



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

“Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club Alianza Lima, 2018”

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTOR:

Huamán Cahuana Julio César

ASESORA:

Dra.: Roxana Obando Zegarra

LINEA DE INVESTIGACION

Salud Mental

LIMA - PERU

2018

 UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	ACTA DE APROBACIÓN DE LA TESIS	Código : F07-PP-PR-02.02
		Versión : 09
		Fecha : 23-03-2018
		Página : 1 de 1

El Jurado encargado de evaluar la tesis presentada por don
 (a) Huaman Cahvana Julio Cesar

cuyo título es: "Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club Alianza Lima, 2018"

Reunido en la fecha, escuchó la sustentación y la resolución de preguntas por el estudiante, otorgándole el calificativo de: 18 (número)
Dieciocho (letras).

Trujillo (o Filial) Lima este 11 de diciembre del 20....



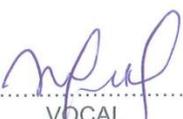
 * PRESIDENTE

MGTR. LILIANA RODRIGUEZ SAAVEDRA



 SECRETARIO

MGTR. PILAR FAJARDO CANAVAL



 VOCAL
 MGTR. HELEN MENGOA CASTAÑEDA

Representante de la Dirección /

Dedicatoria

Dedico esta tesis a Dios por bendecirme, a mis padres por mostrarme el camino de superación de mismo modo a mis hermanos por brindarme su tiempo a mis amigos por su apoyo incondicional. Ya que ustedes fueron la motivación para terminar mi carrera profesional.

Agradecimiento

Primeramente agradezco a mi asesora Dra. Roxana Obando Zegarra, quien me ha guiado y ha sido mi brazo derecho en este complicado proceso. Gracia por su ayuda en el desarrollo de ese excelente trabajo se lo debo a usted y que dios la bendiga.

Declaración de Autenticidad

Yo Julio César Huamán Cahuana con DNI N°10355738, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Ciencias Médicas, Escuela Profesional de Enfermería, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y autentica.

Así mismo, declaro también bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por el cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Cesar Vallejo.

Lima, diciembre 11 del 2018



Julio César Huamán Cahuana

DNI: 10353738

Presentación

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de Universidad Cesar Vallejo presento ante ustedes la Tesis titulada “Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club Alianza Lima, 2018”, así mismo someto a vuestra consideración esperando que se efectúe con los requisitos de aprobación para obtener el título profesional de Licenciado en Enfermería.

Lima, diciembre 11 del 2018



Julio César Huamán Cahuana

DNI: 10355738

Índice

Dedicatoria	III
Agradecimiento	IV
Declaratoria de autenticidad	V
Presentación	VI
Índice	VII
Resumen	IX
Abstract	X
I. INTRODUCCION	11
1.1 Realidad problemática	11
1.2 La adolescencia	18
1.3 Resiliencia	20
1.4 Calidad de vida	27
1.5 Formulación del problema	36
1.6 Calidad de vida	37
1.7 Justificación del estudio	37
1.8 Objetivos	38
II.METODO	39
2.1 Diseño de la investigación	39
2.2 Variables, Operacionalización	39
2.3 Población y muestra	42
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, Validez y confiabilidad	42
2.5 Métodos de análisis de datos	43
2.6 Aspectos éticos	43
III. RESULTADOS	44
IV. DISCUSION	48
V. CONCLUSION	51

VI. RECOMENDACIONES	52
VII. REFERENCIAS	53
VIII. ANEXOS	57
Anexo 1: Matriz de consistencia	58
Anexo 2: Cuestionarios de Resiliencia y Calidad de Vida	60
Anexo 03 Permiso de aplicación de cuestionario	64
Anexo 04: Asentimiento Informado	65
Anexo 05: calculo de puntaje según histaminas resiliencia	66
Anexo 06: Turnitin	73

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación de Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club Alianza Lima. **Metodología:** Estudio descriptivo correlacional de diseño no experimental y corte transversal. **Población y muestra:** Conformada por 35 adolescentes de 14 y 15 años pertenecientes a la Academia del club Alianza Lima, la técnica fue una encuesta y el instrumento fue un cuestionario. **Resultados:** Con respecto a Resiliencia en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima, 28.6% muestran capacidad alta de resiliencia. Mientras el 71.4% % de los adolescentes presentan una capacidad media de resiliencia y ninguno muestra capacidad de resiliencia baja. En tanto el 100% de los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima tienen una calidad de vida favorable, **Conclusiones:** No existe relación entre Resiliencia y Calidad de Vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alanza Lima.

Palabras claves: Resiliencia y Calidad de Vida en adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima.

ABSTRAC

Objective: To determine the relationship of Resilience and quality of life in adolescents of 14 and 15 years of the academy of the Alianza Lima club. Methodology: Descriptive study correlating non-experimental design and cross section. Population and sample: Conformed by 35 adolescents of 14 and 15 years belonging to the Alianza Lima Club Academy, the technique was the survey and the instrument was a questionnaire. Results: With respect to Resilience in adolescents of 14 and 15 years of the Alianza Lima Club Academy, 28.6% show high resilience capacity. While 71.4%% of adolescents have an average resilience capacity and none show low resilience capacity. In as much 100% of the adolescents of the Academy of the Alianza Club Lima have a favorable quality of life, Conclusions: There is no relationship between Resilience and Quality of Life in the adolescents of 14 and 15 years of the Club Academy Alianza Lima.

Key words: Resilience and Quality of Life in adolescents of 14 and 15 years of the Club Alianza Lima Academy.

I. INTRODUCCION

1.1 Realidad problemática

En la actualidad existen varios factores que afectan el bienestar individual y social de los adolescentes una de ellas es la vulnerabilidad. Entonces, la vulnerabilidad es la posibilidad de que una persona sufra un daño o que posteriormente presente dificultades para recuperarse. Otro factor que daña el bienestar de los adolescentes es el estrés. De manera tal que el estrés, está considerado como respuesta a un estímulo causado por agentes estresores podemos señalar los agentes de tipo psicosocial como pobreza, problemas familiares y maltrato. La Organización Mundial de la Salud ha informado que los trastornos mentales a nivel mundial afectan a 851 000 000 de personas, es decir, el 15% de la carga mundial de enfermedad; asimismo, entre los trastornos destacados de la época se perfilaba la depresión mayor como uno de los más temidos, estimándose que para el 2020 sería la segunda causa a nivel mundial de la carga de enfermedad.¹

Resiliencia es la aptitud que tiene un ser para superar circunstancias adversas o traumáticas como podría ser la muerte de un familiar cercano o vivir rodeado de los factores antes mencionados. Esto Significa recuperarse ante la adversidad para seguir mirando de manera positiva los años venideros. A veces circunstancias complicadas o traumas posibilitan extender procesos que se encontraban latentes, que el humano ignoraba hasta el instante. Además, gracias a ellas somos capaces de afrontar las crisis vencer los fracasos y salir fortalecidos de ellas. De igual manera, puede entenderse como resiliencia a la amplitud de tener victoria de manera aceptable para la población, además de sufrir estrés o una desdicha con peligro de sufrir consecuencias dañinas.²

En una visión más amplia podemos decir que la resiliencia es entendida como el producto de una mezcla es decir una interacción atreves de cualidades que tiene el ser humano en su ambiente ya sea familiar o social incluso cultural y en lo externo posibilita rebasar el peligro de la desventura de forma más provechosa.³

En un estudio que se realizado en México para comparar a los adolescentes resilientes respecto al optimismo y pesimismo se encontró, baja resiliencia en un 32.33%.⁴

En un estudio realizado en Colombia se encontró un 45.16% de niños y adolescentes con violencia intrafamiliar activa con baja resiliencia.⁵

En un estudio realizado en Lima y Arequipa se identificó, el nivel de fuente de resiliencia medio que fue un 45.09%, y la fuente resiliencia baja fue de 21.78%.⁶

En un estudio realizado en Lima metropolitana en los diferentes colegios de la UGEL 03 exactamente en los alumnos de 3^{er} grado de secundaria se encontró un nivel de resiliencia baja de 24.5%, un nivel resiliencia media baja de 24.8% y un nivel de resiliencia media de 25.8%.⁷ Cabe decir que la resiliencia resulta buena táctica para reducir comportamientos de peligro y así mejorar su calidad de vida.⁸

Mientras los adolescentes se van desarrollando, superan muchos obstáculos para lograr y obtener un desarrollo exitoso. Como por ejemplo, relaciones interpersonales satisfactorias y logros deportivos y académicos, Por otra parte, los adolescentes que son expuestos a situaciones adversas logran menores resultados, suelen ser menos competentes tienen bajo rendimiento escolar y bajo estado anímico incluso llegan a sentir mucha desesperanza de igual forma pierden interés por las cosas, tienen dificultad para concentrarse incluso hasta piensan en suicidio, estas causas negativas pueden dañar la integridad física propia o ajena .⁹

Muchos adolescentes tienen dificultad para maniobrar tantas alteraciones a la vez y pueden requerir apoyo para vencer esta transformación física, y el desarrollo de toma de decisiones y de adecuación dentro de la población los lleva a ellos a tener una existencia sana o hundirse en peleas, como por ejemplo dificultad con la autoridad, indisciplina, alcoholismo, adicciones a sustancias, desordenes nutritivos.¹⁰ Por ello es importante fomentar buenas condiciones de vida a los adolescentes y como consecuencia lograr bienestar en su estado de salud físico, mental y emocional y ambiental. Asimismo manejar de la mejor manera sus relaciones sociales e interpersonales.¹¹

La calidad de vida lo podemos definir como técnicas sociales, costumbres, rutinas, comportamiento del humano y agrupaciones de la comunidad, que implica la satisfacción de necesidades humanas para obtener comodidad en la vida.¹² La OMS sugiere la adopción de un método de vida saludable a lo extenso de nuestra etapa vida,

con el fin de cuidar nuestra vida, conservarse saludable y aliviar el volumen de dolor para la ancianidad.¹³

La calidad de vida en adolescentes es evaluada tomando en cuenta hábitos alimenticios, ejercicios físicos, formación educacional donde el adolescente permita ampliar sus conocimientos. Es indispensable también lo material, que goce de una vivienda digna y tenga los servicios básicos, esto va permitir que su estado emocional vaya creciendo y pueda interrelacionarse eficazmente.¹⁴

Hoy en día, nos parece imprescindible probar que el hábito usual de actividad deportiva va contribuir a cuantiosos privilegios físicos y anímicos a quien lo ejerza, de igual forma, es sabido que el dinamismo físico durante en etapa de niñez y pubertad logran más trascendencia porque son periodos de crecimiento, y florecimiento, también por ser fases trascendentales en la conquista de costumbres beneficiosas que permanecerán cuando llegue la adultez.¹⁵ También cabe resaltar que el deporte es el sustituto ideal del ocio y del sedentarismo.¹⁶

En una investigación en de Murcia España, se comprobó que los adolescentes deportistas puntúan más alto y tienen mejor calidad de vida y se la califico con un 44% en hábitos de estudio, sueño 34%, ocio 13% y deporte 13%, a comparación con los adolescente que no practica deporte.¹⁷

Así mismo, estudio realizado en Madrid la capital de España sobre la importancia de la actividad física en adolescentes escolares se mostró que el 57.2% son considerados como activos o moderadamente activos frente al 42.8% restante de inactivos y muy inactivos.¹⁸

También, un estudio realizado en una escuela de Guatemala para calificar la calidad de vida en los escolares, mostró que el 15% de los adolescentes tienen calidad de vida insatisfactoria y un 85 % tienen calidad de vida satisfactoria.¹⁹

A nivel nacional, un estudio que se desarrolló en Lima, se encontró que la calidad de vida en adolescentes de nivel socio económico medio. Alcanzaron una media mayor que los de nivel socioeconómico bajo. $F(1, 585) = 4.76, p < .05$.²⁰ La deficiente calidad de vida en los individuos se puede agrupar en un enfoque de procesos, como por ejemplo la

falta de motivación no contar con buena salud, factores ambientales, cambios físicos, psicológicos que pueden conllevar a un déficit de bienestar.²¹Una satisfactoria condición de vida en estos jóvenes nos afirma el futuro brillante, por lo antes mencionado, puede ser que el adulto del futuro llegue a ser mejor humano. Por eso hay que vivir atentos a la variación y dudas que se realizan durante adolescencia.²²

Cuando hay un déficit de calidad de vida en los adolescentes surgen enfermedades como sobrepeso, obesidad. Además de estar latentes, ocio, drogadicción, alcohol. Por consecuencia es primordial que los adolescentes gocen un ambiente cordial, protegido y facilitador durante su desarrollo de su realización, Es por esta razón que es esencial que las familias, la sociedad y las autoridades puedan bregar en actividades coordinadas.²²

La enfermería usa el método científico como disciplina, para expandir conocimiento hacia la proyección colectiva y se expande más allá de lo clínico y hospitalario con el fin de identificar anticipadamente la salud y abordarlo con eficacia a través de la promoción de salud y prevención de la enfermedad, instaurando actividades orientadas a costumbres saludables, comportamientos y cuidados que no sólo restablezca la salud del adolescente de manera específica, si no también considerar el mantenimiento de un entorno fiable y beneficioso para el total de sus miembros, en esta ocasión los adolescentes.²²

En la academia del club Alianza Lima se observó que algunos adolescentes de 14 y 15 años provienen de familias monoparentales, algunos de ellos viven en zonas urbanas marginales de nuestra capital y otros muestran signos de baja Resiliencia que influye desfavorablemente en su rendimiento físico técnico incluso en lo académico.

Frente a ello surgen las interrogantes ¿Existe relación entre resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del Club Alianza Lima 2018? ¿Existe baja capacidad de resiliencia en los adolescentes del Club Alianza Lima? ¿Calificar la calidad de vida de los adolescentes del club alianza lima 2018?

