos al levantarse. Selección de comidas sin químicos o conservantes artificiales. Realización de tres comidas al día. Lectura de etiquetas para identificar nutrientes. Inclusión de alimentos ricos en fibra. Planificación de comidas equilibradas con nutrientes esenciales.	
				Actividad física	Realización de ejercicios para relajar los músculos al menos tres veces por semana. Ejercicio vigoroso de 20-30 minutos, al menos tres veces por semana. Participación en actividades físicas supervisadas. Control del pulso durante el ejercicio. Participación en actividades recreativas como caminar, nadar, fútbol, ciclismo.	
				Manejo del estrés	Dedicación diaria a la relajación. Conciencia de las fuentes de estrés en la vida. Participación en actividades físicas para reducir el estrés. Relajación muscular antes de dormir.	

estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y soporte interpersonal como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025? ¿Cuál es la relación entre consumo de alcohol y autoactualización como dimensión del estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025?	□ Determinar la relación entre consumo de alcohol y la autoactualización en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025	públicas de Puno en 2025. □ El consumo de alcohol tiene relación con el soporte interpersonal en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025. □ El consumo de alcohol tiene relación con la autoactualización en estudiantes de 15 a 17 años en instituciones educativas públicas de Puno en 2025.			Enfoque en pensamientos agradables antes de dormir. Consulta a profesionales sobre salud y bienestar. Uso de métodos específicos para manejar el estrés.	
				Responsabilidad en salud	Comunicación con el médico sobre síntomas extraños. Conocimiento de los niveles de colesterol. Lectura de material educativo sobre salud. Consulta con otros médicos cuando no estás de acuerdo con una recomendación. Discusión con profesionales sobre inquietudes de salud. Medición y conocimiento de la presión arterial. Participación en programas educativos sobre el medio ambiente. Expresión positiva de sentimientos. Monitoreo mensual del cuerpo para detectar cambios de salud. Participación en programas de educación sobre salud personal.	
				Soporte interpersonal	Discusión de preocupaciones personales con cercanos. Elogio fácil a otros por sus éxitos. Expresión y recepción de cariño. Mantenimiento de relaciones interpersonales satisfactorias. Tiempo dedicado a amigos cercanos. Expresión de amor y afecto hacia los demás. Muestra y recepción de afecto físico (abrazos, caricias).	
				Autoactualización	Sentimiento de autoestima y amor propio. Actitud optimista y entusiasta hacia la vida. Crecimiento personal y cambio positivo. Sensación de felicidad y bienestar. Conciencia de las propias capacidades y debilidades. Trabajo hacia metas a largo plazo. Visión positiva del futuro. Conciencia de lo que es importante en la vida. Respeto por los propios logros. Enfoque en la vida como interesante y desafiante. Satisfacción con el entorno de vida. Realismo en las metas personales. Creencia en el propósito de la vida.	

ANEXO 2: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

El presente cuestionario es parte de una investigación titulada “**CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025**” llevado a cabo por la Bach. Frinne Yesenia Coaquira Acero y Bach. Diego Armando Ramos Mamani, de la Universidad Autónoma de Ica, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

Indicaciones: Debido a que el uso del alcohol puede afectar su salud e interferir con ciertos medicamentos y tratamientos, es importante que le hagamos algunas preguntas sobre su uso de alcohol. Sus respuestas serán confidenciales, así que sea honesto por favor. Marque una X en el cuadro que mejor describa su respuesta a cada pregunta.

