



Universidad Nacional
SAN LUIS GONZAGA



Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional

Esta licencia permite a otras distribuir, combinar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial y, a pesar que son nuevas obras deben siempre rendir crédito y ser no comerciales, no están obligadas a licenciar sus obras derivadas bajo los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION
EVALUACION DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA N° 05 – 2025

El que suscribe, deja constancia que se la realizado el análisis con el software de verificación de similitud al **INFORME FINAL** cuyo título es:

Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A-ONE, ICA 2024

Presentado por:

Bach. **CUSTODIO PATIÑO CARLOS ENRIQUE**

Bachiller del nivel de **Pregrado** de la Facultad de Enfermería. El resultado obtenido es **2%** por el cual se otorga el calificativo de **APROBADO**, según Reglamento para la evaluación de la Originalidad de los documentos de investigación. Se adjunta al presente el reporte de evaluación con el software de verificación de originalidad.

Ica, 22 de enero del 2025

Operador LSO
Fecha y hora :22 -ENE- 2025 09:24 A.M.
Id:114198007

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
FACULTAD DE ENFERMERIA
UNIDAD DE INVESTIGACION



Dra. **NORMA PASTOR RAMIREZ**
DIRECTORA

UNIVERSIDAD NACIONAL "SAN LUIS GONZAGA"
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
Facultad de Enfermería



Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la
empresa de transporte A-ONE, ICA 2024

Línea de investigación
Salud pública y conservación del medio ambiente

INFORME FINAL DE TESIS PARA OPTAR TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN ENFERMERÍA

AUTOR:
BACH. CUSTODIO PATIÑO CARLOS ENRIQUE

Asesora:
Dra. Nisorina Amparo Saravia Cabezudo
Código ORCID: 0000-0003-4147-6657

Ica, Perú

2025

Dedicatoria

A Dios por brindarme la fuerza en cada paso de mi carrera profesional. A mis padres por su apoyo y motivación incondicional para poder lograr mis metas, su legado de resiliencia y sacrificio continuarán inspirándome cada día.

Agradecimientos

Quiero agradecer a mis docentes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga”, por brindarme una formación profesional de calidad. A mi asesora Dra. Nisorina Amparo Saravia Cabezudo, por el aporte técnico y científico para lograr culminar el presente trabajo de investigación. A los conductores de la empresa de transporte A-ONE por su colaboración efectiva en la ejecución del presente estudio.

INDICE DE CONTENIDOS

Portada	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas.....	v
Índice de figuras.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	9
II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA.....	15
2.1. Tipo, nivel y diseño de investigación	15
2.2. Población y muestra.....	16
2.3. Técnica e instrumento de recolección de datos	17
2.4. Técnica de procesamiento de datos, análisis e interpretación de resultados	19
2.5. Consideraciones éticas.....	19
III. RESULTADOS.....	21
IV. DISCUSIÓN.....	27
V. CONCLUSIONES.....	30
VI. RECOMENDACIONES.....	31
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	32
VIII. ANEXOS.....	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024	21
Tabla 2. Relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	22
Tabla 3. Relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	22
Tabla 4. Relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	23
Tabla 5. Relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	23
Tabla 6. Relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	24
Tabla 7. Correlación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	24
Tabla 8. Correlación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	25
Tabla 9. Correlación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	25
Tabla 10. Correlación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	26
Tabla 11. Correlación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	26

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Datos sociodemográficos de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	50
Figura 2. Relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	50
Figura 3. Relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	51
Figura 4. Relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	51
Figura 5. Relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	52
Figura 6. Relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.....	52

Resumen

Objetivo: Determinar la relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024. **Metodología:** Investigación básica, correlacional, diseño observacional y transversal. La muestra fue de 140 conductores de taxi quienes fueron elegidos mediante el muestreo aleatorio simple. El instrumento fue el cuestionario sobre hábitos sedentarios con un valor de confiabilidad de 0.84 y el cuestionario de condiciones de salud con una confiabilidad de 0.81. **Resultados:** El 53.6% de los individuos con hábitos sedentarios medios y el 46.4% de aquellos con hábitos bajos reportan condiciones de salud inadecuadas. En el grupo con alimentación media, un alarmante 87.8% se encuentra en la misma categoría de salud deficiente. Además, el 47.9% de quienes realizan actividad física media y el 50.7% de aquellos con baja actividad física presentan problemas de salud. En cuanto a los hábitos nocivos, el 92.5% de los encuestados con hábitos medios también reporta salud inadecuada. Asimismo, el 72.9% de quienes tienen condiciones laborales medias experimentan problemas de salud. En términos demográficos, la mayoría de los encuestados (55.7%) tiene más de 40 años, el 69.3% son casados o convivientes, el 39.3% posee estudios técnicos, el 89.3% proviene de entornos urbanos y el 60% cuenta con más de 5 años de experiencia laboral. **Conclusión:** Todos los conductores presentan condiciones de salud inadecuadas y una correlación moderada y significativa entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud.

Palabras clave: Hábitos sedentarios, condiciones de salud, conductores.

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between sedentary habits and health conditions of drivers of the transport company A-ONE, Ica 2024. **Methodology:** Basic research, correlational, observational and cross-sectional design. The sample consisted of 140 taxi drivers who were chosen through simple random sampling. The instrument was the questionnaire on sedentary habits with a reliability value of 0.84 and the questionnaire on health conditions with a reliability of 0.81. **Results:** 53.6% of individuals with average sedentary habits and 46.4% of those with low habits report inadequate health conditions. In the average-fed group, an alarming 87.8% are in the same category of poor health. In addition, 47.9% of those who perform medium physical activity and 50.7% of those with low physical activity have health problems. Regarding harmful habits, 92.5% of respondents with average habits also report inadequate health. Likewise, 72.9% of those with average working conditions experience health problems. In demographic terms, the majority of respondents (55.7%) are over 40 years old, 69.3% are married or cohabiting, 39.3% have technical studies, 89.3% come from urban environments and 60% have more than 5 years of work experience. **Conclusion:** All drivers have inadequate health conditions and a moderate and significant correlation between sedentary habits and health conditions.

Keywords:

Sedentary habits, health conditions, drivers.

I. INTRODUCCIÓN

El sedentarismo asociado a la actividad de conducción de vehículos que ofrecen el servicio de taxi es un proceso preocupante que puede tener repercusiones significativas tanto en la salud física como mental del individuo. Pasar largas horas sentado al volante sin un horario de trabajo fijo puede llevar a una serie de problemas crónicos y aumentar los niveles de estrés. Además, la exposición a agentes externos como el ruido y las vibraciones puede exacerbar estos efectos negativos. Uno de los mayores riesgos del sedentarismo en la conducción es el desarrollo de enfermedades crónicas vinculadas al desarrollo de obesidad, diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares y problemas musculoesqueléticos. La falta de actividad física y el sedentarismo en la conducción puede afectar la salud mental. El estrés relacionado con las demandas laborales y la falta de tiempo para actividades recreativas pueden generar problemas de ansiedad, depresión y agotamiento emocional.¹

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de una cuarta parte de los adultos de la población mundial (31%) no llega a alcanzar efectuar el nivel adecuado de actividad física, siguiendo con un riguroso análisis se logró determinar que una de cada tres mujeres y uno de cada cuatro varones de la población adulta global no realiza ningún tipo de actividad física para mantener condiciones de salud óptimas, cabe indicar que dichas cifras no presentan mejorías desde el año 2001.²

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) detalla que en la región de las Américas se presenta la mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad en comparación con todas las regiones de la OMS, afectando a un 62.5% de adultos de la población; en lo que respecta a la obesidad, se logra estimar que el 28% de la población adulta la padece.³

Así mismo, cada año fallecen alrededor de 600.000 personas adultas en América Latina y el Caribe a consecuencia de problemas relacionados con la mala alimentación y la obesidad, para el año 2023 la obesidad ha afectado a 106 millones de personas lo equivalente a 24.2% de la población de esta región del continente americano.⁴

El Ministerio de Salud (MINSA), a través de la Dirección de Promoción de la salud, indica que solo el 26% de la población adulta en Perú realiza actividad física.⁵

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), según los datos obtenidos en la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar 2023, reporta que la prevalencia del exceso de peso en personas mayores de 15 años en el Perú es del 61.3%, del cual 24.1% presenta obesidad y 37.2% sobrepeso.⁶ En el departamento de Ica, según los resultados obtenidos por el INEI en el 2023, el 35.6% de la población adulta presenta sobrepeso, siendo esta cifra mayor en varones que en mujeres con un valor de 37.4% y 33.9% respectivamente y de acuerdo al grado de instrucción este es mayor en personas con estudios de nivel superior.⁷

Antecedentes.

Antecedentes internacionales.

Monserrate J. y Guaranda R.⁸ llevaron a cabo un estudio en Ecuador con el **objetivo** de explorar la “relación entre el sedentarismo y estilo de vida de los conductores profesionales de la Cooperativa Jesús del Gran Poder, en el Cantón La Libertad durante el año 2020”. Esto se logró mediante la identificación de los factores de riesgo presentes en los choferes y la determinación de la prevalencia de sedentarismo dentro de este grupo. Se empleó una **metodología** no experimental de diseño transversal con un enfoque cuantitativo y correlacional, utilizando un método analítico-sintético. Los **resultados** revelaron que el 63% de los participantes realizan actividad física solo en ciertas ocasiones, mientras que el 12% ejercitan activamente al menos 20 minutos una vez por semana. Además, el 65% manifestó comer de manera balanceada solo ocasionalmente, y el 12% consume regularmente azúcar, sal o alimentos poco saludables. Por ende, se **concluye** que, el 65% considera que su peso excede en 5 a 8 kilos del peso ideal.

Arias-Meléndez C. et al.⁹ publicaron en el año 2021 en Chile una investigación con el **objetivo** de realizar una revisión sistemática sobre condiciones de salud y trabajo en conductores de transporte público. La **metodología** empleada “fue una revisión sistemática bibliográfica con búsqueda de información entre los años 2015-2020 ajustado a los requerimientos establecidos para las revisiones sistemáticas en la declaración PRISMA. Dando como **resultados** que la condición laboral tiene influencia directa sobre el estado de salud pesquísándose alteraciones tales como: sobrepeso, enfermedades cardiovasculares, osteomusculares, sintomatología de tipo ansiosa- depresiva y tendencia al consumo de alcohol y tabaco. De esta forma se **concluye** que los artículos revisados, evidenciaron que los conductores de transporte público presentan condiciones de trabajo desfavorables, con presencia de riesgos físicos y psicológicos”.

