

RESUMEN

GRADO DE CALIDAD DE LA PRÁCTICA RELIGIOSA Y GRADO DE CALIDAD DEL ESTILO DE VIDA DE LOS JÓVENES DE LA ASOCIACIÓN ORIENTAL DE EL SALVADOR

por

Samuel Osvaldo Guerra Cardona

Asesor principal: Manuel Ramón Meza Escobar

RESUMEN DE TESIS DE POSGRADO

Universidad de Montemorelos

Facultad de Ciencias Administrativas

Título: GRADO DE CALIDAD DE LA PRÁCTICA RELIGIOSA Y GRADO DE CALIDAD DEL ESTILO DE VIDA DE LOS JÓVENES DE LA ASOCIACIÓN ORIENTAL DE EL SALVADOR

Investigador: Samuel Osvaldo Guerra Cardona

Asesor Principal: Manuel Ramón Meza Escobar, Doctor en Educación

Fecha de terminación: Noviembre de 2009

Problema

El grado de calidad de la práctica religiosa ¿influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la Asociación Oriental de El Salvador?

Metodología

Se utilizaron dos instrumentos: el primero de ellos formado por 33 declaraciones para medir el grado de calidad de la práctica religiosa y el segundo compuesto por 46 declaraciones para medir el grado de calidad del estilo de vida, con valores de confiabilidad de .876 y .824 respectivamente. La muestra contempló 20% de la población investigada, un total de 303 jóvenes. Para las diferentes hipótesis formuladas se utilizaron las pruebas estadísticas de regresión lineal simple, t de Student, r de

Pearson y análisis de varianza de un factor.

Resultados

Según la autopercepción que tuvieron los jóvenes, se encontró que existe un grado de influencia positiva y leve del grado de calidad de la práctica religiosa en el grado de calidad del estilo de vida (R^2 corregida = .421, $p = .000$). Se encontró que el género y el estado civil no produjeron una diferencia significativa en ninguna de las variables analizadas en esta investigación. Además se conoció que la edad y los años como adventista tuvieron influencia significativa, es decir que son predictoras de la práctica religiosa y del estilo de vida. También se encontró que la zona donde residen y el estudiar en alguna institución adventista no influyeron significativamente en la práctica religiosa y en el estilo de vida de los jóvenes.

Conclusiones

En general se concluyó que todos los jóvenes tienen una autopercepción alta y son conscientes de la importancia de ser congruentes entre las diferentes prácticas religiosas y el estilo de vida. La frecuencia con que se realizan los hábitos los ubica en un nivel de *regular* y *bueno*.

Universidad de Montemorelos
Facultad de Ciencias Administrativas

GRADO DE CALIDAD DE LA PRÁCTICA RELIGIOSA
Y GRADO DE CALIDAD DEL ESTILO DE VIDA
DE LOS JÓVENES DE LA ASOCIACIÓN
ORIENTAL DE EL SALVADOR

Tesis
presentada en cumplimiento parcial
de los requisitos para el grado de
Maestría en Administración

por

Samuel Osvaldo Guerra Cardona

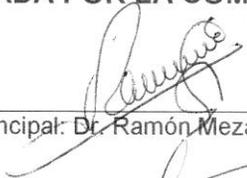
Noviembre de 2008

**GRADO DE CALIDAD DE LA PRÁCTICA RELIGIOSA Y GRADO DE CALIDAD
DEL ESTILO DE VIDA DE LOS JOVENES DE LA ASOCIACIÓN ORIENTAL DE EL
SALVADOR**

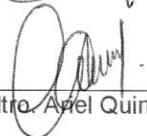
**Proyecto
presentado en cumplimiento parcial
de los requisitos para el grado de
Maestría en Administración**

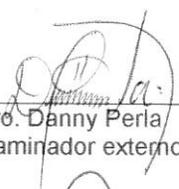
**Por
Samuel Osvaldo Guerra Cardona**

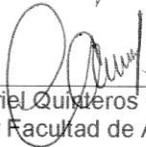
APROBADA POR LA COMISIÓN


Asesor principal: Dr. Ramón Meza


Miembro: Mtro. Aaron García Méndez


Miembro: Mtro. Ariel Quinteros Oviedo


Mtro. Danny Perla
Examinador externo


Mtro. Ariel Quinteros Oviedo
Director Facultad de Administración

3-12-2009
Fecha de aprobación

DEDICATORIA

A mi Dios y Padre, por su amor incomparable, a través del cual guía mis pasos cada día.

A Orleny, mi amada esposa, por su apoyo incondicional, y ser la ayuda idónea que Dios me dio.

A Samuel Alejandro y José Daniel, mis hijos, a quienes amo y me motivan a superarme.

TABLA DE CONTENIDO

LISTA DE FIGURAS	viii
LISTA DE TABLAS	viii
RECONOCIMIENTOS	ix
Capítulo	
I. DIMENSIÓN DEL PROBLEMA	1
Antecedentes	1
Práctica religiosa.....	1
Estilo de vida.....	2
Práctica religiosa y estilo de vida	3
Investigaciones.....	4
Práctica religiosa.....	4
Estilo de vida.....	4
Práctica religiosa y estilo de vida	5
Planteamiento del problema.....	6
Declaración del problema.....	7
Definición de términos.....	7
Hipótesis.....	8
Principal	8
Complementarias.....	8
Preguntas complementarias.....	9
Objetivos	9
Justificación.....	10
Limitaciones	10
Delimitaciones	11
Supuestos	11
Marco filosófico	12
Organización del estudio.....	13
II. MARCO TEÓRICO.....	14
Introducción.....	14
Práctica religiosa	14
Conceptos	14
Importancia de la práctica religiosa	16
Métodos de medición del grado de calidad de la práctica religiosa.....	18

Estilo de vida	18
Conceptos	18
Importancia de la calidad del estilo de vida	19
Factores que influyen en la calidad del estilo de vida.....	21
Métodos de medición del grado de calidad del estilo de vida.....	23
Relación del grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida	23
Investigaciones.....	24
Práctica religiosa	24
Estilo de vida	27
Práctica religiosa y estilo de vida	37
III. METODOLOGÍA.....	42
Introducción.....	42
Tipo de investigación.....	43
Población.....	45
Muestra	45
Instrumentos de medición	46
Variables	46
Definición de variable	46
Variable dependiente.....	46
Variable independiente	46
Elaboración de los instrumentos	47
Instrumento de práctica religiosa.....	47
Instrumento de estilo de vida.....	48
Validez.....	48
Confiabilidad.....	49
Operacionalización de las variables	49
Hipótesis.....	50
Hipótesis nulas	50
Operacionalización de las hipótesis	51
Preguntas complementarias.....	52
Recolección de datos	52
Análisis de datos	52
Resumen	53
IV. RESULTADOS.....	54
Introducción.....	54
Descripción demográfica	55
Distribución de la muestra	55
Género	55
Edad	55
Estado civil	56
Tiempo de ser bautizado	56