Ítems o preguntas	VALORACIÓN				
Dimensión 1: Consumo de riesgo	1	2	3	4	5
01. Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica.	Nunca	Uno o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 más veces a la semana	4 o más veces a la semana
02. Cuantas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal.	1 o 2	3 o 4	5 o 6	De 7 a 9	10 a más
03. Con qué frecuencia toma 6 o más bebidas alcohólicas en un solo día.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
Dimensión 2: Síntoma de dependencia	1	2	3	4	5
04. Con que frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
05. Con que frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que esperaba de usted porque había bebido.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario

06. Con qué frecuencia en el curso del último año ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
Dimensión 3: Consumo perjudicial de alcohol	1	2	3	4	5
07. Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario
08. Con qué frecuencia en el curso del último año ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo.	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o casi a diario

Muchas gracias

CUESTIONARIO SOBRE EL ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

El presente cuestionario es parte de una investigación titulada “**CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025**” llevado a cabo por la Bach. Frinne Yesenia Coaquira Acero y Bach. Diego Armando Ramos Mamani, el cual tiene fines únicamente académicos, por tal motiva se mantendrá completa y absoluta discreción.

Indicaciones: Leer con detenimiento las interrogantes que se han formulado y responder seriamente, marcando con un aspa la alternativa correspondiente.

Escala Valorativa:

1: Nunca (N) **2:** A veces (AV) **3:** Frecuentemente (FR) **4:** Rutinariamente (RU)

Ítems o preguntas	VALORACIÓN			
Dimensión 1: Nutrición	N	AV	FR	RU
01. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas.				
02. Seleccionan comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te elevan la presión arterial).				
03. Comes tres comidas al día.				
04. Lees las etiquetas de los alimentos empaquetados para identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).				
05. Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (granos, enteros, frutas y verduras crudas).				
06. Planeas o escoger comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).				
Dimensión 2: Actividad física	N	AV	FR	RU
07. Realizas ejercicios para relajas tus músculos al menos 3 veces por semana.				
08. Realizar ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
09. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
10. Controlas tu pulso durante el ejercicio físico.				
11. Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo.				
Dimensión 3: Manejo del estrés	N	AV	FR	RU
12. Tomas tiempo cada día para el relajamiento.				
13. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida.				
14. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
15. Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.				
16. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.				

17. Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.				
18. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios).				
Dimensión 4: Responsabilidad en salud	N	AV	FR	RU
19. Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud.				
20. Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre).				
21. Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud.				
22. Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo recomienda para cuidar tu salud.				
23. Debates con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.				
24. Haces medir tu presión arterial y saber el resultado.				
25. Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.				
26. Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.				
27. Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro.				
28. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal.				
Dimensión 5: Soporte interpersonal	N	AV	FR	RU
29. Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales.				
30. Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos.				
31. Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti.				
32. Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción.				
33. Pasas tiempo con amigos cercanos.				
34. Expresas fácilmente interés, amor, y calor humano hacia otros.				
35. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (familiares, compañeros y amigos).				
Dimensión 6: Autoactualización	N	AV	FR	RU
36. Te quieres a ti mismo(a).				
37. Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida.				
38. Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.				
39. Te sientes feliz y contento(a).				
40. Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales.				
41. Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida.				
42. Miras hacia el futuro.				
43. Eres consciente de lo que te importa en la vida.				
44. Respetas tus propios éxitos.				
45. Ves cada día como interesante y desafiante.				
46. Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida.				
47. Eres realista en las metas que te propones.				
48. Crees que tu vida tiene un propósito.				

Muchas gracias

ANEXO 3: ASENTIMIENTO INFORMADO

Con el debido respeto me presento, nuestros nombres/s son Frinne Yesenia Coaquira Acero y Diego Armando Ramos Mamani, bachilleres de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma De Ica. Actualmente, nos encontramos realizando una investigación sobre CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025. el objetivo del estudio es determinar la relación entre consumo de alcohol y estilo de vida en estudiantes entre 15 a 17 años en institución educativa pública, Puno 2025, para ello se requiere su colaboración.

El proceso de colaboración consiste en responder los instrumentos: CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT), que consiste en 10 Preguntas y CUESTIONARIO SOBRE EL ESTILO DE VIDA (PEPS-I) que contiene 48 preguntas duración aproximada de 30 minutos.

Su participación en el estudio es totalmente VOLUNTARIA, es así que, no implica recompensas de ningún tipo y tampoco algún costo, debe también saber que toda la información que brinde será guardada **CONFIDENCIALMENTE**, es decir, sólo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más.

