

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



“ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA RENZO
COSTA, LIMA, 2023”

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN
ENFERMERÍA

AUTORES:

MARTINEZ ALDAZABAL NATALI

SOTO ROJAS KARINA CELIA

ASESORA:

DRA. DIAZ TAVERA, ZOILA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: CIENCIAS DE LA SALUD

Callao, 2024

PERÚ



ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA RENZO COSTA, LIMA, 2023

Esperamos su pronta respuesta.



Nombre del documento: ESTILOS DE VIDA Martinez-Soto.docx
ID del documento: b001ebd62bb57e631d2115d06b42f1ca1c6ab2e
Tamaño del documento original: 284,79 kB
Autores: Natali Martínez Aldazabal, Karina Celia Soto Rojas

Depositante: Natali Martínez Aldazabal
Fecha de depósito: 24/7/2024
Tipo de carga: url_submission
fecha de fin de análisis: 26/7/2024

Número de palabras: 12.266
Número de caracteres: 78.241

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes de similitudes

Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	scielo.org.co ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN L... http://scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=50121-75772014000100006 27 fuentes similares	5%		Palabras idénticas: 5% (580 palabras)
2	library.co Dimensiones de los Estilos de Vida según Modelo de Nola Pender y M... https://library.ula.ve/ole/dimensiones-estilos-segun-modelo-pender-modificado-marquez-delgado... 8 fuentes similares	3%		Palabras idénticas: 3% (386 palabras)
3	repositorio.utea.edu.pe https://repositorio.utea.edu.pe/bitstream/utea/395/1/Estilos de vida y estado nutricional de los traba... 18 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (245 palabras)
4	www.scielo.org.pe Situación de estilo de vida y enfermedades no transmisibles ... http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=52308-05312022000100154 3 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (246 palabras)
5	library.co Barreras percibidas para asumir conductas promotoras de salud en e... https://library.co/document/yd38w2zy-barreras-percibidas-conductas-promotoras-estudiantes-univ... 46 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (227 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	Documento de otro usuario #351330 El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (37 palabras)
2	www.ulima.edu.pe https://www.ulima.edu.pe/sites/default/files/page/files/piramide_nutricional_clasificacion_alimentos_p...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)
3	repositorio.unac.edu.pe https://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12962/7316PCS_TESIS_SANDOVAL_REATEG...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (33 palabras)
4	ruc.udc.es http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/2183/15680/2/PazosCasal_Roberto_TFG_2014.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (36 palabras)
5	www.scielo.org.pe http://www.scielo.org.pe/pdf/ins/v33n2/a17v33n2.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (29 palabras)

INFORMACIÓN BÁSICA

FACULTAD:

Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN:

Ciencias de la Salud

TÍTULO:

“Estilos de Vida de los Trabajadores de la Empresa Renzo Costa, Lima, 2023”

AUTORES:

Martinez Aldazabal Natali / Código ORCID: 0009-0001-3208-8946 / DNI: 43293067

Soto Rojas Karina Celia / Código ORCID: 0009-0003-2230-8479 / DNI: 74768063

ASESOR:

Dra. Zoila Diaz Tavera / Código ORCID: 0000-0001-8875-8788 / DNI: 01236883

LUGAR DE EJECUCIÓN:

Empresa Renzo Costa SAC, Lima

UNIDAD DE ANÁLISIS:

Trabajadores de la Empresa Renzo Costa

TIPO / ENFOQUE / DISEÑO DE INVESTIGACIÓN:

Aplicada / Cuantitativa / No Experimental, Transversal

TEMA OCDE:

3.03.10 – Salud Ocupacional

HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACIÓN

MIEMBROS DEL JURADO:

- | | |
|--------------------------------------|------------|
| • Dra. Nancy Susana Chalco Castillo | PRESIDENTE |
| • Dr. Hernán Oscar Cortez Gutiérrez | SECRETARIO |
| • Dra. Mercedes Lulilea Ferrer Mejía | VOCAL |
| • Dra. Ana Elvira López De Gómez | SUPLENTE |

ASESORA: Dra. Zoila Rosa Diaz Tavera

N° DE LIBRO: 2

N° DE ACTA: 014/2024

FECHA DE APROBACIÓN DE TESIS: 19 de agosto 2024

RESOLUCIÓN DE SUSTENTACIÓN: 241-2024-D/FCS

DEDICATORIA:

A Dios, porque sin su bendición y protección diaria durante la pandemia, jamás hubiésemos logrado concluir nuestra formación profesional.

A nuestras madres, porque gracias a su paciencia, apoyo y su amor incondicional podemos afrontar los diferentes obstáculos que la vida nos presente.

A nuestra compañera, amiga y cómplice Dayana, con quien iniciamos la aventura de crear el presente trabajo de investigación.

Las Autoras

AGRADECIMIENTO

A nuestras familias, por siempre darnos fuerzas y creer en nosotras.

A nuestra asesora Dra. Zoila Díaz, por ser nuestra mentora ejemplar, por guiarnos en los momentos que estuvimos perdidas y ayudarnos en alcanzar la meta de poder, por fin, terminar nuestra tesis.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS.....	3
ÍNDICE DE FIGURAS	4
RESUMEN	5
ABSTRACT	6
INTRODUCCIÓN.....	7
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
1.1. Descripción de la realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	13
1.3. Objetivos.....	13
1.4. Justificación	14
1.5. Delimitantes de la investigación.....	15
II. MARCO TEÓRICO.....	16
2.1. Antecedentes.....	16
2.2. Bases teóricas.....	22
2.3. Marco Conceptual	26
2.4. Definición de Términos Básicos.....	34
III. HIPÓTESIS Y VARIABLES	37
3.1. Hipótesis.....	37
3.1.1. Operacionalización de variable	38
IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO	39
4.1. Diseño Metodológico	39
4.2. Método de Investigación.....	39
4.3. Población y Muestra	39
4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado.....	41
4.5. Técnicas e Instrumentos para la recolección de la información.....	41
4.6. Análisis y procesamiento de datos	42
4.7. Aspectos éticos en investigación	43
V. RESULTADOS.....	44
5.1. Resultados Descriptivos.	44
5.2. Resultados Inferenciales.....	51
5.3. Otros tipos de resultados estadísticos.	52

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	53
6.1. Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.	53
6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares.....	59
6.3. Responsabilidad Ética	62
VII. CONCLUSIONES	64
VIII. RECOMENDACIONES	65
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	66
ANEXOS	71
Anexo 1. Matriz de consistencia.....	71
Anexo 2. Instrumento de recolección de datos.....	72
Anexo 3. Confiabilidad del instrumento	74
Anexo 4. Base de datos prueba piloto	76
Anexo 5. Base de datos Dimensiones.....	77
Anexo 6. Base de datos cuestionario	80
Anexo 7. Base de datos puntuación.....	107
Anexo 8. Solicitud de autorización para realizar investigación	112
Anexo 9. Consentimiento Informado	113
Anexo 10. Modelo de promoción de la Salud de Nola Pender	114

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 5.1.1 <i>Estilos de Vida de los Trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	44
Tabla 5.1.2 <i>Estilos de Vida en la Actividad Física de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	45
Tabla 5.1.3 <i>Estilos de Vida en la Nutrición de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	46
Tabla 5.1.4 <i>Estilos de Vida en el Manejo del Estrés de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	47
Tabla 5.1.5 <i>Estilos de Vida en la Responsabilidad en Salud de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	48
Tabla 5.1.6 <i>Estilos de Vida en el Soporte Interpersonal de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	49
Tabla 5.1.7 <i>Estilos de Vida en la Autoactualización de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	50
Tabla 5.2.1 <i>Estilos de Vida por Género</i>	51
Tabla 5.3.1 <i>Estilos de Vida por Área y Género</i>	52

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 5.1.1 <i>Estilos de Vida de los Trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	44
Figura 5.1.2 <i>Estilos de Vida en la Actividad Física de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	45
Figura 5.1.3 <i>Estilos de Vida en la Nutrición de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	46
Figura 5.1.4 <i>Estilos de Vida en el Manejo del Estrés de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	47
Figura 5.1.5 <i>Estilos de Vida en la Responsabilidad en Salud de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	48
Figura 5.1.6 <i>Estilos de Vida en el Soporte Interpersonal de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	49
Figura 5.1.7 <i>Estilos de Vida en la Autoactualización de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023</i>	50
Figura 5.2.1 <i>Estilos de Vida por Género</i>	51
Figura 5.3.1 <i>Estilos de Vida por Área y Género</i>	52

RESUMEN

Objetivo: Determinar los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023. **Método:** Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo porque los datos pueden ser medibles a través de números y métodos estadísticos; diseño no experimental puesto que no se manipularon las variables, solo se observó un contexto en particular; de tipo transversal porque se mide la variable en un solo momento, y descriptivo por cuanto se describió la variable de estudio y sus dimensiones. La técnica que se aplicó fue la entrevista y el instrumento empleado fue el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I), creado por Nola Pender. La población de estudio estuvo conformada por 200 trabajadores que se encuentran laborando en la empresa Renzo Costa; tomando una población muestral de 132 trabajadores. **Resultados:** El 94% de los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un estilo de vida adecuado. En la dimensión de Autoactualización (crecimiento espiritual) muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 98%; en la dimensión de Soporte Interpersonal muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 95%; en la dimensión de Nutrición muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 81%; en la dimensión del manejo del nivel de estrés muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 64%; en la dimensión de Responsabilidad en Salud muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 47% y en la dimensión de Actividad Física muestran un nivel de estilo de vida adecuado con un 46%. **Conclusiones:** Existen adecuados estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.

Palabra clave: Estilos de Vida; Actividad Física; Autoactualización; Relaciones Interpersonales; Nutrición; Manejo del Estrés; Responsabilidad en Salud.

ABSTRACT

Objective: To determine the lifestyles of the workers at Renzo Costa, Lima, 2023. **Method:** A quantitative approach was used in this research because the data can be measured through numbers and statistical methods; a non-experimental design was chosen since the variables were not manipulated, only a particular context was observed; it is a cross-sectional study because the variable is measured at a single point in time, and descriptive as it describes the study variable and its dimensions. The technique applied was the interview, and the instrument used was the Lifestyle Profile Questionnaire (PEPS-I) created by Nola Pender. The study population consisted of 200 workers employed at Renzo Costa, with a sample population of 132 workers. **Results:** 94% of the workers at Renzo Costa have an adequate lifestyle. In the Self-Actualization dimension (spiritual growth), they exhibit an adequate lifestyle level of 98%; in the Interpersonal Support dimension, they show an adequate lifestyle level of 95%; in the Nutrition dimension, they demonstrate an adequate lifestyle level of 81%; in the Stress Management dimension, they show an adequate lifestyle level of 64%; in the Health Responsibility dimension, they show an adequate lifestyle level of 47%; and in the Physical Activity dimension, they exhibit an adequate lifestyle level of 46%. **Conclusions:** There are adequate lifestyles among the workers at Renzo Costa.

Keywords: Lifestyles; Physical Activity; Self-Actualization; Interpersonal Support; Nutrition; Stress Management; Health Responsibility.

INTRODUCCIÓN

Los estilos de vida han sido y seguirán siendo objeto de estudio importante en la salud pública, ya que pueden influir en la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas. Existen diversas concepciones acerca de lo que es estilo de vida, por lo que cada uno de nosotros, según la perspectiva que tengamos, podemos brindar una definición propia del mismo.

El modelo de Promoción de la Salud de por Nola Pender, es uno de los modelos más predominantes en la promoción de la salud en enfermería; se enfoca en los estilos de vida como factores determinantes de la salud y se basa en la idea de que las personas pueden adoptar comportamientos saludables si tienen la motivación y capacidad para hacerlo.

La concepción de la salud en la perspectiva de Nola Pender parte de un componente altamente positivo, comprensivo y humanístico; toma a la persona como ser integral, analiza los estilos de vida, las fortalezas, la resiliencia, las potencialidades y capacidades de la persona en la toma de decisiones respecto a su salud y su vida. Propone que la promoción de la salud se logra a través de la educación y el cambio de actitudes y comportamientos, además, de las ganas que cada uno tiene en poder lograrlo.

Ante ello, se podría indicar que los estilos de vida son patrones de comportamiento que reflejan cómo es que cada persona o un conjunto de personas tiene y elige vivir, basados en sus valores, actitudes, creencias y hábitos. Estos estilos pueden abarcar áreas como la alimentación, el ejercicio, las relaciones sociales, el trabajo, el ocio y el consumo en general.

En este contexto, la presente investigación plantea como objetivo determinar los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023.

El desarrollo de la investigación se organizó en nueve capítulos: el capítulo I corresponde al planteamiento del problema y comprende la descripción de la realidad problemática, formulación del problema, los objetivos, la justificación y los delimitantes de investigación. El capítulo II presenta el marco teórico donde se detallan los antecedentes, bases teóricas, marco conceptual y la definición de términos básicos. El capítulo III, denominado Hipótesis y variables, establece la hipótesis general, la definición conceptual de variables y la operacionalización de variables. El capítulo IV está referido a la metodología del proyecto, donde se determina el diseño metodológico, el método de investigación, la población y muestra, el lugar de estudio y periodo desarrollado, las técnicas e instrumentos para la recolección de la información, el análisis y procesamiento de datos, los aspectos éticos en investigación y los resultados. En el capítulo V se presentan los resultados, donde se indican los resultados descriptivos, inferenciales y otros tipos de resultados. En el capítulo VI se presenta la discusión de resultados, donde se detalla la contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados, así como la contrastación de los resultados con otros estudios similares y la responsabilidad ética de acuerdo a los reglamentos vigentes. El capítulo VII presenta las conclusiones; el capítulo VIII brinda las recomendaciones y el capítulo VIII menciona las referencias bibliográficas.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

A nivel mundial, según las estimaciones dadas de forma conjunta, entre la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la OIT, casi 2 millones de personas murieron por causas relacionadas al trabajo entre los años 2000 y 2016, siendo las enfermedades respiratorias y cardiovasculares con mayor tasa de mortalidad. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) señala que la aparición de enfermedades no transmisibles como la diabetes, enfermedades cardiovasculares o la obesidad se provocan por causa de cambios en el estilo de vida, y en los hábitos de adaptación constituyen un problema que se presentan en los trabajadores del mundo, y que exige un nuevo enfoque y esfuerzos para asegurar una cultura de prevención en el trabajo (1).

La OMS informó que para el año 2022, uno de cada 8 personas en el mundo era obesa; cada año mueren 2.8 millones de personas a causa de la obesidad y sobrepeso en el mundo; ante ello, ha lanzado un plan de lucha para reducir en un 25% el número de víctimas por esta enfermedad, además del tabaquismo y diabetes, hasta el año 2025. En cuanto a la salud mental, refiere que el suicidio es la cuarta causa de muerte en el mundo, y que el promedio global de la población más activa (actividad física) emplea 6.1 horas a la semana en realizar ejercicios físicos (3). Al respecto, la Federación Mundial de Obesidad, indica en su reporte que alrededor de mil millones de personas en todo el mundo, incluyendo 1 de cada 5 mujeres y 1 de cada 7 hombres, vivirán con obesidad para 2030. Las tasas más altas de obesidad se encuentran en la región de las Américas, tanto para hombres como para mujeres. La mitad de todas las mujeres que viven con obesidad se ubican en 11 países: EUA, China, India, Brasil, México, Rusia, Egipto, Indonesia, Irán, Turquía y Pakistán. Mientras tanto, la mitad de todos los hombres se

ubican en 9 países: EUA, China, India, Brasil, México, Rusia, Egipto, Alemania y Turquía (2).

En este contexto, la promoción de la salud permite a las personas controlar mejor su propia salud, e indica que las iniciativas desarrolladas a nivel individual no dieron los resultados esperados, por lo tanto, es necesario diseñar estrategias de promoción de la salud que consideren un enfoque social, comunitario e integral, que permita el acceso igualitario a respuestas efectivas en salud; lo que se podrá lograr a través del conocimiento específico de los comportamientos y prioridades reconocidos en cada contexto, de ahí la importancia de analizar los estilos de vida que promueven la salud (3).

A nivel de América Latina y el Caribe, el sobrepeso y la obesidad han aumentado en todos los grupos de edad, el sobrepeso en las mujeres es mayor que en los hombres. El costo económico y social de la doble carga de la malnutrición y muy especialmente del sobrepeso y la obesidad se incrementa en la región con un 75% de las muertes causadas por enfermedades no transmisibles asociadas, en gran medida, a una alimentación no saludable (4).

En el año 2019 el país de Surinam mostro la tasa de suicidios más alta en personas mayores de 84 años (131 suicidios por cada 100.000 habitantes); Guyana en segundo lugar con alrededor de 128 suicidios y Cuba en el tercer lugar con una tasa mínima a la de Guyana (50).

En cuanto a la prevalencia de actividad física, la consultora IPSOS indicó en su informe que los países más activos en américa latina, son Colombia y Perú cuya población indicó realizar hasta 5.2 horas

semanales de ejercicio, y el país menos activo es Brasil, donde solo emplean 3 horas de ejercicios a la semana (51).

El estilo de vida poco saludable, además de generar problemas de salud, también puede tener un impacto negativo en el lugar de trabajo, produciendo baja por enfermedad, pérdida de productividad y capacidad de trabajo reducida. Las personas pasan gran parte de su tiempo en el trabajo, por ello, la importancia de desarrollar programas de promoción de la salud en el lugar de trabajo, destinados a fomentar un estilo de vida adecuado centrado principalmente en fomentar dietas saludables para el corazón y un aumento de la actividad física (5). La población se mantendrá sana si adopta estilos de vida saludable, modificando comportamientos individuales perjudiciales para la salud, lo que ha sido constatado en Colombia, en el año 2019, en un estudio donde mostró que los trabajadores con estilos de vida saludables son más productivos (6), asimismo, otro estudio encontró que los estilos de vida saludable favorecen la satisfacción laboral, constituyéndose en un elemento que contribuye a la salud laboral (7).

En el Perú, según el estudio Datum Internacional y la Red WIN donde se analiza aspectos de salud como peso, estado físico y de ánimo, para el año 2019 el 72% de los peruanos se considera saludable. Siendo las personas más jóvenes y con estudios superiores los que se auto perciben más saludables; sin embargo, las personas mayores a 65 años, a pesar de no auto percibirse como saludables son quienes más practican el cuidado de su salud (52).

De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el año 2022 el sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública, revelando que el 35.5% de personas de 15 y más años presentan sobrepeso y el 17.8% obesidad. El 17,8% de personas de 15 y más años

de edad tienen un IMC superior a 30, es decir, sufren de obesidad; alcanzando al 22,4% son mujeres y 13,3% hombres. Por área de residencia, hay una diferencia de 12,1 puntos porcentuales entre la población urbana (21,9%) y rural (9,8%) que es obesa. Al igual que el sobrepeso, el porcentaje de personas obesas es mayor en aquellas de condición socioeconómica más rica, registrando el 23,7%, mientras que en las personas más pobres solo el 8,1% lo padecen, con una diferencia de 15,6 puntos porcentuales (8).