Zona de residencia.....	57
Años de estudio en instituciones educativas adventistas.....	57
Prueba de hipótesis.....	58
Hipótesis nula 1.....	58
Hipótesis nula 2.....	59
Hipótesis nula 3.....	59
Hipótesis nula 4.....	60
Hipótesis nula 5.....	61
Hipótesis nula 6.....	61
Hipótesis nula 7.....	62
Hipótesis nula 8.....	62
Hipótesis nula 9.....	63
Hipótesis nula 10.....	64
Hipótesis nula 11.....	64
Preguntas complementarias.....	65
Resumen del capítulo.....	66
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	67
Introducción.....	67
Conclusiones.....	68
Sobre la declaración del problema.....	68
Sobre las hipótesis complementarias.....	69
Práctica religiosa y género.....	69
Práctica religiosa y estado civil.....	69
Práctica religiosa, edad y años como adventista.....	69
Práctica religiosa y zona donde reside.....	70
Práctica religiosa y años de estudio en instituciones educativas adventistas.....	70
Estilo de vida y género.....	70
Estilo de vida y estado civil.....	70
Estilo de vida, edad y años como adventista.....	70
Estilo de vida y zona donde reside.....	71
Estilo de vida y años de estudio en instituciones educativas adventistas.....	71
Sobre las preguntas de investigación.....	71
Discusión.....	72
Recomendaciones.....	74
A los administradores y al departamento de jóvenes de la AOS.....	74
Para futuras investigaciones.....	75

Apéndice		
A.	INSTRUMENTOS	76
B.	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	81
C.	OPERACIONALIZACIÓN DE HIPÓTESIS.....	92
D.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA HIPÓTESIS.....	96
E.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA PREGUNTAS COMPLEMENTARIAS	108
F.	ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA DECLARACIONES DE LOS INSTRUMENTOS.....	110
	LISTA DE REFERENCIAS.....	115

LISTA DE TABLAS

1. Operacionalización de las variables	50
2. Operacionalización de las hipótesis	51
3. Género de los jóvenes	55
4. Edad de los jóvenes	56
5. Estado civil de los jóvenes	56
6. Tiempo de ser bautizado	57
7. Zona de residencia	57
8. Años de estudio en instituciones educativas adventistas	58

RECONOCIMIENTOS

Para realizar esta investigación se contó con la valiosa colaboración de distintas personas. Por medio de estas líneas deseo expresar mi enorme gratitud a todos los que me apoyaron en este trabajo.

En primer lugar a Dios, quien me ha guiado siempre y me dio la fuerza, la perseverancia y los medios necesarios para alcanzar esta meta y por el privilegio de trabajar en su Iglesia. A Él sea la gloria por siempre.

A mi querida esposa Orlenly y a mis hijos Samuel Alejandro y José Daniel, por el amor y el apoyo que ellos representan para mí.

Al Departamento de jóvenes y a la juventud de la Asociación Oriental Salvadoreña, por su apreciable colaboración en este estudio.

A mis compañeros de estudio con los que mutuamente nos dimos ánimo para seguir adelante sin desmayar.

A mi asesor principal el Dr. Manuel Ramón Meza Escobar, por su paciencia y sabia orientación en la realización de este proyecto.

Al Dr. Víctor Korniejczuk y a la Mtra. Martha Olivas, por la revisión de formato y estilo de la presente investigación.

A los Administradores de la Unión Centroamericana Central y de la Asociación Oriental Salvadoreña, por el apoyo brindado en esta etapa de estudios.

A todas las personas que de manera directa o indirecta me ayudaron.
Gracias.

CAPÍTULO I

DIMENSIÓN DEL PROBLEMA

Antecedentes

Práctica religiosa

White (1996) afirma que es de gran importancia la entrega diaria a Dios, sometiendo la voluntad humana a la divina para poder ser dirigidos por Él y ser receptores de sus más ricas bendiciones.

La oración es clave en el crecimiento espiritual, pero ella debe ser práctica e ir acompañada de disposición (Swindoll, 1978).

Según menciona Peverini (1996) la oración siempre ha sido clave para el crecimiento espiritual de la Iglesia a lo largo de su historia, por lo cual no debe excluirse en nuestros días si se tiene el mismo propósito. Maxwell (1997) afirma lo anterior al decir que la oración es necesaria si se pretende una experiencia más significativa con Dios.

El verdadero poder espiritual, según Montoya (2003), ocurre en el ser humano cuando éste reconoce su propia indignidad y reconoce cuánto necesita depender completamente de Dios.

La experiencia espiritual debe contribuir a la edificación propia y de los demás, buscando no solamente el beneficio propio sino también el de los que nos rodean, creando un sentido de identidad fuerte con otros adoradores (Barrera Lara, 2005).

Por su parte Romand (2005, citado en Graz, 2006) considera que el estudio y la práctica de los principios de la Biblia son necesarios para el fortalecimiento espiritual individual y colectivo y que éste debe buscarse fielmente.

Soler Palá (2007) también apoya la idea anterior, al decir que la verdadera espiritualidad no es meramente teórica sino práctica y que el adorador no debe olvidarse o desligarse de lo que pasa en el entorno.

Estilo de vida

White (1989) comenta la necesidad de ejercitarse al aire libre, comer saludablemente, descansar diariamente lo suficiente, adoptar hábitos correctos en el estudio y el trabajo; todo ello contribuye a llevar un sistema de vida saludable para servir mejor a Dios y a la sociedad.

Van Pelt (1996) considera la comunicación y la sociabilidad como elementos importantes en la salud física y emocional. Ella agrega que la persona al interactuar con los demás se fortalece a sí mismo y también crea vínculos afectivos que contribuyen psicológicamente a su salud.

Trujillo, Tovar y Lozano (2004) afirman que el ambiente que rodea a las personas, la cultura a la cual pertenecen, y algunos factores personales influyen en la calidad de los diferentes estilos de vida.