Antecedentes

Peris, B. (España, 2017). En un estudio titulado “El deporte como fomento de la Resiliencia”, cuyo objetivo es comprobar si los practican deporte presentan diferencias en cuanto a los niveles de resiliencia respecto a los que no practican. Incluso, entre los que compiten y los que no compiten. Se realizó un análisis descriptivo. Con una población formada de 120 adolescentes de 12 y 16 años de Club Villarreal C.F. Utilizaron como instrumento un tipo Likert donde se mide la escala de Resiliencia creada por Wagnild y Young en 1993. Además los resultados muestran una diferencia significativa de nivel de resiliencia en aquellos que practican y que no practican deporte tiene una buena resiliencia. Con un 23.91% de nivel de resiliencia alta, así mismo con un 67.39% con nivel de resiliencia media y un 8.70% con nivel de resiliencia baja. En conclusión nos conlleva a la importancia del deporte y la actividad física como herramienta para fomentar la resiliencia.²³

Chacón, R., Castro, M., Espejo, T. (España 2016). En un estudio realizado “Estudio de la Resiliencia en función de la modalidad deportiva: fútbol, balón mano y esquí”. Cuyo objetivo es estudiar los niveles en diversas modalidades deportivas con el fin de establecer patrones en función del deporte practicado. El estudio es descriptivo trasversal. Con una población de 39 deportistas de diversos deportes. (Fútbol, esquí). Se utilizó un cuestionario de Connor Davidson 2003. Sus resultados mostraron que los deportistas muestran un nivel medio de resiliencia con un 56.4% y que el nivel alto de resiliencia arroja un 43.6%. Además los resultados mostraron que los esquiadores tenían mayor resiliencia que los futbolistas obteniendo mayor puntaje en los ítems de tenacidad y autosuficiencia. En conclusión se demuestra la variabilidad de resiliencia es importante en función del deporte practicado. Por lo tanto se deberá desarrollar los factores de resiliencia más débiles para mejorar el rendimiento deportivo.²⁴

Capdevila A., Bellmut H., Domingo C. (España, 2015). En un estudio titulado “Estilo académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no deportistas”, cuyo objetivo dar a conocer si el deporte influye en el rendimiento académico y calidad de vida de los adolescentes. Se ejecutó el estudio tipo correlacional trasversal. Con una población constituida por 313 adolescentes del mencionado colegio. Utilizaron como

instrumento un cuestionario de costumbres y métodos de estudio. Los resultados muestran que un el 44% gozan de buena calidad de vida en comparación que los sujetos no-deportistas, que califican con un 13%, de regular calidad de vida. Se concluyó que en el ser deportistas nos va a conllevar a tener un mejor rendimiento académico, pernoctar menos y encaminar una mejor proyecto de vida a comparación del que no realiza deporte.¹⁷

Pozo J., Quezada I., Quispillo C. (Ecuador, 2013). En este estudio titulado “Resiliencia en adolescente en el colegio Benigno malo de la ciudad de Cuenca 2011”, Dicho objetivo es definir la capacidad de resiliencia en los escolares adolescentes del Centro educativo antes mencionado de la ciudad de Cuenca. El tipo de estudio es descriptivo. La población fue de 827 estudiantes adolescentes entre hombres y mujeres de colegio Benigno. Utilizaron como instrumento un cuestionario que estuvo conformado por variables socio demográfica además de test de 63 preguntas para determinar el número de adolescentes resientes. Los resultados muestran que el 14.3% de los adolescentes que son levemente resilientes, 31.4% y que el 43% de escolares son resilientes. Se Concluyó que en el mencionado centro de estudio de ecuador hay un porcentaje considerable de alumnos que son levemente resilientes.²⁶

Rosales, G. (Guatemala, 2013). En su investigación que titula “Calidad de vida en los alumnos adolescentes de un colegio privado de Santa Cruz de Quiche”, Cuyo objetivo es determinar la calidad de vida de los adolescentes. El tipo de estudio es descriptivo. La población se conformó por 60 alumnos del centro educativo Santa Cruz de Quiche. Se empleó un cuestionario de medición de la variable calidad de vida. Los resultados revelaron que el 85% de los adolescentes tienen favorable calidad de vida y un 25% se muestran insatisfechos con su calidad de vida. En conclusión se comprobó que la calidad de es importante para el crecimiento y desarrollo puesto a que los adolescentes goza de una satisfecha calidad de vida.²⁷

Gonzales N., Valdez J., Zavala. (México, 2013). En una investigación titulada “Resiliencia en adolescentes Mexicanos”, cuya finalidad es dar a entender los factores reilientes de los adolescentes mexicanos. Este estudio un es tipo descriptivo. Y una población de 200 estudiantes de la ciudad de Tepic México. Utilizaron como instrumento un cuestionario de resiliencia de 50 preguntas. Los resultados muestran que

los adolescentes poseen una Resiliencia baja con 42.45% y alta con un 57.55%. En conclusión se demostró que los factores de resiliencia, como la autoestima y la familia son indispensables para superar adversidades en los adolescentes.⁴

Arequipeño, F. & Gaspar, M. (Lima, 2016). En un estudio realizado “Resiliencia, felicidad en adolescentes de 3ro a 5to año de secundaria de centros educativos estatales del distrito de Vitarte, 2016”. Cuya finalidad es definir si existe relación entre las dos variables, resiliencia y felicidad con el nivel de depresión en escolares. Se efectuó un estudio descriptivo correlacional. Con una población conformada por 315 estudiantes del 3ro y 5to grado de secundaria. Se utilizó el instrumento de resiliencia de Wagnid & Young. Con los resultados se demostró que solo el 23% de los estudiantes presentan nivel de Resiliencia alta y con un 50.8% muestran nivel medio de Resiliencia. Se concluye que ante mayor resiliencia el adolescente adquiere mayor felicidad.²⁸

Peña N. (Lima, Arequipa, 2013). En su estudio titulado “Fuente de resiliencia en estudiantes de Lima y Arequipa”, Tuvo como objetivo general primeramente reconocer e igualmente equiparar el nivel de resiliencia que disfrutaban hoy en día una agrupación de escolares de los centros educativos nacionales de las ciudades de nuestro país. Par esa razón se realizó un estudio descriptivo comparativo. La población se conformó con seiscientos cincuenta y dos estudiantes, treientos once escolares de Lima y trescientos cuarenta y uno, escolares de Arequipa. Se utilizó como instrumento un inventario de resiliencia (INFRES) que estuvo variado por tres factores, entorno, fortalezas y habilidades, que se medirán por treinta ítems. Los resultados muestran que los niveles de fuente de resiliencia baja en Lima es de 23.15% y en Arequipa es de 20.53% a nivel general. Y por factores un 53.53% son escolares que gozan alta fortaleza, el 40.64% gozan de un alto nivel de apoyo en su entorno, mientras que solo el 31.75% gozan altos niveles de habilidades. En conclusión pudimos encontrar igualdad estadística de baja resiliencia entre agrupaciones de Lima así como Arequipa.⁶

Flores M. (Lima, 2013), En la investigación titulada “Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del tercer año de secundaria de la UGEL 03”, cuya finalidad es definir la existencia de correlación de resiliencia y proyecto de vida, en los alumnos de tercero de secundaria pertenecientes a la unidad de gestión educativa local N° 03. Fue una investigación tipo descriptivo correlacional. Con una población conformada por 400

escolares. Utilizaron un instrumento tipo Likert de 25. Que indicaran la mayor resiliencia. Los resultados muestran, que el 49% muestran un alto nivel de resiliencia, y que un 25.8% son resilientes de nivel medio, y un 25.2% muestran baja resiliencia. Concluyeron que hay correlación entre el nivel resiliente con proyecto de vida con los estudiante pertenecientes a la unidad de gestión educativa local número tres. Además se obtuvo un número considerables de alumnos con baja resiliencia .⁷

Grimaldo Miriam (Lima, 20013). En un investigación titulada “Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la ciudad de Lima”, cuya finalidad es comparar la magnitud de calidad de vida de los escolares conforme a su status. Se elaboró un trabajo tipo descriptivo comparativo. Por otra parte la población se conformó con 586 matriculados en quinto año de media de escuelas estatales y particulares. Utilizaron como instrumento un cuestionario de calidad de vida, tipo de likert. El resultado revela que un 48% de escolares de nivel socio económico medio tienen buena calidad de vida, a comparación de los alumnos del nivel socio económico medio bajos que obtuvieron un nivel de calidad de vida regular con un 33%. Concluyendo que el nivel socio económico influye favorablemente en la calidad de los adolescentes.²⁰

1.2 La adolescencia:

Es una fase del crecimiento del individuo que comprende desde once a diecinueve años, donde el ser trata de obtener una maduración biológica y por ende sexual, además también anhela lograr una pleno desarrollo afectivo y social.²⁸ A si pues el adolescente contrae obligaciones en la sociedad y hábitos particulares del conjunto que lo rodea. En el momento que hablamos de ideas, nos referimos a una fase de adaptación más difícil que el sencillo nivel biológico, que además introduce niveles de carácter cognitivo, colectivo, social y cultural.

Por otra parte la adolescencia, es un periodo de transición, esto quiere decir que es la etapa del crecimiento, en otras palabras es el final de la niñez y la puerta hacía la adultez. Es así que para cuantiosos muchachos la adolescencia es una etapa de mucha inseguridad incluso angustia sin embargo para otro. Es el periodo del compañerismo del desprendimiento de nuestros progenitores, así como también los deseos sobre el futuro. Algunos autores han caído en la tentación de describir que la adolescencia es una etapa

deslumbrantes, o no obstante otros la califican de ser un una etapa de peligros y amenazas.²⁷

La adolescencia es un ciclo de vida es muy fascinantes pero también más compleja. El adolescente comenzara a construir su propia vida, además de incorporar nuevos procesos en torno al pensamiento y empleara distintas vías para razonar, por ejemplo las deducciones ello lo fortalecerá en su criterio. Es por ello que utilizara la razón e identificara las diferencias. Incluso será capaz de combinar ideas y estructurarlas.

Clasificación de la adolescencia: La adolescencia temprana comienza desde los diez hasta los doce años, podemos observar el inicio del cambio físico, y por ende la maduración psicológica, luego pasan del razonamiento preciso luego el raciocinio impreciso, nuestros jovencillos trataran de formar criterios, en lo social anhela acabar de vincularse con pequeños, pero sin ser todavía admitido por adolescentes, creciendo dentro de su ser una desadaptación colectiva, familiar, esto establece una causa importante, porque causaran alteración emocional como depresión o ansiedad, esto va a influir en la conducta y puede contribuir a que el adolescente se aislé. Este tipo de variación se designa crisis, cabe agregar que presentaran variación en su modo de vida, como ir colegio, profesores, vincularse con amigos, organización educativa, obligaciones. El rol del padre e hijo, es esencial para que el menor se desarrolle de la mejor manera, además la disciplina que ayudarán a construir su carácter y a vencer la ansiedad que lo induce confrontar el cambio.

Adolescencia intermedias, comienza desde catorce hasta quince años. Es el ciclo donde se obtiene moderado nivel de adecuación y aprobación de uno mismo, se posee un alto entendimiento y apreciación sobre su potencial, la incorporación con su conjunto de amigos le da confianza y placer, empieza adaptándose con otros adolescentes, llega a pertenecer a grupos, además de dejar al margen la adoración de la relación paterna.

Adolescencia tardía, comienza desde diecisiete hasta dieciocho años. Acorta la rapidez del desarrollo y se recobra la calma de los distintas secciones corporales, estas variaciones dan mayor confianza, incluso superaran las conocidas crisis de personalidad, también controlan sus emociones, al mismo tiempo tiene mayor independencia y autonomía. Existe también mucha más ansiedad, al empezar a tener mayores obligaciones, presentes, ya sea por decisión personal o de los padres y así colaborar con la economía de la casa, aun cuando se sabe que no llega a su madurez.²⁹

Características del desarrollo en los adolescentes, en el desarrollo físico no se da por igual el desarrollo físico en todos los adolescentes, en algunos casos el desarrollo comienza muy temprano y en otros muy tarde. Los jovencillos que maduran tempranamente muestran más seguridad, además de ser más independientes incluso expresan mejor trato interpersonal; por el contrario, quienes maduran más tarde, suelen tener un autoconcepto negativo en ellos mismos, choque, dependencia un poco desobediencia. Por esa razón la consideración de sus cambios y aceptación de tales transformaciones para una buena adaptación emocional y psicológico.

El desarrollo físico siempre estarán asociados con cambios psicológicos, tanto para lo cognitivo como y el comportamental, El pensamiento abstracto actúa directamente en la forma en como el adolescente se ve a sí mismo, en otras palabras se vuelve reflexivo, ordenado, autocrítico; es decir adquiere la capacidad de edificar sistemas y teorías, incluso va a estar interesado por los problemas pasados, lo quiere decir, que no tienen relación con las realidades vívidas día a día. De hecho la inteligencia sensata da paso a la libre actividad de la reflexión espontánea en el adolescente. Entonces éste coge una posición narcisista intelectualmente

El desarrollo social influye de gran manera en la adquisición de actitudes, normas y comportamientos, a ello se denomina socialización, el cual pasa por una etapa conflictiva durante la adolescencia. El desarrollo social y las relaciones de los adolescentes tienen por lo menos cinco necesidades importantes. La necesidad de formar relaciones afectivas significativas y satisfactorias, la necesidad de ampliar las amistades, necesidad de encontrar aceptación en diferentes clases sociales, Necesidad de aprender a seleccionar inteligentemente la pareja y tener un, matrimonio con éxito, necesidad de encontrar un rol sexual adecuado.³⁰

1.3 Resiliencia

La resiliencia viene a ser un proceso, en otras palabras es la aptitud o consecuencia de una transformación triunfante a pesar de las circunstancias retadoras amenazantes. Resiliencia entonces significa tener habilidad, destreza, conocimientos, que el ser humano va acumulando con los años y como los sujetos pelean y perseveran para

levantarse del infortunio y desafiar las amenazas. Es un persistir y desarrollador núcleo de potencia y destreza que puede emplearse en contiendas actuales.¹

Resiliencia es el talento que un individuo para reponerse de la fatalidad. Cabe decir que esta definición es la más reconocida en hoy. Por un lado nos informa de la unión de factores que proporcionan al adolescente a enfrentar y sobreponerse de los dilemas y desgracias de la vida.³²

Resiliencia no tiene que ser entendida como experiencias negativas de existencia, aflicciones y heridas, si no destreza para salir mejorado a pesar de ello. De la misma forma se dice que resiliencia es un fenómeno que puede incluir factores ambientales individuales. Así mismo se puede caracterizar como una agrupación de técnicas sociales e intrapsíquicos, esto posibilitara poseer una existencia sana en un entorno malsano. Entonces resiliencia no puede ser entendida como una cualidad con lo nacen los niños. Sino más bien se obtiene durante con el desarrollo o en un momento determinado del tiempo.³³

Hoy en día los países en vía de desarrollo y especialmente en Latinoamérica, están viviendo un proceso de empobrecimiento, es decir que esta situación va producir desgracia y rencor. Por otro lado esas circunstancias crean cuantioso estrés incluso. Podemos decir entonces que la resiliencias en un compuesto nuevo divulgado en los últimos tiempos. Como tal bastante interesante y fascinante sobre todo quienes laboramos con niños, adolescentes. Primeramente todos los profesionales tanto de Educación como del sector salud conocemos que los adolescentes actualmente pasan por condiciones de desgracia que parecen complicados o difíciles de vencer. Sin embargo la circunstancia demuestra que el adolescente luego de haber vencido estos infortunios, consigue gozar en el futuro una vida adulta muy equilibrada creativa y optimista. Esto nos quiere decir que existen en la actualidad efectivos defensores protectores o causas de resiliencia que elaboran efectos de la desgracia que se transforma en elementos de progreso.