Su participación se dará en el marco del respeto a la integridad de la persona: autonomía, justicia, benevolencia y la no maleficencia.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al o los responsables de la investigación: Frinne Yesenia Coaquira Acero, Cel 972218053 y Diego Armando Ramos Mamani con Cel 930488254.

Habiendo leído la información provista líneas arriba. Y, como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

Código del participante

Fecha

ANEXO 4. FICHA DE VALIDACIÓN POR JUICIOS DE EXPERTOS

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

I. DATOS GENERALES

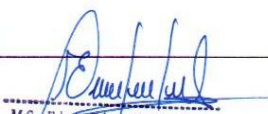
Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2024

Nombre del Experto: Edwin Edgar Mestas Yucra

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES


M.Sc. Edwin Edgar Mestas Yucra
LICENCIADO EN EDUCACIÓN
DNI: 42324040

Nombre: Edwin Edgar Mestas Yucra
No. DNI: 42324040
Grado académico: Magister Scientiarum

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES

ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PUNO 2024

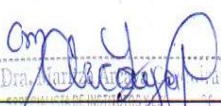
Nombre del Experto: Maritza Arcaya Coaquira.

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El Instrumento es apto para su aplicación.


Dra. Maritza Arcaya Coaquira

Nombre: Maritza Arcaya Coaquira.

No. DNI: 01869203

Grado académico: Doctor en Ciencias de la Educación

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2024

Nombre del Experto: Dr. Juan Barrios Valero

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	<i>Cumple</i>	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	<i>Cumple</i>	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	<i>Cumple</i>	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	<i>Cumple</i>	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	<i>Cumple</i>	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	<i>Cumple</i>	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	<i>Cumple</i>	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	<i>Cumple</i>	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	<i>Cumple</i>	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	<i>Cumple</i>	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Dr. Juan Fco. Barrios Valero
PSICOLOGO
Colegio de Psicólogos del Perú N° 11128
Consejo Regional III - Arequipa

Nombre: Juan Barrios Valero
No. DNI: 29253380
Grado académico: Doctor en Educación

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: D. Sc. Huguette Fortunata Dueñas Zuñiga

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento esta apto para ser aplicado en investigaciones


Dra. Huguette F. Dueñas Zuñiga
PSICOLOGA
Huguette Fortunata Dueñas Zuñiga
DNI: 01319352
Doctoris Scientiae

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: D. Sc. Huguette Fortunata Dueñas Zuñiga

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento esta apto para ser aplicado en investigaciones


Huguette Fortunata Dueñas Zuñiga
DNI: 01319352
Doctoris Scientiae

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

IV. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: BERTHA ELIZABETH HUALPA BENDEZU

V. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

VI. OBSERVACIONES GENERALES

--



Nombre: Bertha Elizabeth Hualpa Bendezu
No. DNI: 01340098
Grado académico: Dra

DRA. BERTHA HUALPA BENDEZU
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 5416

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: BERTHA ELIZABETH HUALPA BENDEZU

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado		Reformular la pregunta 2
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple.	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Reformular LA PREGUNTE NUMERO 2



Nombre: Bertha Elizabeth Hualpa Bendezu
No. DNI: 01340098
Grado académico: Doctora

DRA. BERTHA HUALPA BENDEZU
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 8416

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL (AUDIT)

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: Dra. Vilma Velásquez Velásquez

II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	2
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Apto para ser aplicado


Dra. Vilma Velásquez Velásquez
C.Ps.P. 6221

Nombre: Vilma Velásquez Velásquez

No. DNI: 29539807

Grado académico: Doctor

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

CUESTIONARIO SOBRE EL ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

IV. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES
ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025

Nombre del Experto: Vilma Velásquez Velásquez

ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	01
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