Las diferentes actividades que realiza el hombre en su entorno, ya sea con la familia, en el trabajo, el estudio, las relaciones interpersonales, su estado de ánimo, todo ello contribuye en su salud. No es un ser ajeno a lo externo, lo que le rodea influye en él para bien o para mal (Espinoza González, 2004).

Según Sakala (citado en Kuzma, 2005) por naturaleza a los seres humanos

nos cuesta mucho cambiar ciertos hábitos que están arraigados en nuestra forma de vivir y para adoptar un estilo de vida saludable es necesario romper dichos hábitos y a la vez de adoptar nuevos hábitos y disciplinarse en ellos para que tengan el resultado deseado.

Mendoza (2000, citado en Chillón Garzón, 2005) menciona que un estilo de vida es saludable y efectivo si éste es capaz de incrementar los años de vida o de mejorarlos considerablemente, haciendo que disminuya la aparición de las enfermedades en las personas y haciendo al organismo menos vulnerable a las mismas.

Práctica religiosa y estilo de vida

La religión y el estilo de vida están ligados muy estrechamente (Reyes Ortiz 2005). La religión ofrece una especie de protección a las personas, es decir; quienes llevan un estilo de vida donde la religión ocupa un lugar prioritario tienen menos probabilidades de padecer enfermedades.

Mueller, Plevak y Rummans (citados en Navas y Villegas, 2006) señalan que en investigaciones realizadas se ha encontrado que la espiritualidad ayuda a mejorar la condición de los pacientes con enfermedades terminales, además contribuye valiosamente a reducir el índice de suicidios.

La Iglesia Adventista afirma que debe animarse a los jóvenes, sin importar su origen o edad, a tener una vida devocional; motivándolos de distintas maneras, enseñándoles a estudiar la Biblia diligentemente y animándolos a testificar, con el objetivo de crear un estilo de vida en ellos y que además sirva de motivación para otros. (Ruíz, 2004).

Investigaciones

Práctica religiosa

Mathiesen, Mora, Chamblás, Navarro y Castro (2002) realizaron un estudio con 296 estudiantes de enseñanza media elegidos aleatoriamente de la provincia de Concepción, Chile, con el objetivo de conocer sus valores morales y familiares. Se aplicó un instrumento que constaba de 22 ítems, sobre permisividad global, siendo una de las variables la religión. El resultado de la investigación reflejó que de los encuestados que dijeron no profesar ninguna religión (35 personas del total de la muestra), el 32% manifestó ser permisivos en asuntos de moral, por otra parte de los que dijeron profesar la fe cristiana (261 personas del total de la muestra), el 28% manifestó ser permisivos en asuntos morales. Concluyen que los estudiantes que profesan la religión cristiana tienen principios morales más arraigados que los que no practican ninguna religión.

Estilo de vida

Ceballos, Serrano, Sánchez y Zaragoza (2005) hicieron un estudio con el propósito de medir el gasto energético en escolares adolescentes de la ciudad de Monterrey, Nuevo León, México. La muestra que se tomó fue de 396 estudiantes pertenecientes a distintos centros escolares (18 privados y 3 públicos) de la ciudad de Monterrey, se aplicó un cuestionario de actividad física en 4 ocasiones en un lapso de 6 meses con grupos de 10 escolares. Los resultados muestran un gasto energético promedio de los escolares de 37.52 ± 2.12 kcal/kg/día. Se concluyó en que debe promoverse un estilo de vida más activo entre los estudiantes que les permita un desarrollo físico, psicológico y social.

Riba Sicart (2002) llevó a cabo un estudio con todos los estudiantes de la facultad de Psicología y Veterinaria de la Universidad Autónoma de Barcelona, con el objetivo de conocer los hábitos alimentarios de los universitarios de entre 18 y 25 años y la influencia de sus condiciones. La información se obtuvo a través de un cuestionario auto-administrado. El resultado fue que el 8.3% de los estudiantes no desayunan, el 72% de los estudiantes de Veterinaria comen en la Universidad, y los de Psicología sólo el 7.9%, además éstos últimos consumen más comidas y bebidas entre horas. Entre el 20 y el 30% de los encuestados desconoce los alimentos que producen hipercolesterolemia. La población estudiada considera además que el consumo de vegetales, pescados y aceite de oliva son saludables. Entre los alimentos perjudiciales mencionan la mantequilla, la carne de cerdo y el aceite de semillas. Los cuestionarios mostraron también que los estudiantes que fuman de manera habitual tienen un perfil alimentario, nutricional y de actividad física menos saludable que los no fumadores. Por el contrario, los estudiantes que tienen mayor equilibrio en sus hábitos alimenticios, también poseen otras prácticas relacionadas con la salud, como una buena actividad física, bajo consumo de alcohol y no consumen tabaco.

Práctica religiosa y estilo de vida

Grajales (2002) dirigió un estudio con jóvenes de la División Interamericana de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, para medir el concepto que éstos tienen de la Iglesia, las actividades en las que participan y sus características socioeconómicas. El tipo de investigación es descriptivo. La encuesta se aplicó a una muestra aleatoria estratificada, de 205 conglomerados, (iglesias organizadas), participando 2015 jóvenes, que son un 3% del total de la población, según información proporcionada por la

División Interamericana. Las edades que se tomaron en cuenta para este estudio fueron entre los 16 y los 35 años. De los jóvenes adventistas encuestados el 55% son mujeres, al menos el 75% son solteros y un 20% ha cursado materias universitarias. Un 86% tiene acceso a la televisión y un 46% dispone de una computadora. La edad muestral es 22 años, el 38% indicó que estudia o estudió en alguna institución educativa adventista y el 55% manifestó desempeñar alguna responsabilidad dentro de la Iglesia. Más de un 75% de los jóvenes viven de acuerdo a la fe que poseen, asisten y participan en actividades espirituales y se abstienen de acciones que perjudiquen su relación con Dios. Alrededor del 50% participa en actividades misioneras. Tienen un concepto elevado de los dirigentes de la Iglesias, pero esperan que éstos se preocupen por elaborar programas y actividades que vayan dirigidos a satisfacer sus expectativas.

Planteamiento del problema

La Asociación Oriental de El Salvador (AOS) de la IASD, está conformada por cuatro departamentos de El Salvador: Usulután, La Unión, Morazán y San Miguel. El territorio de la Asociación está dividido en seis zonas, las que a su vez están formadas por tres o cuatro distritos cada una, alcanzando un total de 167 iglesias organizadas y 90 grupos. La población juvenil constituye un porcentaje considerable del total de miembros de la Asociación.