Para el profesional de enfermería la función a tomar en cuenta es, primero la promoción del autocuidado y el trato interpersonal positivo con el adolescente. Por ello el crecimiento de resiliencia advierte otro diferente perfil a observar. Además de distintas

maniobras de intervención más allá de las manifestaciones y comportamientos, lo que quiere decir que esa visión procure descubrir y activar los requerimientos de los individuos y de su entorno alcanzando por un lado una apropiada explicación y valoración de esta, como resultado posibilitara extender dispositivos de trabajos preventivos y variaciones convenientes en adolescentes y mejorar su calidad de vida.

Resiliencia es la aptitud de afrontar la desdicha de la vida, esta situación va transformar el dolor en fuerza motora para superarse y salir fortalecido de ella. Cabe señalar que una persona resiliente, debe comprender que es el arquitecto de propia alegría incluso destino. De hecho en lo amplio y extenso ciclo del desarrollo natural, podemos decir que la adolescencia establece la última fase antes de arribar a la madurez. Por esa razón algunos adolescentes tienen problemas para manejar diferentes cambios en su vida, de tal modo puedan necesitar mucho apoyo y así poder vencer ese cambio físico, cognoscitivo y social, así mismo esta técnica de tomar determinaciones y de adecuación dentro de la población que los guiara a tener una existencia sana o hundirse en aprietos tales como inconvenientes con la autoridad, alcoholismo, drogadicción, rebeldía, depresión o trastornos alimenticios, entre otros. No obstante esto obedecerá al esfuerzo interior o incluso al entorno en donde se desempeñe diariamente y así contrarrestar la dificultades de la más alta manera posible y resistir las situaciones que se presenten usando resiliencia.³⁴

Medición del proceso de Resiliencia; Esto describe a la cohesión crítica en medio de infortunio y habituación eficaz. Los dos tipos que tratan de determinar el desarrollo son, modelos basados en variables: Es un estudio estadístico que busca las conexiones en medio de variables de riesgo o desgracia. Estos resultados esperados y factores protectores pueden lograr o preservar los impactos de riesgo. Este estudio admite replicar aquellos patrones o interacciones que probaron ser victoriosos en dicha adaptación resiliente. Modelo basado en individuos: Este diseño de estudio va relacionar a las personas en un tiempo prolongado. Se interroga que disimilitud que hay en un adolescente resiliente, de un adolescente no resiliente, a lo extenso de su vida o en algún lugar específico. En este sentido como podemos verificar, se procura coger interacciones entre factores que ocurren en manera innata e idear de una hipótesis al respecto a qué fue lo que pudo ocasionar la disparidad en el resultado de la adaptación.

Métodos de medición, es prioridad, que identifiquemos las diferentes diseños de cálculos y estimación de este constructo, Para el fin de determinar el efecto y la validez de los planteamientos de intervención. Por ello, hoy a la fecha, establecemos distintas tácticas para conseguirlo. Cabe resaltar que se han elaborado una descripción de ellos, los que detallaremos ahora. **Medición de adversidad:** Medición de riesgo a través de múltiples factores: Con este modelo de cálculo se va a caracterizar por valorar diferentes circunstancias en un único instrumento. Es decir primeramente esta herramienta nos anuncia sucesos de conducta negativa en lo cual el adolescente debe precisar aquellos sucesos que se le presentan, como la desunión de los padres, afecciones, sufrimiento, experiencias violentas etc. **Medición de adaptación positiva**, en este modelo de evaluación, las tácticas son parecidas a las usadas para determinar el infortunio, lo que va cambiar es la estructura en la operacionalización del constructo. Adaptación según factores múltiples: En este sistema se calcula la adaptación en raíz a resultados de objetivos de acuerdo a la fase de crecimiento del individuo. Se menciona como factores múltiples ya que se les consulta a los maestros, progenitores y compañeros, además de una prueba concreta para calcular el comportamiento que va a diagnosticar la adaptación efectiva. Definitivamente en cada sociedad el foco de lo que se aclarara como adaptación efectiva cambia, pero lo significativo es que está vinculado con la interpretación de riesgo.³⁵

Dimensiones de Resiliencia

El temario de Resiliencia elaborado por Wagnild e Young, es uno de los escasos instrumentos psicométricos que existen en la actualidad que facultan evalúan con fiabilidad y validan los niveles de adaptación psicosocial frente a acontecimientos más importantes de la vida, utilizando las siguientes variables como ecuanimidad, satisfacción personal, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia.³⁶

Ecuanimidad: Indica expectativa balanceada de lo vivido y experimentado. Es por ello que se toman las cosas con tranquilidad y moderando las actitudes ante la adversidad. Es un adjetivo que permite nombrar aquel que tiene ecuanimidad, hace referencia a la imparcialidad de juicio y a la igualdad y constancia de ánimo. Ecuanimidad: significa una estado psicológico de estabilidad y decencia, es una fuerte energía de precisión, prudencia, concordancia y estabilidad. Es equidad, respuesta equilibrada, medio justo, ánimo estable ante las vicisitudes de la vida.³⁷

La experiencia: es la conjetura o juicio de la sabiduría. En conclusión la práctica y las experiencias señala la alusión del conocimiento, a partir de la cual tiene que fabricarse, en donde se tiene que adecuar argumentar y recompensar, de la que tiene que brindar razón o incluso la que ha de ser su contenido. En la medida en que el entendimiento humano haya de ser fuente de algún tipo de certeza que vaya más allá de la mera autoconciencia, debe apuntar a algo que no sea él mismo; ese algo, lo otro del entendimiento, en relación con lo cual se puede sugerir la cuestión de la verdad como objetividad que traspasa los límites del cogito, recibe el apelativo de experiencia.

La tranquilidad: es la fase de calma, calma o armonía que ensaya el individuo. Se determina como la cualidad de sereno, Además podríamos decir que la calma es la ausencia de intranquilidad o temor es decir que la tranquilidad es una habilidad.

Satisfacción personal: Es comprender el concepto de la vida y cómo se contribuye a esta. Entonces podemos decir que la satisfacción personal es una evaluación cognitiva global y personal que desarrolla una persona de la vida, y de los dominios de la misma, atendiendo a la calidad de su vida, a las perspectivas y anhelos, a logros conseguidos, basada en los propios principios de los individuos y que se efectúan de forma conveniente.³⁸

Las experiencias personales y la educación son aspectos influyentes en la apreciación de la satisfacción, estas experiencias personales y culturales son un parámetro de comparación con lo socialmente aceptable en su ambiente y con lo que medirá su grado de satisfacción en los diferentes aspectos de la vida.

Humor: Primeramente va emerger de la experiencia lograda por el ser individuo, el sentir los límites de lo propio. Por ello el humor nos implica divisarnos bien. Es la primordial acción que nos traslada a una proyección abierta para comprendernos. Por esa razón que se van a incluir los siguientes elementos como por ejemplo las inconvenientes, las equivocaciones a enmendar, experiencia perjudiciales y provechosos, también vencer los límites incluso hasta llegar a huir de la angustia.

Autoestima: Es el talento individual, que lo vamos a manifestar con posturas y habilidades que el individuo asimila para el mismo. Autores muestran simultaneidad

con el lazo que coexiste con el grado de autoestima y la tolerancia al estrés, por lo tanto este lazo que goza la autoestima con ciertas variables que delatan el tipo de trato que el adolescente soporta en su ámbito y su alegación a ordenadas exigencias, la misma forma con la probabilidad o expectativas de control de los lugares o situaciones de estrés.

Meta: Los patrones de metas que los adolescentes se proponen, principalmente si tienen que ver con el crecimiento de las labores propias de la fase gradual y evolutivo, predominan en su felicidad o regocijo con la vida.

Sentirse bien solo: Nos ofrece el concepto de libertad y que es magnífico y muy significativo y sus indicadores son libertad, comprensión.

Libertad: Es el talento que el ser humano, tiene de variar condicionamientos y demandas psicológicas, pedagógicas, entornos, etc. frente a las cuales se mueve a su arbitrio. Ésta es, pues, el talento de desarrollar las propias determinaciones, además de responsabilizarse de ellas.

Comprensión: La comprensión es significa, tolerancia o serenidad frente a determinada posición. Los seres tolerantes, de este modo, consiguen evidenciar o comprender como lógicas las acciones las inquietudes de otros: Entiendo que tengas temor, pero tienes que conversar con ella, Si deseas conversar con mi persona, ya sabes que contarás con mi condescendencia.³⁹

Confianza en sí mismo Aptitud para confiar en sí mismo y en su talento. Es importante sembrar hábitos de creer en sí mismo. Porque ello nos va ayudar a actuar con autoridad y propiedad en todo instante, nos impedir andar con desconfianza y temor de lo que pueda suceder. Nos da la facultad enfrentarnos a la vida con menos temor, y más determinación.⁴⁷

Decisión: la decisión es un cálculo o conclusión que se toma sobre una determinada cosa. Frecuentemente la decisión supone un comienzo o poner el término a una situación; es decir, obliga un cambio de estado. Los grandes autores determinan a la decisión como el resultado de la evolución mental cognitivo del ser humano o de un grupo de individuos. Se conoce como toma de decisiones al curso que consiste en puntualizar la elección entre distintas disyuntivas.

Fuerza: Una parte general es la parte de la física la cual se trata de aquella autoridad competente de cambiar el estado de reposo y desplazamiento de un cuerpo, y se presenta con la fórmula que resume la 2º ley de la mecánica desarrollada por Newton.

Capacidad: Es la habilidad que tiene cualquier ser humano para encaminar ciertas tareas. Esto quiere decir que todos los individuos estamos entrenados para cumplir con éxito cualquier labor, Si bien es cierto aquel término se confunde con ingenio, por lo cual es imprescindible aclarar las disconformidades entre ambos. La capacidad es una serie de herramientas naturales con las que cuentan todos los individuos. Se especifica como un proceso a través del cual todos los individuos acumulamos las condiciones para estudiar y sembrar diferentes campos del conocimiento, aun si estos requerimientos hayan sido o no usados, de esta manera, mencionamos a estas condiciones como un lugar habilitado para apilar y desarrollar naturalmente conceptos y aptitudes.

Perseverancia: Persistencia frente el infortunio o el desánimo, posee un fuerte deseo del éxito y autodisciplina. Perseverancia es un atributo de carácter fundamental para el crecimiento del ser humano. Muchísimas cosas justas que se pueden crear en este universo se abandona en medio de la confusión, indecisión, perplejidad y falta de determinación.

Persistencia: La persistencia es una variante motivacional sustancial para la finalización de una labor, se hace también imprescindible que la misma sea evaluada en individuos que soliciten un empleo. Es un mérito que debe tener el ser, para acciones dirigidas a obtener la meta aspirada.

Confianza: La confianza primordialmente expresa confianza optimismo, seguridad en uno mismo y en los demás, esperanza en que la humanidad pueda complacer sus exigencias, un sensación de confianza o creencia en la consecución de deseos, a pesar de las dudas, sin minimizar los resultados. La confianza es un elemento decisivo para lograr una exitosa relación interpersonal, constatando que los individuos requerimos ilusionarnos, así como corroborar las posibilidades que brindan las relaciones y los procesos justificados en relaciones de confianza y seguridad, no existiendo conformidad sobre cómo definirla.

Autodisciplina: La autodisciplina es uno de los cimiento de la inteligencia emocional más notable como pro cursora de relaciones interpersonales satisfactorias y del éxito en

la vida. Además el talento que poseemos para estructurar nuestro comportamiento en el tiempo al servicio de la labor definida. Ninguna persona puede sentirse competente para enfrentar los desafíos de la vida si carece de capacidad de autodisciplina. Por consecuencia la autodisciplina está complementada a las virtudes cardinales del individuo y que lo aproximan a la felicidad, permitiéndole un considerable resplandor mental ante la toma de decisiones.

Actividades para el fomento de Resiliencia en el adolescente: El rol del enfermero como educador es fundamental en el campo promocional, es decir utiliza lluvia de ideas, talleres, trabajos grupales, sesiones educativas, con el fin de fomentar resiliencia, además de interactuar con los adolescentes para que salgan fortalecido en su autoestima, identidad, humor y puedan enfrentar satisfactoriamente situaciones adversas de la vida. Del mismo modo se debe orientar las intervenciones hacia el empoderamiento de los padres para mejorar la interrelación padre e hijo, en tal sentido el padre inculcara normas, reglas y valores que mejorara la conducta del adolescente. En esta etapa los amigos pasan hacer esenciales para la adquisición de habilidades sociales. Por otro lado se debe diseñar políticas de intervención para no exponerlos a circunstancias de vida incitadores de estrés que agredan la vitalidad del adolescente.¹¹

1.4 Calidad de vida

Calidad de vida es una medición compuesta de bienestar físico, mental y social, igual como la distingue cada ser o cada grupo, de manera igual se distingue la dicha, el gozo y la recompensa, Ello ha sido estudiado desde distintas disciplinas. Generalmente calidad de vida tiene que ver con una solvencia económica que posibilitara a la persona vivir con las exigencias primordiales cubiertas. Además de gozar de una buena vitalidad física, psíquica y de una relación amical satisfactoria.⁴⁰

Podemos decir que calidad de vida surge a través del bienestar de las personas. Es decir el nivel en que nuestra sociedad nos brinda la oportunidad de poseer la totalidad de servicios y recursos utilizables. Es decir un criterio que va comprender aspectos tan grandes como nutrición y vestimenta, además unido con el sentir de pertenencia y realización personal.

Es entendida como la oportunidad que tienen los adolescentes de vivir y querer hacer lo que deseen como proyecto de su vida, pero sobre todo respetando a los demás incluso a la vida misma, de igual forma tiene que establecer un objetivo preeminente del gobierno. En tal sentido todos puedan tener entrada a una serie de requerimientos de orden individual, familiar incluso comunitario, porque va ser el origen para poder extender toda su inteligencia como así también aprovechar todas las oportunidades que se originan en la humanidad de la que se forma parte.

La adolescencia consta desde los diez hasta los diecinueve años, en donde se va observar un desarrollo y una transformación física acelerada. Al respecto de esto se nota cambios en lo anímico hasta en lo erótico, seguidamente de la conducta e interacción social. En relación a esto podemos decir que el adolescente necesita edificar y armonía en medio de sus experiencias individuales y sociales. Entonces la adolescencia va ser un curso constante y dificultoso de procedencia psicosocial a través del cual los adolescentes edificaran su porvenir. Casi siempre con el soporte de familiares y la sociedad. Entonces la calidad de vida es un conglomerado de talento y destrezas que van a posibilitar también complacer sus exigencias con la mira de lograr un estadio de entero bienestar. Por ello, es muy esencial que su calidad de vida sea óptima. Cabe resaltar que los adolescentes puedan recubrir todas sus exigencias para que cuando se llegue a la adultez viva forma plena y provechosa.