La empresa Renzo Costa, ubicada en el distrito de San Isidro en la provincia de Lima y dedicada a la confección de prendas y artículos de cuero; no cuenta con tópico ni un área de Salud Ocupacional propia de la empresa, pero sí con personal tercero de salud, compuesto por una enfermera, quien es bachiller y autora de la presente investigación, y un médico quienes laboran de forma remota y presencial respectivamente, asistiendo y reportando los eventos de salud, hasta el mediodía. La empresa cuenta con varias áreas las cuales son: administrativas, de producción y de ventas, además de 200 trabajadores y personal con capacidades especiales, con edades entre 18 a 70 años de edad, los mismos que realizan distintas tareas en las diferentes áreas antes mencionadas. En los trabajadores del área administrativa se observó que muchos de ellos permanecen muchas horas sentados, cuando se les preguntó del porque sus prolongadas horas en reposo, mencionaron que por temas de eficiencia en la entrega de informes o datos que sus superiores requerían, es que se mantienen sedentarios y que por ello incluso almorzaban en sus pupitres. En el área de producción, se observó que algunos trabajadores, por las tareas que realizan, permanecen muchas horas de pie, otros almuerzan en su espacio laboral por temas de horario y otros realizan trabajos de fuerza. Además, se observó también que la empresa les proporciona snacks, galletas, entre otros. Cuando de forma general, se les preguntó si en sus tiempos libres realizaban alguna actividad física o recreativa, mencionaron que no lo

hacían de forma rutinaria, pero que más o menos 1 cada 3 meses entre compañeros de trabajo juegan un partido de fútbol; así también, refirieron que hace mucho tiempo que no se realizan un chequeo médico.

Todos estos aspectos nos llamaron la atención, motivo por el cual, nos formulamos la siguiente interrogante:

1.2. Formulación del problema

Problema General:

¿Cuáles son los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023?

Problemas Específicos:

- ¿Cuál es el estilo de vida en la actividad física en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?
- ¿Cuál es el estilo de vida en la nutrición en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?
- ¿Cuál es el estilo de vida en el manejo del estrés en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?
- ¿Cuál es el estilo de vida en la responsabilidad en Salud en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?
- ¿Cuál es el estilo de vida en el soporte interpersonal en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?
- ¿Cuál es el estilo de vida en la auto actualización en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023?

1.3. Objetivos

Objetivo general

Determinar los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023.

Objetivos específicos

- Identificar el estilo de vida en la actividad física en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.
- Identificar el estilo de vida en la nutrición en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.
- Identificar el estilo de vida en el manejo del estrés en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.
- Identificar el estilo de vida en la responsabilidad en Salud en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.
- Identificar el estilo de vida en el soporte interpersonal en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.
- Identificar el estilo de vida en la auto actualización en los trabajadores de la empresa Renzo Costa.

1.4. Justificación

En la empresa Renzo Costa no se cuenta con un programa de salud que determine como es el estilo de vida que llevan sus trabajadores; los resultados del estudio evidenciarían el estado actual del mismo y con ello se podría justificar la implementación de programas o actividades que requieran para obtener mejoras y el bienestar de los trabajadores. Por ello, esta investigación es relevante porque permitirá contribuir desde el punto:

Teórica: Incrementar los estudios para evaluar los estilos de vida, con el enfoque de Nola Pender sobre la promoción de salud, ya que las investigaciones tanto nacionales como internacionales son escasas, respecto al tema de estudio en el contexto empresarial y la post pandemia.

Social: Se busca concientizar y sensibilizar a empresarios y trabajadores acerca de la importancia de prevenir enfermedades

adoptando estilos de vida saludables; con el propósito de fortalecer las capacidades de abordaje de los determinantes sociales para el desarrollo de competencias y generar un ambiente laboral que favorezca la salud y el bienestar del trabajador.

Metodológica: En el contexto de la investigación se validará y aplicará el instrumento PEPSI en los trabajadores de una empresa peruana, el cual podría ser aplicado en futuras investigaciones en contextos similares.

1.5. Delimitantes de la investigación

Delimitantes Teóricos: Debido a que el sustento de investigaciones nacionales e internacionales son escasas en cuanto a teorías o modelos de enfermería que se basen netamente en la variable de estudio, además en el contexto empresarial, la investigación se fundamentará solo en la Teoría de Promoción de la Salud de Nola Pender, ya que es la única teoría, a nuestro criterio, que resalta y sustenta el cuidado de enfermería como una oportunidad para ayudar a las personas a que se comprometan con las conductas que constituyen un estilo de vida saludable.

Delimitante Temporal: La investigación se realizó en el año 2023 y tuvo un tiempo de duración de 8 meses, en el cual se tuvo contacto con los trabajadores y personal tercero.

Delimitante Espacial: La investigación se realizó en la empresa Renzo Costa, ubicada en el distrito de San Isidro en la provincia de Lima.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

RIQUELME CRUZ, ROMINA (Chile - 2022). En su artículo “SITUACIÓN DE ESTILO DE VIDA Y ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES DE TRABAJADORES CHILENOS ATENDIDOS EN MUTUAL DE SEGURIDAD (ESTUDIO PILOTO)”. **Objetivo:** Conocer el estilo de vida y de ENT de un grupo de trabajadores que realizan evaluaciones de salud laboral en una sucursal de una mutualidad: el Centro de Evaluación del Trabajo (CET) Santiago Centro, de Mutual de Seguridad. **Metodología:** investigación descriptiva de tipo transversal, que considera una muestra de 30 trabajadores que acuden a realizar evaluaciones de salud laboral. **Resultados:** El 76,6% considera tener un buen estilo de vida, el 63,3% cree que debería hacer un cambio en relación a su estilo de vida y así mismo, al 63,3% sí le interesaría ser contactado en el futuro para participar en algún estudio de intervención para mejorar su estilo de vida. El 93,3% resultaron ser hombres; el 66,6% presentó sobrepeso u obesidad; el 43,3% presentó presión arterial en rango normal-alto; el 80% presentó al menos un parámetro alterado en su perfil lipídico; el 50% indicó realizar la cantidad mínima sugerida de ejercicio a la semana; el 83,3% indicó que consume alimentos altos en grasa durante el día; menos de la mitad (43,3%) indicó dormir entre 7-9 horas al día; el 36,5% de los participantes refirió fumar al menos 1 vez al día. **Conclusiones:** Existen muchos factores en el estilo de vida que deben ser mejorados. Se debe favorecer la entrega de información y actualizar conocimientos en medicina del estilo de vida en el tipo de población estudiada, sobre todo considerando que se encuentra dispuesta a realizar cambios (9).

DE LA CRUZ-PABÓN S, PAREDES-BERMÚDEZ M, IGUARÁN-JIMÉNEZ A, RAMOS - DE LA CRUZ E. (Colombia - 2020). En su artículo “PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES EN TRABAJADORES ADMINISTRATIVOS DE UNA INSTITUCIÓN TÉCNICA”. **Objetivo:** Formular una propuesta de intervención para la promoción, mantenimiento de la salud y prevención de las enfermedades comunes no transmisibles. **Metodología:** Se diseñó un estudio mixto, primero se realizó un diagnóstico y posteriormente, se elaboró el programa de promoción de estilos de vida saludables; la población estuvo conformada por el personal administrativo del Centro para la Regionalización de la Educación y las Oportunidades - CREO; Magdalena, Colombia; conformado por 34 trabajadores. **Resultados:** Prevalencia negativa en los estilos de vida saludable. A mayor incumplimiento de los indicadores de la variable de estilos de vida saludable mayor es la aparición de enfermedades no transmisibles; el 57% de los riesgos cardiovasculares se deben al estrés laboral, el 98% al consumo de alimentos no saludables y el 47% al clima organizacional. **Conclusión:** Los estilos de vida inadecuados contribuyen con la aparición de enfermedades no transmisibles, por lo cual se debe seguir diseñando actividades enfocadas a la promoción de la salud y prevención de las enfermedades en el ámbito laboral para apoyar el fomento de mejores condiciones para los trabajadores del país (10).

PELAYO ZAVALZA, A.; GÓMEZ CHAVEZ, L. F. (México - 2021). En su artículo “ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN TRABAJADORES: ANÁLISIS BIBLIOMÉTRICO (2011-2020)”. **Objetivo:** Analizar la producción científica de estilos de vida saludable en trabajadores. **Metodología:** Se realizó un análisis bibliométrico en Web of Science (WoS) del 2011 al 2020 con palabras en inglés “healthy lifestyles” + “workers”. Se analizó la información con herramientas de WoS. **Resultados:** Hubo 14 documentos encontrados, 2015 y 2018 con mayor producción científica, Turquía aportó más contribuciones, y salud

ocupacional ambiental pública es el área más estudiada. **Conclusiones:** La producción científica de estilos de vida saludable en trabajadores es escasa, sugiriéndose aumentar la producción científica a nivel global, nacional y local en revistas de alto impacto (11).

MENDINUETA - MARTÍNEZ (Venezuela - 2020). En su estudio “ESTILOS DE VIDA Y RIESGOS EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES DE LA CONSTRUCCIÓN MEDIANTE EL “TEST FANTÁSTICO””. **Objetivo:** determinar el estilo de vida de los trabajadores de la construcción. **Metodología:** La investigación fue no experimental, transversal, descriptiva y correlacional; con una población de 40 trabajadores encuestados. Se aplicó el test Fantástico para medir los estilos de vida relacionados con la salud. **Resultados:** El 42% de los trabajadores presenta un adecuado estilo de vida y el 37.5% tiene algo bajo y puede mejorar. Los estilos de vida buenos se presentan en solteros (3%) y casados (3%), el estilo de vida adecuado en mayor frecuencia se presenta en los trabajadores con estado civil casado (10%), el estilo de vida algo bajo en mayor frecuencia se presenta casados (6%) y solteros (5%), y los que se encuentran en zona de peligro existe un caso en estado civil casado. **Conclusión:** El estudio muestra que cerca de un 50% tienen un estilo de vida bajo y tiene mucha incidencia en cada una de las dimensiones que repercuten en temas de salud como el consumo de alcohol, tabaco, alimentación inadecuada y bajo control de la salud en general. Se recomienda la formación de los trabajadores sobre su estilo de vida relacionado con la seguridad y salud ocupacional (12).

2.1.2. Antecedentes Nacionales

GONZÁLES GUERRERO, CÉSAR RODRIGO (2022). En su tesis “ESTILOS DE VIDA EN LOS TRABAJADORES DE EMPAQUE DEL COMPLEJO AGROINDUSTRIAL BETA CHINCHA 2022”. **Objetivo:** Determinar los estilos de vida de los trabajadores de empaque del complejo Agroindustrial Beta Chincha 2022. **Metodología:** Estudio es cuantitativo, descriptivo de corte trasversal, tuvo una muestra de 66 trabajadores obtenidos por muestreo probabilístico, que reunieron criterios de inclusión y exclusión; la técnica utilizada fue mediante encuesta y el instrumento un cuestionario que consta de 28 preguntas cerradas. El instrumento fue sometido a prueba de validez por medio de juicio de expertos con un puntaje de 0.0039 y confiabilidad con un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0.82. **Resultados:** Los estilos de vida de los trabajadores son no saludables con un 55% (36). Según la dimensión actividad física un 58% (38) tiene estilos de vida no saludables, así mismo, en la dimensión hábitos alimenticios se obtuvo un 56%(37) tiene estilos de vida no saludables, igualmente en la dimensión sueño y descanso un 59%(39) fueron no saludables, el manejo del estrés fue no saludables con un 62% (41), así como en la dimensión cuidados en salud dónde un 58% (38) de los trabajadores de empaque tienen estilos de vida no saludables. **Conclusiones:** Los estilos de vida de los trabajadores son no saludables (13).

MONDALGO VARGAS ERICA, MARILIA KELLY QUINTANA FLORES (2022). En su tesis “ESTILOS DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS TRABAJADORES DE LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE SAN JERÓNIMO, ANDAHUAYLAS, 2022”. **Objetivo:** determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional de los trabajadores de la Municipalidad Distrital de San Jerónimo, Andahuaylas, 2022. **Metodología:** Método deductivo, de tipo básica y de nivel correlacional. El diseño de estudio fue no experimental - transversal. La población

estuvo conformada por 197 trabajadores, donde la muestra de estudio se calculó mediante el método probabilístico con 131 trabajadores. **Resultados:** El 79.5% de trabajadores tienen estilos de vida saludables, el 48.5% se encuentran en un peso normal, sin embargo, un porcentaje similar de 43.9% mostraron tener sobrepeso y solo el 7.6% se encuentran en una obesidad de grado I. **Conclusiones:** Del análisis inferencial se evidenció un valor $r=0.006$ y $p=0.948$ del cual se concluye que no existe relación significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional de los trabajadores de la Municipalidad Distrital de San Jerónimo, Andahuaylas 2022 (14).

MOROCCO R, RAMOS K. (2019). En su estudio “ESTILOS DE VIDA Y RIESGOS EN LA SALUD DE LOS TRABAJADORES ADMINISTRATIVOS DE SALUD. RED AREQUIPA - CAYLLOMA, 2019”. **Objetivo:** Determinar los estilos de vida y riesgos en la salud de los trabajadores. **Metodología:** Descriptivo explicativo, de diseño no experimental, de corte transversal, con una muestra de 100 trabajadores administrativos de la red de Salud. **Resultados:** El 81% de trabajadores no tiene un estilo de vida saludable no practican actividad física y deporte, en el 41% la recreación y manejo del tiempo libre no es adecuado, el 60% no realiza un autocuidado y cuidado médico adecuado, el 55% no tiene hábitos alimenticios saludables. **Conclusiones:** Los inadecuados estilos de vida adoptados por los trabajadores administrativos traen como consecuencia problemas de sobrepeso, hipertensión arterial (15).

CAPCHA K. (2019). En su estudio “CONDICIONES DE TRABAJO, SALUD Y ESTILO DE VIDA EN LOS TRABAJADORES QUE LABORAN EN TRES EMPRESAS DE TRANSPORTES, ÑAÑA, LURIGANCHO-CHOSICA, 2018”. **Objetivo:** Identificar las condiciones de trabajo, salud y estilo de vida en los trabajadores. **Metodología:** Enfoque cuantitativo,

diseño no experimental, de corte transversal, correlacional, con una muestra de 192 trabajadores. **Resultados:** El 82.8% de trabajadores presentaron un estilo de vida no saludable y el 17.2% un estilo de vida saludable, en cuanto a las dimensiones, en cuanto a la responsabilidad en salud el 94.8% presentó un estilo de vida no saludable, en la actividad física el 92.7% presentó un estilo de vida no saludable, en lo referente a la nutrición el 85.4% presento un estilo de vida no saludable, en el crecimiento espiritual (auto actualización) el 51.6% presentó un estilo de vida saludable, en el manejo del estrés el 89.6% presentó un estilo de vida no saludable y en las relaciones interpersonales el 63.5% el estilo de vida no saludable. **Conclusiones:** El estilo de vida de los trabajadores es predominantemente no saludable (16)

LEÓN N. (2021). En su estudio “RELACIONES FAMILIARES Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA PISCIFACTORÍAS DE LOS ANDES PUNO - 2018”. **Objetivo:** Determinar la relación entre las relaciones familiares y estilos de vida saludable de los trabajadores. **Metodología:** Investigación de enfoque cuantitativo, descriptivo correlacional, con un diseño no experimental de corte transversal, la muestra de estudio consideró el total de los 180 trabajadores. **Resultados:** Se determinó la relación familiar y el estilo de vida saludable de los trabajadores; siendo la relación de la cohesión familiar con el estilo de vida saludable en un 22,22%, por otro lado, el clima familiar que se relaciona con el estilo de vida saludable es un 31,11%; así mismo, el estilo de comunicación se relaciona con el estilo de vida saludable en un 37,22%. **Conclusión:** Existe relación entre las variables (17).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Modelo de Promoción de la Salud (Nola Pender)

Nola Pender señala que la conducta está impulsada por el deseo de lograr el bienestar y la capacidad humana; por ello, en 1975 publicó el modelo conceptual para la salud preventiva: “El Modelo de Promoción de la Salud”, donde nos explica la variada naturaleza de las personas al interactuar con su entorno cuando intentan alcanzar el estado deseado de salud. Enfatiza la relación que existe entre las características propias y la experiencia, conocimientos, creencias y aspectos vinculados con los comportamientos o conductas de salud que se quiere lograr. Está inspirado en dos sustentos teóricos: la teoría de aprendizaje social de Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana de Feather (18).

Este modelo fue diseñado para ser complemento de los modelos de protección de salud ya existentes y es ampliamente utilizado por los profesionales de enfermería, ya que nos señala que la salud está regulada por los determinantes de la promoción de la salud y los estilos de vida, los cuales están divididos en factores cognitivos - perceptuales tales como las creencias, ideas o percepción sobre la salud que inducen a ciertas conductas o comportamientos, y que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, dando como resultado, conductas de salud favorables cuando existe una pauta para la acción (19).

Resalta que cada persona tiene características y experiencias personales únicas que afectan sus acciones futuras, siendo el comportamiento de promoción de la salud el resultado conductual que se desea, y que conlleva a un mejor estilo de vida a través de la educación del cómo debemos cuidarnos (19).

Es un modelo que, a diferencia de otros, está diseñado para lograr que la población tome conciencia en llevar un estilo de vida saludable, y de esta manera evitar contraer enfermedades, garantizando su bienestar y la prevención de las mismas; evitando que las personas lleguen por una complicación de su salud a los centros hospitalarios (19).

Según Nola Pender, existen tres grandes bloques de factores (figura 1) que actúan como responsables del estilo de vida:

Bloque I. Características y experiencias individuales de las personas:

- Conducta previa relacionada: Experiencias pasadas que pueden afectar directa e indirectamente en la posibilidad de comprometerse con las conductas de promoción de la salud.
- Los factores personales: Categorizados como biológicos, psicológicos y socioculturales, los cuales son predictivos de una cierta conducta, y están marcados por la naturaleza de la consideración de la meta de las conductas.

Bloque II. Cogniciones y afectos relativos a la conducta específica, que comprende 6 conceptos:

- Los beneficios percibidos por la acción: Son los resultados positivos anticipados, que se producirán como respuesta a la conducta de salud.
- Las barreras percibidas para la acción: Señala las conductas negativas o desventajas de la propia persona que pueden obstaculizar un compromiso con la acción.
- La auto eficacia percibida: Se refiere a la percepción de competencia de uno mismo para ejecutar cierta conducta, conforme la competencia sea mayor, aumenta la posibilidad de comprometerse con la acción y el consciente actuar.
- El afecto relacionado con el comportamiento: Son emociones o reacciones que están relacionados con pensamientos positivos o negativos, favorables o desfavorables hacia una conducta.

- Las influencias interpersonales: Son las más probables para que las personas se comprometan en adoptar conductas de promoción de salud, a través de agentes externos o impulsos que el individuo perciba de otros, los cuales esperan que se den cambios, incluso, ofreciendo ayuda o apoyo para permitirlos.
- Las influencias situacionales: Se dan en el entorno, los cuales pueden permitir o no el compromiso o la participación en la conducta promotora de salud.

Bloque III. Resultados conductuales: Donde los diversos componentes antes enunciados se relacionan e influyen en la adopción de un compromiso para un plan de acción, y que constituye el precedente para el resultado final deseado (18).

Señala también que las conductas promotoras de salud se manifiestan por acciones dirigidas al logro de resultados positivos en la salud, incluyen, por ejemplo, el alimentarse de forma saludable, dormir bien, realizar actividad física y evitar hábitos nocivos para la salud, entre otras conductas. Cuando las conductas promotoras de salud se integran a un estilo de vida se obtiene una mejora en la salud y se realza la habilidad funcional, contribuyendo a desarrollar una mejor calidad de vida (20).

Este modelo es pues, un enfoque que puntualiza el hecho de que al cambiar o adoptar nuevos estilos de vida, la salud puede mejorar, por tanto, la calidad de vida en todas sus etapas también; esto puede ser posible si se promueve un estado óptimo de la salud antes que la prevención. En la actualidad sigue siendo perfeccionada y ampliada para explicar las relaciones entre los factores que influyen en las modificaciones de los estilos de vida de las personas, ya que educa cómo cuidarse y llevar una vida saludable, de modo que los individuos puedan tomar decisiones sobre el cuidado de su propia salud, y, al tener

un enfoque dentro del ámbito de la enfermería, nos ayuda a identificar conceptos fundamentales sobre las conductas de promoción de la salud y los estilos de vida, la cual es base fundamental en el presente estudio, e integrar los hallazgos de la investigación de modo que nos facilite plantear hipótesis que sean comparables.