Domenech D. et al.¹⁰ en su estudio tuvo como **objetivo** “Conocer el estado de salud - enfermedad de los conductores profesionales del transporte terrestre de pasajeros con carga que trabajaron en rutas nacionales y departamentales de Uruguay durante mayo a agosto del 2021”. Su **metodología** de estudio fue descriptiva - transversal con la participación de 112 conductores profesionales del transporte terrestre. Los **resultados** mostraron que 97,3% eran hombres, con una media de 43,5 años; 67,8% conducía transporte de cargas; 59,8% percibía tener un buen estado de salud. Respecto a la prevalencia de enfermedades predominaron las osteoarticulares (55,3% lumbalgia). En lo referente a los estilos de vida, declararon dormir una media de 6,75 h. por día, y un 39,3% tuvo que detener la marcha para dormir. El 77,8% eran sedentarios; 65,2% no consumía fármacos; y en el último mes, 92,8% consumió mate, 19,64% alcohol y dos conductores, cocaína. El 54,5% negó tener médico de referencia. **Concluyendo** que la población de estudio presenta patologías esperadas en relación a la actividad laboral que realizan, así como por su edad y sexo.

Berrones L.¹¹ realizó en el año 2020 un estudio a taxistas del “centro histórico de la Ciudad de México” para examinar sus hábitos alimentarios, condiciones laborales y estilo de vida, con el

objetivo de determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad. La **metodología** de estudio fue de tipo descriptivo y transversal aplicado a 110 conductores de taxi. Los **resultados** revelaron que el consumo promedio diario de refrescos fue de 1,6 litros (equivalente a 54 onzas líquidas), lo que representa unas 629 kilocalorías al día. Además, se encontró que las verduras se consumían en promedio 3,1 veces por semana, mientras que la ingesta anual de tortillas de maíz alcanzaba los 65,7 kilogramos (145 libras). Asimismo, se observó que el 69,1% de los participantes presentaba sobrepeso u obesidad. Se pudo **concluir** que existe una asociación significativa entre la obesidad y el tiempo que llevaban los individuos desempeñando su labor como taxistas ($p = 0,034$).

Ludizaca D. y Macancela J.¹² realizaron un estudio en Ecuador con el **objetivo** de “Determinar los patrones alimenticios y el estado nutricional de los conductores pertenecientes a la Unión Provincial de transporte de carga liviana y mixto del Cañar en Azogues durante el año 2022”. Para llevar a cabo esta investigación, se empleó una **metodología** de enfoque descriptivo de tipo transversal. Los datos recopilados dieron como **resultados** que el grupo de edad más representativo estaba comprendido entre los 20 y 39 años. Además, se encontró que el 47% de los conductores presentaba sobrepeso, mientras que el 32%, el 4% y el 2% padecían obesidad de grado I, III y II respectivamente. Estas condiciones fueron atribuidas a hábitos alimenticios inadecuados y estilos de vida poco saludables. **Concluyendo** que el 30% de los conductores llevaban un estilo de vida sedentario, el 68% dormía menos de 8 horas al día y el 34% trabajaba más de 10 horas diarias.

Antecedentes nacionales.

Saravia M.¹³ llevó a cabo un estudio en el 2019 con el **objetivo** de “evaluar los estilos de vida y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte Service Chincha”. La **metodología** utilizada fue un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y un alcance correlacional. Los **resultados** mostraron que la mayoría de los conductores tenían estilos de vida poco saludables, especialmente en las áreas de alimentación, recreación y actividad física. Sin embargo, en cuanto a hábitos sociales, la mayoría no consumía alcohol o tabaco. Respecto a las condiciones de salud, se encontró que eran adecuadas en general, aunque había áreas de preocupación, como el control de la salud. En **conclusión**, se confirmó la hipótesis de que los estilos de vida son poco saludables, pero se rechazó la hipótesis de que las condiciones de salud son adecuadas en los conductores de Service Chincha.

Maica N.¹⁴ quien en su investigación del año 2021 tuvo como **objetivo** “determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional de los conductores de la empresa de taxi Aló 45 en Arequipa”. Este estudio se llevó a cabo utilizando una **metodología** de enfoque cuantitativo, correlacional y de corte transversal. Los **resultados** indicaron que la mayoría de los conductores de taxi tenían un estilo de vida bueno (49.5%). Al presentar los valores del estado nutricional, se evidenció que el 45.6% tenía sobrepeso, el 37.9% presentaba obesidad y el 16.5% tenía un estado nutricional normal, llegando a la **conclusión** de que “existe una relación significativa ($P < 0.05$) entre el estilo de vida y el estado nutricional de los taxistas”.

Cueva L.¹⁵ en el año 2021 realizó un estudio con el **objetivo** de determinar factores de riesgo para el desarrollo de la hipertensión arterial en conductores de transporte público en Arequipa. La **metodología** empleada en el estudio fue un enfoque observacional, prospectivo y transversal, utilizando un diseño de casos y controles. Los **resultados** mostraron un porcentaje significativo de conductores presentaban pre-hipertensión o hipertensión arterial. El 10.4% tenía pre-hipertensión y 30.20% tenía hipertensión arterial. 64.30% tenían más de 50 años. 43.70% tenían sobrepeso u obesidad. 75% tenían un nivel educativo primario. El 44.20% más de 12 horas conduciendo. 56.70% tenían hábitos alimenticios inadecuados. 74.10% fumaban diariamente. **Concluyendo** que, los factores identificados no se asociaron significativamente, hubo cierta asociación con la hipertensión.

Arias et al.¹⁶ en el año 2022 llevaron a cabo una investigación con el **objetivo** de realizar una revisión sistemática de la literatura sobre las condiciones de salud y trabajo en conductores de transporte público de Trujillo. La **metodología** de estudio fue de tipo no experimental, descriptivo y transversal. Los **resultados** destacaron que estas condiciones laborales adversas están asociadas con problemas de salud como sobrepeso, enfermedades cardiovasculares, trastornos osteomusculares, síntomas de ansiedad y depresión, y un aumento en el consumo de alcohol y tabaco entre los conductores. En **conclusión**, los estudios revisados enfatizan los riesgos físicos y psicológicos a los que están expuestos los conductores de transporte público debido a sus condiciones laborales.

Guerrero K.¹⁷ en el año 2020 realizó un estudio con el **objetivo** de evaluar el conocimiento de estilos de vida saludables entre conductores de una empresa privada de transporte de carga en Lima Metropolitana, Perú. La **metodología** utilizada en la investigación fue de tipo cuantitativa, transversal y descriptiva. Los **resultados** revelaron que la mayoría tenía educación secundaria completa (47.7%) y que una gran proporción (86.3%) no realiza las tres comidas diarias recomendadas. Además, solo el 26.6% realiza ejercicio físico regularmente (20-30 minutos, al menos tres veces por semana). Por lo tanto, se **concluye** que no es adecuado el conocimiento sobre estilos de vida saludables en la población de estudio.

Antecedentes locales.

A pesar de la importancia de practicar y mantener hábitos saludables con el propósito de prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida de la población, no existen estudios a nivel local en relación al tema de investigación.

Justificación.

Justificación teórica.

La investigación de hábitos sedentarios y condiciones de salud contribuirá al desarrollo de conocimientos en el área de salud ocupacional, ya que permitirá facilitar la identificación de factores que predisponen el deterioro de las condiciones de salud en el trabajo de la población de estudio y también como abordar dicha problemática; así mismo, los resultados de la investigación harán viable la mejora de políticas en salud pública dirigidas a mejorar las condiciones laborales de grupos

ocupacionales con conductas sedentarias.

Justificación práctica.

La obtención de los resultados de la investigación de hábitos sedentarios y condiciones de salud favorecerá el ejercicio profesional de enfermería dado que permitirá determinar los factores de riesgo vinculados a los hábitos sedentarios, tales como, permanecer sentado por periodos prolongados de tiempo y/o no realizar actividad física de manera regular; así mismo hará posible establecer los factores de riesgo que se asocian a las malas condiciones de salud, como por ejemplo, el consumo de alcohol y tabaco o una dieta no saludable; de esta manera se logrará mejorar tanto la promoción como la prevención de la salud en esta población de riesgo.

Justificación metodológica.

Al investigar el sedentarismo y las condiciones de salud en conductores de taxi, se destaca la relevancia del problema en la salud pública, la necesidad de usar métodos rigurosos para obtener datos confiables y aplicar los hallazgos para mejorar las condiciones de trabajo y la salud de los conductores.

Importancia.

Los hábitos sedentarios y las condiciones de salud precarias pueden tener efectos negativos significativos en su bienestar físico, emocional y social. Esto no solo afecta su capacidad para desempeñarse en el trabajo de manera efectiva, sino que también influye en su satisfacción laboral y en su vida fuera del entorno laboral. Es fundamental abordar estos aspectos para mejorar la calidad de vida de los conductores y promover un ambiente laboral más saludable y productivo.

Problema.

Problema general.

¿Cómo se relaciona los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?

Problemas específicos.

¿Cómo se relaciona la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?

¿Cómo se relaciona la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?

¿Cómo se relaciona los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?

¿Cómo se relaciona las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?

Objetivos.

Objetivo general.

Determinar la relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Objetivos específicos.

OE1: Establecer la relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

OE2: Establecer la relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

OE3: Establecer la relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

OE4: Establecer la relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

La presente investigación se encuentra estructurada en los siguientes capítulos:

CAPÍTULO I: Se planteó la realidad problemática, junto a los estudios previos que se encontraron mediante la búsqueda desde un contexto internacional, nacional y local los objetivos en el que se sostuvo el estudio, así como la importancia y justificación del estudio. CAPÍTULO

II: Se redactó la estrategia metodológica con la que fue elaborada el estudio. CAPÍTULO III:

Se dio a conocer los resultados que se obtuvieron mediante la recolección de datos con su respectiva interpretación. CAPÍTULO IV: Se encuentra la discusión de los resultados

comparando los datos obtenidos con los antecedentes. CAPÍTULO V: Se dio a conocer las conclusiones del estudio de acuerdo a los resultados enfocados a los objetivos. CAPÍTULO VI:

Se presentaron las recomendaciones de acuerdo a las conclusiones. CAPÍTULO VII: Se

encuentran las referencias bibliográficas. CAPÍTULO VIII: Se anexó la matriz de consistencia, operacionalización de variables, instrumento de recojo de datos, consentimiento informado, base de datos, entre otros.

II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA

2.1. Tipo, nivel y diseño de investigación.

Tipo de investigación.