V. OBSERVACIONES GENERALES

Apto para ser aplicado



Dra. Vilma Velásquez Velásquez
C.Ps. P. 6221

Nombre: Vilma Velásquez Velásquez
No. DNI: 29539807
Grado académico: Doctor

ANEXO 5: MATRIZ DATA EXCEL

CONSUMO DE ALCOHOL																	ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES																	
Consumo de riesgo				Síntoma de dependencia				Consumo perjudicial de		Nutrición				Actividad física				Manejo del estrés				Responsabilidad en salud												
Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica.	Cuantas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal.	Con qué frecuencia toma 5 o más bebidas alcohólicas en un solo día.	Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado.	Con qué frecuencia en el curso del último año ha necesitado beber en ayunas para recuperarse de haber bebido mucho el día anterior.	Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido.	Con qué frecuencia en el curso del último año ha recordado lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo.	Tomas etiquetas de alimentos que no contienen ingredientes artificiales o químicos para comer.	Comes tres comidas al día.	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para comer.	Leas etiquetas de los alimentos y empaquados para identificar un nutriente.	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (granos, enteros, frutas y verduras crudas).	Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes.	Realizas ejercicio para relajarte.	Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.	Participas en programas de actividad física supervisada.	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo.	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida.	Participas en programas de actividad física supervisada.	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.	Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.	Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.	Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios).	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud.	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre).	Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud.	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que te dicen.	Debes con profesiones calificadas o tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.	Observas al mercado que se vende para el físico.				
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	A1	A2	A3	A4	A5	A6	B1	B2	B3	B4	B5	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8	D9
M1	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	
M2	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M3	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M4	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3
M5	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	3	2	1	1	2	4	3	2	1	2	3	
M6	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	3	4	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	2	1	
M7	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	4	1	4	4	1	2	2	3	3	4	4	3	1	3
M8	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2
M9	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2
M10	1	4	1	3	5	1	1	2	3	3	1	2	4	4	3	4	2	1	4	3	1	4	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4
M11	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3
M12	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M13	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M14	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3
M15	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	3	2	1	1	2	4	3	2	1	2	3	
M16	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	2	4	3	3	1	2	3
M17	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	1	2	2	3	4	4	3	1	3
M18	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	2	
M19	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2
M20	1	4	1	3	5	1	1	2	3	1	2	4	2	4	4	3	4	2	1	4	3	1	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4
M21	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3
M22	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M23	2	1	3	1	1	2	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	1	3
M24	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3
M25	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	3	2	1	1	2	4	3	2	1	2	3	
M26	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	3	2	2	2	4	3	3	1	2	3	
M27	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	1	1	3	1
M28	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	1	2	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2
M29	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2
M30	1	4	1	3	5	1	1	2	3	1	2	4	2	4	4	3	4	2	1	1	4	3	1	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4
M31	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3
M32	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M33	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3	1	3	1	1	4	1	3	3	1	1	1	3
M34	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	1	2	3
M35	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	2	1	4	2	3	4	2	3	2	1	1	2	4	3	2	1	2	3	
M36	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	4	4	3	2	2	4	4	3	2	2	2	3	2	4	3	3	2

ANEXO 6: MATRIZ DATA SPSS

*MATRIZ DATA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visite: 64 de 64 variables