2.2.2. Teoría de la Burocracia (Marx Weber)

Weber relacionó que el estilo de vida de las personas está dado por la conducta de vida y estas a su vez están condicionadas por las oportunidades de vida, considerando que las oportunidades de vida finalmente están determinadas por las circunstancias sociales, específicamente las socioeconómicas. De esta manera este autor desarrolló un concepto holístico de estilo de vida fundamentado en aspectos como ocupación, el ingreso, la educación y el estatus, logrando formular posteriormente el nivel socioeconómico (21).

2.2.3. Bases Culturales

Cultura: Según la Real Academia Española, es un conjunto de conocimientos que permiten a los seres humanos realizar juicios de valor, estilos de vida, costumbres, conocimientos y grados de desarrollo artístico, científico, industriales en una época o grupo social (22). Los psicólogos sociales y antropólogos coinciden en definir a la cultura como un estilo de vida. La cultura consiste en los patrones socialmente adquiridos de pensamiento, sentimiento y acción. Pese a este acuerdo genérico, la cultura es un concepto nebuloso: todas las definiciones comparten algún atributo, pero, ninguna todos. Así, por ejemplo, una serie de revisiones sistemáticas han encontrado hasta 105 definiciones de este concepto. En general, se pueden diferenciar dos grandes familias de definiciones: la cultura objetiva, entendida como patrones de conducta en un hábitat, y la cultura subjetiva, como estructuras de significado compartidas (21), las cuales confirman la presencia del vínculo entre el hombre y la sociedad en la que conviva.

Cultura y Estilo de Vida: Los estilos de vida tienen diversas manifestaciones como pueden ser étnicas, sociales, familiares, educativas, ideológicas, la moda, etc.; por eso la OMS lo define como la forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales (23).

Cultura y Estilo de Vida Saludable: El término estilo de vida saludable tiene en cuenta tanto aquellos comportamientos que implican un riesgo para la salud como aquellos otros que la protegen (23). La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estilo de vida saludable como el resultado de una serie de hábitos que permiten “un estado de completo bienestar físico, mental y social” (24); por tanto, se entiende que los estilos de vida saludable, son procesos cambiantes, que no implican solamente de acciones individuales o comportamientos propios, de cada persona, sino también, de la sociedad y su origen que permiten la continuidad humana.

2.3. Marco Conceptual

Estilo de Vida: Nola Pender indica que estilos de vida refiere a un conjunto de comportamientos, actitudes o condiciones de vida que realiza cada persona, los cuales pueden ser o no saludables. El modo en que las personas integran el mundo que les rodea e incluye hábitos (alimentación, higiene personal, ocio, modos de relaciones sociales, sexualidad, vida familiar, etc.) y mecanismos de afrontamiento social (19) Promover un estilo de vida implica una buena nutrición, ejercitarse de manera regular, responsabilizarse por su salud, buenas relaciones interpersonales, desarrollo espiritual y manejo de estrés. El lograr un estilo de vida promotor debe ser la meta de los individuos, dirigidos a alcanzar estados de salud positivos. Sin embargo, el generar cambios

para lograrlos ha sido difícil por desconocer los factores que influyen para iniciarlos y mantenerlos durante toda la vida (19).

En la revista de investigación de Pinzon Gomez Daniel titulado apuntes universitarios, menciona que el concepto de estilo de vida nace en las ciencias sociales, siendo Karl Marx y Max Weber quienes nos ofrecen los primeros aportes sobre esta expresión. Estos autores brindan una visión sociológica del estilo de vida, enfatizando los determinantes sociales de su adopción y mantenimiento (25).

Para Alvin y Heidi Toffler, en su libro “La tercera Ola” publicado el año 1979 consideran que los cambios en los estilos de vida de las personas empezaron en la prehistoria, con el descubrimiento de la agricultura, al hacer que la naturaleza produjera lo deseado; y desde este momento la vida del hombre también evoluciona, siendo una de ellas el abandonar su condición de hombre nómada para tomar un estilo de vida sedentario, generando la formación de sociedades, la división del trabajo o “cualquier posesión, que tiene utilidad, al proporcionarnos alguna forma de bienestar por sí misma o mediante el intercambio con alguna otra forma de riqueza que satisfaga dicho bienestar” entre otros (26).

Los estilos de vida, son el conjunto de decisiones que las personas toman acerca de su salud y sobre las cuales tiene un relativo control. Las buenas decisiones y los hábitos personales saludables favorecen la salud (27). El estilo de vida describe un comportamiento complejo, estrategias, rutinas, actitudes y valores, normas asumidas para que el individuo o el grupo puntúen como convenientes en un contexto social. El estilo de vida puede ser tratado como un indicador de las actitudes sociales y de las creencias que funcionan en un espacio social sobre la nutrición (conductas alimentarias), la actividad física, el control del estrés, así como los sistemas de apoyo social. Seguir un estilo de vida

saludable, independientemente de la edad que se tenga, puede aportar numerosos beneficios para la salud, está comprobado que al adoptarlo reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares, disminuye la incidencia de obesidad y diabetes, trastornos mentales y disfunción cognitiva (28).

Salud: La OMS define a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades (24).

La concepción de la salud en la perspectiva de Nola Pender, parte de un componente altamente positivo, comprensivo y humanístico, toma a:

- La Persona como ser integral, analiza los estilos de vida, las fortalezas, la resiliencia, las potencialidades y las capacidades de la gente en la toma de decisiones con respecto a su salud y su vida.
- La Salud: Estado altamente positivo, el mismo que para Pender tiene más importancia que cualquier otro enunciado.
- El Entorno: No lo describe con precisión, pero las relaciona con las interacciones entre los factores cognitivos – perceptuales de la conducta que promueve la salud.
- La Enfermera: Es considerada como la principal agente encargada de motivar a las personas para poder mantener su salud (29).

Estilo de Vida Saludable: El término estilo de vida saludable tiene en cuenta tanto aquellos comportamientos que implican un riesgo para la salud como aquellos otros que la protegen (23).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estilo de vida saludable el resultado de una serie de hábitos que permiten “un estado de completo bienestar físico, mental y social” (24).

Nola pender menciona que cuando las conductas promotoras de salud se integran a un estilo de vida se obtiene un mejoramiento de la salud, se enaltece la habilidad funcional y, por tanto, se contribuye a desarrollar una mejor calidad de vida, dando como resultado un estilo de vida saludable (19).

Modelo de Atención en Salud: Corresponde a la forma en que los componentes del sistema de servicios de salud son organizados con el objeto de contribuir a su función colectiva (30) Esta definición incluye adicionalmente la característica de integralidad, para recordarnos que dicha forma de organización entre los componentes debe pretender la atención del individuo y sus familias con el enfoque integral que corresponda según el ciclo de la vida. El objetivo de este artículo es ampliar esta definición y relacionarla con el concepto de procesos de contratación de servicios. Cada país opta por desarrollar modelos de atención en salud basados en las necesidades de la población y que propendan por el logro de los objetivos de salud y el bienestar de las mismas (31)

Un Modelo de Atención en Salud se presenta a modo de respuesta óptima a las necesidades de salud de una población. Es un modelo de organización del sistema de salud promisorio para abordar los problemas de salud, incluida la gestión eficaz y la prevención de enfermedades crónicas, logrando resultados de salud más equitativos e involucrando a las comunidades en la planificación y gestión de servicios (32).

Dimensión en Salud: Conjunto de políticas e intervenciones sectoriales y transectoriales que buscan el bienestar y protección de la salud de los trabajadores, a través de la promoción de modos, condiciones y estilos de vida saludables en el ámbito laboral, el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de las personas en todas las ocupaciones, y el

fomento de las intervenciones que modifican positivamente las situaciones y condiciones de interés para la salud de los trabajadores del sector formal e informal de la economía (33).

Dimensiones de Nola Pender: Nola Pender elabora un instrumento junto con Walker y Sechrist en 1987, teniendo como base una escala psicométrica formulada por la misma autora: promoción de la salud - estilo de vida - comportamiento de salud - estrategia de comunicación, quienes validaron su versión castellana en 1990.

HPLP (*Health Promoting Life Profile*) es un instrumento publicado en español cuya varianza fue de 45,9% y fiabilidad entre 0,7 y 0,9; su escala fue validada en el contexto latinoamericano Alfa de Cronbach, que sirve para medir la fiabilidad de una escala de medida, con los datos de una muestra piloto de 20 registros, arrojando un resultado de 0,94 y su validez, reportada por análisis factorial de componentes principales, ha sido utilizada en mujeres caleñas en el estudio de Triviño (34).

El Modelo de Promoción de la Salud está integrado por 6 dimensiones que son:

- a) Responsabilidad en Salud: Implica un sentido activo de responsabilidad por el propio bienestar. Esto incluye prestar atención a su propia salud, la educación de uno mismo acerca de la salud y el ejercicio de informarse y buscar ayuda profesional (35). La responsabilidad en salud incluye interés por su propia salud, informarse sobre medidas de autocuidado y pedir ayuda profesional en busca de su bienestar, asistencia a programas preventivos.
- b) Actividad Física: Implica la participación regular en actividades ligeras, moderadas y/o vigorosas. Esto puede ocurrir dentro de un programa planificado y controlado por el bien de la aptitud y la salud

o incidentalmente como parte de la vida diaria o las actividades de ocio (35).

La actividad física representa cualquier movimiento producido por los músculos esqueléticos que se traduce en gasto de energía. Para que el organismo se beneficie de la actividad física, ésta debe generar ciertos cambios y adaptaciones a nivel muscular, cardiaco y respiratorio para que dicho cambio se genere con normalidad y el organismo se adapte progresivamente al esfuerzo físico. Para conocer si la actividad física realizada por los sujetos es lo suficiente para lograr un estado más saludable, los investigadores comúnmente utilizan la duración, la frecuencia e intensidad de la práctica, además de otros aspectos como el periodo y contexto en el cual se desarrolla la misma para establecer los lineamientos y recomendaciones generales sobre el tipo de actividad a realizar que permitan mantener y mejorar la condición física, es decir, para prescribir el ejercicio (36).

La práctica de actividad física debe realizarse bajo ciertos parámetros para lograr efectos saludables. Las personas adultas deben cumplir al menos 30 minutos de actividad física de intensidad moderada a vigorosa, 5 o más veces por semana. Los objetivos del presente trabajo se centran en determinar si la población objeto de estudio cumple con las recomendaciones de práctica física saludable (36).

- c) Nutrición: Esta dimensión implica la selección, conocimiento y consumo de alimentos esenciales para el sustento, la salud y el bienestar. Se incluye la elección de una dieta diaria saludable consistente con directrices de la Guía Pirámide de Alimentos (35).

El conocimiento de la composición nutricional de los alimentos y los diferentes grupos en que estos se clasifican es fundamental para la preparación de dietas, pues simplifica y ayuda extraordinariamente en la elección de los alimentos y menús que formarán parte de la dieta (37). Para elegir y combinar adecuadamente los alimentos debemos tomar como referencia la pirámide nutricional que indica las proporciones adecuadas para tener todos los días una alimentación sana y balanceada. Los alimentos están conformados químicamente por las siguientes sustancias nutritivas: Macronutrientes (grasas, proteínas, carbohidratos), Micronutrientes (vitaminas, sales minerales), Reguladores metabólicos (agua, fibra).

Calidad de alimentos: Se refiere a la capacidad que tiene para reponer los nutrientes necesarios para las diferentes funciones y demandas metabólicas y productivas que tienen los seres humanos en todas y cada una de sus actividades y etapas de la vida (38).

El hábito alimentario: Es el conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con las características sociales, económicas y culturales de una población o región determinada (39). Los hábitos alimenticios tienden a ser irregulares en el contexto laboral, hecho agravado por la frecuente imposibilidad de obtener comidas de buena calidad durante el turno de trabajo (40).

- d) Autoactualización: Es una dimensión que se refiere al proceso mediante el cual una persona trabaja para alcanzar su máximo potencial y crecimiento personal. Es un concepto asociado con la autorrealización, donde el individuo busca continuamente mejor, aprender, y desarrollarse en distintas áreas de su vida. Centrado en el desarrollo de los recursos internos, que se logra a través de

trascender, conexión y desarrollo. Trascendiendo nos pone en contacto nuestro ser equilibrado, nos da la paz interior y nos abre a la posibilidad de crear nuevas opciones para llegar a ser algo más allá de quién y qué somos. Conexión es la sensación de armonía, plenitud, y la conexión con el universo. El desarrollo implica maximizar el potencial humano para el bienestar a través de la búsqueda de sentido, la búsqueda de un sentido de propósito, y trabajar hacia las metas de la vida (35).

A través del autoconocimiento somos capaces de reconocer nuestras emociones y sentimientos y nos ayuda a reconocerlas de los demás. Algunos contenidos que se pueden trabajar en este apartado son: el vocabulario emocional, identificación de los sentimientos, expresión emocional, toma de conciencia del estado emocional. Una vez que logramos manejar el autoconocimiento es importante trabajar la autoestima, considerada como una valoración que hacemos de nosotros mismos; una evaluación del autoconcepto que señala el grado de satisfacción que tenemos con dicho autoconcepto (41). La autoestima es una percepción subjetiva que tenemos de nosotros mismos como personas (41).

- e) Manejo del Estrés: Implica la identificación y movilización de los recursos psicológicos y físicos para controlar eficazmente o reducir la tensión (38). El estrés laboral se puede definir como una respuesta física y emocional, dañina, que ocurre cuando los requerimientos laborales no coinciden con las capacidades, recursos, o necesidades del trabajador. El estrés laboral resulta de la interacción del trabajador y las condiciones de trabajo, puede causar problemas de salud e incluso lesiones; las diferencias en las características individuales, como la personalidad y el estilo de afrontamiento, son los más importantes para predecir si ciertas condiciones de trabajo resultarán en estrés (42).

El estrés es el resultado de las diferentes interacciones entre el individuo con su entorno; cuando el cuerpo responde continuamente a demandas o amenazas constantes los mecanismos de afrontamiento se mantienen alertas, lo cual puede ser perjudicial para la salud con el tiempo. Las condiciones de trabajo estresante pueden tener una influencia directa en la seguridad y salud de los trabajadores (43). La OMS indica que el estrés afecta tanto a la mente como al cuerpo. Es positivo tener un poco, pues nos ayuda a realizar las actividades diarias, pero cuando el estrés pasa a ser excesivo tiene consecuencias físicas y psíquicas. Sin embargo, podemos aprender a lidiar con él para sentirnos menos abrumados y mejorar nuestro bienestar físico y mental (44).

- f) Soporte Interpersonal: Un buen soporte interpersonal implica tener relaciones sociales saludables, recibir apoyo emocional en momentos de necesidad, y tener personas con las que se pueda compartir experiencias y sentimientos. Este tipo de soporte es fundamental para el bienestar emocional y psicológico, y está asociado con una mejor salud mental, mayor satisfacción con la vida, y menores niveles de estrés. De acuerdo al concepto propuesto para el proceso de validez del instrumento, implica la utilización de la comunicación para lograr una sensación de intimidad y cercanía significativa, en lugar de más casuales con los demás. La comunicación consiste en el intercambio de ideas y sentimientos a través de mensajes verbales y no verbales (35).

2.4. Definición de Términos Básicos

Estilo de Vida: El estilo de vida es un conjunto de comportamientos, actitudes o condiciones de vida que realiza cada persona, los cuales

pueden ser o no saludables. El modo en que las personas integran el mundo que les rodea e incluye hábitos (alimentación, higiene personal, ocio, modos de relaciones sociales, sexualidad, vida familiar, etc.) y mecanismos de afrontamiento social (19).

Responsabilidad en Salud: Implica un sentido activo de responsabilidad por el propio bienestar. Esto incluye prestar atención a su propia salud, la educación de uno mismo acerca de la salud y el ejercicio de informarse y buscar ayuda profesional (35).

Actividad Física: Implica participar regularmente en actividades ligeras, moderadas o vigorosa (35).

Nutrición: Se centra en seleccionar, conocer y consumir alimentos esenciales para mantener la salud y el bienestar (35).

Autoactualización: Enfocado en el crecimiento interno a través de la trascendencia, conexión y desarrollo (35).

Manejo del Estrés: Implica la identificación y movilización de los recursos psicológicos y físicos para controlar eficazmente o reducir la tensión (35).

Soporte Interpersonal: Según el proceso de validez del instrumento, implican usar la comunicación para lograr una cercanía significativa en lugar de relaciones casuales (35).

Empresa: Es un sistema social en el que se integra un conjunto de personas y medios con los que conseguir unos objetivos. El logro eficaz de estos objetivos necesita de una organización que haga posible la coordinación coherente de todos los medios y personas que forman parte de la misma (45).

Empleador: Toda persona natural, empresa unipersonal, persona jurídica, sociedad irregular o de hecho, cooperativa de trabajadores, institución privada, entidad del sector público nacional o cualquier otro ente colectivo, que remuneren a cambio de un servicio prestado bajo relación de subordinación (46).

Trabajador: Es todo aquel sujeto que se compromete a prestar personal y directamente sus servicios a favor de un empresario y a cambio de una remuneración (46).

III. HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Hipótesis

Hipótesis General

Los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023 son adecuados.

Hipótesis Especifica

- El estilo de vida de los trabajadores en la actividad física es adecuado.
- El estilo de vida de los trabajadores en la nutrición es adecuado.
- El estilo de vida de los trabajadores en el manejo del estrés es adecuado.
- El estilo de vida de los trabajadores en la responsabilidad en salud es adecuado.

El estilo de vida de los trabajadores en el soporte interpersonal es adecuado.

El estilo de vida de los trabajadores en la autoactualización es adecuado.

3.1.1. Operacionalización de variable.

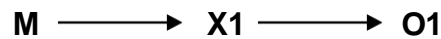
VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICION
Estilo de Vida	Conjunto de comportamientos, actitudes o condiciones de vida que realiza cada persona, los cuales pueden ser o no saludables (27).	La variable Estilos de Vida está basada en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, y medible a través de la aplicación del cuestionario: Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) el cual está integrado por 6 dimensiones los cuales son: Responsabilidad en Salud, Actividad Física, Nutrición, Auto Actualización, Manejo del estrés y Relaciones Interpersonales; 18 indicadores y 48 ítems tipo Likert.	Responsabilidad en Salud	<ul style="list-style-type: none"> - Consulta médica - Exámenes de laboratorio - Interés por la salud - Asistencia a programas preventivos 	Preguntas: 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 42, 43, 46	<p>Nunca (1 punto)</p> <p>A veces (2 puntos)</p> <p>Frecuentemente (3 puntos)</p> <p>Rutinariamente (4 puntos)</p>
			Actividad Física	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia - Duración - Asistencia a programas de ejercicios 	Preguntas: 4, 13, 22, 30, 38	
			Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia - Tipos de alimentos - Calidad de alimentos - Hábitos alimenticios. 	Preguntas: 1, 5, 14, 19, 26, 35	
			Autoactualización	<ul style="list-style-type: none"> - Autoconocimiento - Autoestima - Proyecto de vida 	Preguntas: 3, 8, 9, 12, 16, 17, 21, 23, 29, 34, 37, 44, 48	
			Manejo del Estrés	<ul style="list-style-type: none"> - Espacios para la relajación - Identificación de estresores 	Preguntas: 6, 11, 27, 36, 40, 41, 45	
			Soporte Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> - Compartir las preocupaciones - Expresión de afecto 	Preguntas: 10, 18, 24, 25, 31, 39, 47	

IV. METODOLOGÍA DEL PROYECTO

4.1. Diseño Metodológico

Se realizó una investigación de enfoque cuantitativo porque los datos pueden ser medibles a través de números y métodos estadísticos; diseño no experimental puesto que no se manipularon las variables, solo se observó un contexto en particular; de tipo transversal porque se mide la variable en un solo momento, y descriptivo por cuanto se describió la variable de estudio y sus dimensiones (47).