La investigación fue básica, se refiere a un tipo de estudio que busca ampliar el conocimiento en un campo específico sin un objetivo práctico inmediato. Su principal propósito es generar nuevas teorías, conceptos o comprensiones sobre fenómenos, procesos o principios subyacentes, por lo tanto, la investigación se realizó bajo este tipo de estudio.¹⁸

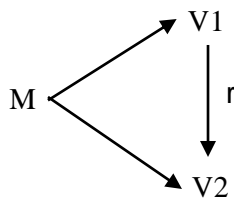
Nivel de investigación.

La investigación fue de nivel correlacional, ya que se dio a conocer la fuerza de la relación de los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de taxi.¹⁸

Diseño de investigación.

La investigación fue desarrollada mediante un diseño no experimental, ya que no hubo manipulación de las variables por parte del investigador; fue transversal porque los datos se tomaron en un momento específico, prospectiva porque el investigador fue quien recolectó los datos y cuantitativa debido a la aplicación de técnicas estadísticas.¹⁸

Diagrama correlacional:



M: 220 conductores.

V1: Hábitos sedentarios

V2: Condiciones de salud

Hipótesis.

Hipótesis general.

Los hábitos sedentarios se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Hipótesis específica.

La alimentación se relaciona significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

La actividad física se relaciona significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Los hábitos nocivos se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Las condiciones de trabajo se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

2.2. Población y muestra.

Población.

La población estuvo conformada por 220 conductores de taxi de la empresa A-One. Esta información fue obtenida del administrador de la empresa.

Tamaño muestral.

Donde:

N = Tamaño de la población (N = 220)

n = Tamaño de la muestra

α = Desviación estándar ($\alpha = 5\%$)

Z = Nivel de confianza [Z = 95% (1.96)]

e = Limite de error muestra (e = 5%)

Fórmula:

$$n = \frac{N Z^2 * \alpha^2}{(N - 1)e^2 + Z^2 \alpha^2}$$

$$n = \frac{(220)(1.96)^2 * (0.5)^2}{(220 - 1)(0.05)^2 + (1.96)^2(0.5)^2}$$

$$n = \frac{(220)(3.8) * (0.25)}{(219)(0.0025) + (3.8)(0.25)}$$

$$n = \frac{209}{0.5475 + 0.95}$$

$$n = 140$$

El tamaño muestral fue de 140 conductores de taxi de la empresa A-One, quienes fueron elegidos mediante el muestreo probabilístico aleatorio simple.

Criterios de inclusión.

Conductores de ambos sexos.

Conductores que se encuentren en operatividad.

Conductores que deseen participar en el estudio.

Criterios de exclusión.

Conductores que no deseen participar en el estudio.

2.3. Técnica e instrumento de recolección de datos.

La recolección de datos se llevó a cabo en la empresa A-ONE:

1. Se solicitó el permiso correspondiente a la Gerencia de la Empresa A-ONE para la aplicación del instrumento de investigación.
2. Asimismo, se incluyó el consentimiento informado a los conductores.
3. Se aplicó el instrumento de manera personal, realizando las preguntas del cuestionario; una vez concluido, se realizó la codificación del cuestionario con el fin de garantizar la privacidad del participante.

2.3.1. Instrumentos de recolección de datos.

Para el desarrollo de la investigación, se aplicó como técnica la encuesta, que permitió recopilar información de manera sistemática y estructurada. Se utilizaron dos cuestionarios como instrumentos de recolección de datos, diseñados específicamente para abordar las variables de estudio:

A) Cuestionario sobre hábitos sedentarios.

Es un instrumento obtenido de Gómez et al.¹⁹ y adaptado por Matías.²⁰, está conformado por 16 ítems, divididos en cuatro dimensiones clave: alimentación, actividad física, hábitos nocivos y el trabajo de los conductores. Cada dimensión aborda aspectos específicos que impactan la salud y el bienestar de los conductores. La sección de alimentación evalúa los hábitos alimenticios y la frecuencia de consumo de opciones saludables, mientras que la dimensión de actividad física se centra en la regularidad y tipo de ejercicio realizado. En cuanto a los hábitos nocivos, se exploran comportamientos que podrían afectar negativamente la salud, como el consumo de tabaco y alcohol. Finalmente, la dimensión relacionada con el trabajo investiga las condiciones laborales, el estrés y la duración de las jornadas. La escala de medición utilizada es politómica, permitiendo a los encuestados indicar la frecuencia con que experimentan cada ítem, con opciones que van desde "Nada frecuente" hasta "Muy frecuente".

Ficha de instrumento de Hábitos sedentarios	
Autoría	Lucila Gómez, María López, Lucila Pereyra y Yanina Troisi (2017)
Adaptación	Miguel Humberto Matías Yataco (2021)
Prueba de confiabilidad	Alfa de Cronbach
Valor de confiabilidad	0.84
Ítems	16
Dimensiones	Alimentación Actividad física Hábitos nocivos Trabajo de conductores
Duración	15 minutos
Validez	Prueba binomial = 0,02, es valido

B) Cuestionario de condiciones de la salud.

Este instrumento fue aplicado en el estudio de Saravia M.¹³ en el ámbito peruano, está conformado por tres dimensiones que abordan los problemas crónicos, gastrointestinales y de salud. La escala de medición será dicotómica (Si - No) y el valor final será presentado mediante un Baremo con niveles o rangos de condiciones de salud adecuadas y no adecuadas.

Ficha de instrumento de Condiciones de salud	
Autoría	Mónica Gabriela Saravia Saravia (2021)
Prueba de confiabilidad	Alfa de Cronbach
Valor de confiabilidad	0.81
Ítems	9
Dimensiones	Problemas crónicos Problemas gastrointestinales Control de la salud
Duración	15 minutos
Validez	Prueba Binomial ($0.03 < 0.03$), significa que el instrumento es válido.

2.4. Técnica de procesamiento de datos, análisis e interpretación de resultados

Una vez recolectada la información a través de la aplicación de instrumentos, cada cuestionario fue codificado con el fin de mantener el anonimato y la privacidad del participante. Luego se realizaron los cálculos mediante el SPSS v.29 y fueron organizados en tablas de frecuencia con sus respectivos porcentajes para la variable correspondiente, asimismo mediante la estadística descriptiva e inferencial con coeficiente de correlación y el p-valor se determinó la significancia y los resultados se procesaron considerando el promedio por dimensiones y de manera global. Los datos se presentaron en tablas y gráficos de acuerdo con los objetivos del estudio, lo que facilitó el análisis e interpretación cuantitativa de los datos.

2.5. Consideraciones éticas

El respeto a la dignidad de cada individuo es un principio fundamental que se mantiene en consideración durante todo el proceso de investigación, garantizando así un trato digno a todas las participantes. Se seguirán estrictamente los principios éticos, como el de autonomía, que reconoce el derecho de cada persona a decidir y participar en la investigación, asegurando el respeto a sus decisiones y preservando su identidad para proteger su privacidad. Además, se aplicó el principio de justicia, que garantizó la igualdad de derechos de todas las personas para participar en el estudio, sin importar su raza, credo o religión, y se asegurará un trato equitativo para todos los participantes. La beneficencia también fue considerada, con el objetivo de promover el bienestar de los participantes y de la sociedad en general a través de la obtención de resultados que puedan contribuir a mejorar los estilos de vida y las condiciones de salud de los trabajadores

de la empresa en cuestión. Por último, se tuvo en cuenta el principio de no maleficencia, que implica evitar causar daño a los participantes, minimizando los riesgos tanto físicos como psicológicos que pudieran surgir durante el estudio.²¹

III. RESULTADOS

3.1. Resultados según objetivos.

Tabla 1: Datos sociodemográficos de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

	Frecuencia	Porcentaje
Edad		
Menor de 25 años	11	7.9
26 - 40 años	51	36.4
Mayor de 40 años	78	55.7
Estado civil		
Soltero	30	21.4
Casado/conviviente	97	69.3
Divorciado/separado	12	8.6
Viudo	1	0.7
Grado de instrucción		
Sin estudios	1	0.7
Estudios básicos	38	27.1
Estudios técnicos	55	39.3
Estudios superiores	46	32.9
Procedencia		
Rural	15	10.7
Urbana	125	89.3
Cantidad de años trabajando		
< 5 años	56	40.0
> 5 años	84	60.0
Total	140	100.0

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 1, presenta un perfil demográfico de una muestra de 140 personas. En términos de edad, la mayoría (55.7%) tiene más de 40 años, seguida por el grupo de 26 a 40 años (36.4%), y solo el 7.9% es menor de 25 años. Respecto al estado civil, la mayoría son casados o convivientes (69.3%), seguidos de los solteros (21.4%), mientras que solo un 9.3% se encuentra divorciado o viudo. En cuanto al grado de instrucción, la mayor parte de los encuestados posee estudios técnicos (39.3%), seguidos por estudios básicos (27.1%) y superiores (32.9%), con solo un 0.7% sin estudios. La procedencia de los participantes es predominantemente urbana (89.3%), y en términos de cantidad de años trabajando, el 60% tiene más de 5 años de experiencia laboral. Estos datos sugieren un grupo mayoritariamente adulto, con un alto nivel de educación técnica y una fuerte presencia en el ámbito urbano.

Tabla 2: Relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de salud		Total
		Adecuado	Inadecuado	
Hábitos sedentarios	Alto	0.0%	0.0%	0.0%
	Medio	0.0%	53.6%	53.6%
	Bajo	0.0%	46.4%	46.4%
Total		0.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 2, muestra que, independientemente del nivel de los hábitos sedentarios, todos los individuos presentan condiciones de salud inadecuadas. No hay personas con hábitos sedentarios altos ni medios que mantengan una condición de salud adecuada; de hecho, el 53.6% de quienes tienen hábitos sedentarios medios y el 46.4% de aquellos con hábitos bajos reportan condiciones de salud inadecuadas.

Tabla 3: Relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de salud		Total
		Adecuado	Inadecuado	
Alimentación	Alto	0.0%	2.9%	2.9%
	Medio	0.0%	87.8%	87.8%
	Bajo	0.0%	9.3%	9.3%
Total		0.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 3, refleja que la alimentación tiene un impacto significativo en las condiciones de salud, ya que no se reporta ningún caso de condición de salud adecuada en las categorías evaluadas. En el grupo con alimentación alta, solo el 2.9% presenta condiciones de salud inadecuadas, mientras que un abrumador 87.8% de quienes tienen una alimentación media y el 9.3% con alimentación baja también se encuentran en la categoría de salud inadecuada.