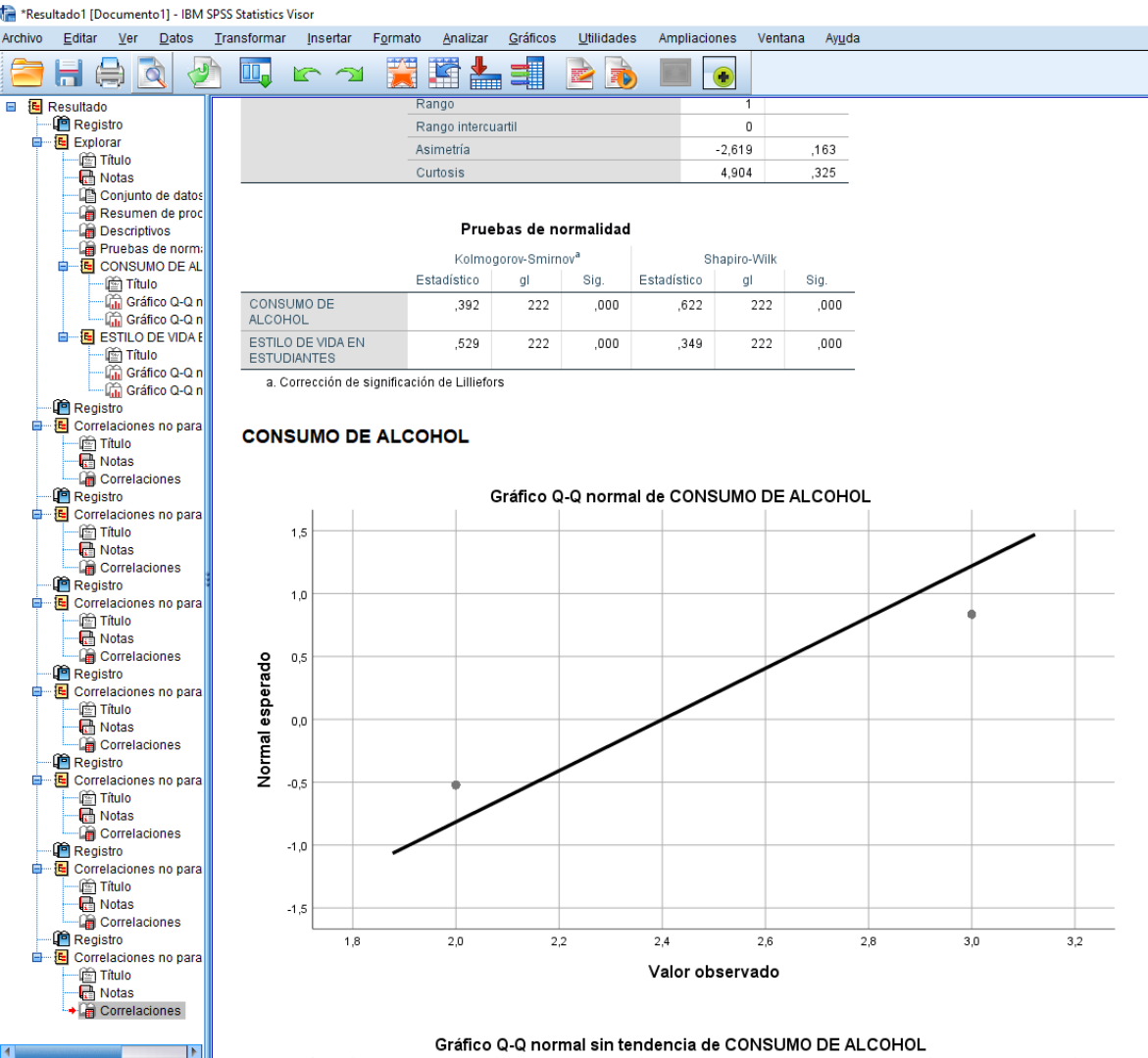
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	A1	A2	A3	A4	A5	A6	B1	B2	B3	B4	B5	C1	C2	C3
1	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
2	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
3	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3
4	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1
5	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	1	4	2	3	4
6	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4
7	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	4
8	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1
9	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2
10	1	4	1	3	5	1	1	2	3	1	2	4	2	4	4	3	4	2	1	1	4	3
11	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
12	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
13	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3
14	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1
15	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	1	4	2	3	4
16	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4
17	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	4
18	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1
19	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2
20	1	4	1	3	5	1	1	2	3	1	2	4	2	4	4	3	4	2	1	1	4	3
21	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
22	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
23	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3
24	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1
25	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	1	4	2	3	4
26	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4
27	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	4
28	2	1	1	1	3	2	1	1	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	4	1
29	1	3	2	1	4	2	2	1	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	2	1	4	2
30	1	4	1	3	5	1	1	2	3	1	2	4	2	4	4	3	4	2	1	1	4	3
31	5	1	5	5	1	1	1	1	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
32	3	1	1	1	1	1	2	3	4	3	3	1	4	1	1	4	1	1	4	3	1	2
33	2	1	3	1	1	2	3	3	2	1	4	1	4	2	1	4	1	1	4	3	2	3
34	4	2	2	2	2	1	4	4	1	1	4	1	4	1	3	4	1	1	4	4	2	1
35	1	5	4	2	2	2	5	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	1	4	2	3	4
36	1	2	1	4	3	3	4	2	3	2	4	2	4	3	2	3	3	2	4	4	3	4
37	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	4