El movimiento juvenil en la Asociación Oriental es un segmento de la Iglesia fuerte, que crece constantemente y además, enfrenta desafíos que ponen a prueba la conducta de los jóvenes de distinta manera. El Pastor Mariano Cayax, departamental de jóvenes de la Asociación Oriental Salvadoreña, en una entrevista realizada,

menciona que es necesario animar a los jóvenes a practicar su fe; que sus creencias formen parte de su estilo de vida y de esta manera hacerle frente a los retos de nuestra sociedad. Se consideró necesario realizar un estudio al respecto. Esta investigación pretendió conocer si el grado de calidad en la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la Asociación Oriental de El Salvador.

Declaración del problema

La presente investigación pretendió responder la siguiente pregunta:

El grado de calidad de la práctica religiosa ¿influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la Asociación Oriental de El Salvador?

Definición de términos

A continuación se puntualizan algunos términos que fueron utilizados durante la investigación.

Grado de calidad de la práctica religiosa: nivel en el cual se encuentra un individuo o grupo de personas que realizan una o varias actividades de orden espiritual, acorde a las creencias que profesan. Llamada también por varios autores como: espiritualidad. Para efecto de este estudio se toma en cuenta la relación personal con Dios, la vinculación con la Iglesia y la participación en el cumplimiento de la misión.

Grado de calidad del estilo de vida: para efecto de la presente investigación debe tomarse como estilo de vida, las prácticas cotidianas, como también los ambientes en que se desenvuelve e interactúa. El estilo de vida y calidad de vida, están asociados y directamente vinculados. Debe considerarse en el concepto también los componentes de éste, tales como: hábitos, salud, relación familiar y rol social.

Hipótesis

Para la presente investigación se plantearon las siguientes hipótesis:

Principal

H1: El grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la AOS.

Complementarias

H2: Existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según el género.

H3: La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS influyen en el grado de calidad de la práctica religiosa.

H4: Existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

H5: Existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según la zona donde residen.

H6: Existe relación significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

H7: Existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según el género.

H8: La edad y los años como adventista de jóvenes de la AOS influyen en el grado de calidad del estilo de vida.

H9: Existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

H10: Existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS según la zona donde reside.

H11: Existe relación significativa entre el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Preguntas Complementarias

A continuación se presentan algunas preguntas que se desprendieron del planteamiento del problema y que serán respondidas con la investigación.

1. ¿Cuál es el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS?
2. ¿Cuál es el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS?

Objetivos

Para esta investigación se plantearon los siguientes objetivos:

1. Elaborar los instrumentos de medición que permita conocer el grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida de la juventud en la AOS.
2. Buscar la posible influencia del grado de calidad de la práctica religiosa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS.
3. Identificar el grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS.
4. Establecer un marco de referencia que permita conocer tanto las áreas fuertes como las débiles de los jóvenes en la AOS, basado en los resultados obtenidos mediante el instrumento de medición.

5. Aportar los resultados de esta investigación para desarrollar un plan estratégico por parte de los dirigentes, que brinde apoyo a la juventud de la AOS.

Justificación

Este tema es de gran importancia para ser investigado por la necesidad que hay de conocer el lugar que ocupa la práctica religiosa en la vida de los jóvenes. En nuestros días se está dando mayor relevancia a los principios éticos y morales en las empresas y organizaciones, desde los altos jefes ejecutivos, hasta los niveles inferiores; se busca personas cuyo comportamiento sea guiado por principios sólidos que puedan ponerlos en práctica (Melé 1999).

Se justifica el estudio por la importancia de tener calidad en el estilo de vida y no solamente llevar un estilo. Es necesario recordar que lo que un individuo hace o como vive, generalmente afecta a otros, especialmente a la familia (Jadue Hunt y Berríos Carrasola, 1994).

Se justifica esta investigación porque se vive en una sociedad posmodernista en la que los valores para muchos son “relativos” y los jóvenes adventistas deben desenvolverse en este ambiente tratando de marcar la diferencia, deben luchar contra la secularización y el materialismo, viviendo vidas ejemplares basadas en las verdades bíblicas y teniendo a Jesús como único ejemplo (Ruíz, 2004).

Los resultados de esta investigación pueden contribuir al departamento de jóvenes de la AOS para los usos que considere pertinente.

Limitaciones

Algunas limitaciones de esta investigación fueron las siguientes:

1. Los resultados son únicamente válidos para las iglesias y grupos de la AOS.
2. Existe una amplia cantidad de material bibliográfico disponible únicamente en el idioma inglés el cual no es del dominio del investigador.
3. El hecho de que el tema, en parte, sea del área de la salud, el cual no es del dominio por parte del investigador, pero sí de gran interés.

Delimitaciones

A continuación se presentan algunas delimitaciones de ésta investigación:

1. La población seleccionada para ésta investigación fueron jóvenes que asisten a la IASD, en un rango de 15 a 30 años de edad.
2. Se consideraron todas las iglesias y grupos dentro del territorio de la AOS.
3. Se utilizó un instrumento que pretendió medir la autopercepción de los jóvenes con relación a las variables principales.
4. Algunas de las hipótesis complementarias no se les dio el sustento teórico necesario; fueron formuladas por interés del investigador y recomendación del asesor principal.
5. Se utilizó un instrumento que pretendió medir la autopercepción de los jóvenes con relación a las variables principales.
6. Esta investigación no pretendió conocer causas de los resultados.
7. La investigación se llevó a cabo en el año 2009.

Supuestos

A continuación se presentan algunos supuestos de esta investigación:

1. Los encuestados respondieron los instrumentos honestamente.

2. De acuerdo con la teoría los instrumentos midieron lo que tenía que medir.
3. El diseño de esta investigación es apropiado para este estudio.
4. Las respuestas no han sido influenciadas por quienes aplicaron los instrumentos.

Marco filosófico

Al hablar con la mujer samaritana Jesús le dijo que el Padre busca personas que le adoren en espíritu y en verdad (Juan 4:23), porque así le agrada a Él. La verdadera adoración está relacionada estrechamente con la práctica de los principios (Santiago 2:14-17), acompañada de esfuerzo por mejorar constantemente, haciendo a un lado el conformismo y luchando por crecer espiritualmente, como aconseja el apóstol San Pablo (Filipenses 3:12-14).