Tabla 4: Relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de salud		Total
		Adecuado	Inadecuado	
Actividad Física	Alto	0.0%	1.4%	1.4%
	Medio	0.0%	47.9%	47.9%
	Bajo	0.0%	50.7%	50.7%
Total		0.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 4, indica que la actividad física tiene una clara relación con las condiciones de salud de la población. Aunque el 1.4% de los individuos con alta actividad física reportan una condición de salud inadecuada, este porcentaje es notablemente menor que en los otros grupos. En cambio, el 47.9% de quienes tienen actividad física media y el 50.7% con baja actividad física presentan condiciones de salud inadecuadas.

Tabla 5: Relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de salud		Total
		Adecuado	Inadecuado	
Hábitos nocivos	Alto	0.0%	0.0%	0.0%
	Medio	0.0%	92.5%	92.5%
	Bajo	0.0%	7.5%	7.5%
Total		0.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 5, muestra que los hábitos nocivos están estrechamente relacionados con las condiciones de salud de la población. En el grupo con hábitos nocivos altos, no se registran casos de condición de salud inadecuada, lo que sugiere que no hay individuos con este nivel de hábitos que experimenten problemas de salud. Sin embargo, entre aquellos con hábitos nocivos medios, el 92.5% reporta condiciones de salud inadecuadas y 7.5% con hábitos nocivos bajos también reporta condiciones de salud inadecuadas.

Tabla 6: Relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de salud		Total
		Adecuado	Inadecuado	
Condiciones de trabajo	Alto	0.0%	20.0%	20.0%
	Medio	0.0%	72.9%	72.9%
	Bajo	0.0%	7.1%	7.1%
Total		0.0%	100.0%	100.0%

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

La tabla 6, refleja la relación entre las condiciones de trabajo y la salud de la población. En el grupo con condiciones de trabajo altas, el 20% presenta condiciones de salud inadecuadas, lo que sugiere que, a pesar de contar con buenas condiciones laborales, aún hay un porcentaje que enfrenta problemas de salud. En contraste, el 72.9% de quienes tienen condiciones de trabajo medias y el 7.1% de aquellos con condiciones bajas reportan condiciones de salud inadecuadas.

3.2 Resultados inferenciales.

Ha: Los hábitos sedentarios se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Ho: Los hábitos sedentarios no se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

Tabla 7. Correlación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		V1	Condiciones de salud
Hábitos sedentarios	Coefficiente de correlación Pearson	1.000	0.480
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N	140	140
Condiciones de salud	Coefficiente de correlación Pearson	0.480	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N	140	140

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

El análisis de la tabla 7, muestra un coeficiente de correlación de Pearson de 0.480 entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000. Esto indica una correlación moderada y significativa entre ambas variables, sugiriendo que a medida que aumentan los hábitos sedentarios, la calidad de las condiciones de salud tiende a deteriorarse.

Tabla 8. Correlación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Alimentación	Condiciones de salud
Alimentación	Coefficiente de correlación Pearson	1.000	0.403
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N	140	140
Condiciones de salud	Coefficiente de correlación Pearson	0.403	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N	140	140

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

El análisis presenta un coeficiente de correlación de Pearson de 0.403 entre la alimentación y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000. Esto indica una correlación moderada y significativa, sugiriendo que una mejor calidad en la alimentación está asociada con condiciones de salud más favorables.

Tabla 9. Correlación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Actividad física	Condiciones de salud
Actividad física	Coefficiente de correlación Pearson	1.000	0.520
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N	140	140
Condiciones de salud	Coefficiente de correlación Pearson	0.520	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N	140	140

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

El análisis de la tabla 9, muestra un coeficiente de correlación de Pearson de 0.520 entre la actividad física y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000. Esto indica una correlación moderada a fuerte y significativa, sugiriendo que un aumento en la actividad física está asociado con una mejora en las condiciones de salud.

Tabla 10. Correlación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Hábitos nocivos	Condiciones de salud
Hábitos nocivos	Coefficiente de correlación Pearson	1.000	- 0.340
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N	140	140
Condiciones de salud	Coefficiente de correlación Pearson	- 0.304	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N	140	140

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

El análisis de la tabla 10, revela un coeficiente de correlación de Pearson de - 0.304 entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000. Este valor negativo indica una correlación moderada y significativa, sugiriendo que a medida que aumentan los hábitos nocivos, las condiciones de salud tienden a deteriorarse.

Tabla 11. Correlación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

		Condiciones de trabajo	Condiciones de salud
Condiciones de trabajo	Coefficiente de correlación Pearson	1.000	0.303
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N	140	140
Condiciones de salud	Coefficiente de correlación Pearson	0.303	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N	140	140

Fuente: Encuesta aplicada a conductores de la empresa de transporte A-ONE

El análisis de la tabla 11, indica un coeficiente de correlación de Pearson de 0.303 entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000. Esto sugiere una correlación moderada y significativa, lo que implica que mejores condiciones de trabajo están asociadas con un mejor estado de salud.

IV. DISCUSIÓN

Los datos sociodemográficos de 140 personas encuestadas indica que la mayoría (55.7%) tiene más de 40 años, seguida por el grupo de 26 a 40 años (36.4%), y solo un 7.9% es menor de 25 años. En cuanto al estado civil, el 69.3% son casados o convivientes, el 21.4% solteros, y el 9.3% divorciados o viudos. En términos educativos, el 39.3% tiene estudios técnicos, el 32.9% estudios superiores, y el 27.1% estudios básicos, mientras que solo el 0.7% no tiene estudios. La mayoría de los participantes (89.3%) proviene de entornos urbanos, y el 60% cuenta con más de 5 años de experiencia laboral. Estos resultados indican un grupo predominantemente adulto, con un nivel educativo técnico notable y una fuerte representación en áreas urbanas. Este hallazgo coincide con el estudio de Domenechet et al.¹⁰ (2021), donde la media de edad de los conductores era de 43.5 años, nuestra muestra también evidencia una predominancia de adultos mayores de 40 años (55.7%). Esto sugiere que la población de conductores tiende a ser de mayor edad, posiblemente debido a la experiencia requerida en este trabajo.

Los hallazgos indican que, independientemente del nivel de hábitos sedentarios, todos los individuos presentan condiciones de salud inadecuadas. No se registran personas con hábitos sedentarios altos o medios que mantengan una salud adecuada; específicamente, el 53.6% de quienes tienen hábitos medios y el 46.4% de aquellos con hábitos bajos reportan problemas de salud. El análisis muestra un coeficiente de correlación de Pearson de 0.480 entre hábitos sedentarios y condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000, lo que sugiere una correlación moderada y significativa. Estos resultados coinciden con los estudios de Arias-Meléndez et al.⁹ (2021) y Domenechet et al.¹⁰ (2021), que indican que los conductores profesionales suelen tener problemas de salud como sobrepeso y enfermedades osteoarticulares. Sin embargo, el estudio de Saravia.¹³ (2019) no coincide con los resultados del presente estudio; dicha investigación señala que, a pesar de los estilos de vida poco saludables, la mayoría de los conductores reportan condiciones de salud adecuadas, aunque existen preocupaciones sobre el control de la salud.

Se evidencia un impacto significativo de la alimentación en las condiciones de salud, ya que no se registran casos de salud adecuada en ninguna de las categorías analizadas. En el grupo con alimentación alta, solo el 2.9% presenta condiciones de salud inadecuadas, lo que sugiere que, aunque este grupo es pequeño, goza de una mejor salud general. En contraste, la situación es alarmante en los grupos con alimentación media y baja, donde un 87.8% y un 9.3%, respectivamente, reportan condiciones de salud inadecuadas. El análisis revela un coeficiente de correlación de Pearson de 0.403 entre la alimentación y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000, indicando una correlación moderada y significativa. Esto sugiere que una mejor calidad en la alimentación está asociada con condiciones de salud más favorables. Este hallazgo coincide con lo señalado por Guerrero.¹⁷, quien indica que una gran proporción de

conductores no consume los alimentos diarios recomendados y solo el 26.6% hace ejercicio regularmente. Esta falta de conocimiento y práctica de estilos de vida saludables entre los conductores podría estar contribuyendo a la salud inadecuada observada en nuestra muestra.

Existe una moderada relación entre la actividad física y las condiciones de salud de la población. Solo el 1.4% de los individuos con alta actividad física reportan condiciones de salud inadecuadas, un porcentaje significativamente menor en comparación con otros grupos. En contraste, el 47.9% de quienes realizan actividad física media y el 50.7% de aquellos con baja actividad presentan condiciones de salud inadecuadas. El análisis muestra un coeficiente de correlación de Pearson de 0.520 entre la actividad física y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000, lo que indica una correlación moderada a fuerte y significativa. Esto sugiere que un aumento en la actividad física está asociado con una mejora en las condiciones de salud, coincidiendo así con el estudio de Monserrate y Guaranda.⁸ (2020), al encontrar que una gran parte de los conductores realiza actividad física de manera ocasional, lo que se asocia con una mala salud general, enfatizando que la actividad física regular es clave para prevenir enfermedades. Los resultados también coinciden con los hallazgos de Maica.¹⁴ (2021), donde se observa que una proporción significativa de conductores tiene problemas de salud a pesar de reportar hábitos sedentarios medios o bajos.

Se encontró una moderada e inversa relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de la población. Curiosamente, en el grupo con hábitos nocivos altos, no se registraron casos de salud inadecuada. En cambio, en el grupo con hábitos nocivos medios, el 92.5% reporta condiciones de salud inadecuadas, mientras que el 7.5% con hábitos nocivos bajos también presenta una condición de salud inadecuada. El análisis revela un coeficiente de correlación de Pearson de -0.304 entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud, con una significancia bilateral de 0.000, lo que indica una correlación moderada, significativa e inversa. Esto indica que, a medida que aumentan los hábitos nocivos, las condiciones de salud tienden a deteriorarse. Estos resultados coinciden con los hallazgos en la investigación de Cueva.¹⁵, quien indica que los hábitos nocivos, especialmente en la alimentación y el sedentarismo, tienen un impacto negativo significativo en la salud de los conductores.

Con respecto a la dimensión condiciones de trabajo, los resultados indican que estas tienen un impacto significativo en la salud de la población de estudio. En el grupo con condiciones laborales altas, el 20% presenta condiciones de salud inadecuadas, lo que indica que, a pesar de un entorno laboral favorable, hay un porcentaje considerable que enfrenta problemas de salud. En contraste, el 72.9% de los individuos con condiciones de trabajo medias y el 7.1% de aquellos con condiciones bajas también reportan condiciones de salud inadecuadas. Estos datos sugieren que, aunque las condiciones laborales son un factor relevante en la salud, no son el único determinante. El análisis muestra un coeficiente de correlación de Pearson de 0.303 entre las condiciones de

trabajo y la salud, con una significancia bilateral de 0.000, lo que implica que mejores condiciones laborales están asociadas con un mejor estado de salud, coincidiendo así con el estudio realizado por Berrones.¹¹ (2020), quien indican que existe un alto porcentaje de conductores con estilos de vida sedentarios, dicho resultado se ve reflejado por la correlación entre la actividad laboral y el sedentarismo. Esto permite evidenciar que la presión laboral y las largas horas de trabajo pueden limitar la capacidad de los conductores para mantener un estilo de vida saludable.