*MATRIZ DATA.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	P1	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
2	P2	Numérico	8	0	Cuántas consu...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
3	P3	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
4	P4	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
5	P5	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
6	P6	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
7	P7	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
8	P8	Numérico	8	0	Con qué frecue...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
9	A1	Numérico	8	0	Tomas algún ali...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
10	A2	Numérico	8	0	Seleccionan co...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
11	A3	Numérico	8	0	Comes tres co...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
12	A4	Numérico	8	0	Lees las etique...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
13	A5	Numérico	8	0	Incluyes en tu ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
14	A6	Numérico	8	0	Planeas o esco...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
15	B1	Numérico	8	0	Realizas ejerci...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
16	B2	Numérico	8	0	Realizar ejerci...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
17	B3	Numérico	8	0	Participas en pr...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
18	B4	Numérico	8	0	Controlas tu pul...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
19	B5	Numérico	8	0	Realizas activid...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
20	C1	Numérico	8	0	Tomas tiempo ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
21	C2	Numérico	8	0	Eres conscient...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
22	C3	Numérico	8	0	Participas en pr...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
23	C4	Numérico	8	0	Relajas consci...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
24	C5	Numérico	8	0	Te concentras ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
25	C6	Numérico	8	0	Pides informaci...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
26	C7	Numérico	8	0	Usas métodos ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
27	D1	Numérico	8	0	Relatas al médi...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
28	D2	Numérico	8	0	Conoces el nive...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
29	D3	Numérico	8	0	Lees revistas o ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
30	D4	Numérico	8	0	Le preguntas a ...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
31	D5	Numérico	8	0	Debates con pr...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
32	D6	Numérico	8	0	Haces medir tu...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
33	D7	Numérico	8	0	Asistes a progr...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
34	D8	Numérico	8	0	Encuentras ma...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
35	D9	Numérico	8	0	Observas al me...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
36	D10	Numérico	8	0	Asistes a progr...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
37	E1	Numérico	8	0	Discutes con p...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada
38	E2	Numérico	8	0	Elogias fácilme...	Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Nominal	Entrada

PRUEBA DE NORMALIDAD DE LOS DATOS



ANEXO 7: SOLICITUD DE PERMISO PARA LA APLICACIÓN DEL TEST

AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA

SOLICITO: PERMISO PARA LA APLICACIÓN DE TETS

SR. DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CARLOS DANTE NAVA – PUNO

LIC. LINO ROMULO ACERO BARRAZA

Nosotros: **Frinne Yesenia Coaquira Acero**, con DNI N° 41738235, domiciliada en Jr. Moquegua 422-A y **Diego Armando Ramos Mamani** con DNI N° 47614343 domiciliado en Av. Orgullo Aymara 515, estudiantes de la Universidad Autónoma de Ica con el debido respeto nos presentamos ante Ud. y exponemos:

Que, para nuestro proyecto, "CONSUMO DE ALCOHOL Y ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES ENTRE 15 A 17 AÑOS EN INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA, PUNO 2025", necesitamos realizar la aplicación de dos test, los cuales serian realizados a los estudiantes de su Institución. Por lo cual apelamos a su buena voluntad para que nos facilite la autorización respetiva para la aplicación de los test psicológicos, acogiéndonos a los horarios que Ud. disponga.