El estilo de vida es un reflejo de lo que se cree (2 Corintios 5:17). El creyente al conocer a Cristo debe vivir en novedad, por lo tanto la calidad de su estilo de vida es diferente al de aquel cuyas creencias difieren a lo enseñado en La Biblia. El deseo del apóstol Juan que aparece en (3 Juan 2) demuestra la relación que tiene la salud física con la salud espiritual, dando a entender que tanto una afecta a la otra mutuamente. White (2005) dice que debe existir un equilibrio en el desarrollo de las facultades físicas, morales e intelectuales, con el fin de tener hombres y mujeres sanos que sirvan a Dios y a la sociedad.

En resumen, el marco filosófico en el que se desarrolla esta investigación esta basada en la cosmovisión cristiana adventista.

Organización del estudio

El presente estudio pretendió conocer la relación entre el grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS y que diferencias existen respecto a género, años de estudio en instituciones educativas adventistas, edad y años como adventista, estado civil, y zona donde residen los encuestados.

El estudio se ha dividido en cinco capítulos.

El primero: Dimensión del problema, antecedentes, investigaciones realizadas, planteamiento del problema, declaración del problema, definición de términos, hipótesis, preguntas de investigación, objetivos, justificación, limitaciones, delimitaciones, supuestos, marco filosófico y organización del estudio.

El Capítulo II contiene el marco teórico.

El Capítulo III presenta la metodología y los procedimientos, tipos de investigación, población, muestra, instrumentos de medición, hipótesis, preguntas complementarias, recolección de datos, análisis de datos.

El Capítulo IV presenta los resultados derivados de la investigación.

El Capítulo V presenta las conclusiones, discusión y las recomendaciones surgidas de los resultados de la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Introducción

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si el grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la Asociación Oriental Salvadoreña. En este capítulo se presentan de manera más detallada los conceptos y definiciones relacionadas con las variables de la práctica religiosa, se analiza su importancia, la variable en sí misma y los métodos de medición del grado de calidad de la práctica religiosa. Seguidamente se presentan los conceptos y definiciones de la variable estilo de vida, la importancia de la calidad del estilo de vida, factores que influyen en la calidad del estilo de vida, métodos de medición del grado de calidad del estilo de vida. Finalmente se analiza cómo se relacionan ambas variables principales y algunas investigaciones relacionadas con las mismas.

Práctica religiosa

Conceptos

El Señor Jesús se refirió a la práctica religiosa en el conocido sermón del monte de la siguiente forma: "Todo el que viene a mí, y oye mis palabras, y las practica, os diré a quién es semejante" (Mateo 6:47). Él quería enseñar que las palabras y el conocimiento van acompañados de acciones.

Por su parte Andrés-Gallego (1996) afirma que la práctica religiosa es algo

propio del individuo que realmente está convencido de su fe, esto justifica, según dice, la actitud de las personas que desean compartir con otros su conocimiento.

Dhavamony (1973) dice que la religión no se limita únicamente a las creencias, tradiciones y ritos de grupos, sino también implica la experiencia individual del ser humano en el terreno de la práctica.

Según Herder (2007) existe una definición operativa de práctica religiosa al mencionar que se trata de un particular servicio cristiano de Dios, que acentúa determinadas verdades de la fe, prefiere algunas virtudes según el ejemplo de Cristo, persigue un fin secundario específico y se sirve de particulares medios y prácticas de piedad, mostrando a veces notas distintivas características.

La espiritualidad como la describe Pittard (1994, citado en Vásquez, 1999) es conexión, integración e integridad, le permite al creyente articular experiencias pasadas no sólo de él, sino de personajes bíblicos y creyentes virtuosos con su realidad cotidiana, y proyectarse al futuro correlacionando e interconectando el significado de su vida con su experiencia religiosa personal.

Conociendo lo anterior y reforzando el área práctica de lo espiritual, Emblen (1992, citado en Rivera Ledesma y Montero López, 2007) dice que el concepto religión puede ser entendido como un sistema de creencias y cultos organizados por personas practicantes. Por su lado Vásquez (1999) percibe la religión como bálsamo y guía espiritual, como experiencia trascendental, transformadora, capaz de prodigar una sensación de plenitud, de seguridad personal y protección divina, que calma, mitiga y sana, que ayuda a aceptar el paso de los años e incluso la propia muerte.

La religiosidad se vive en lo social como un cuerpo de conocimientos, comportamientos, ritos, normas y valores que rigen, o pretenden regir la vida de sujetos interesados en vincularse con lo divino, como quiera que lo entiendan; pretende ser un compromiso, no siempre logrado, con creencias y prácticas características de una tradición religiosa particular (Peteet, 1994, citado en Rivera Ledesma y Montero López, 2007).

El Señor Jesucristo dijo: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu mente alma y con toda tu mente. Este es el primero y el mayor mandamiento. Y el segundo es semejante a éste: Amarás a tu prójimo como a ti mismo” (Mateo 22:37-40). También lo hizo saber a través de la parábola de las ovejas y los cabritos de (Mateo 25:31-46), en la cual coloca la religión en el terreno de la práctica.

Por su parte están aquellos como Rivera Ledesma y Montero López (2007), quienes piensan que debe hacerse diferencia entre religiosidad y espiritualidad y que la religión solo es el cascarón de lo espiritual. En lo que todos coinciden es que la religión, o espiritualidad como algunos la llaman, es y debe ser práctica.

Importancia de la práctica religiosa

Existen diversas razones por las que las personas practican su credo o religión, pero cualquiera sea el motivo ésta tiene un efecto en quien la vive, así lo asegura White (1988), al decir que las lecciones de la Biblia tienen influencia moral y religiosa en el carácter y proporcionan una madurez noble y bien encuadrada que no viene por casualidad, sino es el resultado de la práctica de la ley de Dios en el hogar.

El pensamiento anterior es compartido por Blackaby (citado en Comiskey,

2005), al decir que el conocimiento de Dios no viene a través de un programa, un estudio o por un método; sino mediante una relación permanente con Dios, por la cual él se revela a sí mismo, sus propósitos y sus caminos, además nos invita a trabajar con él.

La religión es importante, asegura Oliva (2008), porque proporciona a las personas refugio y fortaleza en tiempos difíciles y busca llenar el vacío que tienen en su corazón.

White (1992) dice que los jóvenes necesitan tener siempre presente el camino que Cristo Jesús siguió. Fue en todos sus pasos un camino de victorias. Con mucha certeza La Santa Biblia nos recuerda que todo lo que el hombre siembra, eso también cosecha (Gálatas 6:7).