V. CONCLUSIONES

1. Se ha encontrado una relación moderada y significativa entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud. Las condiciones de salud inadecuadas se presentan tanto en personas con bajos hábitos sedentarios (46.4%) como en individuos con un nivel medio de hábitos sedentarios (53.6%).
2. Existe una relación moderada y significativa entre la alimentación y las condiciones de salud. Aunque el grupo con alimentación alta (2.9%) muestra mejores condiciones de salud, la situación es diferente en los grupos con alimentación media (87.8%) y baja (9.3%), que reportan condiciones de salud inadecuadas.
3. Existe relación fuerte y significativa entre la actividad física y las condiciones de salud, los resultados revelaron que tanto los individuos con alta actividad física (1.4%), actividad física media (47.9%) y baja (50.7%) reportan condiciones inadecuadas.
4. Se encontró una moderada e inversa relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de la población. En el grupo con hábitos nocivos altos no se registraron casos de salud inadecuada, en el grupo con hábitos nocivos medios se reporta condiciones de salud inadecuadas (92.5%), mientras que, en el grupo con hábitos nocivos bajos, la proporción es significativamente menor (7.5%).
5. Existe relación moderada y significativa entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud. En el grupo con condiciones laborales altas se observa una proporción notable de individuos con condiciones de salud inadecuadas (20%), el grupo con condiciones de trabajo medias (72.9%) y condiciones bajas (7.1%) también reportan condiciones de salud inadecuadas.

VI. RECOMENDACIONES

1. Dada la evidencia de que los sujetos de estudio presentan condiciones de salud inadecuadas, es fundamental, contratar a un profesional de la salud encargado de la implementación y seguimiento de un programa de salud y bienestar para los trabajadores de la empresa de transporte, dicho programa debe incluir acceso a servicios médicos básicos, consejería nutricional y asesoramiento de rutinas de actividad física.
2. Al evidenciar que la alimentación tiene un impacto significativo en las condiciones de salud de los sujetos de estudio, se sugiere brindar educación en salud abordando principalmente temas como alimentación saludable, importancia de la actividad física regular y prevención de enfermedades no transmisibles, a través de la realización de sesiones educativas, actividades interactivas, sesiones demostrativas, talleres y seminarios efectuados por profesionales de la salud, la gerencia puede coordinar el apoyo y colaboración de la Dirección Regional de Salud Ica.
3. Dado que se encontró una moderada relación entre la práctica de actividad física y las condiciones de salud; se debe incentivar la práctica regular de ejercicio y actividades al aire libre, se recomienda practicar actividades que sean reconfortantes y se adapten a la disponibilidad de tiempo personal, tales como, caminar, correr, saltar la soga, nadar o acudir a centros deportivos y gimnasios; así mismo, crear torneos mensuales de disciplinas deportivas como fútbol, vóley y básquet, recompensando a los respectivos ganadores y de esta manera promover la práctica frecuente de estos deportes.
4. Al establecerse que existe una relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de la población de estudio, en un trabajo coordinado con profesionales de la salud se debe organizar talleres y charlas sobre los efectos del consumo de sustancias psicoactivas y sus consecuencias para la salud física/mental y la seguridad vial; así mismo establecer una política clara de cero tolerancia para el consumo alcohol en el trabajo, consecuentemente fomentar que en actividades sociales relacionadas con la empresa no se permita el consumo de alcohol y tabaco.
5. Al existir una relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud se debe crear un plan de pausas activas; evaluando el tiempo promedio que los taxistas suelen permanecer en los puntos de recogida de pasajeros o estaciones de taxi, asignar un área específica para realización de las pausas activas, capacitar a los conductores de la empresa de transporte sobre los beneficios de las pausas activas y como realizarlas, finalmente establecer un horario de 10 a 15 minutos cada 2 horas para la realización de las pausas activas; es importante realizar encuestas y evaluaciones para medir la efectividad del plan y continuar con la mejora del mismo.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Bravo Carrasco, V y Espinoza Bustos, J. Sedentarismo en la Actividad de Conducción. *Cienc Trab.* [online]. 2017, vol.19, n.58 [citado 25 de abril de 2024], pp.54-58. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-24492017000100054>.
2. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet]. 2022 [Citado 25 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
3. Organización Panamericana de la Salud. Prevención de la Obesidad [Internet]. 2022 [Citado 25 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-obesidad>
4. Organización Panamericana de la Salud. Panorama Regional de la Seguridad Alimentaria y la Nutrición [Internet]. 2023 [Citado 26 de abril de 2024]. Disponible en: https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000153834/download/?_ga=2.112007684.1652786297.1733191462-553541913.1733191462
5. Diario El Peruano. Ministerio de Salud. Minsa: solo el 26% de peruanos adultos realiza actividad física. 2023. [Citado 26 de abril de 2024]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/206989-minsa-solo-el-26-de-peruanos-adultos-realiza-actividad-fisica>
6. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar [Internet]. Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles 2023 [citado 26 de abril de 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6390015/5601760-peru-enfermedades-no-transmisibles-y-transmisibles-2023.pdf>
7. INEI. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar [Internet]. Ica: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles 2023 [citado 26 de abril de 2024]. Disponible en: https://encuestas.inei.gob.pe/endes/2023/departamentales_en/Endes11/pdf/Ica.pdf
8. Monserrate J. y Guaranda R. Sedentarismo y su efecto en el estilo de vida de los conductores profesionales de la cooperativa Jesús del Gran Poder, cantón La Libertad-2020 (Tesis de Licenciatura) Universidad Estatal Península de Santa Elena. [Citado 28 de abril de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/6054>
9. Arias-Meléndez Camila, Comte-González Paulina, Donoso-Núñez Adriana, Gómez-Castro Geraldine, Luengo-Martínez Carolina, Morales-Ojeda Ismael. Condiciones de trabajo y estado de salud en conductores de transporte público: una revisión sistemática. *Med. segur. trab.* [Internet]. 2021 Dic [citado 30 de abril de 2024]; 67(265): 278-297. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4321/s0465-546x2021000400004>
10. Domenech D, Rocca F, Guillemino N, Lanterna L, Díaz E, Piriz M. et al. La salud de los conductores de las rutas en Uruguay. Estudio acerca del estado de salud-enfermedad de los

- conductores profesionales de las rutas departamentales y nacionales. Uruguay 2021. Rev. Méd. Urug. [Internet]. 2022 Dic [citado 2 de mayo de 2024]; 38(4): e202. Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-902022000401202&lng=es.
11. Berrones L. Alimentación y hábitos de consumo en conductores de ciclotaxis. 2020. RIST Vol. 3 (5): 21-28. [Citado 4 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/346851438_Alimentacion_y_Habitos_de_Consumo_en_Conductores_de_Ciclotaxis
 12. Ludizaca D. y Macancela J. Hábitos alimenticios y estado nutricional de los conductores de la Unión provincial de transporte de carga liviana y mixto del Cañar, Azogues 2022 (Tesis de licenciatura) Universidad de Cuenca. [Citado 9 de mayo de 2024] Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/38763/4/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf>
 13. Saravia M. Estilos de vida y condiciones de salud en choferes de la empresa de transporte de service Chincha (Tesis de Licenciatura) 2019. Universidad San Juan Bautista. [Citado 14 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/2910/T.%20TPLE%20-%20SARAVIA%20SARAVIA%20MONICA%20GABRIELA.pdf?sequence=1>.
 14. Maica N. Relación entre el estilo de vida y el estado nutricional de conductores de la empresa de taxi Aló 45, Arequipa 2021 (Tesis de Licenciatura) Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. [Citado 15 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8b4c5586-59ae-4855-85be-adf0679b24a0/content>
 15. Cueva L. Factores de riesgo asociados a hipertensión arterial en conductores de transporte público Arequipa 2021 (Tesis de titulación) Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. [Citado 16 de mayo de 2024.]Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4512883c-1c05-451f-82bd-0a3e534c86d8/content#:~:text=conducci%C3%B3n%20tiempo%20de%20servicio%20h%C3%A1bito,transporte%20p%C3%ABlico%20de%20Arequipa%202021>.
 16. Arias-Meléndez C, Comte-González P, Donoso-Núñez A, Gómez-Castro G, Luengo-Martínez C, Morales-Ojeda I. Condiciones de trabajo y estado de salud en conductores de transporte público: una revisión sistemática. Med Segur Trab [Internet]. 4 de abril de 2022 [citado 17 de mayo de 2024];67(265):278-97. Disponible en: <http://revista.isciii.es/index.php/MST/article/view/1208>
 17. Guerrero K. Conocimiento de estilos de vida saludables entre conductores de una empresa privada de transporte de carga en Lima Metropolitana, Perú. Salud Transport. 2020;5(2):45-53. [Citado 17 de mayo de 2024]. Disponible en:

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/28654/Guerrero%20Chancan%20Keiko%20Jasmin.pdf?sequence=7>