Con fin de ayudar de guiar a los adolescentes para que puedan disfrutar una buena calidad de vida y un saludable crecimiento hay que valorar diversas posturas que surgen en este trayecto de su vida. Primeramente el rol que cumple la familia, los límites que el adolescente observa y respeta, los cambios físicos anatomía fisiología y psicología de esta etapa.¹⁶

Los adolescentes viven una etapa de muchos cambios, así como también para las familias. Del mismo modo que los retoños desarrollan y debemos adecuar a las exigencias de ellos. Por esta razón los padres de familia pueden tener incertidumbre acerca el papel a tener. Durante la fase adolescente el padre y la madre deben tomar decisiones correctas para con los hijos, porque de ellos depende diversos aspectos, como el dinero, lo sensible el carácter que se deben de imponer. Además de costumbres y

tradiciones y diferentes formas de disciplina, establecemos límites e indicarle a sus dirigidos lo correcto e incorrecto.¹⁴

El bienestar de los quinceañeros es una pieza clave para la prosperidad social, económica y gubernamental para los países. Es decir en el momento que los adolescentes arriben a la ancianidad en situaciones buenas de salud y educación. También se sospecha que los gobiernos contraen un alto costo social y económico. Es por ello de los escasos recursos que se distribuye a la promoción de salud de adolescentes. Además intimidan con inutilizar de forma deficiente los resultados que han logrado en la infancia, además en los últimos años hemos ilustrado el interés de desear subir el presupuesto de salud en el adolescente, así mismo de conceder alta preferencia a promover, la promoción y protección en salud. De esta manera se va garantizar la salud al adolescente, así mismo de la siguiente generación. Entonces la obtención de capital humano en los pobladores jóvenes económicamente activo, ellos serán los apoderados de la subida económica y transformación social de los países.¹¹

El significado de calidad de vida, procede de la ejecución de potenciales que tiene el individuo. Entonces debemos tener en cuenta que este potencial tiene relación con el gozo, las exigencias elementales del individuo hasta la realización de objetivos que cada ser va asegurando en determinada fase de nuestra existencia.²²

Calidad de vida es vivir en de pleno regocijo de las condiciones del ser. Por tanto conoce aspectos subjetivos y también objetivos. Es una impresión subjetiva de comodidad corporal, psíquica y benéfica. En la apariencia objetiva y subjetiva de la calidad de vida, se muestra la magnitud de la calidad de vida.²²

Las dimensiones de la calidad de la vida, es un concepto que se refiere al bienestar óptimo del individuo referido a la satisfacción física, a la solvencia económica, que va determinar cubrir la alimentación, vivienda y demás necesidades básicas, así mismo la tranquilidad y apoyo emocional que brindada por los progenitores educando e inculcando valores, para así poder interrelacionarnos con las personas y la sociedad, esto llevara al ser humano a crecer y desarrollarse para alcanzar en el futuro un proyecto de vida exitoso, incluso lo llevara a tener autodeterminación y en adelante podrá tomar decisiones y elecciones positivas en la vida cotidiana.²²

Bienestar material: Nos referimos aquellas personas que puedan sentirse tranquilas, protegidas y seguras, sin precariedad y no obstante, poder vivir sin desesperación, es decir poder adquirir lo que uno desea, gozar de un sueldo, alimentarse de forma adecuada, tener una casa además de ahorros incluso darse caprichos.⁴⁰

La alimentación suele poseer como principal propósito proveer al cuerpo nutrientes indispensables para que el organismo continúe trabajando adecuadamente y desenvolviéndose bien, esto quiere decir que si el individuo no efectúa su alimentación de buena manera o si no ingiere alimento ya sea por circunstancias económicas o alguna enfermedad de hábito alimenticio es imposible que el individuo quiera crear algún otro propósito si no disfruta de las demandas básicas cubiertas.

Status económico: El ingrediente económico abarca mucho más que el poder ejecutar con las necesidades primordiales de los jovencillos. No viene hacer lo mismo la existencia de un individuo que lo posee todo, con la vida de un individuo que subsiste el día a día y notamos incluso como sus familiares se sacrifican para poder ofrecerle la comida necesaria, vivienda y ropa además de que continúe estudiando.⁴¹

Bienestar emocional, Nuestras impresiones es el total de los cambios o variaciones de nuestro interior que van a comprometer factores del racionamiento, ya sea hormonales como físicos. Dichos cambios del ánimo perjudican mucho a la persona de manera que tal que contribuyen en su ambiente social. La tranquilidad emocional incorpora la capacidad para lograr maniobrar las emociones, además de diferenciar entre una y otra. Las investigaciones han confirmado que las damas experimentan más dificultad emocional, por consecuencia altas impresiones positivas a diferencia que el varón. Ahora con dicha información, podemos suponer que los sentimientos incluso emociones de las damas son un poco más fuertes que las que obtienen los varones, imperceptiblemente ya sean dañinas o buenas.⁴²

Satisfacción Es la condición afectiva de plena de gozo y complacencia, que va probar la persona en toma de un bien ansiado. Esta definición nos señala. Que el pensar de no percibir molestia que puede tener un individuo sobre su vida, condición o entorno. Además los seres humanos señalan que la felicidad no obedece al entorno donde se desempeña, sino que nace de muy dentro individuo, a ello pues se suma que la dicha es

subjetiva y uno debe vivir la vida de manera aceptable o en todo suceso todo lo contrario.⁴²

La felicidad viene a ser sensación de placer y regocijo y habita vive en el interior del individuo. La felicidad no se restringe al bienestar afectivo de un organismo acoplado a su entorno. La persona debe meditar para fabricar su vida según unos valores. No puede desatender ni su libertad, ni su responsabilidad ante el compromiso voluntario de su acción. Ser feliz supone que el hombre sea capaz de lograr un equilibrio que supere sus contradicciones y sus conflictos. Si el hombre quiere ser feliz, no debe olvidar que la dicha es el resultado de una conquista primero sobre él mismo y luego sobre un mundo en el que debe tener en cuenta no solamente las fuerzas naturales, sino también a los demás hombres.

Integración a la comunidad, la integración lo define como un examen de la calidad de los vínculos que constantemente sostenemos con la sociedad y con la comunidad.⁶¹ Los socialización se da en lo amplio de toda la nuestra supervivencia. Esto quiere decir la integración con la sociedad con eficacia, orden, buenos hábitos, pautas de conocimientos y moralidad con ética.

Aceptación: Viene del término latino *acceptatio*, el calificación de aceptación hace mención al acto y cariño de admitir. Este término, a la vez, está enlazado con admitir, dar por bueno o percibir algo de forma espontánea y sin contradicción. Los individuos que admiten su existencia consiguen una relación más sensata consigo mismos, dado que es capaz de discernir entre sus circunstancias vitales y aquello que preferirían que fuera diferente, logrando no focalizar toda la atención y energía en lo segundo, consiguiendo su propia aceptación personal.⁶³

Participación: El término precede del latín *participatio*, que denota tomar parte. A través de la participación nos relacionamos con personas o grupo, tomamos determinaciones que tienen que ver con nuestra propia vida y la del entorno donde correspondemos. En un texto de educación que publica Amnistía Internacional nos comenta de la intervención desde lo siguientes. Primero se asocia con los derechos humanos y se reclama el derecho que tiene cualquier individuo de participar en la toma de decisiones con realización a fines políticos, económicos, culturales además de sociales. Esto

sugiere una nación de individuos con valores y habilidades que puede contribuir y poner al servicio de la comunidad a la que le corresponde, lo que nos encamina al segundo aspecto que se da en la descripción del manual, se observa a la intervención como una tarea privilegiada para el desarrollo humano, ya que es aquello que admite en mayor medida que cada individuo del grupo desarrolle sus cualidades y habilidades personales y haga contribuciones decisivas a la vida en su conjunto.

Relaciones interpersonales: Esta fase se caracteriza por varios cambios vehementes, ya que en esta etapa vital se va a desestabilizar el núcleo familiar debido a los diferentes cambios que tolera el adolescente, al mismo tiempo esto implica que los familiares consideren pues que rectificar el rol parental ya que como se ha visto se va a pactar la autonomía y el control, que sin lugar a vacilación quiere el adolescente. Así también, se va a alargar el curso de independencia de los adolescentes.

La familia constantemente se constituirá en la primera agrupación de apoyo, sin embargo los compañeros van a establecer una hermandad muy apreciada en la vida de estos muchachitos, es allí donde empezaran a legitimar vinculaciones fuertes entre ellos. Y el lazo se tornara sólido.

Amigos: El compañerismo es una virtud que se edifica sobre el amor mutuo, un afecto por el amigo mismo, por su temperamento. Entonces, será una buena defensa contra la calumnia, los celos o cosas semejantes. El amigo honesto se conoce a sí mismo, sabe de la perseverancia y escucha al lado racional de su espíritu. Por eso no va a retirarle buenamente la confianza a su amigo ni va a querer una nueva relación a costa de su amistad ya probada. El compañero y amigo por el carácter es, pues, sobre todo este elemento justo, el cual hace florecer la armonía de las partes del espíritu y es buen amigo en su totalidad.

Desarrollo personal: La enseñanza en este ciclo de vida es fundamental porque va a crear de una propia personalidad, sino también para el logro de un buen proyecto de vida, porque de hecho el conocimiento es un instrumento para poder abordar con plenitud de las contingencias para hacer frente al futuro. Erikson considero el desarrollo personal como el paso por una serie de etapas, cada una con sus metas, las etapas son interdependientes, los logros en las etapas dependen de como se resolvieron los

conflictos durante los primeros años, sugiere que en cada etapa el individuo enfrenta una crisis de desarrollo, es decir un conflicto entre una alternativa positiva y una alternativa potencialmente nociva.

Habilidad: proviene del término latín *habilitas* y hace alusión a maña, la capacidad, la pericia o la habilidad para desarrollar alguna labor. La ser hábil, por lo tanto, realiza labores con éxito gracias a su pericia. Quién ha desarrollado, habilidad, ha logrado una metodología, técnicas específicas y práctica en su área de trabajo. Prácticas que han de abreviar formas de procesos intelectuales o mentales. Entonces destacaremos que la habilidad puede ser original o desarrollada. Por lo general ambas cuestiones se complementan.⁶⁹

Educación: Piaget nos refiere que la educación es forjar personas capaces de una autonomía intelectual y moral y que respete esa autonomía del prójimo, en virtud precisamente de la regla de la reciprocidad.⁷⁰

Bienestar físico: Vamos a tener en cuenta y también poner intensidad en impulsar la participación de estos jovencillos en diferentes tareas como es el fútbol, natación es decir deporte en general así como el arte, y estimularlos a tener buenas costumbres es decir una buena calidad de vida.⁷² Nuevas investigaciones muestran a personas con mejor nivel de percepción y satisfacción de vida, en aquellas cuyos hábitos de vida incluyen la actividad física tanto en edad adolescente como en la adultez.

Salud: La salud, OMS, es una condición de completa dicha y pleno bienestar físico incluso mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedades. La salud es término vinculado con la calidad de vida, cuya descripción se ha ido alterando a través de la historia por lo cual no puede entender como un concepto estático. Es así que llegamos a la conclusión que es un completo estado de bienestar y equilibrio, entre los factores físicos, psicológico, social y medioambiental y uno de los componentes primordiales es la calidad de vida.

Estado Físico: Simboliza cada una de las fases o formas, que físicamente se pueden distinguir a través de la medición de reales propiedades, que puede tomar un sistema físico en su desarrollo temporal. Es decir, que cuando un sistema físico padece cambios, un estado físico viene siendo algunas de las situaciones probables que resulten de dichos

cambios. El estado físico es la habilidad de realizar un trabajo cotidiano con vitalidad y efectividad, retardando la aparición del cansancio, realizado con el mínimo coste energético y eludiendo lesiones. El volumen físico esencial es facultad interna de cada ser humano, definido genéticamente, y aumentarán por medio del deporte o preparación física y acceden a ejecutar labores motoras o deportivas como la flexibilidad, fortaleza, resistencia, equilibrio y velocidad.

Autodeterminación: Es el grado en que los seres humanos se proponen a realizar acciones de forma espontánea, cabe decir, por propia elección.⁷⁴ Esto relata que las particularidades de los individuos autodeterminados ejercen persuasiones, además con dichas conductas se obtendrán resultados en su entorno.

Toma de decisiones: Es elemental para el ser y la conducta. La toma de decisión provee los medios para el control y aprueba la coherencia en las costumbres. Las virtuosas determinaciones no se consiguen sencillamente, es el producto de un difícil y estructurado proceso mental. Las condiciones evolucionan, es así que no podemos exponernos a las amenazas de una respuesta mecánica o un enfoque intuitivo. De hecho, las destrezas para decisiones veloces podrán ser inmensas que nos pueden conducir sin darnos cuenta a una farsa.⁷⁵

Control: Es pura terminación de un galicismo que señala la actividad o efecto de controlar. Es un verbo eficaz que señala: "Examinar y censurar con autoridad suficiente, formando juicio, aprobando o corrigiendo lo que no estuviera en forma o modo debido, el control es una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Rol de los padres: En este ciclo de vida se deberá modificar, cabe resaltar que en este ciclo será necesario poner menor exigencia, además tener muchas más charlas y negociaciones con estos jovencillos. Y aunque el busque más libertad tenemos que siempre estar presentes, encaminándolos y apoyándolos en esta edad tan difícil. Ello va a facilitar que los muchachos tomen buenas determinaciones en muchos aspectos de su vida. Es decir tratar de imponer posiciones autoritarias nos va a conllevar a tener una relación forzada con nuestros hijos, es decir que la impondencia causara una importante rebeldía. Además La falta de internalización de reglas y el poco dialogado, además de

conflictos en las relaciones interpersonales, complicara la transformación efectiva es decir incrementa la posibilidad de caer en comportamiento autodestructivo y riesgo. El problema es cuando el adolescente muestre comportamiento combativo, brusco e inclinación por gusto de drogas y alcohol, así como también trastorno alimenticio, incluso se le informe sobre abandono escolar así como también dificultades con la ley o algún otro habito, perjudicial para el joven. Los padres tendrán estar siempre vigilantes y conseguir asistencia del profesional.⁷⁹

Rol de enfermero: En la promoción de resiliencia y calidad de vida: El enfermero para cualquier tipo de control es decir intervención que ejecute en el adolescente es preciso tomar en cuenta cada causa o factor que influye en sus características particulares como de grupales. Por esta sencilla razón es que el acercamiento del Enfermero con él adolescente debe desarrollarse de manera global total y holística tomando en cuenta, los aspectos biológicos y también aquellos componentes que intervienen directamente con lo cognitivo y habito saludable del adolescente, las relación la familia también las redes de apoyo, aspectos psíquicos, la nutrición, el sexo. Esto quiere decir diversas oportunidades que les brinda la sociedad en la que se desempeñan gozar de acceso a servicios elementales, además de los servicios de salud, entre otros determinantes sociales que son ejes elementales para un buen crecimiento. El Minsa nos indica que hay asuntos fundamentales acerca de salud en la adolescencia que se deberían considerar, estos asuntos son: salud sexualidad responsable, hábitos alimenticios y salud mental.