Según Odgers-Ortiz (2003) la religión es de gran importancia ya que contribuye en la solución de los problemas de las familias, en distintas áreas sociales, legales y económicas; además las iglesias donde se congregan forjan lazos fuertes que dan apoyo, seguridad y participación a quienes la conforman.

La práctica religiosa tiene relevancia social y ayuda a sobrevivir en medio de las complejidades de la existencia y a darle sentido a la misma (Andrés-Gallego, 1996).

Existen quienes ven en la religión alguna forma de ser aceptados en un grupo de personas. Cortés (2006) menciona que la forma más clara de identificarse con una cultura o un grupo es la aceptación de los valores éticos y morales del grupo.

Allport (1967, citado en Rivera Ledezma y Montero López, 2005) apoya la idea anterior al decir que el creyente intrínseco vive su religión y ve su fe como el

valor más alto de su vida. En contraste, el creyente extrínseco usa la religión en un sentido estrictamente utilitario para ganar seguridad, posición social, u otras metas no religiosas o antirreligiosas.

Métodos de medición del grado de calidad de la práctica religiosa

Desde hace mucho tiempo se han observado las distintas formas de practicar la religión de las personas. Estas son muy parecidas, destacándose la asistencia a un lugar de reunión, la lectura y la meditación, la comunión con otros que profesan la misma fe. Además en muchas religiones se hace proselitismo (Callahan, 1989).

Mardones (1996) menciona que la religión se mide en nuestros días por las prácticas, es decir, las distintas acciones que exteriorizan los principios.

Según afirma Odgers-Ortiz (2003), las personas que emigran preservan sus mismas prácticas religiosas en el nuevo lugar a donde residen, es decir que asisten a las iglesias, practican los sacramentos, estudian y meditan en lo sagrado y se relacionan con personas con quienes tienen practicas religiosas en común, ello influye en mantener vínculos fuertes con sus ciudades de origen.

Estilo de vida

Conceptos

Existen diferentes formas de definir el estilo de vida de una persona o grupo. Varios autores concuerdan en muchos aspectos, por ejemplo: Mendoza (1990, citado en Chillón Garzón, 2005) define el estilo de vida como el conjunto de patrones de conducta que caracterizan la manera general de vivir de un individuo o grupo.

Por su parte Chillón Garzón (2005) hace su propia definición partiendo de que

los hábitos alimenticios, la actividad física, los hábitos de higiene y la sociabilidad son algunas conductas o prácticas que cuando se vuelven habituales en la vida de una persona, no se aíslan unas de las otras, sino más bien se entrelazan formando un determinado estilo de vida.

En la actualidad nadie duda de que la actividad física y el ejercicio, realizados de forma moderada y médicamente controlados, inciden de forma positiva sobre la salud y el estado de bienestar general de las personas, ya que un hábito de vida físicamente activo conlleva estilos de vida saludables, alejados del consumo de tóxicos y de los hábitos insanos. Por otro lado, la socialización del estilo de vida puede ser considerada como un proceso por el cual las personas adquieren los patrones de conductas y de hábitos que constituyen su estilo de vida, así como las actitudes, los valores y las normas relacionadas con el mismo (Hernández Mendo, Jurado Rubio, Viana Montaner, Da Silva Rigoletto y Gómez Puerto, 2005).

Importancia de la calidad del estilo de vida

Siscovick (1985, citado en Chillón Garzón, 2005) asegura que los beneficios de la actividad física en la salud ayudan a reducir la presión arterial, especialmente en adultos, sin embargo los jóvenes en edad escolar corren riesgo de ser víctimas de la obesidad, la cual origina una serie de enfermedades cardiovasculares. Esto puede contrarrestarse con un estilo de vida saludable como hábitos diarios de actividad física y una alimentación correcta.

Un factor influyente y que es muy recomendado por los galenos es el ejercicio físico. Andrés y Aznar, (1996, citado en Gómez, Ruiz, García y Pierón 2005) aseguran que el deporte en nuestra sociedad viene aumentando de forma imparable, debi-

do al crecimiento y evolución que ha sufrido y está sufriendo. Ellos consideran que es esencial el incremento de nuestros conocimientos sobre cómo se puede facilitar la participación de los jóvenes en programas de actividades físico-deportivas, consiguiendo que adquieran un estilo de vida activo y lo mantengan a lo largo de su ciclo vital.

Por su parte Espinosa González (2004) asegura que el estilo de vida es importante porque contribuye a promover la salud y a prevenir las enfermedades; hoy día existen muchas enfermedades que son producto de un estilo de vida incorrecto, que al ser modificado puede reducir en un gran número los costos de la salud.

Jacoby, Bull y Neiman (2003) concuerdan en que el estilo de vida adquiere gran importancia cuando consideramos que si se posee de manera adecuada, fortalece la autoestima de las personas y además de disminuir el estrés, alivia la depresión y la ansiedad.

La Figura 1 presenta un modelo a seguir para los que desean tener una alimentación nutritiva y balanceada.

Es muy importante no solo ingerir alimentos saludables, sino también ingerirlos en las cantidades recomendadas. En referencia a ello Pamplona Roger (1994), afirma que la alimentación influye notablemente en el buen aspecto de nuestro organismo y que una dieta correcta nos hará parecer más atractivos al aumentar la suavidad y el brillo de la piel.

Es necesario que las personas tengan toda la información posible en relación a la importancia de la calidad del estilo de vida, especialmente en los jóvenes, que son los que pueden hacer que los patrones de conducta vayan cambiando no sólo en

su generación sino también en la próxima; así lo confirma Chillón Garzón (2005), al referirse a que los estilos de vida pueden tener una influencia decisiva en el desarrollo personal de los adolescentes de una forma más o menos directa. Van a determinar el tipo de relaciones y habilidades sociales que se desarrollen, o las capacidades físicas o intelectuales que se fomenten en ellos, así como el grado de integración escolar y las posibilidades laborales que se les presenten, en definitiva, influirán en el bienestar físico y psicológico, en la calidad y duración de la vida misma.



Figura 1. Pirámide nutricional.

Factores que influyen en la calidad del estilo de vida

Para Espinosa González (2004) el estilo de vida de las personas depende del sistema socioeconómico imperante, este determinará en gran medida los hábitos y

costumbres.

Uno de los factores que más influyen en el estilo de vida de los individuos es la actividad física (Jacoby et al., 2003). Ellos agregan que 30 minutos de ejercicio diario o la práctica de algún deporte, es suficiente para evitar una serie de enfermedades y retrasar la aparición de otras.