Representación:



Donde:

M= Muestra de elementos o población de estudio.

X1= Variable de estudio.

O1= Resultado de la medición de la variable (47).

4.2. Método de Investigación

El método utilizado es de análisis descriptivo, porque nos permitió organizar la información obtenida mediante la recolección de datos a través de la aplicación del instrumento de investigación en cada trabajador, y así poder dar respuesta a la hipótesis de estudio planteada (48).

4.3. Población y Muestra

4.3.1. Población:

La población de estudio estuvo conformada por los 200 trabajadores que se encuentran laborando en la empresa Renzo Costa, Lima, 2023.

Criterios de Inclusión: Todos los trabajadores que se encuentran laborando.

Criterios de Exclusión: Todos los trabajadores que se encuentren de vacaciones o con permisos.

4.3.2. Muestra de estudio:

Para poder determinar la muestra se aplicó la ecuación probabilística:

$$n = \frac{z^2 * p * q * N}{e^2 + (N - 1) + z^2 * p * q}$$

Dónde:

z: Parámetro Estadístico (1.96)

p: Prevalencia favorable de la variable de estudio= 0.5

q: Prevalencia no favorable de la variable de estudio (1-p)=0.5

e: Error de precisión = 0.05

N: Tamaño de la población= 200

n: Tamaño de la muestra

Reemplazando:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)200}{(0.05)^2(200 - 1) + (1.96)^2(0.5)(0.5)}$$
$$n = 132$$

Quedando conformada la muestra por 132 trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023.

4.4. Lugar de estudio y periodo desarrollado

El estudio se realizó en la empresa Renzo Costa, ubicado en el distrito de San Isidro, Lima – Perú; en el año 2023 y tuvo un tiempo de duración de 8 meses.

4.5. Técnicas e Instrumentos para la recolección de la información.

Técnica

La técnica que se aplicó en la presente investigación fue la entrevista.

Instrumento

Se empleó el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I), creado por Nola Pender en el año 1996, HPLP (Health Promoting Life Profile), y que es empleado para medir las variables de estilo de vida y promotores de la salud; consta de 6 dimensiones y 48 ítems tipo Likert, cada ítem con 4 opciones de respuesta con el siguiente puntaje para cada opción: Nunca (1 punto), a veces (2 puntos), frecuentemente (3 puntos), rutinariamente (4 puntos). El mayor puntaje se interpreta como un mejor estilo de vida, el valor mínimo es de 48 y el máximo de 192 puntos, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida; las dimensiones que se analizaran en el estudio son:

Nutrición: ítems 1, 5, 14, 19, 26, 35

Ejercicio: ítems 4, 13, 22, 30, 38

Manejo de estrés: ítems 6, 11, 27, 36, 40, 41, 45

Responsabilidad en salud: 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 42, 43, 46

Soporte interpersonal: ítems 10, 18, 24, 25, 31, 39, 47

Auto actualización: ítems 3, 8, 9, 12, 16, 17, 21, 23, 29, 34, 37, 44, 48.

Validez y confiabilidad

Este instrumento, tiene una varianza a nivel internacional de 45,9% y fiabilidad entre 0,7 y 0,9; su escala fue validada a través de un juicio de expertos y en el contexto latinoamericano Alfa de Cronbach, que sirve

para medir la fiabilidad de una escala de medida, con los datos de una muestra piloto de 20 registros, arrojando un resultado de 0,94.

Fue validado al idioma español por Walker y colaboradores, sobre una muestra de 541 personas, residentes en Estados Unidos, de origen hispano fundamentalmente Mexicano y con edades que comprendían entre los 18 y 81 años, mostrando fiabilidad para la valoración de las conductas promotoras de salud que comprenden un estilo de vida saludable, con un índice de consistencia interna de Alfa de Cronbach para la escala completa de 0.94 (49).

En la presente investigación, para determinar la confiabilidad, se realizó una prueba piloto aplicando el cuestionario a una muestra de 10 trabajadores, obteniendo como resultado un Alfa de Cronbach de 0,958 que indica una alta confiabilidad.

4.6. Análisis y procesamiento de datos

Para la recolección de datos, primero se presentó una solicitud de autorización a la empresa, luego se emitió la invitación y consentimiento informado a los trabajadores.

Una vez obtenido los permisos respectivos, se llevó a cabo la aplicación del instrumento, mediante el llenado del cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPSI-I) en el lapso de 1 día con un tiempo máximo de 20 minutos.

Para el análisis y procesamiento de datos se utilizaron los programas de SPSS v. 26 y el programa Excel, donde se procedió con el vaciado de datos y el cálculo del puntaje obtenido mediante la aplicación de fórmulas.

Los resultados fueron categorizados según el puntaje total obtenido por cada trabajador, siendo el puntaje menor o igual a 96 categorizado como inadecuado y mayor o igual a 97 como adecuado.

Se plasmaron los datos en formato de tablas; se ordenó la data por dimensión e ítems y se presentaron las figuras estadísticas con el análisis correspondiente.

4.7. Aspectos éticos en investigación

Responsabilidad Ética: Se solicitó el consentimiento informado, donde se proporcionaron detalles sobre el estudio realizado y sus objetivos, respetando la decisión de los trabajadores, de participar o no en el estudio.

No Maleficencia: Los participantes completaron de forma digital el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de Nola Pender; la información obtenida se usa únicamente con fines de investigación.

Beneficencia: Antes de participar en el estudio, los trabajadores recibieron información detallada a través de una charla grupal sobre el estudio a realizarse, para poder otorgar su consentimiento y posteriormente llevar a cabo la actividad.

Respeto de autonomía: Las dudas que presentaron los trabajadores fueron resueltas de forma individual; su participación fue completamente voluntaria, lo que implicó que algunos desistan de la misma.

Justicia: Se brindó un trato cordial y amable, respetando los derechos de los trabajadores antes, durante y después de su participación en el estudio. Asimismo, se garantizó la confidencialidad de la información proporcionada por cada uno de ellos.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados Descriptivos.

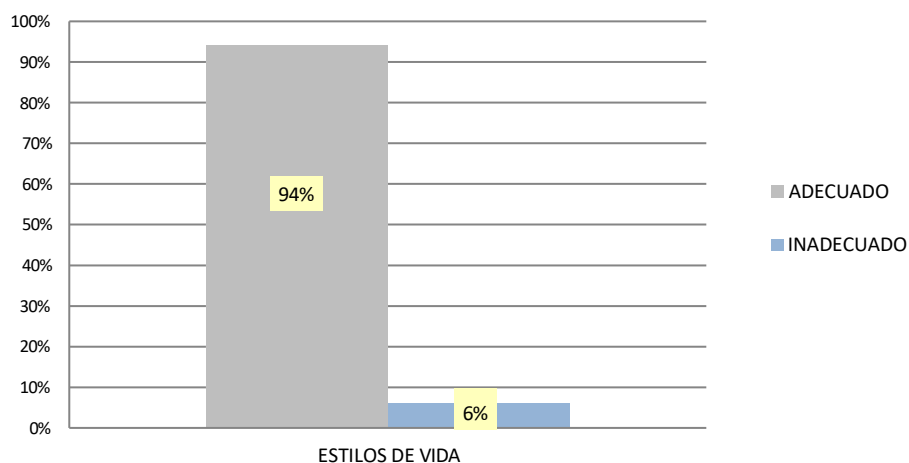
Tabla 5.1.1

Estilos de Vida de los Trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Nivel estilo de vida	fi	%
Adecuado	124	94
Inadecuado	8	6
Total	132	100

Figura 5.1.1

Estilos de Vida de los Trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.1 y figura 5.1.1 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa, tienen un nivel de Estilo de Vida ADECUADO, con un puntaje total de 124 el cual representa el 94% del total de personas encuestadas.

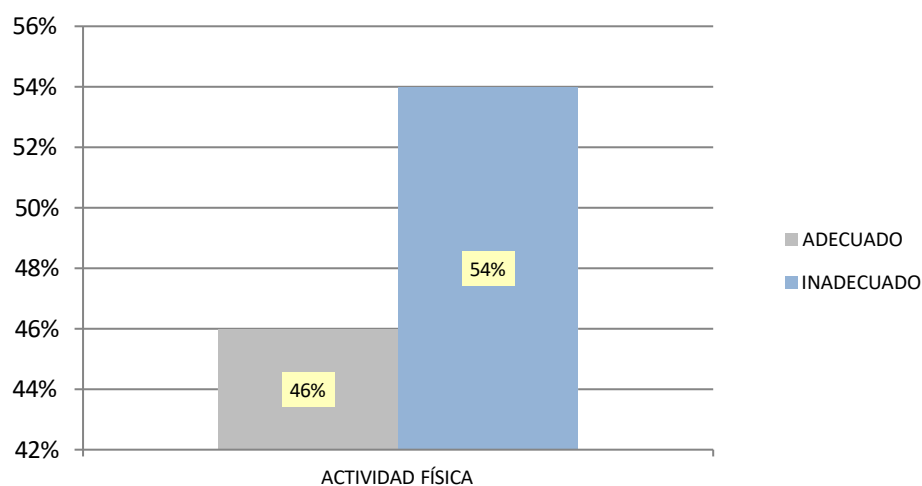
Tabla 5.1.2

Estilos de Vida en la Actividad Física de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Actividad Física	fi	%
Adecuado	61	46
Inadecuado	71	54
Total	132	100

Figura 5.1.2

Estilos de Vida en la Actividad Física de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.2 y figura 5.1.2 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel INADECUADO en la dimensión Actividad Física, con un puntaje total de 71 el cual representa el 54% del total de personas encuestadas.

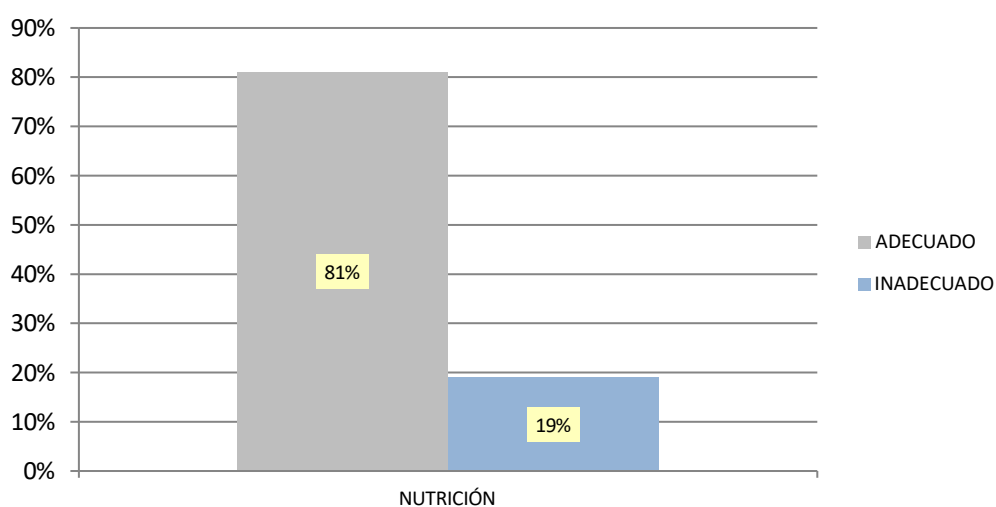
Tabla 5.1.3

Estilos de Vida en la Nutrición de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Nutrición	fi	%
Adecuado	107	81
Inadecuado	25	19
Total	132	100

Figura 5.1.3

Estilos de Vida en la Nutrición de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.3 y figura 5.1.3 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel ADECUADO en la dimensión Nutrición, con un puntaje total de 107 el cual representa el 81% del total de personas encuestadas.

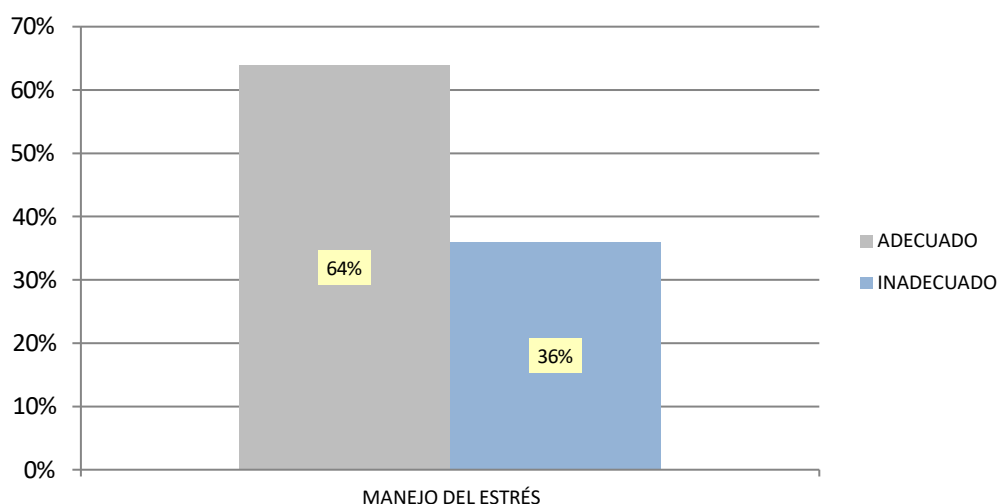
Tabla 5.1.4

Estilos de Vida en el Manejo del Estrés de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Manejo del Estrés	fi	%
Adecuado	85	64
Inadecuado	47	36
Total	132	100

Figura 5.1.4

Estilos de Vida en el Manejo del Estrés de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.4 y figura 5.1.4 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel ADECUADO en la dimensión Manejo del Estrés, con un puntaje total de 85 el cual representa el 64% del total de personas encuestadas.

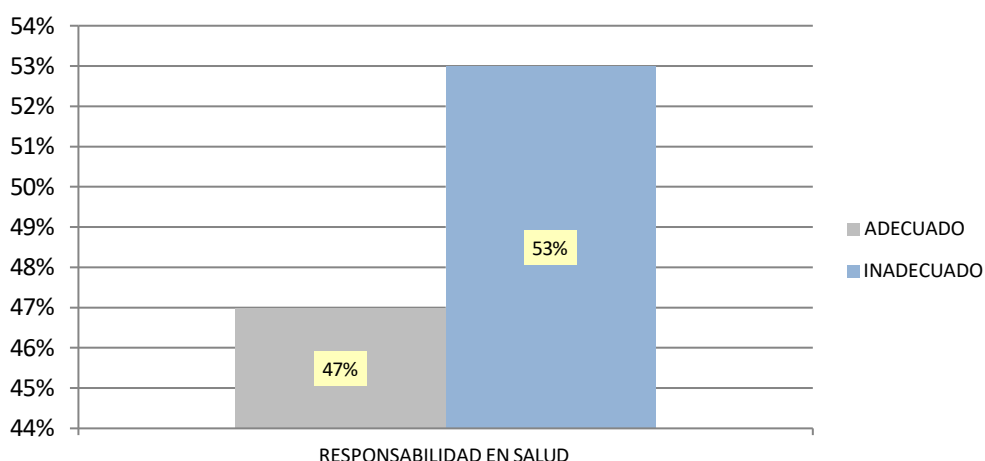
Tabla 5.1.5

Estilos de Vida en la Responsabilidad en Salud de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Responsabilidad en Salud	fi	%
Adecuado	62	47
Inadecuado	70	53
Total	132	100

Figura 5.1.5

Estilos de Vida en la Responsabilidad en Salud de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.5 y figura 5.1.5 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel INADECUADO en la dimensión Responsabilidad en Salud, con un puntaje total de 70 el cual representa el 53% del total de personas encuestadas.

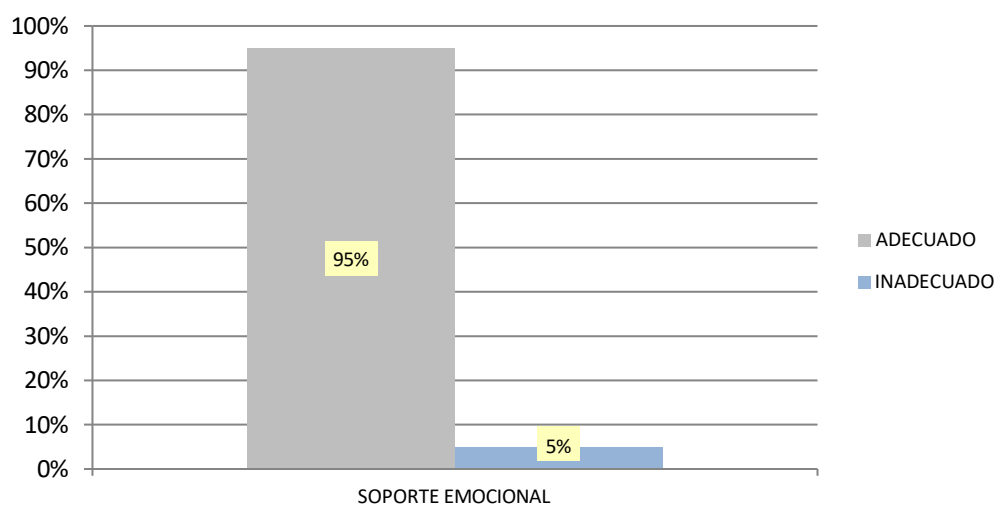
Tabla 5.1.6

Estilos de Vida en el Soporte Interpersonal de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Soporte Interpersonal	fi	%
Adecuado	126	95
Inadecuado	6	5
Total	132	100

Figura 5.1.6

Estilos de Vida en el Soporte Interpersonal de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.6 y figura 5.1.6 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel ADECUADO en la dimensión Soporte Interpersonal, con un puntaje total de 126 el cual representa el 95% del total de personas encuestadas.

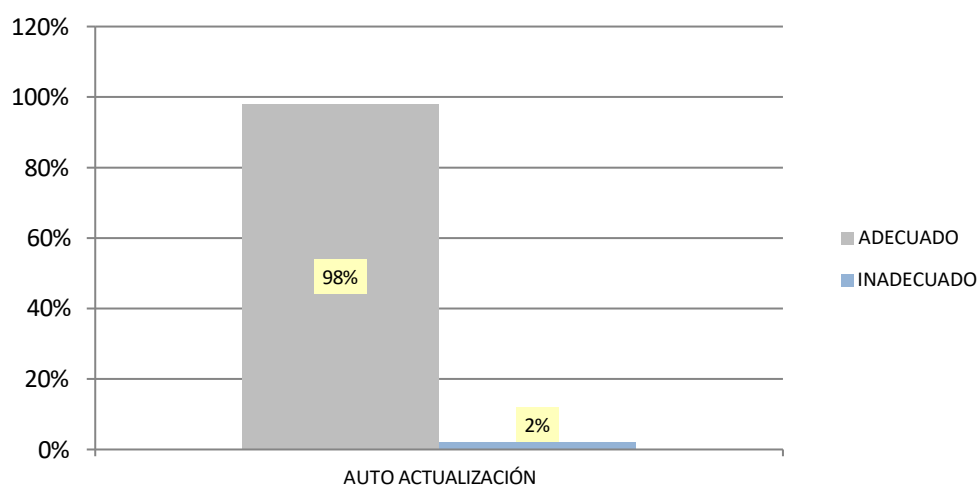
Tabla 5.1.7

Estilos de Vida en la Autoactualización de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023

Autoactualización	fi	%
Adecuado	130	98
Inadecuado	2	2
Total	132	100

Figura 5.1.7

Estilos de Vida en la Autoactualización de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023



Interpretación: La tabla 5.1.7 y figura 5.1.7 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un nivel ADECUADO en la dimensión Autoactualización, con un puntaje total de 130 el cual representa el 98% del total de personas encuestadas.