En un estudio realizado nos muestra que como principal problema den los consultorios están psiquiatría con motivo de depresión dieciséis por ciento, seguido de abuso sexual nueve por ciento, ansiedad con un ocho por ciento. El setenta por ciento de consultas es de estrés grave que es de dieciocho por ciento y trastornos psicóticos diez por ciento. Es por ello que enfermería como método científico debe extender su campo de acción más allá de lo clínico y hospitalario, hoy en día es muy importante que se oriente y se planifique para la colectividad, y se pueda reconocer de una manera más anticipada dificultades de salud y abordarla con efectividad por medio de la promoción y prevención de enfermedad, del mismo modo se debe instaurar actos encaminados a virtuosos hábitos, comportamientos y cuidados que no sólo restablezcan la salud, si no también que se instauren un ambiente comunitario fiable y saludable para sus

miembros, siempre considerando los determinantes generales de los diferentes sectores, en este caso los adolescentes.

Entonces la intervención de Enfermería, como ente protagónico en el abordaje integral de la población adolescente, tiene que realizar tomando en cuenta los ejes transversales como son la sexualidad, promoción de estilos de vida saludables, relaciones interpersonales y factores sociales y psicológicos, es así que dicha intervención permitirá desde el punto de vista de la enfermería abordar y satisfacer lograr satisfacer las necesidades de salud en los adolescentes con lo cual, mejorar su calidad de vida.

Dorothy Johnson nos destaca en su teoría de Sistemas conductuales que la enfermería esta designada apoyar a los pacientes a prevenir o recuperarse de una enfermedad o lesión. Es por ello que se centra, en como el paciente se adapta a la enfermedad e igualmente, como el estrés puede perjudicar la capacidad de adaptación. El individuo está constantemente dominado a factores estresantes, los cuales pueden llegar a producir un desequilibrio en la persona, es allí donde el profesional de enfermería debe mediar otorgando siempre cuidado que lleven al ser a confrontar de la mejor manera estas amenazas internas como externas que se van a presentan de diversas formas y así poder conseguir que la persona enfrente estos problemas de manera positiva, lo que llevara a ser una persona resiliente. Johnson nos señala que, las personas son seres activos en constante labor de búsqueda no sólo para adaptarse a su entorno, sino más bien para alterar dicho entorno y poder adaptarlo a sus necesidades. Así mismo, se considera que el sistema conductual es más activo que reactivo. Para Johnson, la meta de enfermería es aminorar y así la persona pueda progresar con mayor simplicidad el proceso de recuperación. La resiliencia no es un estado definido y estable, si no es más bien un camino al crecimiento. De igual forma no se construye sola, sino como se observa, gracias a los fuertes vínculos de afecto que se han tejido durante la vida.⁴⁴

1.5 Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre resiliencia y calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima.2018?

1.6 Justificación

Este estudio se realizó, no solo por la dificultad que tienen algunos adolescentes en esta etapa de su vida, sino también porque va permitir una mayor comprensión de las dimensiones que protegen al adolescente de los efectos negativos. Así como de las negativas condiciones del entorno humano y social que lo rodea. Esto permitirá un diseño de método práctico de fortalecimientos de esos indicadores para asegurar un desarrollo propicio que prevenga la aparición de afecciones físicas o mentales y mejorar su calidad de vida del adolescente.

Este estudio se justifica porque permite fomentar la necesidad indispensable de planear un buen proyecto de vida para mañana de estos jóvenes. Así también de interrelacionarse en el medio donde viven, entonces la resiliencia se debe promover desde casa, conjuntamente con los centros educativos, para producir mejores ciudadanos para el mañana con convicción, moral, buena autoestima, que le permita superar situaciones adversas y así tener una buena calidad de vida. Así mismo, la adolescencia es una etapa de cambios continuos durante el cual se adquieren nuevas capacidades y por lo tanto se definen conductas y habilidades, esto le permite al adolescente, confrontar, reflexionar, analizar, y sacar conclusiones que puedan fortalecer su crecimiento, impulsar sus factores protectores e impedir comportamientos de riesgo y así poder gozar de una plena satisfacción con calidad de vida.

1.7 Hipótesis

1.7.1 Hipótesis general

H1. Existe relación entre Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del Club Alianza Lima, 2018.

1.7.2 Hipótesis Específicas

HE₁: Existe baja capacidad de Resiliencia en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima, 2018

HE₂: La Calidad de Vida de los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima es deficiente.

1.8 Objetivos

1.8.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre Resiliencia y Calidad de Vida de los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del club Alianza Lima.
- Identificar la capacidad de Resiliencia en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club alianza lima.
- Calificar la calidad de vida de los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima.

II. METODO

2.1 Diseño de la investigación

La investigación es descriptivo correlacional., descriptivo ya que describe la situación del problema, y se especifica las propiedades importantes de los adolescentes, además se midió y evaluó las dimensiones y componentes del problema a investigar. Es de nivel correlacional porque se va determinar el grado de relación entre dos variables. Es diseño de investigación es no experimental por que no se manipulara variables, observaremos el contexto natural tal como se da para después analizarlo. De corte transversal ya que va recolectar cifras en un único específico instante, y su finalidad va ser describir variables y detallar su incidencia e interrelación en un tiempo determinado.

2.2 Variable y operacionalización

Variables:

V1. Resiliencia

V2. Calidad de vida

TABLA DE OPERACIONALIZACION

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Resiliencia	Resiliencia viene a ser un proceso, en otras palabras es la aptitud o consecuencia de una transformación triunfante a pesar de las circunstancias retadoras amenazantes. Resiliencia entonces significa tener habilidad, destreza, conocimientos, que el ser humano va acumulando con los años y como los sujetos pelean y perseveran para levantarse del infortunio y desafiar las amenazas ³⁸	La resiliencia se medirá con test de escala Likert, este instrumento evaluara las siguientes dimensiones la ecuanimidad, satisfacción personal, sentirse bien solo, confianza en sí mismo, perseverancia	<p>Ecuanimidad</p> <p>Satisfacción personal</p> <p>Sentirse bien solo</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Perseverancia</p>	<p>Habilidad -experiencia -tranquilidad</p> <p>-Metas -humor -Autoestima</p> <p>-Comprensión -Libertad</p> <p>-Decisión -Capacidad -Fuerza</p> <p>-Persistencia - Confianza -Autodisciplina</p>	ORDINAL

TABLA DE OPERACIONALIZACION

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Calidad de Vida	<p>Calidad de vida viene a ser la medición compuesta por bienestar físico, mental y social, de igual forma se distingue la dicha, el gozo y la recompensa. . Generalmente calidad de vida tiene que ver con una solvencia económica que posibilitara a la persona vivir con las exigencias primordiales cubiertas.⁷⁰</p>	<p>La calidad de vida se medirá con un test de escala de Likert, este instrumento evaluara las siguientes dimensiones, el bienestar de salud, físico, nutricional, emocional, integración, económico, autodeterminación, desarrollo personal.</p>	<p>Bienestar material</p> <p>Bienestar emocional</p> <p>Relaciones interpersonales</p> <p>Desarrollo personal</p> <p>Bienestar físico</p> <p>Autodeterminación</p>	<p>Alimentación Status económica</p> <p>Satisfacción Felicidad</p> <p>Familia Amigos</p> <p>habilidad educación</p> <p>Salud estado físico</p> <p>toma de decisiones control</p>	NOMINAL

2.3 Población y muestra

La población de la actual investigación, fue de 35 adolescentes pertenecientes a la Academia del Club Alianza Lima, entonces se trabajó con adolescentes de sexo masculino entre las edades de 14 y 15 años, en el periodo de agosto del 2018.

2.3.1 Criterios de inclusión

Se incluyeron a los adolescentes pertenecientes a la Academia del Club Alianza Lima, oscilan entre los 14 y 15 años.

2.3.2 Criterio de exclusión

Se excluyeron a todos los adolescentes mayores de 16 años y a los menores de 13 años pertenecientes a la Academia del Club Alianza Lima.

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica: encuesta

Instrumento: Se aplicó un cuestionario de resiliencia, que estuvo conformado por 25 preguntas que se midieron en 5 dimensiones e indicadores. Así mismo se aplicó el cuestionario de Calidad de Vida conformado por 51 preguntas y se midieron en 6 dimensiones en los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima.

Validez: Se determinó mediante instrumentos validados de Wagnild y Young en resiliencia, Gómez y Verdugo en calidad de vida.

Confiabilidad

Se desarrolló un ensayo piloto de veinticinco encuestas, a los adolescentes de la Academia de Club Deportivo Municipal, los cuales no forman parte del censo de nuestra investigación y fue computada en formato tipo Likert en el programa SPSS, seguidamente fue evaluada con el Alfa de Cronbach donde se obtuvo un resultado de 0.89, esto nos indica lo confiable del instrumento de Wagnild y Young. La validez nos

muestra altos índices altos de confiabilidad de Resiliencia con cálculos muy bien implantados asociados con la resiliencia.

2.5 Métodos de análisis de datos

En la recolección de datos de la presente investigación se aplicaron los cuestionarios a los adolescentes de la academia del Club Alianza Lima, cada adolescente respondió las preguntas con sus respectivas alternativas de manera individual. Luego se ejecutó un extenso método, el cual consistió en la realización del libro de códigos, seguidamente se desarrolló el cálculo de puntaje, así mismo se elaboró la base de datos en el programa SSPS veinticuatro y luego se descargó los resultados que se consiguieron en la encuesta e interpretaremos los niveles por puntajes en desacuerdo, de acuerdo, según lo obtuvo en la estadística, incluso se analizó Confiabilidad en un estudio bivariado. Cabe resaltar que los resultados se explicaran en gráficos y se analizaran.

2.6 Aspectos éticos

Los principios éticos en esta investigación fueron las siguientes:

Autonomía: Los adolescente que participaron en la encuesta mostraron una buena actitud, aceptaron la participación con total libertad fueron proactivos y pusieron todo de su parte para sacar adelante la encuesta, siempre respetando a las personas encuestadas. Así mismo se le otorgo el asentimiento informado a los padres y apoderados de los adolescentes.

Justicia: Conservación al derecho de participar, respetando a los adolescentes participantes en la encuesta no discriminándolo por raza, color, raza o status social.

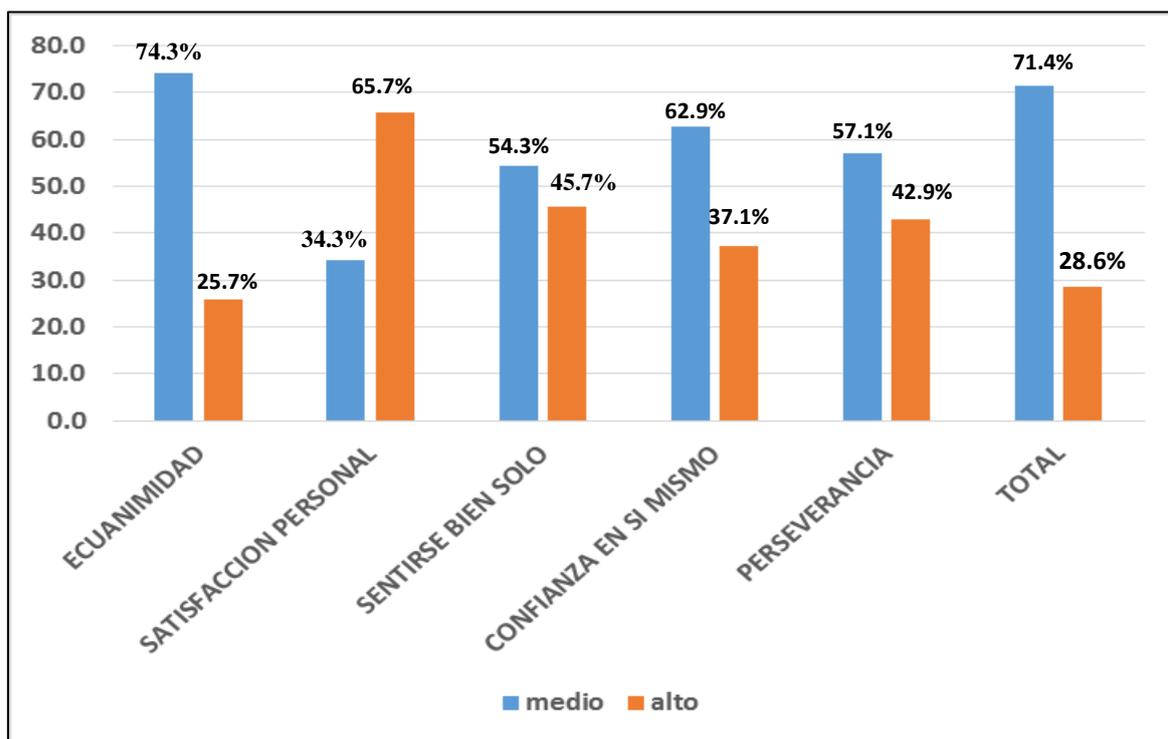
No maleficencia: Los información que se obtuvo en la encuesta serán protegidas manteniendo el respeto de la confidencialidad.

Beneficencia: No se dañó la intimidad tampoco psicológicamente a los participantes en esta encuesta de investigación.

III. RESULTADOS

GRAFFICO N° 1

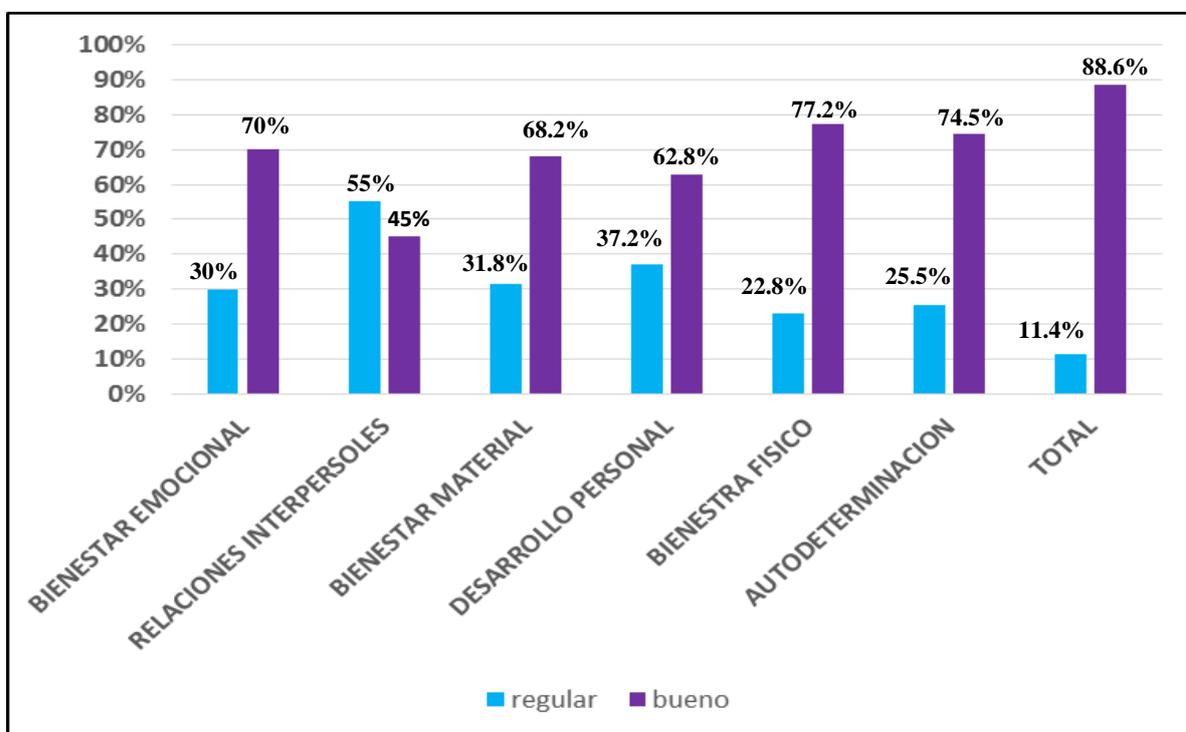
CAPACIDAD DE RESILIENCIA DE LOS ADOLESCENTES DE 14-15 AÑOS DE LA ACADEMIA DEL CLUB ALIANZA LIMA, SEGÚN DIMENSIONES



Fuente: Cuestionario de Resiliencia aplicado a los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima por Huamán, 2018.