18. Hernández Sampieri, Roberto., Carlos Fernández Collado, y Pilar Baptista Lucio. Metodología De La Investigación. 6a. ed. --. México D.F.: McGraw-Hill, 2014. [Citado 18 de mayo de 2024]. Disponible en: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
19. Gómez L, López M., Pereyra L. y Troisi Y. Hábito de alimentación y Condiciones de trabajo de los Conductores profesionales de Transporte público de pasajeros 2017. (Tesis de pregrado) Universidad de Buenos Aires. [Citado 19 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://escuelanutricion.fmed.uba.ar/revistani/pdf/17b/otn/778c.pdf>
20. Matías Yataco MH. Hábitos alimentarios en conductores de la empresa de mototaxis "El Nazareno", Chíncha [tesis]. Chíncha, Perú: Universidad Privada San Juan Bautista; 2021. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/4001/T-TPLE-MATIAS%20YATACO%20MIGUEL%20HUMBERTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Espinoza DM. CONSIDERACIONES ÉTICAS EN EL PROCESO DE UNA PUBLICACIÓN CIENTÍFICA. Rev Médica Clínica Las Condes. 1 de mayo de 2019;30(3):226-30. [Citado 19 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864019300380>

viii. ANEXOS

Anexo 1: Operacionalización de variables

Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Variable 1: Hábitos sedentarios	Los hábitos sedentarios pueden entenderse como comportamientos que se oponen al movimiento regular y que contribuyen al mantenimiento de una postura estática durante largos períodos de tiempo.	Los hábitos sedentarios serán medidos a través de sus dimensiones tiempo de conducción, pausas, actividad física, tiempo sedentario fuera del vehículo y exposición a pantallas.	H.S con respecto a la alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia del consumo de verduras. • Frecuencia del consumo de postres y dulces en vez de frutas. • Frecuencia de consumo de cereales (trigo, arroz). • Frecuencia del consumo de carne de res. • Frecuencia de consumo de comida rápida. • Frecuencia del consumo de gaseosas. • Frecuencia del consumo de agua. 	1 al 7	Ordinal Alto (34 – 48) Medio (17-33) Bajo (0-16)
			H.S con respecto a la actividad física.	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de las pausas para estirarse o moverse. • Realización de deportes o actividad física. • En su tiempo libre prefiere dormir. 	8 al 10	
			H.S con respecto a hábitos nocivos.	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de consumo de alcohol. • Frecuencia de consumo de cigarros. 	11 y 12	
			H.S con respecto al trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> • Horas de exposición al volante. 	13 al 16	

				<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo que permanece sentado mientras conduce. • Tiempo que permanece sentado fuera de la conducción. • Horas del uso de dispositivos electrónicos. 		
Variable 2: Condiciones de salud	Se refieren al estado general del bienestar físico, mental y social de un individuo o de una población en un momento dado. Esta definición conceptual abarca una variedad de aspectos que influyen en la salud y el funcionamiento óptimo del cuerpo y la mente.	Los conductores pueden ser evaluados en función de la cantidad de tiempo que pasan sentados durante el trabajo, la frecuencia con la que realizan descansos activos, si practican alguna actividad física fuera del trabajo, su dieta y otros hábitos relacionados con la salud. Al finalizar la evaluación, los valores obtenidos en el cuestionario podrían clasificarse como "adecuados" o "inadecuados".	Problemas crónicos.	<ul style="list-style-type: none"> • HTA. • Diabetes mellitus tipo 2. 	1 al 3	Ordinal Adecuado (14 – 27) Inadecuado (0 – 13)
			Problemas gastrointestinales.	<ul style="list-style-type: none"> • Gastritis. 	4 al 6	
			Control de la salud.	<ul style="list-style-type: none"> • Exámenes de control 	7 al 9	
Variable 3: Características sociodemográficas	Son el conjunto de cualidades presentes en la población sujeta de estudios, siempre y cuando sean medibles.	Será valorado mediante las características del personal de enfermería acorde con sus dimensiones sociales y demográficas.	Sociales.	<ul style="list-style-type: none"> • Edad 		< 25 años 26 - 30 años > 40 años
				<ul style="list-style-type: none"> • Estado civil 		Soltero. Casado o conviviente . Divorciado o separado.

					Viudo.
				<ul style="list-style-type: none"> • Grado de instrucción. 	Sin estudio. Estudios básicos. Estudios técnicos. Estudios superiores.
			Demográficas.	<ul style="list-style-type: none"> • Procedencia. 	Zona urbana. Zona rural.
			Laborales.	<ul style="list-style-type: none"> • Cantidad de años trabajado como conductor de taxi. 	< 5 años > 5 años

Anexo 2: Matriz de consistencia

Matriz de consistencia

Título: Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A-ONE, ICA 2024.

Autor: Custodio Patiño Carlos Enrique

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Cómo se relaciona los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?	Determinar la relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024	Los hábitos sedentarios se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.	Variable 1: Hábitos sedentarios <ul style="list-style-type: none"> • Alimentación. • Actividad física. • Hábitos Nocivos. • Del Trabajo. 	Tipo y diseño de investigación: Estudio aplicado, prospectivo, transversal, y cuantitativo.
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	Variable 2: Condiciones de salud <ul style="list-style-type: none"> • Problemas crónicos. • Problemas gastrointestinales. • Control de salud. 	Nivel de investigación: Correlacional.
a) ¿Cómo se relaciona la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024? b) ¿Cómo se relaciona la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024? c) ¿Cómo se relaciona los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?	a) Establecer la relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024. b) Establecer la relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024. c) Establecer la relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud	a) La alimentación se relaciona significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024. b) La actividad física se relaciona significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024. c) Los hábitos nocivos se relacionan		Población: Conformada por 220 conductores de taxi de la empresa A-ONE.
				Muestra: Conformado por 140 conductores de taxi de la empresa A-ONE.
				Técnica e instrumentos Técnica: Encuesta. Instrumento: Cuestionario.
				Análisis estadístico: Análisis descriptivo presentado en tablas de

<p>d) ¿Cómo se relaciona las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024?</p>	<p>de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.</p> <p>d) Establecer la relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.</p>	<p>significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.</p> <p>d) Las condiciones de trabajo se relacionan significativamente con las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.</p>		<p>frecuencia y gráficos junto a su interpretación, se realizará el análisis inferencial a través de la prueba de normalidad, coeficiente de correlación de Spearman y p-valor.</p>
--	---	---	--	---

Anexo 3: Instrumento de recolección de datos

Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A-ONE, ICA 2024

Estimado (a) conductor de la empresa de transporte A-One, Soy Carlos Enrique Custodio Patiño, Bachiller en Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga”, me es grato dirigirme a Ud. Con el fin de recolectar información para una investigación que se les está realizando a los conductores de la empresa A-ONE, el cual consta del cuestionario.

Es importante recalcar que el cuestionario se mantendrá en total anonimato con el fin de respetar la privacidad de cada participante de la investigación, por ello se le solicita a Ud. Que pueda ser partícipe del presente estudio y aceptar responder las preguntas con toda la sinceridad, responsabilidad y honestidad que la caracteriza, agradeciendo de ante mano su contribución.

Datos Sociodemográficos y laborales:

Edad:

- a) Menor de 25 años
- b) 26 – 40
- c) Mayor de 40 años

Estado civil

- a) Soltero
- b) Casado o conviviente
- c) Divorciado o separado
- d) Viudo

Grado de instrucción

- a) Sin estudios
- b) Estudios básicos
- c) Estudios técnicos
- d) Estudios superiores

Procedencia

- a) Zona rural
- b) Zona urbana

Cantidad de años trabajando como conductor de taxi

- a) < 5 años
- b) > 5 años

A. HÁBITOS SEDENTARIOS

N°	HÁBITOS SEDENTARIOS	ESCALA			
		Nada frecuente	Poco frecuente	Frecuente	Muy Frecuente
	Alimentación				
1	Frecuencia del consumo de verduras				
2	Frecuencia del consumo de postres y dulces en vez de frutas				
3	Frecuencia de consumo de cereales (trigo, arroz)				
4	Frecuencia del consumo de carne de res				
5	Frecuencia de consumo de comida rápida				
6	Frecuencia del consumo de gaseosas				
7	Frecuencia del consumo de agua				
	Actividad física				
8	Frecuencia de las pausas para estirarse o moverse				
9	Realización de deportes o actividad física				
10	En su tiempo libre prefiere dormir				
	Hábitos nocivos				
11	Frecuencia de consumo de alcohol				
12	Frecuencia de consumo de cigarros				
	Del trabajo				
13	Horas de exposición al volante				
14	Tiempo que permanece sentado mientras conduce				
15	Tiempo que permanece sentado fuera de la conducción				
16	Horas del uso de dispositivos electrónicos				

Fuente: Elaborado por Gómez y adaptado por Matías.²⁰ (2021)

Hábitos sedentarios alto	34 - 48
Hábitos sedentarios medio	17 - 33
Hábitos sedentarios bajo	0 - 16

B. CUESTIONARIO DE CONDICIONES DE SALUD

N°	CONDICIONES DE SALUD	ESCALA	
		NO	SI
	Problemas crónicos		
1	¿Tiene usted várices en las piernas?		
2	¿Sufre usted de hipertensión arterial?		
3	¿Sufre usted de diabetes?		
	Problemas gastrointestinales	NO	SI
4	¿Ha sentido problemas estomacales como: dolores de estómago, diarreas, ¿nauseas o vómitos a causa de sus hábitos alimenticios?		
5	¿Ha presentado síntomas de gastritis como quemazón, ardor en el estómago?		
6	¿Ha presentado algún tipo de sangrado después de defecar por la presencia de hemorroides?		
	Control de la salud	NO	SI
7	¿Dentro de la empresa le han realizado exámenes clínicos periódicos?		
8	¿Dentro de la empresa le han realizado control médico en el último año?		
9	¿Se ha realizado exámenes para descartar enfermedades como prostatitis?		

Fuente: Saravia.¹³ (2019)

Condiciones de salud adecuado	14 – 27
Condiciones de salud inadecuado	0 - 13

Anexo 4: Consentimiento Informado

Es grato dirigirme a usted mediante este documento para ser invitado de manera voluntaria a formar parte de una investigación titulada:

“Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A-ONE, ICA 2024”

Elaborado por el Bach. Carlos Enrique Custodio Patiño, de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga. Así mismo, está siendo informado(a) de la vital importancia que tiene esta investigación con el objetivo de determinar la influencia de los hábitos sedentarios en las condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A-ONE. Para esto tendrá que responder un cuestionario, que tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo; asegurándole que esta actividad no causará daños psicológicos ni físicos. Los resultados de este procedimiento serán codificados usando un número de identificación. Por lo tanto, serán anónimas.

FIRMA DE INVESTIGADOR

Yo..... con DNI Nacionalidad número de celular Doy mi autorización al Bach. de Enfermería Para el desarrollo del cuestionario, asimismo dando la conformidad mediante mi firma que deja constancia de mi participación.

- () Acepto de manera voluntaria participar.
() No acepto de manera voluntaria participar.

FIRMA DE PARTICIPANTE

Anexo 5: Autorización para la recolección de datos



TAXI A ONE E.I.R.L

Urb. San José Mz. M Lt. 02

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

ASUNTO: Autorización para la recolección de información con fines académicos

Yo, Tipismana Ramos Alex Jesús, identificado con DNI 21525833, en mi calidad de Gerente General de la empresa TAXI A ONE E.I.R.L, con RUC N° 20452260001, ubicada en la ciudad de Ica, Perú.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN

Al joven Custodio Patiño Carlos Enrique, identificado con DNI N° 70183066, en su condición de Bachiller de la carrera profesional de Enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga”, con la finalidad de obtener información y recojo de datos y así culminar su proyecto de tesis titulado “Hábitos sedentarios y condiciones de salud en conductores de la empresa de transporte A - ONE, ICA 2024”.