5.2. Resultados Inferenciales.

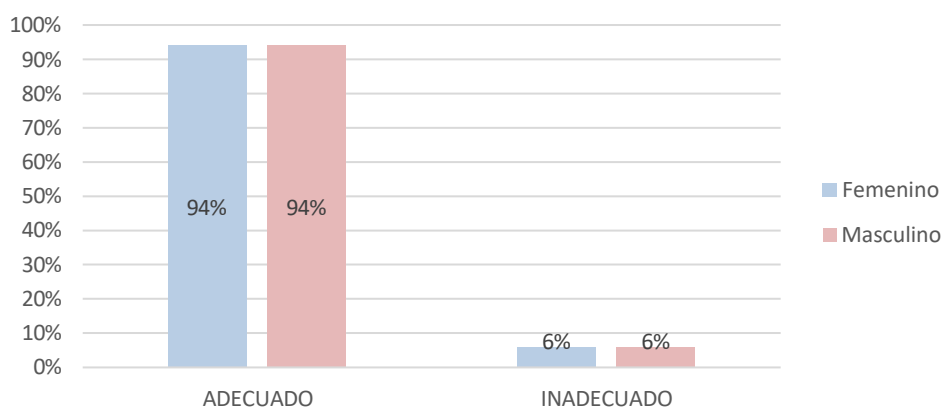
Tabla 5.2.1

Estilos de Vida por Género

Nivel de E.V.	Género				Total General
	Femenino		Masculino		
	fi	%	fi	%	
Adecuado	64	94	60	94	124
Inadecuado	4	6	4	6	8
Total	68	100	64	100	132

Figura 5.2.1

Estilos de Vida por Género



Interpretación: La tabla 5.2.1 y figura 5.2.1 nos indican que los trabajadores del género femenino de la empresa Renzo Costa tienen un nivel ADECUADO, con un puntaje total de 64 el cual representa el 94% del total de personas encuestadas.

5.3. Otros tipos de resultados estadísticos.

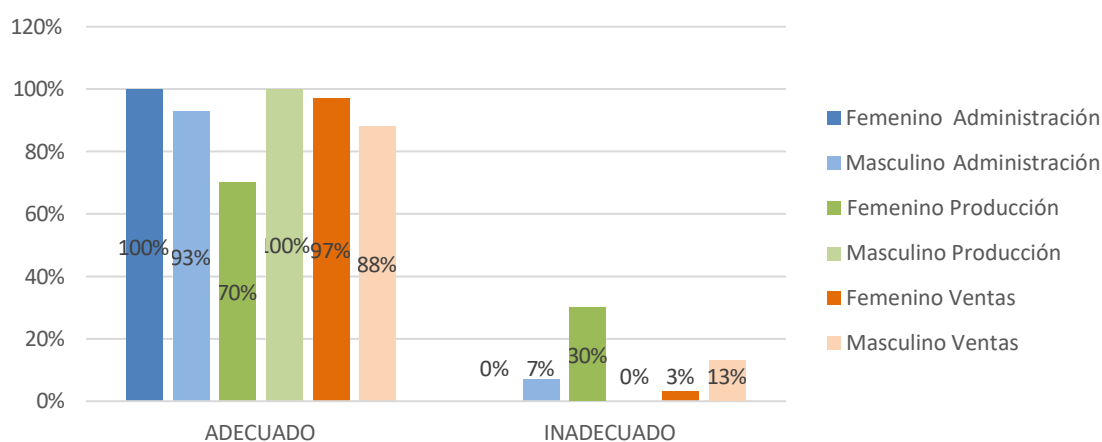
Tabla 5.3.1

Estilos de Vida por Área y Género

Nivel de E.V.	Administración				Producción				Ventas			
	Femenino		Masculino		Femenino		Masculino		Femenino		Masculino	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Adecuado	19	100	27	93	7	70	19	100	38	97	14	88
Inadecuado	0	0	2	7	3	30	0	0	1	3	2	13
Total	19	100	29	100	10	100	19	100	39	100	16	100

Figura 5.3.1

Estilos de Vida por Área y Género



Interpretación: La tabla 5.3.1 y figura 5.3.1 nos indican que los trabajadores de la empresa Renzo Costa del género femenino del área de administración tienen un nivel de estilo de vida ADECUADO, con un puntaje total de 19 el cual representa el 100% del total de personas encuestadas de ese género; además de que, el sexo masculino del área de producción tiene un nivel de estilo de vida ADECUADO, con un puntaje total de 19 el cual representa el 100% del total de personas encuestadas de ese género.

VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

6.1. Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.

6.1.1. Prueba de Hipótesis General

Hi: Los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023 son adecuados.

Ho: Los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023 son inadecuados.

Estadísticas de Prueba:

Estadísticos Descriptivos

ESTILO DE VIDA

N	Válido	132
	Perdidos	0

ESTILO DE VIDA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	INADECUADO	8	6,1	6,1	6,1
	ADECUADO	124	93,9	93,9	100,0
	Total	132	100,0	100,0	

Se aplicó el Análisis Descriptivo, categorizando los estilos de vida en: Adecuado e Inadecuado, de los 132 trabajadores encuestados se encontró que el 93.9% tiene un estilo de vida adecuado, mientras que sólo el 6.1% tiene un estilo de vida inadecuado.

Prueba CHI CUADRADO

Frecuencias

ESTILOVIDA

	N observado	N esperada	Residuo
INADECUADO	8	66,0	-58,0
ADECUADO	124	66,0	58,0
Total	132		

ESTADÍSTICOS DE PRUEBA

ESTILO DE VIDA

Chi-cuadrado	101,939 ^a
gl	1
Sig. asin.	,000

a. 0 casillas (0,0%) han esperado frecuencias menores que 5. La frecuencia mínima de casilla esperada es 66,0.

Para comprobar la hipótesis sobre los estilos de vida de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, se realizó una prueba Chi-cuadrado.

Los resultados fueron los siguientes:

Chi-cuadrado: 101.939

Grados de libertad: 1

Significancia asintótica: < .001

Dado que el valor de significancia es menor que .001, podemos rechazar la hipótesis nula (H_0), concluyendo que existen adecuados estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023.

Estos resultados son consistentes con los análisis descriptivos, donde se encontró que el 93.9% de los trabajadores tiene un estilo de vida adecuado según el cuestionario PEPS-I

Por ende, concluimos tanto el análisis descriptivo y la prueba Chi-cuadrado realizados en el programa SPSS ambos apoyan la hipótesis de existen adecuados estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023.

CÁLCULO DEL CHI-CUADRADO PARA EL ESTILO DE VIDA POR GÉNERO

$$\chi^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Supuestos:

Total de trabajadores: $124 + 8 = 132$

Número de trabajadores con estilo de vida adecuado: 124

Número de trabajadores con estilo de vida inadecuado: 8

Frecuencia Observada (O_i):

Adecuado: 124

Inadecuado: 8

Frecuencia Esperada (E_i): Dado que bajo la hipótesis nula se asume que los estilos de vida se distribuyen equitativamente, vamos a calcular las frecuencias esperadas para cada categoría. Por simplicidad asumiremos que ambos resultados adecuados e inadecuados, son equitativos, entonces:

Esperado para adecuado (E1): Total General / 2 = 132 / 2 = 66

Esperado para inadecuado (E2): Total General / 2 = 132 / 2 = 66

Reemplazando:

1. Para la categoría ADECUADO $= \frac{(124-66)^2}{66} = 50.97$

2. Para la categoría INADECUADO $= \frac{(8-66)^2}{66} = 50.97$

3. Sumando ambos valores (1 + 2) = 50.97 + 50.97 = 101.94

Resultado Final: El valor del chi-cuadrado calculado es 101.94, que es prácticamente el mismo valor que se obtuvo en el análisis en SPSS.

Interpretación: Dado que el valor del chi-cuadrado es alto y el nivel de significancia es menor 0.001, esto indica que hay una diferencia significativa entre las frecuencias observadas y esperadas. En otras palabras, la hipótesis nula (Ho) puede ser rechazada sugiriendo que la mayoría de los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un estilo de vida adecuado, tal como se refleja en la hipótesis alterna.

CÁLCULO DE DIFERENCIA DE MEDIAS POR GÉNERO

PRUEBA T PARA DOS MUESTRAS SUPONIENDO VARIANZAS DESIGUALES

	<i>Variable 1</i> <i>(Femenino)</i>	<i>Variable 2</i> <i>(Masculino)</i>
Media	126.23913	123.073171
Varianza	534.497101	372.919512
Observaciones	46	41
Diferencia hipotética de las medias	0	
Grados de libertad	85	
Estadístico t	0.69560367	
P(T<=t) una cola	0.24428727	
Valor crítico de t (una cola)	1.6629785	
P(T<=t) dos colas	0.48857454	
Valor crítico de t (dos colas)	1.98826791	

1. ¿Hay diferencia significativa entre las medias de las 2 variables?

H₀= No se espera encontrar diferencias significativas de medias entre las dos variables.

H₁= Se espera encontrar diferencias significativas de medias entre las dos variables.

$$t = 0.69560367$$

$$p = 0.48857454$$

Se acepta que hay diferencia significativa de medias cuando la probabilidad de error (p) es menor a 0.05 ($p < 0.05$).

Conclusión: No aceptamos diferencias de medias entre las variables de género ($p > 0.05$).

2. ¿Cuál de las dos variables es mayor?

	<i>Variable 1 (Femenino)</i>	<i>Variable 2 (Masculino)</i>
Media	126.23913	123.073171
Varianza	534.497101	372.919512

Conclusión: Se acepta que la variable 1 (Femenino) tiene una media significativa superior a la variable 2 (Masculino).

INTERVALO DE CONFIANZA PARA LA DIFERENCIA DE MEDIAS POR GÉNERO

	<i>Femenino</i>	<i>Masculino</i>
Tamaño de muestra (n)	46	41
Media (\bar{x})	126.2391304	123.0731707
Desviación Estándar (s)	23.11919336	19.31112405
Desviación Estándar Ponderada (sp)	21.41169281	
Confianza	0.95	
Significancia	0.05	
t Unilateral	1.6629785	
t Bilateral	1.988267907	
Diferencia	<i>Límite Inferior</i>	<i>Límite Superior</i>
3.165959703	-4.481662412	10.81358182
	-5.977587025	12.30950643
		<i>Unilateral</i>
		<i>Bilateral</i>

Conclusión 1: La diferencia puede bajar hasta -4.48 y subir hasta 10.81. Ya que la diferencia está incluida dentro del intervalo unilateral, es altamente probable que las medias sean estadísticamente indistinguibles.

Conclusión 2: La diferencia puede bajar hasta -5.98 y subir hasta 12.31. Ya que la diferencia está incluida dentro del intervalo bilateral, es altamente probable que las medias sean estadísticamente indistinguibles.

6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares.

Los resultados determinan que el 94% de los trabajadores de la empresa Renzo Costa tienen un estilo de vida adecuado. Según Nola Pender los estilos de vida refieren a un conjunto de comportamientos, actitudes o condiciones de vida que realiza cada persona, los cuales pueden ser o no saludables (19).

De forma similar, el estudio de MONDALGO-QUINTANA (14), encontró que su población cuenta con un 79.5% de nivel de estilo de vida saludable. Este resultado concuerda con lo que se halló, ya que los trabajadores de la Municipalidad de San Jerónimo en Andahuaylas, tienen estilos de vida saludables; incluso, teniendo en consideración el rubro y sector empresarial, se podría inferir que son los trabajadores de la empresa Renzo Costa quienes tienen adecuado estilo de vida en comparación a los trabajadores del estudio de Mondalgo.

En cuanto a la identificación de los estilos de vida en la dimensión de Actividad Física, se obtuvo que el 54% tiene un nivel bajo. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender refiere que la dimensión de Actividad Física implica la participación regular en actividades ligeras, moderadas y/o vigorosas (35).

De forma similar MONDALGO-QUINTANA (14) señala que el 51.5% no tiene un estilo de vida saludable ya que no realizan deportes; asimismo, GONZALES GUERRERO (6) indica en su estudio que el 58% de los trabajadores también tienen un estilo de vida no saludable; por otro lado, MENDINUETA-MARTÍNEZ en su estudio muestra también resultados bajos, con un nivel del 72.5%, mientras que RIQUELME enfatiza que el 50% de su población de estudio, realiza un mínimo de ejercicios; siendo Morocco quien presenta una tasa porcentual inadecuada mayor a la de los otros estudios comparados. Estos resultados concuerdan con lo

hallado, ya que los trabajadores de la empresa Renzo Costa, no tienen estilos de vida adecuados en la actividad física.

Sobre la identificación del estilo de vida en la dimensión de Nutrición, se obtuvo que el 81% tiene un nivel alto a pesar de que algunos trabajadores resaltaban el hecho de obviar ciertos horarios alimenticios. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender refiere que la nutrición incluye la elección de una dieta diaria saludable y consistente, implica la selección, conocimiento y consumo de alimentos esenciales para el sustento, la salud y el bienestar (35).

De igual manera, MONDALGO-QUINTANA (14), refiere que el 62.1% de su población cuenta con un estilo de vida saludable y GONZALES GUERRERO (13) encontró que el 56% tienen adecuados hábitos alimenticios. Los resultados coinciden con los nuestros, sin embargo, Mondalگو categoriza la dimensión en niveles de nutrición como el sobrepeso, obesidad y peso normal, mientras que Gonzales en el consumo de alimentos variados y diarios; nuestra investigación no ha categorizado la dimensión, pero en base a esta misma, los trabajadores de Renzo Costa tienen un adecuado estilo de vida nutricional en comparación a los otros resultados.

Respecto a la identificación de los estilos de vida en la dimensión de Manejo del estrés, se obtuvo que el 64% se encuentra con un adecuado nivel, aunque el personal se encuentre expuesto a factores estresantes rutinarios o laborales. Según Walker (citado en el estudio de Laguado), el manejo del estrés implica la identificación y movilización de los recursos psicológicos y físicos para controlar eficazmente o reducir la tensión (35).

Resultados similares encontramos en el estudio de MONDALGO-QUINTANA (14) con un 65.2% de nivel adecuado. Estos resultados

resaltan la similitud de resultados obtenidos, dado que los trabajadores presentan un buen manejo del estrés.

En cuanto a la identificación de los estilos de vida en la dimensión de Responsabilidad en salud, solo el 47% se encuentra con un adecuado nivel. Según el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de Nola Pender los ítems consideran cuánto la persona presta atención a su propia salud, la educación que se tiene y la búsqueda de ayuda profesional cuando amerite el caso (49).

Sin embargo, MONDALGO-QUINTANA (14) encontró que el 59.1% de los trabajadores tienen un estilo de vida saludable. Asimismo, Mendinueta muestra un 70% del nivel adecuado, siendo éste el más alto a los estudios anteriormente contrastados. Estos resultados contradicen a los resultados obtenidos, ya que los trabajadores de la empresa Renzo Costa, no tiene un adecuado estilo de vida, es decir el nivel de responsabilidad sobre su salud es muy bajo.

En la identificación del estilo de vida en la dimensión de Soporte Interpersonal, se obtuvo que el 95% de resultado favorable. El cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) considera factores cognitivos – perceptuales además de los factores modificantes que influyen en las conductas de promoción de la salud (29).

MONDALGO-QUINTANA (14) cuenta con el 79.5% de estilo de vida saludable, incluso infiere que la relación del estado de salud y las buenas relaciones entre compañeros mantienen adecuadas condiciones físicas. Si bien es cierto, los trabajadores de Renzo Costa tienen también un alto nivel en cuanto a soporte interpersonal, ésta no contrasta a los datos obtenidos en la dimensión de Responsabilidad en Salud, por ejemplo, donde los ítems correspondientes guardan relación al estudio antes

descrito; pero, que para la presente solo se considera la estadística obtenida ya que no es un estudio correlacional.

Por último, en la identificación del estilo de vida en la dimensión de Autoactualización, se obtuvo un resultado del 98% de nivel adecuado, sin embargo, MONDALGO refiere que el 54.5% de los trabajadores tiene un nivel saludable. Se observa una considerable diferencia en cuando al resultado obtenido, incluso si categorizamos ambos resultados podemos inferir que los trabajadores de Renzo Costa tienen un adecuado estilo de vida o incluso una mayor autoestima a diferencia de los trabajadores de la Municipalidad de San Jerónimo. Sin embargo, si citamos a MOROCCO, éste brinda resultados inadecuados en su población, con un resultado del 60%, contradiciendo a lo obtenido en nuestro estudio y entendiendo que es muy probable que sean los trabajadores de Renzo Costa quienes tienen mejor nivel de autoactualización que los otros estudios mencionados.

6.3. Responsabilidad Ética.

Se solicitó el consentimiento informado, donde se proporcionaron detalles sobre el estudio a realizarse y sus objetivos, respetando la decisión de los trabajadores, de participar o no en el estudio.

No Maleficencia: Los trabajadores completaron de forma digital el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de Nola Pender; la información obtenida será utilizada únicamente con fines de investigación.

Beneficencia: Antes de participar en el estudio los trabajadores recibieron información detallada a través de una charla grupal sobre el estudio a realizarse, para poder otorgar su consentimiento y posteriormente llevar a cabo la actividad.

Respeto de autonomía: Las dudas que se presentaron fueron resueltas de forma individual; así también, su participación ha completamente voluntaria, lo que implicó que algunos trabajadores desistan de ella.

Justicia: Se brindó un trato cordial y amable, respetando los derechos de los trabajadores antes, durante y después de su participación en el estudio. Asimismo, se garantizó la confidencialidad de la información proporcionada por cada uno de ellos.

VII. CONCLUSIONES

1. Los estilos de vida de los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023, son adecuados en un 94%
2. El estilo de vida de los trabajadores en la actividad física es inadecuado en un 54%.
3. El estilo de vida de los trabajadores en la nutrición es adecuado en un 81%.
4. El estilo de vida de los trabajadores en el manejo del estrés es adecuado en un 64%.
5. El estilo de vida de los trabajadores en la responsabilidad en salud es inadecuado en un 53%.
6. El estilo de vida de los trabajadores en el soporte interpersonal es adecuado en un 95%.
7. El estilo de vida de los trabajadores en la autoactualización es adecuado en un 98%.