INTERPRETACION: Según los resultados obtenidos en los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima, nos revela que un 71.4% (25) tienen una capacidad de Resiliencia media, en tanto que en un 28.6 % (10) es alta. En relación a las dimensiones, podemos señalar que los adolescentes cuentan con un 65.6% (23) de capacidad alta en satisfacción personal, en tanto solo un 25.7% (9) poseen capacidad alta en Ecuanimidad; así mismo podemos apreciar que los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima muestran una capacidad media en ecuanimidad con un 74.3% (26) y el 34.3% (12) tienen una capacidad media en la dimensión satisfacción personal.

GRAFICO N° 2
CALIDAD DE VIDA DE LOS ADOLESCENTES DE 14-15 AÑOS DE LA
ACADEMIA DEL CLUB ALIANZA LIMA, SEGÚN DIMENSIONES



Fuente: Cuestionario de Calidad de Vida aplicado a los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima, por Huamán 2018

INTERPRETACION: Según los resultados encontrados se demuestra que el 88.6% (31) de los adolescentes del Club Alianza Lima gozan de una buena calidad de vida y las dimensiones más destacadas fueron Bienestar Físico con un 77.2% (27), Autodeterminación con 74.5% (26) y Bienestar emocional con el 70% (25), lo que demuestra que los adolescentes se sienten satisfechos, seguros y motivados. Sin embargo el 11.4% (4) gozan de regular calidad de vida y las dimensiones más relevantes son Relaciones interpersonales con un 55% (19) y bienestar material con el 31.4% (10).

Tabla 1°
Relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima

Calidad de vida	Resiliencia					
	medio		alto		total	
	frcia	%	frcia	%	frcia	%
Deficiente	6	17.1%	3	8.6%	9	25.7%
Regular	12	34.3%	7	20%	19	54.3%
Bueno	3	8.6%	4	11.4%	7	20%
Total	21	60%	14	40%	35	100%

Fuente: Cuestionario aplicado a los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima, 2018, por Huamán

Con respecto a la relación entre Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima, se observa que de un total de 100% (35) de adolescentes encuestados 34.3% (12), tienen capacidad media de Resiliencia y goza de calidad de vida regular. Finalmente el 20% (7) de los adolescentes gozan de calidad de vida alta y capacidad de Resiliencia alta.

TABLA 2°
Prueba de Chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. Asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	1,103 ^a	2	,576
Razón de verosimilitud	1,185	2	,581
Asociación lineal por lineal	,826	1	,364
N° de casos validos	35		

(p > 0.05)

Prueba de Hipótesis

Aplicando la prueba estadística podemos deducir que no existe relación significativa entre Resiliencia y calidad de vida porque se obtuvo un p de 0,576 (p>0.05)

IV. DISCUSION

La Resiliencia es la aptitud que tiene el individuo para triunfar ante adversidades, esto quiere decir que son destrezas que el ser humano construye de experiencias vividas para salir adelante. Cabe resaltar que no es una cualidad con la que se nace, sino más bien se desarrolla en el tiempo. No obstante los hechos demuestran que cuando los seres humanos después de haber vencido algunos infortunios que nos presenta en la vida, el adolescente consigue fortalecerse y llega a tener una vida mucho más equilibrada, positiva y llena de optimismo en la adultez. .Esto quiere decir que existen agentes protectores que se construyen a consecuencia de la desgracia y la transforman en elementos de mejora. De igual manera podemos decir que calidad de vida es el bienestar físico, mental y social que tiene el ser humano, es por ello que podemos decir que es un conglomerado de ingenio y talento para lograr vivir plenamente y desafiar la vida de forma provechosa.

El propósito principal de esta presente de este estudio es determinar si existe relación entre resiliencia y calidad de vida en los adolescentes de la Academia del club Alianza Lima. Al mismo tiempo conocer la capacidad que tienen para sobreponerse a adversidades. Además calificar la calidad de vida de los adolescentes antes mencionados. Por consecuencia se deberá realizar acciones para fomentar y fortalecer la resiliencia con actividades de enfermería siendo indispensable la participación de los padres y distintos profesionales para realizar un trabajo multidisciplinario donde se beneficiaran los adolescentes del club.

Describiendo los resultados de la investigación en la variable Resiliencia revelo que la mayoría de adolescentes de la Academia del Club Alianza Lima tiene una capacidad media de Resiliencia a nivel general con un 71.4 % (25) frente a un 28.6% (10) de capacidad alta de Resiliencia y ninguno tiene capacidad de Resiliencia baja, encontrándose en la dimensión Satisfacción personal un 65.7% (23) de capacidad alta y el 34.3%(12) de capacidad medio de Resiliencia, este resultado coincide con los estudios de Chacón (España, 2017), Peris (España,2017), Arequipeño y Gaspar (Lima 2016), quienes señalan en sus resultados que los deportistas de futbol de un club de la ciudad de Madrid, el Club de futbol Villareal de España y alumnos de los centros educativos de ATE gozan de un nivel medio de Resiliencia con un 56.4%,67.39% y

50.8%, por otro lado estos resultados difieren con el estudio de Flores (Lima, 2014) quien señala que los adolescentes muestran una capacidad de resiliencia alta con un 49%.

La resiliencia no es una cualidad innata no está impresa en nuestros genes, pero que podemos desarrollar a lo largo de la vida, todas las personas podemos ser resilientes siempre y cuando cambiemos algunos de nuestros hábitos y creencias; las personas resilientes conocen sus fortalezas y debilidades. El autoconocimiento es un arma muy poderosa para enfrentar los retos de la vida y las personas resilientes saben usarlas a su favor, estas personas saben cuales son sus fortalezas y habilidades así como limitaciones y defectos de esta forma suelen trazarse metas más objetivas que no solo tienen en cuenta sus necesidades y sueños sino también los recursos de los disponen para conseguirlas. Las personas resilientes toman las dificultades como aprendizaje, además de ver la vida con objetividad y optimismo incluso confían en sus capacidades y se rodean de personas que tienen actitud positiva. Se demuestra entonces con los resultados la importancia de fomentar resiliencia en los adolescentes de la academia, lo que permitirá al adolescente ser más seguro en la toma de decisiones.

Describiendo los resultados de Calidad de vida, se aprecia que los adolescentes de la Academia gozan de una buena Calidad de vida con un 88.6 % (31) y el 11.4% (4) gozan de regular Calidad de vida y ninguno goza de calidad de vida deficiente, encontrándose que en la dimensión, Relaciones interpersonales con un 55% (19) presenta regular calidad de vida y el 45% buena calidad de vida. Este resultado concuerda con los de Capdevila (España, 2015), Rosales (Guatemala, 2013), Grimaldo (Lima,2013) quienes refieren que los adolescentes deportistas del colegio Castellón, los alumnos del Centro Educativo Santa Cruz de Quiche y los 12 Centros Educativos particulares de Lima gozan de buena Calidad de vida con un 54.4%, 85% y 48%, entonces podemos mencionar que los adolescentes de la Academia tienen buena condición física, gozan de buena salud y sus padres cuentan con recursos para satisfacer sus necesidades básicas.

Calidad de vida es la sensación subjetiva de bienestar del ser humano. Hace alusión a varios niveles de generalización pasando por la sociedad, comunidad hasta el aspecto físico y mental. Por lo tanto el significado de Calidad de vida es complejo. Se evalúa analizando Bienestar material haciendo alusión a ingresos pertenencias, vivienda y transporte, Bienestar físico con conceptos como salud y seguridad física, Bienestar

emocional con autoestima, espiritualidad e inteligencia emocional, Relaciones interpersonales como amistades, familia y comunidad y en Desarrollo personal con educación productividad y contribución. Por consecuencia la Calidad de vida va disminuir las enfermedades físicas incluso mentales y al aumentar la sensación de bienestar va ser fundamental para lograr la autorrealización de ser humano. Sin embargo cuando la Calidad de vida es deficiente el desarrollo en la persona es limitada, además la expectativa de vida disminuye, aumenta la morbilidad y mortalidad y se agudizan los problemas sociales.

Este resultado encontrado en los adolescentes de la Academia del club Alianza Lima se atribuye a que la Resiliencia se desarrolla a través de experiencias vividas, que el gozar de buena calidad de vida no significa gozar de alta Resiliencia, si más bien que la persona va adquirirlas fortaleciendo sus debilidades y así vencer adversidades.

Por otro lado a partir de los hallazgos encontrados en la presente investigación, se obtuvo que no hay relación significativa entre Resiliencia y Calidad de vida (p 0,576) estos resultados son similares a los Arequipaño & Gaspar (Lima, 2016) quien nos señala en estudio que no hay relación significativa entre Resiliencia y felicidad (p ,236).

Teniendo en cuenta todo lo antes mencionado se ponen de manifiesto la importancia del fomento de resiliencia en edades tempranas ya que es una habilidad fundamental a la hora de vencer obstáculos, esas experiencias pueden contribuir al desarrollo del ser humano. Al mismo tiempo se pretende resaltar la actividad física de igual forma las relaciones cálidas con la familia que serán útiles cuando se llegue a la adultez

V. CONCLUSIONES

- A la vista de los resultados podemos concluir que no existe relación significativa entre las variables Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima. Entonces se rechaza la hipótesis alterna. Es decir que ante más experiencias y adversidad mayor será capacidad de Resiliencia.
- Con respecto a los adolescentes encuestados para identificar su capacidad de Resiliencia, se halló que un 71.4% (25) de la muestra gozan capacidad media de Resiliencia, en tanto el 28.6% (10) gozan de alta capacidad de Resiliencia.
- En lo que respecta a calidad de vida de los adolescente de la Academia del Club Alianza califican con un 88.6% (31) con buena Calidad de vida, y lo con un 11.4% (4) califican con regular Calidad de vida.

VI. RECOMENDACIONES

- Se recomienda a la Academia del Club Alianza Lima, realizar actividades para fomentar Resiliencia y así; promover y desarrollar en los adolescentes aquellos factores protectores que van a permitir a los adolescentes a vencer las adversidades y obstáculos que se le puedan presentar en transcurso de la vida.
- Se le recomienda a la Academia del club alianza lima que establezca una relación con los familiares con el fin de participar padres e hijos en actividades recreativas que permitan mejorar la relación entre ellos.
- Se recomienda realizar investigaciones específicamente en la variable Resiliencia y si es posible comparar con otros clubes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Kotliareno, M., Caceres, I., Fontecilla, M. Estado de arte en Resiliencia. Washington, OMS; 1995.
2. Gonzales Arratia, N. Factores determinantes de la resiliencia en niños de la ciudad de Toluca. México; Universidad Iberoamericana; 2007
3. Rutter, M. Resilienciasome conceptual considerations. Journal of adolescen thealth: USA; 1993.
4. Andrade, P. El significado de la familia. La psicología social: México; 1994.
5. Gonzales N, Valdez J. Optimismo, pesimismo y resiliencia en adolescentes de la Universidad Autónoma. México; 2013.
6. Amar J, Kotliarenko A, Abello R. Factores psicosociales asociados con los niños colombianos víctimas de violencia familiar intrafamiliar. Colombia; 2014.
7. Peña, E. Fuentes de resiliencia en estudiantes de colegios nacionales: Lima, Arequipa; 2014.
8. Flores, M. Resiliencia y proyecto de vida en estudiantes del tercer año de secundaria de la UGEL 03. [Tesis doctoral]. Universidad Nacional mayor de San Marcos: Lima; 2013
9. Walsh, F. Resiliencia familiar. Buenos Aires: Amorrortu; 2004.
10. Grotberg, E. Guía de promoción de la resiliencia en niños para fortalecer el espíritu humano. Fundación Bernard Van Leer: USA; 1996.
11. Puac, F. Bienestar Psicológico subjetivo de estudiantes adolescentes. [Tesis]. Universidad Rafael Landívar: Guatemala; 2013
<http://biblio2.url.edu.gt/Tesis/Xela/05/06/Puac-Tale-Felipe/Puac-Tale-Felipe.pdf>.
12. Ardila, R. Calidad de vida: una investigación integradora. Revista Latinoamericana de psicología 2003; 35(2): 161-164.
13. Tuesca R., De la Osma., García. N., Lobo J. Calidad de vida relacionada con la salud y determinantes sociodemográficos en adolescentes de Barranquilla 2007; 298 (158)
14. Organización Mundial de la Salud [OMS]. The World Health Organization Quality of Life Assessment; 1995.