Según Mendoza (1994, citado en Chillón Garzón, 2005) señala cuatro grandes factores que determinan los estilos de vida: (a) las características individuales, genéticas o adquiridas (personalidad, intereses, educación recibida, etc.); (b) las características del entorno microsocial en que se desenvuelve el individuo: vivienda, familia, amigos, vecinos, ambiente laboral o estudiantil, grupos de adscripción voluntaria, etc.; (c) los factores macrosociales, que a su vez moldean decisivamente los anteriores: el sistema social, la cultura imperante en la sociedad, la influencia de los grupos económicos y otros grupos de presión, los medios de comunicación, las instituciones oficiales, etc.; y (d) el medio físico geográfico, que influye en las condiciones de vida imperantes en la sociedad y, a su vez, sufre modificaciones por la acción humana.

Somoza (2005) menciona que según los sectores sociales de los que provengan, que dependen de la familia de origen, del barrio, de las escuelas, las iglesias, las amistades y otras instituciones o redes sociales, los jóvenes adquieren distintos valores, expectativas y normas de conducta con los que construyen estilos de vida propios. Otro aspecto importante en la construcción de las culturas adolescentes es la generación, pues quienes han nacido en determinado momento histórico comparten sucesos, costumbres, modas y valores comunes.

Las actividades que marcan de manera real el estilo de vida de una persona

son las que realiza en su profesión y lo que hace en su tiempo libre. Quienes tienen en su trabajo muy poca actividad física, debieran complementar ésta en su tiempo libre, afirman (Córdoba García et al., 2001).

Métodos de medición del grado de calidad del estilo de vida

Existen algunas variables que sirven para medir de una manera más precisa el estilo de vida de las personas, estas son: actividad laboral, uso del tiempo libre, ejercicio físico, hábitos de consumo (alcohol y tabaco), relaciones personales y contactos sociales (Fernández Larrea, Clúa Calderín, Báez Dueñas, Ramírez Rodríguez y Prieto Díaz, 2000).

Schlaepfer e Infante Castañeda (1990), agregan que para medir a un grupo de personas o una en particular, deben tomarse en cuenta varios factores: físico, emocional y social.

Palomino Villavicencio y López Pardo(1999) confirman lo anterior al decir que en la actualidad se reconoce que el bienestar humano no sólo tiene que ver con los aspectos materiales de su existencia, sino también con los aspectos espirituales.

Relación del grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida

Las Sagradas Escrituras mencionan un caso muy sobresaliente en relación a la calidad de la práctica religiosa y la calidad del estilo de vida: es el caso de Daniel y sus amigos (Daniel 1:1-16). Aquellos jóvenes que tenían una calidad de práctica religiosa excelente (vers. 8 y 9), tuvieron la oportunidad de demostrar cuánto influía ésta en la calidad del estilo de vida, y lo hicieron a través de un estudio experimental

de 10 días de duración, cuyos resultados demostraron que su apariencia era mejor. Estos jóvenes llevaban un estilo de vida de acuerdo a los principios establecidos por Dios y que practicaban los fieles profesos de la religión hebrea.

Investigaciones

Práctica religiosa

Gutiérrez Reynaga, Andrade Palos, Jiménez Tapia y Juárez García (2007), llevaron a cabo una investigación para conocer la espiritualidad y su relación en la recuperación de los integrantes de alcohólicos anónimos (AA). Esta investigación se realizó en un sector del sur de la Ciudad de México con una muestra de 192 personas. Se realizó una pregunta con el propósito de conocer la práctica de cada uno de los pasos en el programa de inducción a la abstinencia y se midió su periodicidad. Se consideró que AA maneja la idea de un “despertar espiritual” como resultado de los 12 pasos. Los resultados mostraron que si se espacian o nunca se practican los 12 pasos, esto desemboca en niveles bajos de espiritualidad y esto puede llevar a la recaída. Por el contrario, una mayor espiritualidad tiene implicaciones importantes para la recuperación del alcohólico.

En referencia a la práctica de la religiosa, White (1992a) declara que la Palabra del Señor es vida y es poderosa, más aguda que cualquier espada de dos filos. Es poder cuando se la practica. El salmista David sabía de la importancia de vivir una vida de comunión permanente con Dios y tratar de agradecerle practicando las creencias que se poseen cuando escribió “¿Quién Señor puede habitar en tu santuario? ¿Quién puede vivir en tu santo monte?. Sólo el de conducta intachable, que practica la justicia y de corazón dice la verdad” (Salmo 15:1,2).

Newberg y Daquilli (2007) llevaron a cabo un estudio donde se observó el cerebro de varios voluntarios al meditar, orar y tener comunión de carácter espiritual mientras se les estudiaba mediante de imágenes topográficas durante el lapso. Se precisó activa una parte del cerebro que hace que el individuo se “desconecte” del mundo que le rodea y se concentre en asuntos metafísicos. Muchos sugieren, basados en este estudio, que el ser humano fue creado por el Ser supremo de forma que al entrar en una atmósfera espiritual su mente alcance un estado de plenitud y satisfacción.

En un estudio realizado con personas de la tercera edad en Colombia, se descubrió que el 95% de ellos oran regularmente y la religión es para ellos un recurso muy usado ya que consideran que les fortalece en momentos difíciles; sin embargo solamente el 2% de las publicaciones geriátricas incluyen asuntos espirituales, por lo que el autor recomienda tomar en cuenta las prácticas religiosas por las personas que tratan con ancianos (Reyes Ortiz, 2005).

Una encuesta realizada por la Federación Bíblica Católica entre enero y julio del 2008, con 13.000 personas de doce países (España, Francia, Italia, EEUU, Reino Unido, Holanda, Alemania, Polonia, Rusia, Argentina, Filipinas y Hong Kong) dio los resultados siguientes: a la pregunta de si rezan y con que frecuencia, lo que más lo hacen son los estadounidenses (87%), mientras que el 73% de los españoles respondieron afirmativamente y de esa cifra 37% todos los días. El 77% de los españoles dijo creer en Dios. Los mayores creyentes fueron los filipinos (99%) y los menos los franceses (59%). El 74% de los españoles encuestados dijeron que participan en los ritos religiosos y de esa cifra sólo el 20% lo hace una vez por semana. Respecto

de la lectura de la Biblia, sólo el 20% de los españoles encuestados dijeron haber leído en el último año un capítulo de la misma, seguido de los franceses (21%). Los mayores lectores fueron los estadounidenses (75%). El 61% de los españoles tiene una Biblia en su casa. El 27% de los españoles está de acuerdo en que la Biblia se estudie en las escuelas; el 22% en total acuerdo y el resto en desacuerdo. Los franceses, respondieron de una manera similar a los españoles.