VIII. RECOMENDACIONES

Se recomienda a la empresa Renzo Costa:

1. Implementar un tópico u oficina para el área de Salud Ocupacional, con la finalidad de brindar atención y seguimiento de salud.
2. Realizar evaluaciones periódicas para identificar cambios que se puedan manifestar a lo largo del tiempo en cuanto al estilo de vida de los trabajadores.
3. Fomentar la práctica regular de pausas activas en los trabajadores para reducir el sedentarismo, mejorar la circulación y prevenir problemas musculoesqueléticos.
4. Realizar capacitaciones o charlas sobre la importancia del cuidado de la salud con la finalidad de educar a los trabajadores.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Internacional del Trabajo. Seguridad y salud en el centro del futuro del trabajo. Aprovechar 100 años de experiencia. [Online].; 2019 [cited 2022 Octubre 20. Available from: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-dgreports/---dcomm/documents/publication/wcms_686762.pdf.
2. AMIIF. Mil millones de personas en el mundo vivirán con obesidad para 2030. [Online].; 2022 [cited 2022 Octubre 24. Available from: <https://amiif.org/mil-millones-de-personas-en-el-mundo-viviran-con-obesidad-para-2030/>.
3. Organización Mundial de la Salud - OMS. Curso de vida saludable. [Online].; 2022 [cited 2022 Octubre 24. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/curso-vida-saludable>.
4. FAO. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional en América Latina y el Caribe.. [Online].; 2022 [cited 2022 Octubre 25. Available from: <https://www.fao.org/3/cb2242es/cb2242es.pdf>.
5. Herrero T, Ramírez V, Capdevila L, Partida A, Reinoso L, López A. Lifestyle, overweight and obesity in spanish workers: related variables. *Academic Journal of Health Sciences*. 2022;(4): 97-105.
6. Ocampo J. Productividad en trabajadores de hábitos saludables y hábitos no saludables de Compañía Nacional de Metrología para enero-febrero de 2021, un estudio exploratorio. Bogotá: Universidad ECCI; 2021.
7. Yurany M, Velandia Y, Angarita J. Relación entre hábitos de vida saludable y satisfacción laboral como elementos favorecedores en la salud laboral. Cúcuta, Colombia: Universidad Simón Bolívar; 2019.
8. INEI. El 35,5% de la población peruana de 15 y más años de edad padece de sobrepeso. [Online].; 2022 [cited 2022 Octubre 24. Available from: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-355-de-la-poblacion-peruana-de-15-y-mas-anos-de-edad-padece-de-sobrepeso-9161/>.
9. RIQUELME CRUZ R. Situación de estilo de vida y enfermedades no transmisibles de trabajadores chilenos atendidos en mutual de seguridad (Estudio Piloto). *SciELOPerú*. 2022; 22(n.1, pp.154-161.).

10. Sheris De ICPAIJMPBERDIC. Promoción de estilos de vida saludables en trabajadores administrativos de una institución técnica. ResearchGate. 2022 Sep; 19(3).
11. Adrián Ricardo Pelayo Zavalza LFJGC. Estilos de vida saludables en trabajadores: Análisis bibliométrico. SCielo. 2011-2020; 8.
12. Mendinueta M, Herazo Y, Fernández J, Hernández T, Garzón O. Estilos de vida en trabajadores del sector informal. Universidad Simón Bolívar; 2020.
13. Gonzáles Guerrero CR. Estilos de vida en los trabajadores de empaque del Complejo Agroindustrial Beta Chíncha. Repositorio Institucional U. P. San Juan Bautista. 2022 Jul.
14. Mondalgo Vargas EyQFMK. Estilos de vida y estado nutricional de los trabajadores de la Municipalidad Distrital de San Jerónimo, Andahuaylas. Universidad tecnológica de los Andes. 2022.
15. Morocco R, Ramos K. Estilos de vida y riesgos en la salud de los trabajadores administrativos de salud. Red Arequipa - Caylloma, 2019. (Tesis de grado). Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2019.
16. Capcha K. Condiciones de trabajo, salud y estilo de vida en los trabajadores que laboran en tres empresas de transportes, Ñaña, Lurigancho-Chosica, 2018. Lima: Universidad Peruana Unión; 2019.
17. León N. Relaciones familiares y estilos de vida saludable de los trabajadores de la empresa Piscifactorías de Los Andes Puno 2018. Puno: (Tesis de grado). Universidad Nacional del Altiplano; 2021.
18. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería Universitaria. 2011; 8(4).
19. Pender N. Proposiciones Teóricas México: Universidad Autónoma de Nuevo León; 2000.
20. Enríquez M, Peche P, Ibarra D, Gómez E, Villarreal A, Medina R. Propiedades psicométricas de la versión en español del instrumento Health-Promoting Lifestyle Profile-II en universitarios mexicanos. Enferm. glob. 2022; 21(66).
21. Páez D. COGNICION SOCIAL, actitudes y conducta. Universidad del País Vasco.

22. Navarro Peña Y*, Castro Salas M*. Modelo de dorothea orem aplicado a un grupo comunitario a través del proceso de enfermería. SCielo. 2010 Jun;(19).
23. Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. Lifeder. .
24. SerSaludables. En busca de un estilo de vida saludable. [Online].; 2020 [cited 2022 Octubr 25. Available from: <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/>.
25. Julcamoro B. Estilos de vida según Teoría de Nola Pender en los estudiantes de enfermería de la UNFV. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2019.
26. Toffler A, Toffer H. La revolución de la riqueza. Región y Sociedad. 2009; 21(44).
27. Giraldo A, Toro M, Macías A, Valencia C, Palacios S. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. Hacia promoc. Salud. 2010; 15(1).
28. Dima C, Gavriluta C, Mitrea G, Cojocar D. The importance of healthy lifestyle i modern society. European Journal of Science and Theology. 2014 June; 10(3): 111-120.
29. MEIRIÑO JL:VMM:SC:PMM. Nola Pender. ; 2012.
30. OPS. ops/oms. [Online]. [cited 2023 07 02. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/modelos-atencion-salud#:~:text=Modelo%20de%20organizaci%C3%B3n%20de%20los,contribuir%20a%20su%20funci%C3%B3n%20colectiva>.
31. Moreano D. Empresarial & Lavboral. [Online]. [cited 2023 07 02. Available from: <https://revistaempresarial.com/salud/modelos-de-atencion-en-salud/>.
32. Ubillús OPP. Experiencia en la implementación del Modelo de Atención Integral de Salud basado en Familia y Comunidad desde la Estrategia Sanitaria Nacional de Salud Familiar. Scielo. 2018 Julio/Septiembre; 64(3).
33. Minsalud. Dimension en salud y ambito laboral. Plan decenal de Salud Publica, Colombia. 2012 al 2021.

34. Triviño Z. Conductas promotoras de salud en estudiantes de una institución de educación superior. *Aquichan*. 2012; 12(3): 275-285.
35. Laguado E, Gómez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia. *Hacia promoc. Salud*. 2014 Jan./June; 19(1).
36. Zamarripa J, Ruiz F, López J, Fernández R. Frecuencia, duración, intensidad y niveles de actividad física durante el tiempo libre en la población adulta de Monterrey (Nuevo León, México). *Espiral. Cuadernos del Profesorado*. 2014; 7(14): 3-12.
37. Universidad de Lima. Pirámide nutricional. Clasificación de los alimentos. [Online].; 2005 [cited 2022 Octubre 25. Available from: https://www.ulima.edu.pe/sites/default/files/page/file/nutricion_1.pdf.
38. Zavala M. El concepto de calidad en los alimentos I. [Online].; 2011 [cited 2022 Octubre 25. Available from: https://www.midagri.gob.pe/portal/download/pdf/direccionesyoficinas/dgca/concepto_calidad_alimentosI.pdf.
39. Barriguete J, Vega S, Radilla C, Barquera S, Hernández L, Rojo L, et al. Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán. *Rev Esp Nutr Comunitaria*. 2017; 23(1).
40. Cardinali J, Jordá J, Sánchez E. Introducción a la cronobiología. *Fisiología de los ritmos biológicos*: Universidad de Cantabria; 2021.
41. López M. La inteligencia emocional: Autonocimiento, autoestima y empatía. [Online].; 2017 [cited 2022 Octubre 25. Available from: https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/45897/Miriam_L%F3pez_M%E1rquez.pdf;jsessionid=672BEBCE405EDD6808E1D7FF5993C109?sequence=1.
42. Rodríguez L. Impacto del estrés en el desempeño laboral del Profesional Bogotá, Colombia.: UNC; 2014.: UNC; 2014.
43. Cortés J. Técnicas de prevención de riesgos laborales: seguridad y salud en el trabajo Madrid: Tebar; 2018.

44. OMS. Organizacion Mundialde la Sañlud. [Online].; 2023 [cited 2024 junio 5. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>.
45. García J. Empresa: “Renzo Costa, el emprendimiento se aprende con la familia”. [Online].; 2021 [cited 2022 Octubre 24. Available from: <https://www.deleyes.pe/articulos/empresa-renzo-costa-el-emprendimiento-se-aprende-con-la-familia>.
46. Toyama J. Reflexiones sobre los sujetos de la relación laboral Lima: PUCP; 2018.
47. Juan Miron MAyHI. Medicina y seguridad del trabajo. [Online].; 2010 [cited 2024 06 02. Available from: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v56n221/aula.pdf>.
48. Hernandez Sampieri R. Metodologia de la Investigacin: Mc Graw Hill.
49. Lara MLE. Validación de un cuestionario para medir el estilo de vida de los estudiantes Universitarios en el marco de la teoría de Nola Pender (EVEU). Revista Torreon Universitario. 2019 Junio; 7(19)2018)).
50. Statista Research Department. Statista. [Online].; 2023 [cited 2024 08 15. Available from: <https://es.statista.com/estadisticas/1388081/tasa-de-suicidio-en-paises-de-latinoamerica-en-personas-con-mas-de-85-anos/>.
51. 70 La Republica. [Online].; 2021 [cited 2024 05 12. Available from: <https://www.larepublica.co/globoeconomia/colombia-y-peru-los-paises-mas-activos-de-america-latina-segun-encuesta-de-ipsos-3231884>.
52. Michilot A. Diario Gestión. [Online].; 2019 [cited 2024. Available from: <https://gestion.pe/economia/empresas/que-tan-saludables-son-los-habitos-de-los-peruanos-noticia/>.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL		
¿Cuáles son los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023?	Determinar los estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima, 2023.		Estilo de vida	
PROBLEMA ESPECIFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS		DIMENSIONES	
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el estilo de vida en la actividad física en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? • ¿Cuál es el estilo de vida en la nutrición en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? • ¿Cuál es el estilo de vida en el manejo del estrés en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? • ¿Cuál es el estilo de vida en la responsabilidad en salud en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? • ¿Cuál es el estilo de vida en el soporte interpersonal en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? • ¿Cuál es el estilo de vida en la auto actualización en los trabajadores de la empresa Renzo Costa 2023? 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar el estilo de vida en la actividad física en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. • Identificar el estilo de vida en la nutrición en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. • Identificar el estilo de vida en el manejo del estrés en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. • Identificar el estilo de vida en la responsabilidad en Salud en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. • Identificar el estilo de vida en el soporte interpersonal en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. • Identificar el estilo de vida en la auto actualización en los trabajadores de la empresa Renzo Costa. 	Existen adecuados estilos de vida en los trabajadores de la empresa Renzo Costa, Lima 2023.	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad en salud • Actividad física • Nutrición • Autoactualización • Manejo del estrés • Soporte Interpersonal 	<p>TIPO: Enfoque cuantitativo.</p> <p>DISEÑO: Diseño no experimental de tipo transversal – descriptivo.</p> <p>POBLACIÓN: N=200</p> <p>MUESTRA:132</p>

Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

CUESTIONARIO DE PERFIL DE ESTILO DE VIDA (PEP S-I)

Instrucciones:

a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a tus hábitos personales actuales.

b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir. Favor de no dejar preguntas sin responder.

c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor tu forma de vivir.

1 = Nunca 2 = A veces 3 = Frecuentemente 4 = Rutinariamente

1	Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas	1	2	3	4
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud	1	2	3	4
3	Te quieres a ti misma (o)	1	2	3	4
4	Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana	1	2	3	4
5	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial)	1	2	3	4
6	Tomas tiempo cada día para el relajamiento	1	2	3	4
7	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre)	1	2	3	4
8	Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida	1	2	3	4
9	Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas	1	2	3	4
10	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales	1	2	3	4
11	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida	1	2	3	4
12	Te sientes feliz y contento(a)	1	2	3	4
13	Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana	1	2	3	4
14	Comes tres comidas al día	1	2	3	4
15	Lees revistas o folletos sobre como cuidar tu salud	1	2	3	4
16	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales	1	2	3	4
17	Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida	1	2	3	4
18	Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos	1	2	3	4
19	Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)	1	2	3	4
20	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estas de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud	1	2	3	4
21	Miras hacia el futuro	1	2	3	4
22	Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión	1	2	3	4
23	Eres consciente de lo que te importa en la vida	1	2	3	4
24	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti	1	2	3	4

25	Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción	1	2	3	4
26	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)	1	2	3	4
27	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación	1	2	3	4
28	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud	1	2	3	4
29	Respetas tus propios éxitos	1	2	3	4
30	Checas tu pulso durante el ejercicio físico	1	2	3	4
31	Pasas tiempo con amigos cercanos	1	2	3	4
32	Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado	1	2	3	4
33	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives	1	2	3	4
34	Ves cada día como interesante y desafiante	1	2	3	4
35	Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas)	1	2	3	4
36	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir	1	2	3	4
37	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida	1	2	3	4
38	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo	1	2	3	4
39	Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros	1	2	3	4
40	Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir	1	2	3	4
41	Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud	1	2	3	4
42	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos	1	2	3	4
43	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro	1	2	3	4
44	Eres realista en las metas que te propones	1	2	3	4
45	Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios)	1	2	3	4
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal	1	2	3	4
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás, familiares, profesores y amigos)	1	2	3	4
48	Crees que tu vida tiene un propósito	1	2	3	4

No.	Subescalas	No. Variables	Reactivos
1	Nutrición	6	1,5,14,19,26,35
2	Ejercicio	5	4,13,22,30,38
3	Responsabilidad en Salud	10	2,7,15,20,28,32,33,42,43,46,
4	Manejo del Estrés	7	6,11,27,36,40,41,45
5	Soporte Interpersonal	7	10,18,24,25,31,39,47
6	Autoactualización	13	3,8,9,12,16,17,21,23,29,34,37,44,48

Anexo 3. Confiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,958	48

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	121,40	429,378	,445	,958
VAR00002	121,80	433,733	,516	,957
VAR00003	120,70	434,011	,828	,956
VAR00004	121,80	438,178	,477	,957
VAR00005	121,60	443,600	,217	,959
VAR00006	122,10	441,433	,527	,957
VAR00007	122,00	435,556	,375	,958
VAR00008	120,70	431,789	,682	,956
VAR00009	120,80	427,511	,702	,956
VAR00010	122,10	447,878	,103	,959
VAR00011	121,40	447,156	,123	,959
VAR00012	120,70	434,011	,828	,956
VAR00013	122,10	431,433	,590	,957
VAR00014	120,70	448,678	,099	,959
VAR00015	122,10	441,878	,505	,957
VAR00016	120,90	436,544	,573	,957
VAR00017	120,90	422,544	,760	,956
VAR00018	121,00	438,667	,551	,957
VAR00019	122,10	432,767	,681	,956
VAR00020	121,50	440,722	,301	,958
VAR00021	121,10	432,767	,549	,957
VAR00022	122,60	439,822	,543	,957
VAR00023	120,70	438,233	,629	,957
VAR00024	120,90	422,100	,906	,955
VAR00025	121,00	416,444	,854	,955
VAR00026	121,20	445,733	,151	,959

VAR00027	122,40	429,378	,646	,956
VAR00028	122,20	430,844	,676	,956
VAR00029	120,80	416,622	,893	,955
VAR00030	122,80	437,956	,688	,957
VAR00031	121,50	435,611	,448	,957
VAR00032	122,30	440,900	,319	,958
VAR00033	122,70	440,678	,515	,957
VAR00034	121,30	432,011	,594	,957
VAR00035	121,90	423,878	,850	,955
VAR00036	122,00	425,333	,862	,955
VAR00037	120,80	434,400	,613	,957
VAR00038	122,00	421,778	,822	,955
VAR00039	121,00	430,000	,587	,957
VAR00040	121,50	433,389	,513	,957
VAR00041	121,90	432,100	,745	,956
VAR00042	121,20	429,067	,736	,956
VAR00043	121,40	427,600	,602	,957
VAR00044	120,90	423,878	,850	,955
VAR00045	121,90	430,322	,815	,956
VAR00046	122,40	437,156	,414	,957
VAR00047	121,20	440,178	,367	,958
VAR00048	120,70	439,122	,426	,957

Anexo 4. Base de datos prueba piloto

Sujeto	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		
1	1	1	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	1	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	3			
2	4	2	4	2	4	2	3	4	4	2	4	4	2	4	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	3	4	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3		
3	2	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	3	1	3	1	2	3	2	3	2	1	3	4		
4	4	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	4		
5	4	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	4	2	3	2	2	2	4	2	1	3	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2		
6	4	3	4	3	2	2	1	4	4	1	3	4	3	4	2	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	1	2	4	1	4	1	1	3	2	2	4	3	4	3	2	4	3	4	2	1	4	4		
7	2	1	3	3	4	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	1	2	1	1	3	2	2	3	1	4	3	2	2	4	3	2	1	3	3		
8	2	2	3	3	2	2	4	4	4	1	1	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	4	2	2	1	4	1	2	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	2	4	2	3	4	3		
9	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	2	1	2	4	1	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4
10	2	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	4	4	3	2	2	4	2	4	4	4	4	2	3	3	4	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4			

Anexo 5. Base de datos Dimensiones

PTJ Nutrición	PTJ Ejercicio	PTJ Responsabilidad en Salud	PTJ Manejo del Estrés	PTJ Soporte Interpersonal (Relaciones Interpersonal)	PTJ Autoactualización (Crecimiento Espiritual)	TOTAL PUNTAJE
10	7	12	11	14	35	89
21	9	24	20	20	45	139
12	5	17	11	20	36	101
19	13	26	18	23	49	148
17	7	21	14	13	32	104
18	12	21	15	25	51	142
17	9	17	16	20	38	117
16	11	24	15	21	44	131
13	8	25	13	20	41	120
14	11	27	22	24	52	150
15	10	19	15	17	41	117
16	8	18	15	18	39	114
12	14	14	14	20	39	113
12	7	17	18	20	42	116
12	10	21	16	17	39	115
12	12	21	14	22	44	125
24	13	22	18	21	46	144
18	6	20	11	17	36	108
21	17	25	21	19	39	142
19	9	16	13	16	36	109
14	11	21	15	24	44	129
14	9	18	15	21	46	123
7	5	14	9	18	36	89
15	6	13	9	18	36	97
15	8	13	14	22	40	112
17	10	19	17	19	39	121
13	11	15	8	19	36	102
20	11	21	15	18	42	127
18	8	19	13	16	40	114
9	7	15	13	19	38	101
18	10	15	16	19	39	117
20	15	22	17	18	44	136
20	5	23	18	24	43	133
20	12	29	20	23	51	155
20	8	20	18	21	49	136
19	6	18	14	18	44	119
13	12	23	19	21	45	133
9	5	15	13	20	39	101
16	8	15	11	13	39	102
17	16	20	19	17	49	138
16	10	20	14	17	35	112
19	14	19	15	18	42	127
20	8	24	19	21	39	131
16	8	17	10	12	39	102
15	9	19	15	25	52	135
14	8	21	10	19	36	108
15	8	20	16	24	47	130
18	10	23	17	28	48	144
9	5	12	9	18	32	85