15. Núñez, R. Problemas médicos de los adolescentes. La Habana: Editorial Científico Técnica; 1988.
16. Quinceño J., Vinaccia S. Psicología positiva de la infancia: Análisis exploratorio de instrumentos. Universidad Autónoma de Madrid. España; 2010.
17. Gálvez, A. Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia: [Tesis doctoral]. Murcia: Universidad de Murcia; 2004.
18. Capdevila Seder, A, Bellmunt Villalonga, H, Domingo, CH. Estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no-deportistas. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación [Internet]. 2015;(27):28-33. Recuperado de: 0
19. Centeno, M. Niveles de actividad física en la adolescencia.[Tesis doctoral]. Universidad Complutense: Madrid; 1997.
20. Rosales, G. Calidad de vida en alumnos adolescentes de un colegio privado de Santa Cruz del Quiche. [Tesis de grado]. Universidad Rafael Landívar: Guatemala; 2013.
21. Grimaldo, M. Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la ciudad de Lima. Universidad Federico: Perú; 2013.
22. Reig A., Cabrero J., Ferrer R., Richard R. La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios: Argentina; 2001
23. Ardila, R. Calidad de vida: Una definición integradora. Revista Latinoamericana de psicología 2003; 35(2): 161-164.
24. Quiceño J., Vinaccia S. Calidad de vida en adolescentes: Análisis desde las fortalezas personales y las emociones negativas. Universidad de Buena Aventura: Colombia; 2014.
25. Pozo J., Quezada I., Quispillo C. Resiliencia en adolescente en el colegio Benigno Malo de la ciudad de Cuenca. [Tesis]. 2013
26. Verduzco, A. Autoestima, estrés y afrontamiento desde el punto de vista del desarrollo. [Tesis doctoral]. Universidad Nacional Autónoma de México; 2004.
27. Carvajal, G. Adolescencia: la aventura de una metamorfosis. Una versión psicoanalítica de la adolescencia. Tiresias: Bogotá; 1993
28. Lave G., Schonert K. Nonsuicidal self-harm among community adolescents: Journal of Youth and Adolescence 2005; 5(34), 447-457.
29. Fernández, D. Revista. Mundo Mejo: Adolescentes Magnifico 2005; 1145(22).

30. Sánchez, U. Los adolescentes Promesas del Futuro. Ecuador: Editorial pacifico; 2001
31. Almaraz, G. Estudio sobre Autoconcepto y Autoestima en adolescentes. Consejo de la Juventud: Barcelona; 2002.
32. Gonzáles N., Valdez J. Resiliencia en niños huérfanos y de familias integradas. Memorias del XXXIII Congreso Nacional del CNEIP: México; 2006.
33. Krauskopf, D. El fenómeno de la Resiliencia durante la adolescencia. Proniño 1996; 2(6)
34. Villalba, Q. El concepto de Resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social: Igualdad y Calidad de Vida 2003; 12(3), 283-299.
35. Robbin, D. Exploring risk and resiliency in family functioning: Dissertation; 2001.
36. Wolin, S. y Wolin, S. The resilient self: how survivors of troubled families rise above adversity. New York: VillardBooks.
37. Wagnild G., Young H. Escala de resiliencia para identificar el nivel de resiliencia de adolescentes y adultos. 1993
38. Gómez, J, Verdugo A. Calidad de vida familiar en personas: un análisis comparativo. Universitas Psychologica [Internet]. 2008; 7(2):369-383. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64770206>.
39. Gonzales, A. Ecuanimidad. [Tesis]. Universidad San Francisco. Quito; 2014
40. Reche García, C, Tutte Vallarino, V, Ortin Montero, FJ. Resiliencia, optimismo y burnout en judokas de competición uruguayos. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejército y el deporte [Internet]. 2014; 9(2): 267-279. Recuperado <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3111131093011>
41. Gómez, J, Verdugo A. Calidad de vida familiar en personas: un análisis comparativo. Universitas Psychologica [Internet]. 2008; 7(2):369-383. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64770206>.
42. Sánchez Teruel, D, Robles Bello, MA. Factores protectores que promueven la resiliencia ante el suicidio en adolescentes y jóvenes. Papeles del psicólogo [Internet]. 2014; 35(3): 181-192. Recuperado <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77832241003>
43. Torres J. Resiliencia. Rev. Uru. Cardiol. [Internet]. 2014 Dic [citado 2018 jun 20]: 29(3): 287-288. Disponible en http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttex&pid=S1688-042020140003000002&Ing=es.

44. Morales N., Gonzáles Adolfo. Resiliencia Autoestima y Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables [Interne]. 2014 40(1), 215-228. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052014000100013>
45. Bay, Ch. La estructura de la libertad: Madrid; 1961.
46. Padura Fuentes L. Fiebre de caballos La Habana: Instituto Cubano del Libro. Cuba; 1986.
47. Carmona L, Rozo C, Mogollón A. La salud y la promoción de la salud: una aproximación a su desarrollo histórico y social. Revista Ciencias de la Salud, 3, 62-77.
48. Golman, D. Inteligencia emocional. Editorial Kairos; España: 2007
49. Gómez, J, Verdugo A. Calidad de vida familiar en personas: un análisis comparativo. Universitas Psychologica [Internet]. 2008; 7(2):369-383. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64770206>
50. Galli, D. Autopercepción de la calidad de vida: un estudio comparativo; Argentina: 2013.
51. Arias, J. Concepto de la calidad de vida en los adolescentes sanos y enfermo: 2013. http://www.imbiomed.com.mx/1/1/articulos.php?method=showDetail&id_articulo=10714&sección=134&id_ejemplar=1108&id_revista=20
52. Molina, F. Juventud, Deporte e Interculturalidad: Vías de Integración social y Calidad de vida: 2013.
- 53 Monardes, C. Calidad de vida en adolescentes inmigrantes extranjeros que cursan educación secundaria obligatoria; España: 2012.
54. Pares, B. El entorno familiar y la percepción de Calidad de vida en los adolescentes; Argentina: 2012.
55. Tuesta, R., Centeno, H., De la Osma, M. Calidad de vida relacionada con la salud y determinantes sociodemográficos en adolescentes; Colombia: 2013.

ANEXOS

Anexo 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	DISEÑOS	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima 2018?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima, 2018.</p> <p>Objetivo específico</p> <p>.Identificar la capacidad de Resiliencia en los adolescentes del club Alianza Lima</p> <p>.Calificar la calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima.</p> <p>Hipótesis específico</p> <p>Existe baja capacidad de Resiliencia en los adolescentes del club Alianza Lima</p> <p>La calidad de vida de los adolescentes del club Alianza Lima es deficiente.</p>	<p>Diseño y tipo de investigación</p> <p>Este diseño es de tipo descriptivo correlacional de corte transversal</p> <p>Población: está constituida por 35 adolescentes pertenecientes a las divisiones menores del club Alianza Lima</p> <p>Muestra: se trabajara con 35 adolescentes</p>	<p>Ecuanimidad</p> <p>Satisfacción personal</p> <p>Sentirse bien solo</p> <p>Confianza en sí mismo</p> <p>Perseverancia</p>	<p>Habilidad Experiencia tranquilidad</p> <p>metas humor autoestima</p> <p>comprension libertad</p> <p>desicion capacidad fuerza</p> <p>persistencia autodisciplina confianza</p>	<p>7, 8, 11, 12</p> <p>16, 21, 22, 25</p> <p>5, 3, 19</p> <p>6, 9, 10, 13, 17, 18, 24</p> <p>1, 2, 4, 14, 15, 20, 23</p>

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	DISEÑOS	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
<p>Problema general</p> <p>¿Cuál es la relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima 2018?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima, 2018.</p> <p>Objetivo específico</p> <p>.Identificar la capacidad de Resiliencia en los adolescentes del club Alianza Lima</p> <p>.Calificar la calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación entre Resiliencia y calidad de vida en los adolescentes del club Alianza Lima.</p> <p>Hipótesis específico</p> <p>Existe baja capacidad de Resiliencia en los adolescentes del club Alianza Lima</p> <p>La calidad de vida de los adolescentes del club Alianza Lima es deficiente.</p>	<p>Diseño y tipo de investigación</p> <p>Este diseño es de tipo descriptivo correlacional de corte transversal</p> <p>Población: está constituida por 35 adolescentes pertenecientes a las divisiones menores del club Alianza Lima</p> <p>Muestra: se trabajara con 35 adolescentes</p>	<p>Bienestar material</p> <p>Bienestar emocional</p> <p>Relaciones interpersonales</p> <p>Desarrollo personal</p> <p>Bienestar Físico</p> <p>Autodeterminación</p>	<p>-alimentación -estatus</p> <p>-satisfacción -felicidad</p> <p>-familia -amigos</p> <p>-educación -habilidad</p> <p>-salud -estado físico</p> <p>-toma de decisión -control</p>	<p>19,20,21,22,23,24,25,26.</p> <p>1,2,3,4,5,6,7,8.</p> <p>9,10,11,12,13,14,15,16,17,18.</p> <p>27,28,29,30,31,32,33,34</p> <p>35, 36, 37,38,39,40,41,42.</p> <p>43,44,45,46,47,48,49,50,51.</p>

Anexo 02 cuestionarios

Escala de Resiliencia de Wagnild y Young

Ítems	En desacuerdo				De acuerdo		
	1	2	3	4	5	6	7
1- Cuando planeo algo lo realizo.	1	2	3	4	5	6	7
2- Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	1	2	3	4	5	6	7
3- Dependo más de mismo que de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
4- Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
5- Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
6- Me siento orgulloso de haber logrado cosas en la vida.	1	2	3	4	5	6	7
7- Usualmente veo las cosas a largo plazo.	1	2	3	4	5	6	7
8- Soy amigo de mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
9- Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
10- Soy decidido.	1	2	3	4	5	6	7
11- Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	1	2	3	4	5	6	7
12- Tomo las cosas una por una.	1	2	3	4	5	6	7
13- Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	1	2	3	4	5	6	7
14- Tengo autodisciplina.	1	2	3	4	5	6	7
15- Me mantengo interesado en las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16- Por lo general encuentro algo de que reírme.	1	2	3	4	5	6	7
17- El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	1	2	3	4	5	6	7
18- En una emergencia soy una persona en quien se pueda confiar.	1	2	3	4	5	6	7
19- Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.	1	2	3	4	5	6	7
20- Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.	1	2	3	4	5	6	7
21- Mi Vida tiene significado.	1	2	3	4	5	6	7
22- No me lamento de las cosas, por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7
23- Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	1	2	3	4	5	6	7
24- Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	1	2	3	4	5	6	7
25- Acepto que hay personas a las que yo no le agrado.	1	2	3	4	5	6	7

Escala de Calidad de Vida Gómez y Verdugo

BIENESTAR EMOCIONAL

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
1	Se muestra satisfecho.	4	3	2	1
2	Presenta signos de depresión.	1	2	3	4
3	Esta alegre o de buen humor.	4	3	2	1
4	Muestra sentimientos de incapacidad o inseguridad.	1	2	3	4
5	Presenta síntomas de ansiedad.	1	2	3	4
6	Se muestra satisfecho consigo mismo.	4	3	2	1
7	Tiene problemas de comportamiento.	1	2	3	4
8	Se motiva al momento de realizar algún tipo de actividad.	4	3	2	1

PUNTUACION DIRECTA TOTAL

RELACIONES INTERPERSONALES

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
9	Realizas actividades que te gustan con otras personas.	4	3	2	1
10	Mantienes con tu familia la relación que deseas.	4	3	2	1
11	Se queja de falta de amigos estables.	1	2	3	4
12	Valora negativamente sus relaciones de amistad.	1	2	3	4
13	Manifiesta sentirse infravalorado por su familia.	1	2	3	4
14	Tienes dificultades para iniciar una relación de pareja.	1	2	3	4
15	Mantienes buena relación con tus amigos	4	3	2	1
16	Manifiesta sentirse querido por las personas importantes para ti.	4	3	2	1
17	La mayoría de personas con las que interactúas tienen una condición similar a la tuya.	1	2	3	4
18	Tienes vida sexual satisfactoria.	4	3	2	1

BIENESTAR MATERIAL

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
19	El lugar donde vives te permite llevar un estilo de vida saludable (ruidos, humos, olores, oscuridad, escasa ventilación, desperfectos, inaccesibilidad.	1	2	3	4
		4	3	2	1
20	El lugar donde vives es seguro.	4	3	2	1
21	Dispones de bienes materiales que necesitas.	1	2	3	4
22	Te encuentras descontento del lugar donde vives.	4	3	2	1
23	El lugar donde vives es limpio.	4	3	2	1
24	Dispones de recursos económicos necesarios para cubrir necesidades básicas.	4	3	2	1
25	Los ingresos en tu hogar te permiten caprichos.	1	2	3	4
26	El lugar donde vives está adaptado a tus necesidades.	4	3	2	1

DESARROLLO PERSONAL

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
27	Muestra dificultad para adaptarse a las situaciones que se le presentan.	1	2	3	4
28	Tiene acceso a nueva tecnología (internet, teléfono móvil, etc.)	4	3	2	1
29	El trabajo que desempeña le permite el aprendizaje de nuevas habilidades.	4	3	2	1
30	Muestras dificultades para resolver con eficacia los problemas que se plantean.	1	2	3	4
31	Desarrolla su trabajo de manera competente y responsable.	4	3	2	1
32	El servicio al que acude toma en consideración su desarrollo personal y aprendizaje de habilidades nuevas.	4	3	2	1
33	Participa en la elaboración de su programa individual.	4	3	2	1
34	Se muestra desmotivado en su trabajo.	1	2	3	4

BIENESTAR FISICO

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
35	Tienes problemas de sueño.	1	2	3	4
36	Dispones de ayuda si la necesitas.	4	3	2	1
37	Tus hábitos alimenticios son saludables.	4	3	2	1
38	Tu estado de salud te permite llevar una actividad normal	4	3	2	1
39	Tienes buen aseo personal.	4	3	2	1
40	En el servicio que acudes supervisa tu medicación.	4	3	2	1
41	Tus problemas de salud te producen dolor o malestar.	1	2	3	4
42	Tienes dificultades para la atención sanitaria.	1	2	3	4

PUNTUACION DIRECTA TOTAL

AUTODETERMINACION

		Siempre o Casi siempre	Frecuente mente	Algunas veces	Nunca o casi nunca
43	Tienes metas, objetivos intereses personales.	4	3	2	1
44	Eliges como pasar tu tiempo libre.	4	3	2	1
45	En el servicio al que acude tienen en cuenta tus preferencias.	4	3	2	1
46	Defiendes tus ideas y opiniones.	4	3	2	4
47	Otras personas deciden sobre tu vida personal.	1	2	3	
48	Otras personas deciden como gastar tu dinero.	1	2	3	4
49	Otras personas deciden a la hora que te acuestas.	1	2	3	4
50	Organizas tu propia vida.	4	3	2	1
51	Eliges con quien vivir.	4	3	2	1

CLUB ALIANZA LIMA

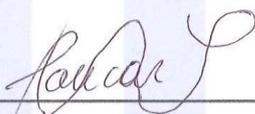
DIVISIÓN DE MENORES
ACADEMIAS OFICIALES DE FÚTBOL

El que suscribe **ANTENOR PAUCAR ORDAYA**, Coordinador General de las Academias de fútbol Del Club Alianza Lima.

HACE CONSTAR QUE:

El SR. **JULIO CESAR HUAMÁN CAHUANA**, identificado con DNI N° 10355738, se le otorga el permiso para realizar las encuestas a los deportistas pertenecientes a la Academia del Club Alianza Lima, desde el 01 de setiembre a diciembre del 2018 para su trabajo de investigación.

Lima, 01 de setiembre del 2018.