Ica, 15 de agosto del 2024.

ALEX JESÚS TIPISMANA RAMOS
GERENTE GENERAL DE TAXI A – ONE E.I.R.L
DNI 21525833

Anexo 8: Base de datos de encuesta

N°	DATOS GENERALES					HABITOS SEDENTARIOS																CONDICIONES DE SALUD																		
	EDAD	ESTADO CIVIL	GRADO DE INSTRUCCIÓN	PROCEDENCIA	CANTIDAD DE AÑOS TRABAJANDO	ALIMENTACIÓN							ACTIVIDAD FÍSICA			HÁBITOS NOCIVOS			DEL TRABAJO			CRONICOS			ASTROINTESTINAL			CONTROL DE SALUD												
						1	2	3	4	5	6	7	D1	8	9	10	D2	11	12	D3	13	14	15	16	D4	V1	1	2	3	D1	4	5	6	D2	7	8	9	D3	V2	
1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	20	1	1	1	3	1	0	1	3	3	1	2	9	26	0	1	1	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	4
2	3	2	3	2	1	1	1	0	0	1	1	6	0	1	2	3	1	0	1	2	2	1	1	6	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	
3	3	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	19	0	3	1	4	0	2	2	2	1	2	7	27	0	1	1	2	1	1	0	2	0	0	0	0	0	0	4	
4	1	1	2	2	1	1	1	3	2	1	3	2	13	1	3	1	5	1	3	4	1	1	3	8	25	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	
5	2	2	4	2	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	2	2	2	1	1	6	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
6	2	1	2	2	1	2	3	3	3	1	3	2	17	1	2	1	4	0	2	2	1	1	3	6	26	1	0	0	1	1	1	0	2	0	0	1	1	4	4	
7	3	2	4	2	2	1	1	3	1	0	1	2	9	0	1	1	2	1	0	1	2	2	1	6	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
8	2	2	4	2	1	2	1	1	1	1	2	10	1	0	1	2	1	0	1	2	2	1	1	6	14	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	
9	3	2	4	2	2	1	1	2	3	1	2	12	0	0	2	0	0	0	2	2	2	2	8	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
10	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	11	1	2	0	3	0	1	1	2	2	0	2	6	17	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	
11	3	3	3	2	2	1	1	2	0	1	1	2	8	1	0	2	3	0	0	0	2	2	0	6	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
12	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	16	2	2	3	7	0	1	1	2	2	2	3	9	27	0	3	1	4	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	
13	3	2	3	2	2	0	1	0	0	0	0	1	2	1	4	1	0	0	1	2	2	2	8	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
14	3	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	10	1	1	2	4	0	0	0	3	2	1	9	15	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	
15	2	1	2	2	1	2	1	0	0	0	1	0	4	1	1	0	2	1	0	1	2	2	0	6	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
16	3	2	3	1	2	2	1	0	2	1	0	0	6	1	3	3	7	0	1	1	2	2	2	8	16	0	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	
17	2	2	4	2	2	2	1	0	1	1	1	8	2	1	2	5	0	0	0	0	0	0	2	2	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
18	2	2	2	2	2	2	2	0	1	2	0	9	0	0	0	0	1	0	1	2	2	2	6	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
19	3	2	3	2	2	0	1	2	1	0	2	0	6	1	2	1	4	2	0	2	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
20	3	3	4	2	2	0	0	0	0	2	3	7	2	3	2	7	1	0	1	2	2	2	8	17	0	1	1	2	1	0	0	1	0	0	1	1	4	4		
21	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	11	0	0	0	1	1	2	2	0	0	1	3	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
22	2	2	3	2	1	2	2	1	3	1	3	14	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	3	17	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	
23	3	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	13	0	0	3	3	0	2	2	3	3	2	3	11	21	0	1	0	1	1	1	1	3	0	0	1	1	5	5	
25	3	2	3	2	2	0	3	2	1	1	2	3	12	0	0	2	2	1	0	1	2	2	3	1	8	16	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
26	3	2	2	2	2	1	2	2	0	3	2	12	0	0	2	2	1	2	3	2	2	1	3	8	20	1	1	0	2	0	1	0	1	0	0	0	0	0	3	
27	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	15	0	0	0	0	1	1	2	3	3	2	2	10	19	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	
28	2	1	3	2	1	1	0	1	1	1	1	7	0	0	0	0	1	1	2	2	2	1	2	7	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
29	3	2	4	2	1	2	1	2	1	0	1	8	1	0	0	2	1	0	1	2	2	1	0	6	10	0	0	0	0	0	1	0	2	0	0	0	0	0	2	
30	2	1	4	2	1	3	2	1	1	0	3	11	0	0	0	0	1	2	0	1	2	3	2	9	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
31	2	2	3	2	1	2	2	1	1	1	3	11	3	2	3	8	1	1	2	3	3	1	3	10	24	0	0	0	0	1	0	2	1	0	1	2	4	4		
32	2	1	4	2	1	2	1	2	2	2	1	13	2	1	2	5	1	1	2	2	3	1	2	8	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
33	2	2	3	2	2	1	1	2	0	1	1	7	3	0	2	5	1	0	1	1	1	1	4	14	0	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	0	2		
34	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	10	2	3	1	6	1	2	1	2	1	1	5	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
35	2	1	4	2	2	0	2	2	2	1	1	10	1	0	3	4	0	1	1	3	3	1	1	8	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
36	3	1	4	1	2	1	1	3	0	1	0	9	1	1	2	4	0	0	0	3	3	0	2	8	15	0	0	0	0	1	1	0	2	0	0	1	1	3		
37	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	13	2	3	1	6	1	3	4	2	3	1	1	7	24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
38	2	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	5	2	1	0	3	0	0	0	2	2	0	0	4	8	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	2		
39	2	2	3	2	2	2	1	2	1	1	0	9	2	1	1	4	0	0	0	2	2	2	8	15	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	2		
40	2	1	3	1	1	2	3	1	3	1	3	16	2	2	2	6	1	1	2	3	2	1	3	9	27	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	
41	1	2	3	1	2	2	2	3	1	1	1	12	1	1	2	4	3	3	6	2	2	1	2	7	24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
42	2	2	4	2	1	1	1	2	1	1	1	9	1	1	0	2	3	2	5	2	2	1	2	7	18	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1		
43	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	11	1	0	0	3	1	0	1	3	3	1	2	9	17	1	1	0	2	0	0	0	1	0	1	1	0	2		
44	2	2	3	1	2	1	1	0	1	2	0	8	1	1	1	3	3	0	3	2	2	1	2	7	16	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	
45	3	2	3	2	2	1	2	3	0	1	2	10	1	1	2	4	0	1	2	3	3	3	2	11	18	1	1	0	2	1	0	0	1	0	0	0	0	3		
46	2	1	3	2	1	1	1	3	1	1	2	12	3	3	3	9	0	1	1	3	3	2	2	10	24	0	0	3	3	1	0	0	1	0	0	0	0	4		
47	3	2	4	2	1	3	1	2	0	0	1	10	2	3	1	6	0	0	0	1	1	1	0	3	16	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	1	1	3		
48	3	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	10	3	3	3	9	0	1	1	3	3	3	12	23	0	1	2	3	0	0	1	1	0	0	0	0	4			
49	2	2	2	2	2	0	1	2	0	2	2	8	3	0	3	6	1	0	1	2	2	2	8	17	0	3	0	2	1	1	0	2	0	0	0	0	0	4		
50	3	2	2																																					

89	3	2	4	2	2	2	0	2	3	3	1	3	14	0	1	3	4	0	0	0	2	2	1	2	7	20	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2
90	2	2	4	2	2	0	0	0	1	0	1	0	2	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	2	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
91	3	2	4	2	2	3	1	3	1	1	0	3	12	0	2	3	5	1	2	3	3	2	1	3	9	23	1	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
92	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	3	10	0	2	0	2	1	3	4	2	1	1	2	6	18	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
93	2	1	3	2	1	2	1	3	3	1	1	3	18	1	2	2	5	0	0	0	2	2	1	2	7	21	1	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	
94	3	2	3	2	2	1	1	2	3	1	3	2	13	0	1	2	3	0	0	0	3	3	1	2	9	18	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	2		
95	2	2	4	2	1	2	1	3	0	1	2	2	11	0	0	0	0	2	3	5	2	2	1	3	8	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
96	3	2	3	2	2	2	1	3	1	1	1	2	11	0	0	2	2	1	1	2	2	2	1	7	16	0	1	1	2	1	0	0	1	0	0	0	0	3		
97	3	2	3	2	2	1	1	3	1	1	2	3	12	0	1	1	2	1	1	2	3	1	1	7	17	1	1	1	3	0	1	0	1	0	0	0	0	4		
98	3	3	4	2	2	1	1	2	1	1	1	2	9	0	1	1	2	1	0	1	2	2	1	1	6	13	0	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2	
99	2	2	3	2	1	1	2	0	1	1	1	2	8	0	0	0	0	3	2	5	2	2	1	2	7	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
100	3	2	3	2	2	2	1	3	0	0	1	3	10	0	0	1	1	1	1	2	2	2	1	6	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
101	2	2	3	2	2	0	1	2	0	2	2	1	8	0	1	2	3	0	1	1	2	2	1	2	7	14	0	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	2	
102	3	2	4	2	2	2	1	0	3	1	0	3	10	1	2	1	4	1	0	1	3	2	1	3	9	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
103	3	2	3	2	1	1	0	1	1	1	0	3	7	0	0	0	0	2	3	5	3	3	1	1	8	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
104	3	2	4	2	2	0	1	2	2	1	1	2	9	0	0	0	0	1	2	3	2	2	1	1	6	13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
105	2	1	4		1	2	1	2	2	1	1	3	12	0	0	0	0	3	0	3	2	1	2	1	6	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
106	3	2	4	2	1	2	2	2	1	1	1	2	11	2	2	0	4	1	0	1	2	2	2	1	7	17	1	0	0	1	1	1	0	2	0	0	0	3		
107	3	2	3	1	1	2	1	2	2	1	1	3	12	0	0	2	2	3	5	2	2	1	2	7	21	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	
108	3	2	4	2	1	3	1	1	0	0	0	2	7	0	3	0	3	0	2	2	2	1	3	0	6	12	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1		
109	3	1	3	1	2	3	3	2	3	1	1	3	16	3	3	3	3	1	1	2	2	2	0	1	5	28	1	1	0	2	1	1	0	2	0	0	0	4		
110	2	1	3	2	2	1	0	2	1	0	0	3	7	0	0	0	0	1	1	2	1	1	2	5	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
111	2	2	4	2	2	1	2	3	2	1	1	3	13	2	1	0	3	0	0	3	2	2	2	9	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
112	3	1	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	15	0	0	0	0	0	0	0	2	2	1	3	8	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
113	1	1	4	2	1	1	1	2	1	1	1	3	10	1	0	0	1	3	3	2	2	2	2	8	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
114	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	3	10	0	0	2	2	1	2	3	2	2	2	3	9	18	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	
115	3	2	3	1	2	1	1	2	1	2	3	2	12	1	0	1	2	1	2	3	2	2	2	8	19	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
116	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	17	1	1	1	3	1	1	2	3	3	3	12	25	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	2		
117	2	2	3	2	2	1	1	3	1	1	3	3	13	1	0	2	3	1	1	2	2	2	2	8	20	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	
118	3	3	2	2	2	2	2	0	1	1	2	2	10	0	0	0	0	0	3	3	2	2	2	8	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
119	3	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	11	0	0	2	2	1	1	2	2	2	2	8	17	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	