12	12	27	15	19	32	117
12	7	21	19	19	43	121
9	9	19	17	21	50	125
19	15	25	20	21	40	140
20	11	20	18	20	46	135
9	6	12	10	20	40	97
17	11	20	16	15	33	112
24	19	26	18	22	43	152
11	7	13	11	16	52	110
11	8	14	17	25	45	120
13	13	18	14	21	39	118
18	9	24	18	21	45	135
17	9	27	24	25	52	154
14	9	20	14	19	39	115
14	6	16	15	14	30	95
22	11	23	17	22	52	147
18	13	20	17	18	41	127
16	10	23	19	18	39	125
20	10	27	16	21	46	140
15	12	17	13	18	37	112
14	8	16	14	19	39	110
13	11	15	10	19	38	106
18	9	16	16	16	50	125
13	5	28	16	21	38	121
17	7	17	14	18	40	113
18	5	21	15	20	40	119
10	12	13	14	18	40	107
16	10	18	13	16	35	108
10	11	16	14	15	22	88
18	12	21	15	20	42	128
12	10	20	18	16	43	119
23	17	19	19	22	47	147
14	7	14	14	16	39	104
11	5	15	10	17	35	93
11	7	21	13	19	39	110
20	18	25	22	26	52	163
19	10	21	15	15	40	120
14	14	23	17	19	44	131
19	9	24	21	26	44	143
11	11	17	15	21	38	113
21	14	24	18	20	41	138
17	13	21	17	21	47	136
24	15	25	22	22	49	157
16	9	19	16	18	39	117
14	5	15	11	17	38	100
22	20	30	21	24	52	169
10	5	19	10	14	19	77
18	12	16	19	28	51	144
13	7	15	9	15	32	91
11	11	19	19	27	45	132
14	8	22	16	25	39	124
16	11	17	14	25	47	130
20	11	26	14	22	47	140
17	9	24	17	22	38	127
23	8	21	20	23	51	146
22	17	24	26	19	43	151

15	16	15	13	18	46	123
15	16	20	17	24	48	140
13	15	22	17	21	41	129
16	13	19	15	15	37	115
24	18	27	22	25	52	168
24	19	29	22	26	51	171
23	18	30	24	24	47	166
24	16	29	22	26	52	169
13	11	19	15	20	38	116
11	5	18	16	20	43	113
24	15	26	16	19	51	151
14	8	18	11	22	43	116
18	8	20	14	20	42	122
21	15	26	19	22	50	153
16	11	19	15	17	31	109
18	16	22	16	22	40	134
17	13	26	21	25	49	151
13	9	15	12	19	40	108
15	8	21	14	17	35	110
19	6	16	10	19	36	106
14	12	19	15	19	38	117
20	13	26	18	22	49	148
16	6	22	14	24	40	122
19	12	21	17	27	47	143
19	11	22	17	23	51	143
21	10	21	18	21	39	130
16	11	23	17	20	39	126

Anexo 6. Base de datos cuestionario

Q	Q	Q	Q	Q
46120599	42505221	8458424	44066505	DNI:
Masculino	Femenino	Masculino	Masculino	Genero:
Administrativo	Administrativo	Administrativo	Ventas	Área de trabajo
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Nunca	1.- Tomas algún alimento
Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca	2.- Relatas al médico
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	3.- Te quieres a ti misma
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	4.- Realizas ejercicios
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	5.- Seleccionas comidas
A veces	Nunca	A veces	A veces	6.- Tomas tiempo cada día
A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca	7.- Conoces el nivel de
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	8.- Eres entusiasta y
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	9.- Crees que estas
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	10.- Discutes con
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	11.- Eres consciente de las
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	12.- Te sientes feliz y
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	13.- Realizas ejercicio
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	14.- Comes tres comidas
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	15.- Lees revistas o
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	16.- Eres
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	17.- Trabajas en
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	18.- Elogias
Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca	19.- Lees las
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca	20.- Le preguntas a otro médico o buscas otra
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	21.- Miras hacia el futuro
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	22.- Participas en
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	23.- Eres consciente de lo
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	24.- Te gusta expresar y
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	25.- Mantienes
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	26.- Incluyes en tu
A veces	Nunca	Frecuentemente	Nunca	27.- Pasas de 15 a
Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca	28.- Discutes con
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	A veces	29.- Respetas tus
A veces	Nunca	A veces	Nunca	30.- Checas tu
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	31.- Pasas tiempo con
A veces	Nunca	A veces	Nunca	32.- Haces medir tu
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	33.- Asistes a programas
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	34.- Ves cada día como
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Nunca	35.- Planeas o escoges
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Nunca	36.- Relajas
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	37.- Encuentras
Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca	38.- Realizas
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	39.- Expresas
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	40.- Te concentras
Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca	41.- Pides información a
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	42.- Encuentras
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Nunca	43.- Observas al
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	44.- Eres realista
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca	45.- Usas métodos
A veces	Nunca	A veces	Nunca	46.- Asistes a
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	47.- Te gusta
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	48.- Crees que tu

68	78	88	48	79
47514089	7884951	80229618	43236083	43345412
Masculino	Masculino	Femenino	Masculino	Femenino
Ventas	Producción / Almacén	Administrativo	Producción / Almacén	Ventas
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinariamente	Nunca	Nunca	A veces
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	A veces	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Frecuentemente
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	A veces
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces

2	3	4	5	6
75991163	41203842	25796781	76309630	40260958
Masculino	Masculino	Femenino	Masculino	Femenino
Administrativo	Producción / Almacén	Ventas	Administrativo	Administrativo
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Nunca	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente

8	11	28	5	5
41690212	44898613	40641047	25549165	44893710
Masculino	Femenino	Femenino	Masculino	Masculino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Administrativo	Administrativo
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Nunca	A veces	Rutinariamente	Nunca	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
Rutinariamente	Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
Rutinariamente	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente

♀	♂	♂	♂	♂
42192587	25587971	43195187	46564970	45244218
Femenino	Femenino	Masculino	Masculino	Masculino
Producción / Almacén	Producción / Almacén	Administrativo	Producción / Almacén	Producción / Almacén
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Nunca	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente

1	2	3	4	5
40991849	40652465	8551792	25772849	25584622
Masculino	Femenino	Masculino	Masculino	Femenino
Administrativo	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén	Producción / Almacén
A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Nunca	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca
A veces	A veces	Nunca	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	A veces	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Nunca	A veces	Nunca	Rutinariamente	Nunca
Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente

78	57	2	57	44
77240599	6677935	43817977	25835150	9950470
Masculino	Femenino	Femenino	Masculino	Femenino
Producción / Almacén	Administrativo	Ventas	Administrativo	Producción / Almacén
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Rutinariamente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca	A veces
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente

88	89	90	91	92
77226127	75236744	44052527	45310240	10392837
Masculino	Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén
Rutinariamente	A veces	Nunca	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Rutinariamente	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente

4	5	6	7	8
9707411	9557952	43049587	45719978	45562784
Masculino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
Administrativo	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén	Administrativo
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
A veces	Rutinariamente	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente

87	18	2	88	4
7485672	8160387	46080517	44742894	74082834
Femenino	Femenino	Femenino	Masculino	Masculino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén	Producción / Almacén
Nunca	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca	A veces
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	Nunca	Nunca	A veces
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	A veces	Nunca	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente

3	8	28	48	88
10657140	74379164	10643360	45206597	41120205
Femenino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Nunca	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Nunca
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Nunca	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca	A veces
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces
Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces

1	2	3	4	5
9917666	42126357	41205091	76880856	70071373
Masculino	Masculino	Femenino	Femenino	Masculino
Administrativo	Producción / Almacén	Ventas	Administrativo	Administrativo
A veces	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
Nunca	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Rutinariamente	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces	Nunca
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	Nunca	Rutinariamente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente

α	β	γ	δ	ε
44582352	43887388	40129953	45725236	42615057
Femenino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Ventas	Producción / Almacén
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Nunca	A veces	Nunca	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	Nunca
Nunca	A veces	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	Nunca	A veces
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente

2	0	88	77	17
72850099	8689983	42361031	42502865	42783898
Femenino	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo
Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
Nunca	Frecuentemente	Nunca	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente

ω	ξ	ς	ι	→
70918667	6784811	10086141	41026535	46855843
Femenino	Femenino	Masculino	Femenino	Femenino
Administrativo	Administrativo	Administrativo	Producción / Almacén	Ventas
Frecuentemente	Rutinariamente	Nunca	Nunca	A veces
A veces	Rutinariamente	Nunca	A veces	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinariamente	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
Frecuentemente	Nunca	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Rutinariamente	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Rutinariamente	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente

2	5	8	8	8
40875784	45366606	40791893	9618836	8165326
Masculino	Masculino	Masculino	Femenino	Femenino
Producción / Almacén	Administrativo	Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo
Nunca	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	Nunca
Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Rutinariamente	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Nunca	A veces	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Nunca	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Nunca	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Nunca	Nunca	A veces
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente

01	02	03	04	05
21554460	40198733	40473255	8150028	10361913
Femenino	Masculino	Masculino	Masculino	Femenino
Producción / Almacén	Administrativo	Administrativo	Ventas	Producción / Almacén
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Nunca
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Nunca	Frecuentemente	Nunca
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Rutinariamente	A veces	Nunca	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Rutinariamente	A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente	A veces
A veces	Nunca	A veces	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
A veces	Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	Nunca	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente

1	2	3	4	5
73253720	73099864	73511850	9922889	10761106
Femenino	Femenino	Masculino	Femenino	Femenino
Ventas	Ventas	Ventas	Administrativo	Administrativo
Nunca	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Rutinario	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	Rutinario	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	A veces	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Nunca	A veces	Frecuentemente	Nunca	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente

1	2	3	4	5
47233305	48351353	45195970	41187466	44906411
Femenino	Femenino	Femenino	Femenino	Femenino
Veritas	Veritas	Veritas	Veritas	Veritas
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Nunca	A veces	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Nunca	A veces	Rutinario	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinario	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Nunca	Nunca	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
Nunca	A veces	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
A veces	A veces	Rutinario	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinario	Frecuentemente
Nunca	A veces	Rutinario	A veces	Rutinario
Nunca	A veces	A veces	Rutinario	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Rutinariamente	Nunca	A veces
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	A veces	Rutinariamente	Nunca	Frecuentemente
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
A veces	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente

1	0	9	8	7
46287576	76551975	71646172	72172800	77226458
Masculino	Masculino	Femenino	Femenino	Femenino
Ventas	Ventas	Ventas	Ventas	Ventas
Nunca	A veces	Nunca	A veces	Rutinariamente
Rutinario	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Nunca	Rutinario
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca	Rutinario
Nunca	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Rutinario	Nunca	Frecuentemente	Nunca	Rutinario
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinario	Nunca	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Nunca	Rutinario
Rutinario	A veces	Rutinario	Nunca	Nunca
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
Rutinario	A veces	Rutinario	A veces	Rutinario
Rutinario	Nunca	Frecuentemente	Nunca	Rutinario
Frecuentemente	A veces	Rutinario	A veces	Rutinario
Nunca	Nunca	Nunca	Rutinario	Frecuentemente
Rutinario	Nunca	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
Rutinario	A veces	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
A veces	Rutinario	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
A veces	Rutinario	Nunca	A veces	Rutinario
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	A veces
Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Nunca	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	Nunca	Rutinariamente	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Nunca	Frecuentemente	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Rutinariamente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Nunca	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente

١	٢	٣	٤	٥
76842227	71655082	43217724	70359939	75980311
Femenino	Femenino	Femenino	Femenino	Femenino
Veritas	Veritas	Veritas	Veritas	Veritas
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinario
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinario	A veces	Nunca	Nunca
Rutinario	A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Rutinario	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
Rutinario	Nunca	Rutinario	A veces	A veces
Rutinario	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	A veces
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinario	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Nunca	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	Rutinariamente	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca
A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
Rutinariamente	A veces	Nunca	Nunca	A veces
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca	Nunca
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente

→ 3	0 3	0 1	∞ 1	~ 1
41511691	44433621	72789043	76758279	71041153
Masculino	Femenino	Masculino	Masculino	Masculino
Ventas	Ventas	Ventas	Ventas	Ventas
Rutinariamente	Nunca	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	Rutinario	A veces	A veces	Rutinario
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	Rutinario
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Nunca	Nunca
Nunca	A veces	A veces	Nunca	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	Nunca	Nunca	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente

03	03	03	03	03
70303666	45447408	72361134	45469824	74500489
Masculino	Femenino	Femenino	Femenino	Masculino
Ventas	Ventas	Ventas	Ventas	Ventas
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinario	Frecuentemente	A veces	A veces
Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
A veces	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	A veces
A veces	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	A veces
Nunca	A veces	A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente

२३	०३	९३	९३	५३
70168446	45078303	75955302	60383979	70303021
Femenino	Femenino	Femenino	Masculino	Femenino
Veritas	Veritas	Veritas	Veritas	Veritas
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinario	Nunca
A veces	Frecuentemente	A veces	Rutinario	Nunca
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Nunca	Nunca	Nunca	Nunca
Rutinario	Rutinario	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Rutinario	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Rutinario	Rutinario	A veces	Rutinario	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Nunca	Rutinario	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	A veces	Rutinario
Frecuentemente	A veces	A veces	Rutinario	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Nunca	Nunca	A veces	Nunca
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Nunca	Nunca	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca
A veces	A veces	Nunca	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Rutinariamente	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
A veces	A veces	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente

0 3	8 3	7 3	9 3	4 3
40274686	74620715	42312039	73480591	43762732
Femenino	Femenino	Femenino	Femenino	Femenino
Veritas	Veritas	Veritas	Veritas	Veritas
Rutinariamente	A veces	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Nunca	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
Nunca	A veces	A veces	Rutinario	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Rutinario	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces	Nunca	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Rutinario	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente
Nunca	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Nunca	Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
A veces	A veces	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	A veces	Nunca	Frecuentemente
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
A veces	Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces

1	2	3	4	5
4782861	48687543	40618301	46100963	72662037
Femenino	Masculino	Femenino	Femenino	Masculino
Ventas	Ventas	Ventas	Ventas	Ventas
Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Nunca	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	Nunca
Frecuentemente	A veces	Rutinario	A veces	A veces
A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	A veces
Rutinario	A veces	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Rutinario	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	A veces
Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinario	Rutinario	Rutinario	A veces	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente	A veces	Nunca
Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	Nunca	Frecuentemente	Frecuentemente	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	A veces	Frecuentemente	A veces
Nunca	Nunca	A veces	A veces	Nunca
Nunca	Nunca	A veces	Nunca	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces	A veces	Nunca
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Nunca	A veces	Frecuentemente	A veces
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente	Frecuentemente	A veces
A veces	Frecuentemente	A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces	A veces	Nunca
A veces	A veces	Frecuentemente	Nunca	Nunca
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
Rutinariamente	Rutinariamente	Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente

☉ ♏	☾ ♏	☉ ♏
77472349	70171077	48168623
Femenino	Femenino	Femenino
Ventas	Ventas	Ventas
A veces	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces
Nunca	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinario	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
A veces	A veces	A veces
A veces	Rutinario	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinario
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinario	Frecuentemente
A veces	Frecuentemente	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
Rutinariamente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	A veces
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	A veces
A veces	Nunca	A veces
Frecuentemente	A veces	A veces
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente
A veces	Frecuentemente	A veces
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
A veces	Rutinariamente	A veces
Frecuentemente	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Frecuentemente	Frecuentemente
A veces	A veces	Frecuentemente
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	A veces	Rutinariamente
A veces	A veces	A veces
Frecuentemente	Rutinariamente	Rutinariamente
Frecuentemente	Frecuentemente	Rutinariamente

Anexo 7. Base de datos puntuación.

ID	DNI:	Genero:	P TJ P-1	P TJ P-2	P TJ P-3	P TJ P-4	P TJ P-5	P TJ P-6	P TJ P-7	P TJ P-8	P TJ P-9	P TJ P-10	P TJ P-11	P TJ P-12	P TJ P-13	P TJ P-14	P TJ P-15	P TJ P-16	P TJ P-17	P TJ P-18	P TJ P-19	P TJ P-20	P TJ P-21	P TJ P-22	P TJ P-23	P TJ P-24	P TJ P-25	P TJ P-26	P TJ P-27	P TJ P-28	P TJ P-29	P TJ P-30	P TJ P-31	P TJ P-32	P TJ P-33	P TJ P-34	P TJ P-35	P TJ P-36	P TJ P-37	P TJ P-38	P TJ P-39	P TJ P-40	P TJ P-41	P TJ P-42	P TJ P-43	P TJ P-44	P TJ P-45	P TJ P-46	P TJ P-47	P TJ P-48		
62	44066505	Masculino	1	1	3	2	2	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	1	3	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	3						
21	8458424	Masculino	4	2	4	2	4	2	3	4	4	2	4	4	2	4	2	3	4	3	2	3	3	1	3	4	3	4	3	2	4	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3				
91	42505221	Femenino	2	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3	3	1	3	1	3	2	3	1	2	2	1	3	3	3	3	1	2	2	1	2	1	1	2	1	1	3	1	3	1	2	3	2	3	2	1	3	4		
90	46120599	Masculino	4	3	4	3	2	2	2	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	4	
79	43345412	Femenino	4	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	4	2	3	2	2	2	4	2	1	3	2	2	3	1	1	2	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2			
45	43236083	Masculino	4	3	4	3	2	2	1	4	4	1	3	4	3	4	2	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	1	2	4	1	4	1	1	3	2	2	4	3	4	3	4	2	1	4	4				
39	80229618	Femenino	2	1	3	3	4	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	2	2	3	1	2	1	1	3	2	2	3	1	4	3	2	2	4	3	2	1	3	3	
76	7884951	Masculino	2	2	3	3	2	2	4	4	4	1	1	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	4	2	2	1	4	1	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	4	2	3	4	3		
49	47514089	Masculino	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	2	1	2	4	1	4	2	2	4	2	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	4				
31	40260958	Femenino	2	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	4	4	3	2	2	4	2	4	4	4	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4
82	76309630	Masculino	2	2	4	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	4	2	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	
75	25796781	Femenino	2	2	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	3	3	
65	41203842	Masculino	1	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3		
13	75991163	Masculino	2	2	3	2	1	2	1	4	3	2	3	4	1	2	2	3	3	4	1	1	3	1	4	3	3	3	2	1	3	2	2	1	2	3	3	4	3	1	2	4	1	3	3	3	2	1	4	3		
96	44893710	Masculino	1	2	3	2	2	2	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
95	25549165	Masculino	1	2	3	3	1	2	3	4	3	1	3	4	3	4	1	3	4	4	2	2	4	1	3	4	4	2	1	1	3	2	2	4	2	3	2	1	4	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3
28	40641047	Femenino	4	2	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	3	4	3	2	4	1	3	2	1	3	4	1	4	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	4		
11	44898613	Femenino	4	3	4	2	2	2	1	2	3	1	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	1	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	1	3	3		
98	41690212	Masculino	4	2	2	4	1	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	
4	45244218	Masculino	4	2	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	4	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	1	3	1	2	1	1	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	1	1	2	3		
63	46564970	Masculino	1	2	4	2	2	2	2	3	4	2	2	4	2	4	2	3	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	1	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	4	4		
25	43195187	Masculino	4	3	4	2	2	2	1	4	4	3	3	4	2	4	2	4	3	3	1	2	3	1	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	1	3	1	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3		