ANTENOR PAUCAR ORDAYA

COORDINADOR GENERAL



Anexo 04

Asentimiento Informado

Considerables Padres o Apoderados (as) Les dirijo un cariñoso saludo, deseándoles bendiciones y éxitos en su vida habitual. La presente es para informarle y a la vez pedirle autorización para que su menor hijo pueda participar en una investigación dirigida por mi persona, ya que como Alumno del último año de la carrera Enfermería de la UCV y me encuentro laborando el Proyecto de Tesis. La finalidad de este estudio es establecer las dimensiones de la calidad de vida de los adolescentes, las cuales son: Relaciones interpersonales, bienestar material, personal, emocional, físico, integración a la comunidad y autodeterminación. Si usted concede que su hijo coopere, el responderá un sondeo llamado: Calidad de vida en los Adolescentes, este sondeo durara aproximadamente 30 minutos y se llevará a cabo el día viernes 14- 05- 18 dentro de las instalaciones del Club. La participación en este estudio es opcional. La información que se recabe será confidencial y no se usará para ninguna otra finalidad fuera de lo establecido en esta investigación. Las respuestas al cuestionario serán codificadas de forma anónima. Desde ya le agradezco su comprensión y atención a la presente. Atentamente, _____

----- Si autoriza la colaboración de su hijo en esta investigación, llene y firme la presente hoja con los datos que se le piden a continuación Yo _____ padre, madre o encargado, AUTORIZO a mi hijo para que participe en el estudio titulado “Calidad de vida en alumnos adolescentes, teniendo en cuenta que todos los datos serán confidenciales y únicamente usados para esta investigación. _____ Firma del padre, madre o encargado.

ANEXO 05

CALCULO DE PUNTAJE SEGÚN HISTANINOS RESILIENCIA

DIMENSION DE RESILIENCIA

Estadísticos

N.	validos	
	perdidos	
media		100.00
desviación Estándar		47.73

$$A = X - 0.75 (DS)$$

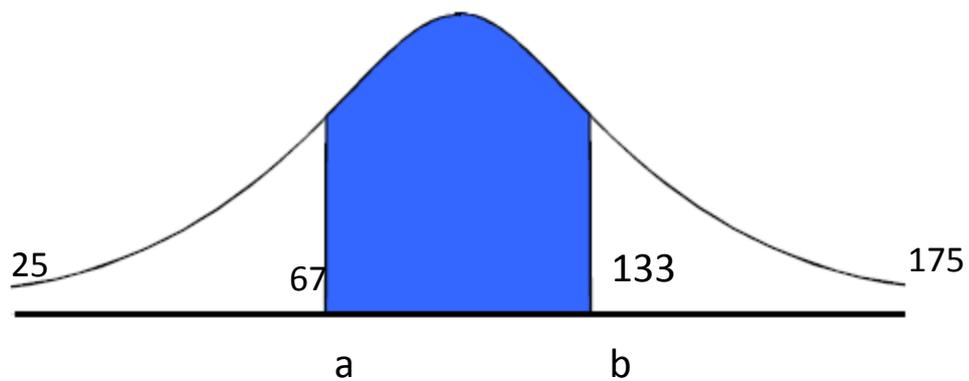
$$A = 100 - 0.75 (43.73)$$

$$A = 67.2$$

$$B = X + 0.75 (DS)$$

$$B = 100 + 0.75 (43.73)$$

$$B = 132.79$$



$$\text{Alto} = 126 - 175$$

$$\text{Medio} = 76 - 125$$

$$\text{Baja} = 25 - 75$$

DIMENSION: 1ª ECUANIMIDAD

Validos	
Perdidos	
Media	16.00
Desviación estándar	7.35

$$A = X - 0.75 \text{ (DS)}$$

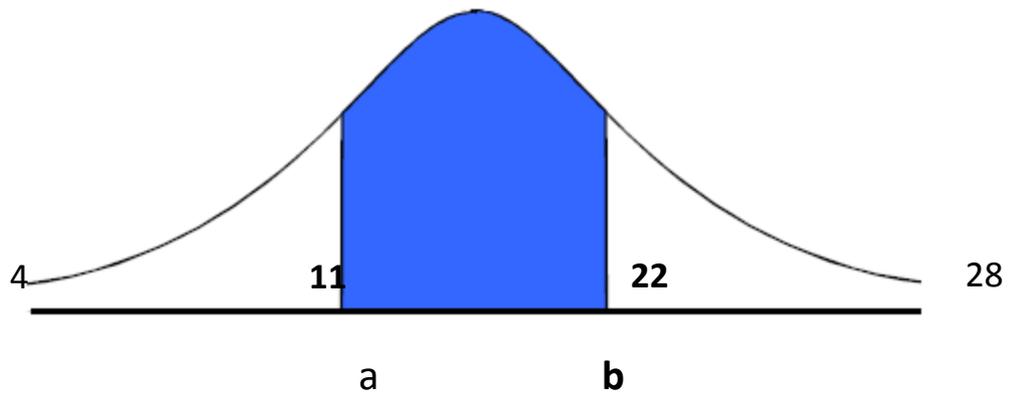
$$A = 16 - 0.75 \text{ (7.35)}$$

$$A = 10.5$$

$$B = X + 0.75 \text{ (DS)}$$

$$B = 16 + 0.75 \text{ (7.35)}$$

$$B = 21.5$$



DIMENSION: N° 2 SATISFACCION PERSONAL

Media	16
Desviacionestandar	7.35

$$A = X - 0.75 (DS)$$

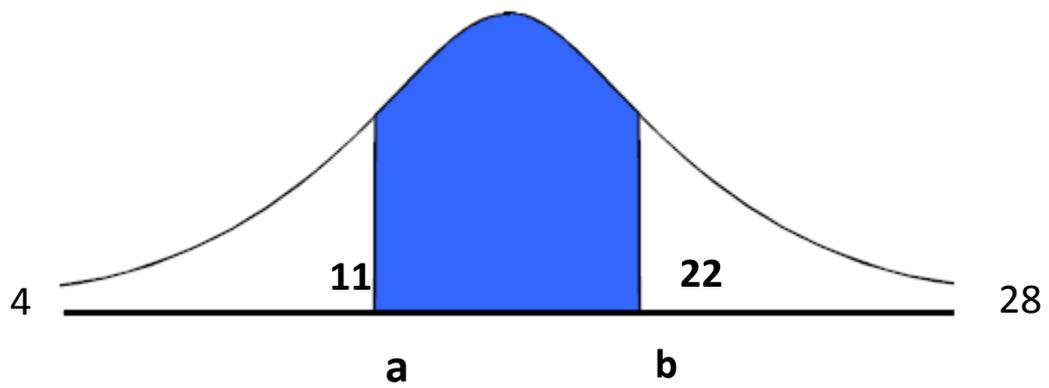
$$A = 16 - 0.75 (7.35)$$

$$A = 10.5$$

$$B = X + 0.75 (DS)$$

$$B = 16 + 0.75 (7.35)$$

$$B = 21.5$$



DIMENSION N° 3 SENTIRSE BIEN SOLO

Media	12.00
Desviación estándar	5.62

$$A = X - 0.75 (DS)$$

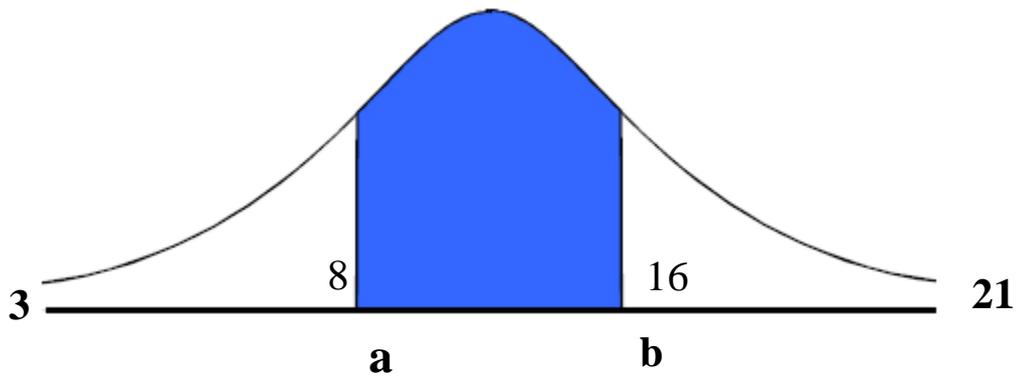
$$A = 12 - 0.75 (5.62)$$

$$A = 8$$

$$B = X + 0.75 (DS)$$

$$B = 12 + 0.75 (5.62)$$

$$B = 16$$



DIMENSION N° 4 CONFIANZA EN SI MISMO

Media	28.00
Desviacion estándar	12.55

$$A = X - 0.75 (DS)$$

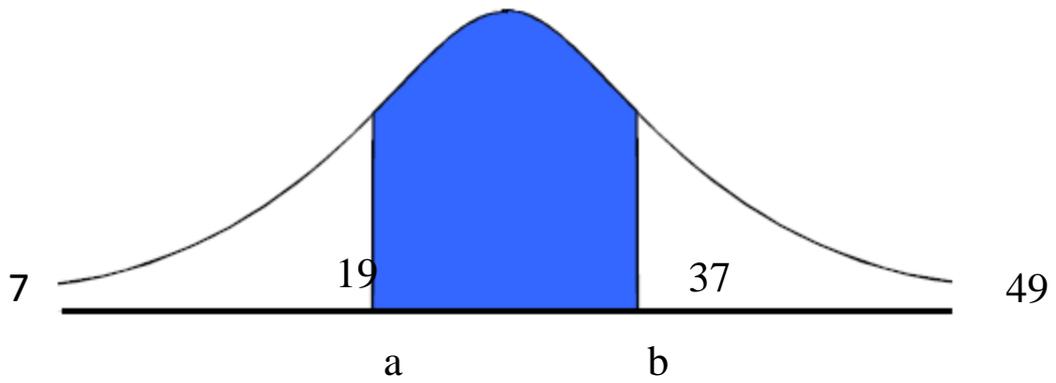
$$A = 28 - 0.75 (12.55)$$

$$A = 18.5$$

$$B = X + 0.75 (DS)$$

$$B = 28 + 0.75 (12.55)$$

$$B = 37.4$$

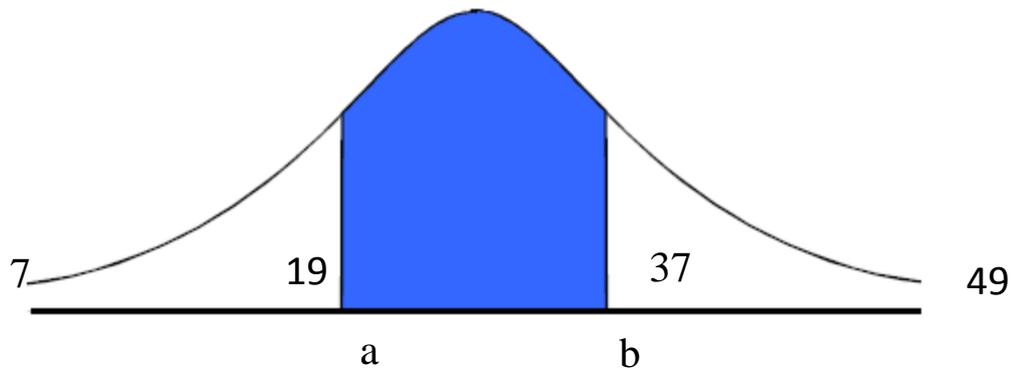


DIMENSION N° 5 PERSEVERANCIA

Media	28.00
Desviacion estándar	12.55

$$A = X - 0.75 (DS)$$
$$A = 28 - 0.75 (12.55)$$
$$A = 18.5$$

$$B = X + 0.75 (DS)$$
$$B = 28 + 0.75 (12.55)$$
$$B = 37.4$$





**ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD
DE TESIS**

Código : F06-PP-PR-02.02
Versión : 09
Fecha : 23-03-2018
Página : 15 de 34

Yo, Roxana Obando Zegarra, docente de la Facultad de Ciencias Médicas y Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad César Vallejo Lima Este (precisar filial o sede), revisor (a) de la tesis titulada

"RESILIENCIA Y CALIDAD DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE 14 Y 15 AÑOS DE LA ACADEMIA DEL CLUB ALIANZA LIMA, 2018", del (de la) estudiante HUAMAN CAHUANA JULIO CESAR, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 24% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El/la suscrito (a) analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha..... 11 de Diciembre 2018

Firma

Dra. Roxana Obando Zegarra

DNI: 09382595

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------

ANEXO 06 TURNITIN



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA DE ENFERMERIA

“Resiliencia y Calidad de vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la academia del club Alianza Lima, 2018”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR:
Huamán Calmana Julio Cesar

ASESORA:
Dra.: Roxana Obando Zegarra

LINEA DE INVESTIGACION
Salud Mental

LIMA - PERU
2018

Resumen de coincidencias ✕

24 %

Se están viendo fuentes estándar

Ver fuentes en inglés (Beta)

Coincidencias

24	1	tesis.ucsm.edu.pe <small>Fuente de Internet</small>	3 % >
	2	repositorio.unsa.edu.pe <small>Fuente de Internet</small>	1 % >
	3	Entregado a Universida... <small>Trabajo del estudiante</small>	1 % >
	4	www.buenastareas.com <small>Fuente de Internet</small>	1 % >
	5	www.repositorioacade... <small>Fuente de Internet</small>	1 % >
	6	es.slideshare.net <small>Fuente de Internet</small>	1 % >
	7	nutricionybuenasalud.c... <small>Fuente de Internet</small>	1 % >
	8	aherascruz.blogspot.c... <small>Fuente de Internet</small>	1 % >

 UCV UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO	AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE TESIS EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCV	Código : F08-PP-PR-02.02
		Versión : 09
		Fecha : 23-03-2018
		Página : 1 de 1

Yo, Julio César Huamán Cahua, identificado con DNI No 10355738, egresado de la Escuela Profesional de de la Universidad César Vallejo, autorizo (), No autorizo () la divulgación y comunicación pública de mi trabajo de investigación titulado Resiliencia y Calidad de Vida en los adolescentes de 14 y 15 años de la Academia del Club Alianza Lima, en el Repositorio Institucional de la UCV (<http://repositorio.ucv.edu.pe/>), según lo estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33

Fundamentación en caso de no autorización:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....


 FIRMA

DNI: 10355738

FECHA: 11/12/18 de 11 de 12 del 2018

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN:
MAG. REGINA NALVARTE TORRES

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INSTIGACIÓN QUE PRESENTA:

HUAMAN CAHUANA JULIO CESAR.

INFORME TITULADO:

RESILIENCIA Y CALIDAD DE VIDA EN LOS ADOLESCENTES DE 14 Y 15 AÑOS DE LA ACADEMIA
DEL CLUB ALIANZA LIMA 2018.

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

SUSTENTADO EN FECHA: 11-12-18

NOTA O MENCIÓN: 18



MAG. REGINA NALVARTE TORRES

COORDINADORA DE INVESTIGACIÓN CP. ENFERMERÍA