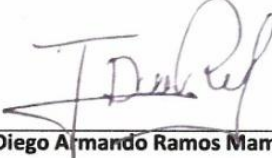
Por lo expuesto:

Puno, 10 de Marzo del 2025

Rogamos a Ud. Acceder a nuestra solicitud.



Frinne Yesenia Coaquira Acero
DNI N° 41738235



Diego Armando Ramos Mamani
DNI N° 47614343

ANEXO 8: CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INVESTIGACIÓN



LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CARLOS DANTE NAVA - PUNO



AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA

**SR. DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA
CARLOS DANTE NAVA – PUNO**

LIC. LINO ROMULO ACERO BARRAZA

Mediante la presente hace constar que:

Los alumnos de la Universidad Automa de Ica; Frinne Yesenia Coaquira Acero, con DNI N° 41738235, y Diego Armando Ramos Mamani con DNI N° 47614343, aplicaron los cuestionarios a los alumnos del nivel secundario modalidad vacacional, para lo cual mostraron responsabilidad, puntualidad y dedicación en su labor.

Se les entrega la constancia respectiva para los fines que vean por conveniente.

Puno, 20 de Marzo del 2025



PROF. LINO ROMULO ACERO BARRAZA
DIRECTOR

ANEXO 8: INFORME DE TURNITIN



Página 1 of 140 - Portada

Identificador de la entrega trn:oid::3117:444517416

1743432360_TESIS_FRINNE YESENIA COAQUIRA ACERO y DIEGO ARMANDO RAMOS MAMANI.docx

2025

2025

Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::3117:444517416

135 Páginas

Fecha de entrega

31 mar 2025, 4:06 p.m. GMT-5

26.135 Palabras

Fecha de descarga

31 mar 2025, 4:16 p.m. GMT-5

142.504 Caracteres

Nombre de archivo

1743432360_TESIS_FRINNE YESENIA COAQUIRA ACERO y DIEGO ARMANDO RAMOS MAMANI.docx

Tamaño de archivo

4.0 MB



Página 1 of 140 - Portada

Identificador de la entrega trn:oid::3117:444517416

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Small Matches (less than 15 words)

Top Sources

- 6%  Internet sources
- 0%  Publications
- 3%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 6% Internet sources
- 0% Publications
- 3% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	repositorio.unap.edu.pe	2%
2	Internet	hdl.handle.net	<1%
3	Internet	repositorio.autonomadeica.edu.pe	<1%
4	Submitted works	BENEMERITA UNIVERSIDAD AUTONOMA DE PUEBLA BIBLIOTECA on 2019-03-22	<1%
5	Internet	uvadoc.uva.es	<1%
6	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
7	Internet	cdigital.uv.mx	<1%
8	Submitted works	Universidad Autónoma de Ica on 2023-02-04	<1%
9	Submitted works	Universidad Continental on 2025-02-24	<1%
10	Submitted works	Universidad San Ignacio de Loyola on 2018-11-21	<1%
11	Internet	creativecommons.org	<1%

12	Submitted works	Universidad Cooperativa de Colombia on 2023-11-18	<1%
13	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2023-07-20	<1%
14	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%
15	Submitted works	CONACYT on 2017-04-04	<1%
16	Internet	repositorio.unsa.edu.pe	<1%
17	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2016-03-11	<1%
18	Submitted works	Universidad de Los Llanos, UNILLANOS on 2023-02-12	<1%
19	Internet	www.researchgate.net	<1%
20	Internet	www.repositorio.autonomaedica.edu.pe	<1%
21	Submitted works	Universidad Autonoma del Peru on 2019-06-25	<1%
22	Submitted works	Universidad Católica de Santa María on 2025-03-24	<1%
23	Submitted works	Universidad Cesar Vallejo on 2024-07-03	<1%
24	Submitted works	Universidad Nacional del Centro del Peru on 2024-04-11	<1%
25	Internet	eprints.uanl.mx	<1%

26	Internet	
qdoc.tips		<1%
27	Internet	
repositorio.unac.edu.pe		<1%