Anexo 9: Evidencia fotográfica





Anexo 10: Figuras

Figura 1. Datos sociodemográficos de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

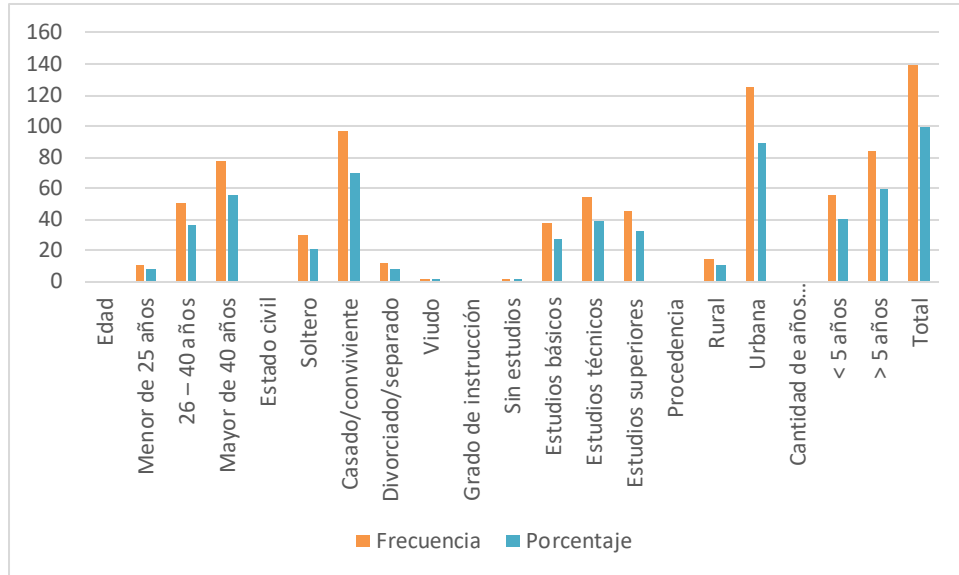


Figura 2. Relación entre los hábitos sedentarios y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

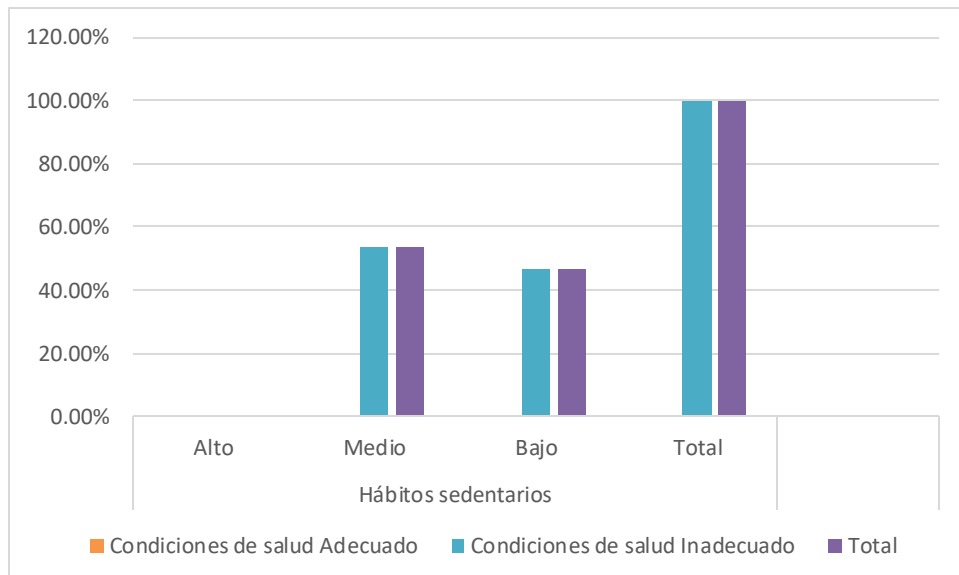


Figura 3. Relación entre la alimentación y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

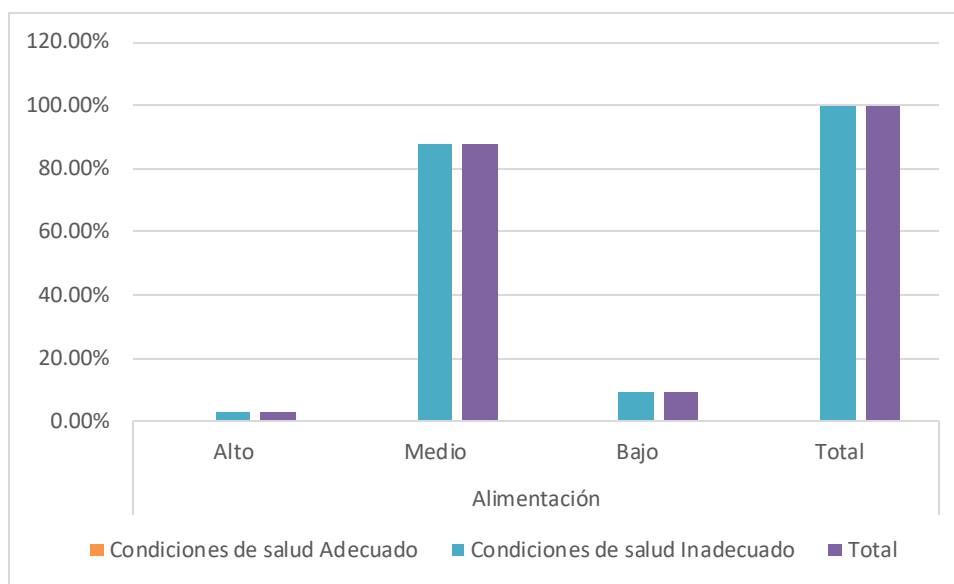


Figura 4. Relación entre la actividad física y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

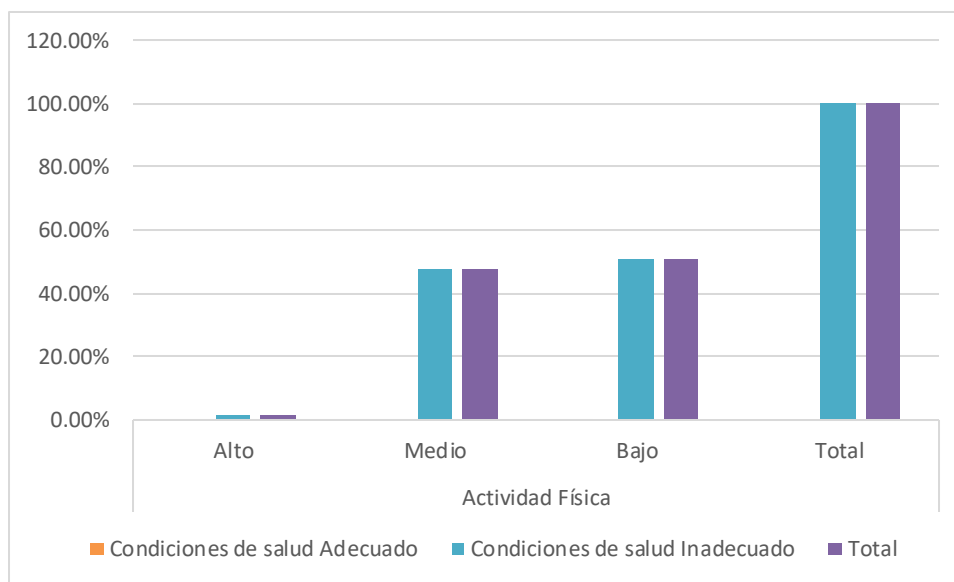


Figura 5. Relación entre los hábitos nocivos y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

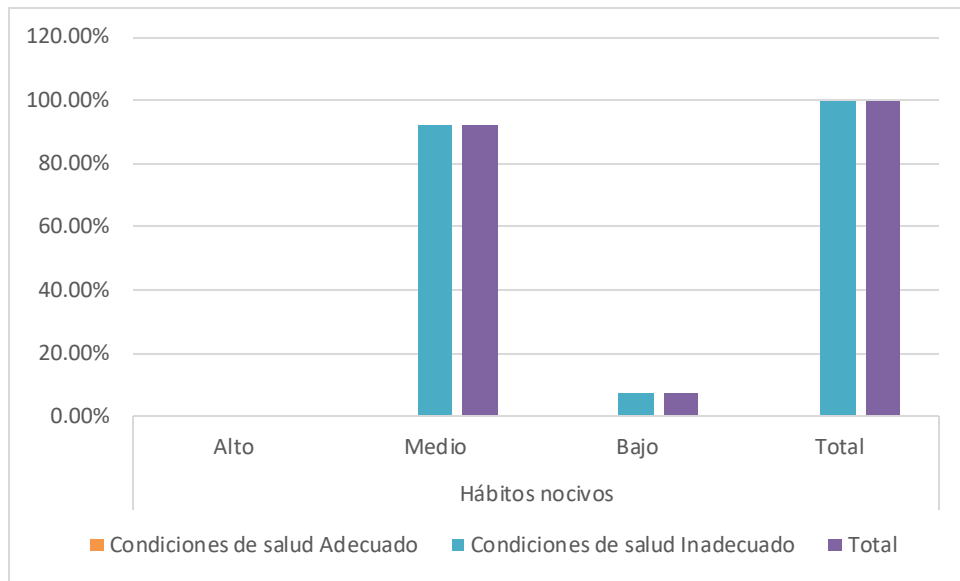


Figura 6. Relación entre las condiciones de trabajo y las condiciones de salud de los conductores de la empresa de transporte A-ONE, Ica 2024.