86	25587 971	Feme nino	1	1	3	1	1	1	1	3	3	2	3	3	1	1	1	3	2	3	1	1	3	1	3	3	2	2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	3	1	3	1	1	3	2	2	1	1	3	3	
84	42192 587	Feme nino	4	1	3	2	2	1	1	2	3	2	3	3	1	4	1	3	3	3	2	1	3	1	3	3	3	2	1	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	1	2	1	1	2	3	3	1	1	3	3	
93	25584 622	Feme nino	3	1	4	2	1	2	1	2	2	4	3	2	3	2	4	3	4	2	1	3	1	4	4	2	4	2	2	3	1	2	1	1	2	2	2	3	2	4	2	1	2	1	3	1	1	4	4		
10	25772 849	Mascu lino	4	2	4	2	3	2	1	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	4	1	2	3	
55	85517 92	Mascu lino	1	1	3	3	2	1	2	3	1	1	1	3	4	3	2	2	2	4	2	1	3	1	3	3	3	3	1	1	4	1	3	2	1	2	2	1	4	2	2	1	2	3	1	3	1	1	3	3	
14	40652 465	Feme nino	4	2	4	3	3	2	2	3	3	1	3	4	2	4	2	3	3	4	2	2	4	1	3	3	3	4	1	3	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	
94	40991 849	Mascu lino	2	4	4	2	3	2	2	4	3	2	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	3	1	3	2	2	3	2	1	3	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	
44	99504 70	Feme nino	1	2	3	2	2	2	1	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	3	1	2	2	1	3	3	3	2	1	1	3	1	2	1	1	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3	
97	25835 150	Mascu lino	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	1	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3
2	43817 977	Feme nino	2	3	3	4	4	2	1	3	4	2	3	2	4	4	2	3	4	3	3	3	4	2	4	2	3	4	2	4	3	3	2	2	1	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	1	1	4	4	
37	66779 35	Feme nino	4	2	4	1	3	2	3	4	3	3	3	4	1	4	2	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	3	2	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	1	4	4	3	4	2	3	2	1	3	4	
78	77240 599	Mascu lino	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4		
57	10392 837	Mascu lino	4	3	4	2	2	2	1	4	3	3	3	4	2	4	2	4	3	4	3	1	4	1	4	3	3	4	2	2	4	1	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	4	
30	45310 240	Feme nino	4	2	4	2	3	2	1	3	3	1	3	3	1	4	2	3	3	4	3	2	3	1	4	4	2	3	1	2	4	1	1	1	1	3	2	1	4	1	3	3	2	3	3	3	2	1	3	4	
34	44052 527	Mascu lino	1	1	4	2	2	3	2	4	4	2	3	4	2	4	2	3	3	3	1	2	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	4	
15	75236 744	Feme nino	2	2	3	1	1	1	1	4	3	2	3	3	1	2	1	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	2	1	1	3	1	3	1	1	2	1	1	2	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	4	
89	77226 127	Mascu lino	4	1	2	2	2	2	1	3	3	1	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	3	2	1	4	2	2	2	1	3	1	3	1	1	1	3	
16	45562 784	Mascu lino	1	1	4	4	2	4	1	4	4	1	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	2	4	2	2	4	2	1	4	2	2	2	1	4	2	2	4	4	4	4	2	3	4	4	1	2	2	4	
6	45719 978	Mascu lino	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	
32	43049 587	Mascu lino	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	3	1	3	2	3	4	2	2	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	1	1	2	4
36	95579 52	Mascu lino	4	4	2	2	3	2	3	4	3	3	3	2	1	4	2	3	3	4	4	2	4	1	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	3	3	
47	97074 11	Mascu lino	3	2	3	1	3	1	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	3	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	3	2	2	2	2	3	1	3	1	1	2	3	
48	74082 834	Mascu lino	3	2	4	2	2	2	1	4	4	1	4	4	1	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	1	4	1	4	1	1	4	2	1	4	3	4	3	2	4	2	4	1	1	4	4	
66	44742 894	Mascu lino	4	3	4	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	4	1	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	1	2	2	1	3	2	1	2	2	4	2	1	3	3	2	1	2	2	2	
22	46080 517	Feme nino	4	4	4	2	2	2	1	4	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	1	2	3	1	4	4	4	3	2	2	4	1	3	1	1	4	1	2	4	2	3	3	2	3	3	3	2	1	4	4	
18	81603 87	Feme nino	4	3	4	2	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	2	1	2	4	1	4	2	1	3	2	1	3	3	4	4	2	3	2	3	3	1	4	4	
87	74856 72	Feme nino	1	1	3	1	1	1	1	3	3	2	2	2	1	3	1	2	2	3	1	1	2	1	3	3	2	2	1	1	3	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	3	3			
80	41120 205	Mascu lino	3	3	3	2	3	1	1	3	3	1	2	3	2	1	3	3	3	3	1	3	1	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2
46	45206 597	Mascu lino	1	4	4	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	4	1	3	3	3	2	2	2	3	1	2	1	1	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	1	3	4	

26	10643360	Masculino	2	3	4	2	1	3	2	4	4	2	3	4	2	3	1	3	4	4	1	3	4	1	4	3	3	1	2	2	4	1	3	1	1	4	1	2	4	3	3	4	2	3	2	3	1	1	3	4			
60	74379164	Masculino	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	
42	10657140	Femenino	4	1	4	2	4	2	1	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	1	4	1	4	3	3	3	1	3	2	1	4	4			
24	70071373	Masculino	1	1	4	2	1	1	1	1	3	2	1	3	1	4	1	2	4	2	1	1	3	1	3	4	4	1	1	1	4	1	2	1	1	3	1	2	2	1	2	2	1	3	1	4	2	1	4	4			
12	76880856	Femenino	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3			
59	41205091	Femenino	4	3	4	4	4	2	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3	2	4	1	3	4	2	3	4	4	2	3	3	4	3	3	1	3	4			
9	42126357	Masculino	1	1	4	2	2	1	1	4	4	1	2	4	2	3	1	4	4	3	2	1	4	1	4	3	3	2	1	2	4	1	2	1	1	4	1	1	4	1	2	4	1	3	1	4	1	1	2	4			
23	9917666	Masculino	2	1	4	2	1	3	1	2	4	3	3	4	2	4	2	3	4	3	2	1	3	1	4	4	4	1	1	1	3	1	4	1	1	3	1	2	3	2	3	4	2	3	2	4	2	1	4	4			
8	42615057	Masculino	2	3	3	3	2	2	1	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	1	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3			
7	45725236	Masculino	2	2	3	2	2	4	2	4	3	2	3	4	2	4	2	3	3	2	4	4	4	1	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	4	2	3	4	2	3	3	3	1	2	4	4			
38	40129953	Masculino	4	4	4	2	2	3	1	4	4	1	4	4	2	4	2	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	2	2	4	4	1	4	2	1	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4		
19	43887388	Masculino	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3					
43	44582352	Femenino	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	4	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2			
17	42783898	Masculino	4	2	4	2	4	2	2	4	4	2	3	4	2	4	2	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	2	2	2	4	3	2	4	3	4	4	2	3	3	4	2	2	3	4			
77	42502865	Masculino	4	2	4	3	2	2	1	4	4	2	2	3	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4				
88	42361031	Masculino	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	1	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	1	3	4				
0	8689983	Masculino	4	4	4	2	2	2	1	4	4	2	2	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3	4	1	2	3	1	2	3	1	3	3	3	4	4	4	4	1	1	4	2
61	72850099	Femenino	1	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	1	1	2	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	1	1	3	4			
1	46855843	Femenino	2	1	4	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	3	3		
41	41026535	Femenino	1	2	3	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	1	3	1	3	1	1	3	3			
53	10086141	Masculino	1	1	4	2	4	2	1	4	4	1	3	4	2	3	2	4	4	4	2	3	4	2	4	2	2	4	2	1	3	1	2	2	1	4	4	2	4	2	2	3	2	3	1	3	2	1	3	4			
35	6784811	Femenino	4	4	4	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	4	3	1	2	3	1	2	1	2	3	1	3	3	4	3	4	3	1	1	4	3			
3	70918667	Femenino	3	2	4	2	2	2	1	3	3	1	2	4	1	4	2	2	3	3	1	2	3	1	3	4	2	4	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	2	4			
20	8165326	Femenino	4	2	4	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	3	1	2	2	1	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3			
29	9618836	Femenino	1	1	3	4	1	2	1	3	3	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	4	1	3	3	3	2	3	1	3	1	2	1	1	3	2	1	3	3	3	3	1	3	2	3	1	1	3	3			
92	40791893	Masculino	4	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	4		
51	45366606	Masculino	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	
67	40875784	Masculino	1	2	3	2	3	4	3	4	3	1	1	4	2	4	2	4	2	3	3	2	3	2	4	3	3	4	2	2	4	2	4	2	1	2	3	2	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4			
81	10361913	Femenino	1	2	4	2	2	2	1	4	4	2	4	4	2	3	2	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3				

56	8150028	Masculino	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	1	4	2	3	4	2	1	4	4	2	1	1	4	4	4	1	4	4	4	1	2	4	4	2	1	3	4						
54	40473255	Masculino	4	2	4	1	2	2	2	3	3	2	2	3	1	4	1	3	3	2	1	2	3	1	3	3	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	2	3	3	2	3	2	2	1	3	1	1	2	3			
85	40198733	Masculino	2	2	3	1	1	1	1	3	3	2	2	3	1	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	1	2	2	2	2	3	1	1	3	3	
40	21554460	Femenino	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	2	1	2	3	1	2	4	1	4	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3		
27	10761106	Femenino	2	3	4	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4	3	2	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4			
50	9922889	Femenino	4	3	4	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	3		
99	73511850	Masculino	2	2	4	2	2	3	2	4	4	1	1	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		
100	73099864	Femenino	3	3	4	2	2	3	2	4	4	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	1	4	2	2	3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	3	2	2	4	4		
101	73253720	Femenino	1	2	4	2	2	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	1	1	2	2	2	3	3	3	3	1	3	2	2	2	1	3	3		
102	44906411	Femenino	2	3	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	2	3	1	2	2	1	2	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	1	3	3		
103	41187466	Femenino	3	2	4	4	2	2	1	3	3	1	4	4	3	3	2	3	3	4	2	4	3	1	4	4	2	4	1	1	4	1	2	1	1	4	3	1	4	4	4	4	2	4	4	4	3	1	4	4		
104	45195970	Femenino	4	2	4	3	4	4	2	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	2	4	4	3	4	4	2	4	2	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	4		
105	48351353	Femenino	4	2	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	2	3	2	3	1	1	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3		
106	47233305	Femenino	4	2	4	1	1	2	1	3	3	2	2	3	1	4	2	3	2	3	1	1	4	1	3	3	2	2	1	2	3	1	3	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	
107	77226458	Femenino	4	3	4	4	3	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	4		
108	72172800	Femenino	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	3	2	1	2	4	3	3	3	1	2	1	1	1	4	1	2	1	4	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1			
109	71646172	Femenino	1	1	4	3	2	3	1	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	2	1	4	1	4	1	1	4	4	4	4	3	1	4	1	1	4	4	4	4	1	4	4		
110	76551975	Masculino	2	1	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	1	2	1	1	3	2	4	4	2	1	2	2	2	2	1	1	4	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	2	2	3	1	1	3	3		
111	46287576	Masculino	1	4	4	2	1	4	1	3	3	4	4	4	4	3	1	4	3	4	2	2	3	1	4	4	4	3	1	1	4	1	3	1	1	2	1	3	4	3	4	1	2	3	4	3	4	1	4	4		
112	75980311	Femenino	4	4	4	2	1	2	1	4	3	2	4	3	1	3	2	4	2	4	1	3	2	1	4	4	4	3	2	3	3	1	4	1	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	1	1	4	3		
113	70359939	Femenino	4	3	4	2	1	2	1	4	4	4	4	3	2	4	2	3	4	4	2	2	4	2	4	3	4	3	2	1	4	4	4	1	1	3	2	1	3	1	3	2	2	3	2	3	1	1	3	4		
114	43217724	Femenino	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	1	3	3	4	3	2	3	2	3	1	2	3	4		
115	71655082	Femenino	2	3	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	4	1	2	4	4	4	3	3	1	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	4
116	76842227	Femenino	4	3	4	2	3	2	2	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	4	2	2	4	1	2	1	2	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	1	3	3	1	3	4	
117	71041153	Masculino	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	2	3	4	4	2	3	1	4	1	1	3	4	4	3	4	2	4	3	3	4	2	4	2	3	3		
118	76758279	Masculino	3	2	4	4	3	2	2	4	4	2	3	4	4	3	2	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	2	2	1	3	2	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	1	1	2	4		
119	72789043	Masculino	4	2	4	4	2	2	2	4	4	2	3	4	4	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	4	4	2	4	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	4	3	2	3	1	4	1	2	4	4		
120	44433621	Femenino	1	3	4	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	3	3	
121	41511691	Masculino	4	1	3	3	2	2	1	3	4	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3			

12	74500	Mascu	4	2	4	4	4	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4					
12	45469	Feme	4	2	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4		
12	72361	Feme	3	3	3	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4			
12	45447	Feme	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	
12	70303	Mascu	2	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3		
12	70303	Feme	2	1	4	1	1	1	1	3	3	2	3	2	1	3	2	4	4	4	1	1	3	1	4	4	3	2	1	3	4	1	2	1	2	3	2	2	2	1	2	4	3	3	2	3	2	2	3	4		
12	60383	Mascu	4	3	4	4	4	2	1	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	4	3	3	4	2	2	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	4	1	1	3	4
12	75955	Feme	3	2	4	2	2	2	1	4	3	3	2	3	2	2	1	3	3	4	2	2	4	1	4	3	3	3	1	2	4	1	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	3	1	1	3	3		
13	45078	Feme	3	2	4	2	3	1	1	4	3	2	4	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	1	2	3	1	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	4	4		
13	70168	Feme	4	2	4	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	2	2	3	4		
13	43762	Feme	3	1	3	3	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	3	2	
13	73480	Feme	4	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	1	2	3	4	4	4	2	4	2	2	3	1	2	2	1	2	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	1	2	4	3		
13	42312	Feme	4	3	4	3	2	3	2	4	4	2	3	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	2	1	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	2	4	4	
13	74620	Feme	2	2	3	2	2	1	1	3	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	1	3	1	4	3	3	2	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	4	3	3	3	2	3	2	2	1	1	3	3		
14	40274	Feme	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	1	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	
14	72662	Mascu	4	3	4	1	2	1	1	3	2	2	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	3	4	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	
14	46100	Feme	1	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	1	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	
14	40618	Feme	3	2	4	3	4	2	2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	2	2	4	2	2	2	2	4	3	2	3	2	4	4	2	4	3	3	2	3	4	4	
14	48687	Mascu	4	3	3	2	2	1	1	3	3	2	3	3	1	4	3	3	3	4	2	2	3	1	4	3	3	2	1	3	3	1	4	1	1	3	2	2	3	1	4	2	3	3	3	2	2	2	4	4		
14	47828	Feme	4	2	4	3	3	2	1	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	3	3	2	3	3	1	4	1	1	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	
14	48168	Feme	4	2	4	2	3	2	2	4	4	2	2	4	2	4	2	4	4	4	3	3	2	4	2	3	4	4	3	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	3	4	2	3	3	3	4	4	2	4	4	
14	70171	Feme	4	2	3	2	3	2	1	3	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	1	3	1	2	3	3	2	2	3	4	4	2	3	2	4	2	2	4	3		
14	77472	Feme	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	

Anexo 8. Solicitud de autorización para realizar investigación.

Lima, de del 2023

SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.

Señor (a):

GALVEZ BALDIZAN GLADYS ANGELICA

Gerente de Recursos Humanos

Renzo Costa S.A.C.

Presente. -

Yo, **NATALI MARTINEZ ALDAZABAL**, identificada con DNI N° 43293067 y **KARINA CELIA SOTO ROJAS**, identificada con DNI N° 74768063; ante Ud. nos presentamos y exponemos:

Que, habiendo culminado la carrera profesional de Enfermería en la Universidad Nacional del Callao, y en nuestra calidad de bachilleres, solicitamos nos conceda autorización para poder desarrollar nuestro proyecto de tesis en la prestigiosa empresa que su persona dirige; con la finalidad de optar el grado académico de Licenciadas en Enfermería.

La investigación lleva el título de "ESTILOS DE VIDA EN LOS TRABAJADORES DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA RENZO COSTA, LIMA, 2023", y será dirigida a todos los trabajadores de la empresa, con el objetivo de conocer como son los estilos de vida de los mismos a través del llenado de un cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPSI-I), creado por la teórica de enfermería Nola Pender y validado a nivel internacional.

POR LO EXPUESTO:

Rogamos a usted acceda a nuestra solicitud.

Atentamente,

NATALI MARTINEZ ALDAZABAL
DNI N° 43293067

KARINA CELIA SOTO ROJAS
DNI N° 74768063

Anexo 9. Consentimiento Informado

INVITACIÓN

Reciba un cordial saludo; por medio de la presente queremos invitarlo a participar en el llenado del presente cuestionario de salud, el cual forma parte de un proyecto de investigación titulado “ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA RENZO COSTA, LIMA 2023”, por ello es importante que conozca detalles necesarios del mismo:

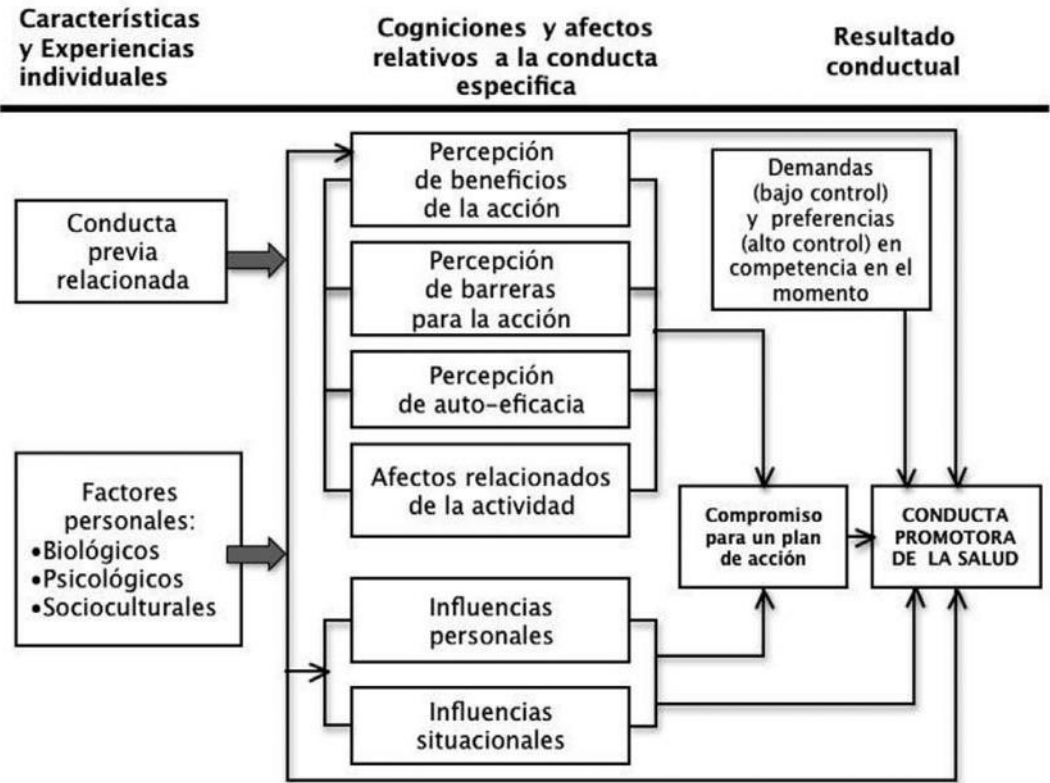
1. La presente investigación tiene por objetivo principal, conocer como es su estilo de vida.
2. Se garantiza la total confidencialidad de sus respuestas en el cuestionario, asimismo, serán utilizadas únicamente para fines de la presente investigación.
3. Su participación es totalmente anónima.
4. Cualquier duda o consulta que tuviera será resuelto por las investigadoras responsables del estudio.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

He leído las indicaciones descritas líneas anteriores. Las investigadoras me han explicado detalles del estudio y han contestado las dudas que he presentado de forma satisfactoria; por ello, y en calidad de trabajador de la empresa Renzo Costa, doy mi consentimiento para participar de forma voluntaria en el estudio de investigación titulado “ESTILOS DE VIDA DE LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA RENZO COSTA, LIMA 2023”.

NOMBRE Y FIRMA DEL PARTICIPANTE

Anexo 10. Modelo de promoción de la Salud de Nola Pender



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender1996. En: Cid PH, Merino JE, Stiepovich JB²¹