Para evaluar la autopercepción de espiritualidad Salvia, Brenlla y Rodríguez (2004), seleccionaron, con criterio conceptual, frases pertenecientes a instrumentos previamente estudiados. En particular, se construyó un índice sobre la base de los siguientes enunciados, que debían ser contestados como “verdaderos” o “falsos”, “experimento una profunda comunión con Dios (me siento muy unido a Dios)”; “aún cuando tengo problemas, puedo encontrar paz espiritual dentro mío” y “mi espiritualidad me ayuda a entender mis propósitos en la vida”. Los resultados de la encuesta aplicada indican que a la mayoría de las personas encuestadas la espiritualidad les ayuda a entender sus vidas y afrontar la adversidad, independientemente de su ubicación en la estructura social. Sin embargo, en el área rural, esta inclinación espiritual es todavía mayor en la población perteneciente a los estratos más pobres. Las personas señalan que experimentan una profunda comunión con Dios independientemente de su posición social.

Un estudio hecho por investigadores de la universidad de Columbia en Nueva York y publicado por Adventist News Network (2007), dio a conocer que los jóvenes que llevan una vida de devoción a Dios, son menos propensos a iniciarse en malos hábitos, tales como el ingerir bebidas alcohólicas, usar tabaco o drogas. Se revelo

que entre más alto sea el grado de compromiso con Dios y las enseñanzas de su Palabra, menor es el riesgo de llegar a tener algún vicio.

Se realizó una investigación con personas con ostomía intestinal definitiva, con el propósito de observar su estilo de vida y los desafíos que enfrentan a causa de esta enfermedad, y se concluyó que la espiritualidad es un factor muy importante para resistir y aceptar la condición adversa que viven dichos pacientes. Aquellos que tenían creencias religiosas sólidas manifestaron mayor aceptación y fortaleza durante los tratamientos (Da Silva y Shimizu, 2006).

En estudios que se han llevado a cabo por Neck y Milliman (1994, citado en Robbins, 2004) sobre los efectos de la espiritualidad y el trabajo, se encontró que en las empresas y organizaciones que promovían la espiritualidad entre sus empleados, éstos se desempeñaron mejor en su trabajo, fueron más creativos y eran personas más felices en el cumplimiento de las responsabilidades encomendadas.

También White (1992b), recuerda la importancia de la práctica religiosa en el estilo de vida al decir que el temor del Señor es fundamento de toda verdadera grandeza. La integridad inalterable, es el principio que se necesita en todas las relaciones de la vida. La religión debe acompañar a la escuela, a la pensión, en todas las ocupaciones... como discípulos de Cristo, no se priva de emprender ocupaciones temporales, pero se debe llevar la religión consigo mismo.

Estilo de vida

Hay varios factores que rodean el estilo de vida, y el hábito de ver televisión es uno de ellos. Preocupa conocer que un estudio realizado por la Asociación Española de Pediatría (2009) que indica que cada hora de consumo de televisión en niños

entre 1 y 3 años incrementa en un 10% las probabilidades de presentar trastornos de atención a la edad de 7 años. Esta cifra aumenta al mismo tiempo que lo hacen las horas de consumo de televisión. Así, en los niños que ven la televisión de 3 a 4 horas, el riesgo se sitúa entre 30 y 40% respecto a los que no lo hacen. Lo que resulta alarmante es el hecho de que en países como Estados Unidos, más del 35% de los menores de un año ven a diario la televisión una o dos horas, cifra que se incrementa 44% en menores de dos años. Se recomienda que los niños menores de dos años no sean expuestos a ningún tipo de pantalla, ni de televisión ni de ordenador. La detección se suele retrasar hasta el momento de la escolarización, a partir de los cinco años, ya que es en esa fase cuando la posible conducta de impulsividad, hiperactividad y la falta de atención se manifiesta de forma clara.

Hay hábitos nocivos que quienes desean tener un estilo de vida saludable, deben evitar ya que se ha comprobado lo perjudicial que son. La Universidad de Navarra (2008), en colaboración con la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria y la Harvard School of Public Health, realizaron un estudio durante seis años analizaron los casos de profesionales universitarios con una edad media de 42 años. En esta investigación participaron 8,556 personas fumadoras. Los científicos dieron seguimiento a 190 participantes que al inicio no presentaban depresión fueron diagnosticados de ésta por su médico. El riesgo de padecer depresión aumenta en términos relativos 41% en los fumadores, frente a quienes no lo son. El informe señala que quienes han dejado el tabaco hace más de una década tienen menos posibilidades de desarrollar esta dolencia que quienes nunca lo han consumido. Los investigadores también constataron que a medida que se incrementa la intensidad del hábito de

fumar, disminuye el nivel de actividad física durante el tiempo libre.

Otro hábito que atenta contra la salud de las personas y para quienes se esfuerzan por la calidad del estilo de vida es el consumo de carne roja y carne procesada, según un estudio del Instituto Nacional del Cáncer en Rockville, Estado Unidos (2006), los investigadores evaluaron la asociación entre consumo de carne y riesgo de mortalidad entre más de 500.000 individuos que formaban parte de los Institutos Nacionales de la Salud. Los participantes, que tenían entre 50 y 71 años cuando comenzó el estudio en 1995, proporcionaron información demográfica y completaron un cuestionario de frecuencia alimentaria para estimar su consumo de carnes blancas, rojas y procesadas. Después recibieron seguimiento durante 10 años. Los resultados de el estudio se centraron en un segmento que comprendía el 20% de los hombres y las mujeres que comían la mayor cantidad de carnes rojas, una media de consumo de 62,5 gramos por 1.000 calorías al día, tuvieron un mayor riesgo de mortalidad general, mortalidad por enfermedad cardíaca y por cáncer que aquel 20% del grupo que comía menos carne roja, con una media de 9,8 gramos por 1.000 calorías al día. Lo mismo sucedía al comparar los dos grupos que comían la mayor cantidad de carne procesada frente a los que comían la menor cantidad, unos 22,6 gramos frente a 1,6 gramos por 1.000 calorías al día. En cuanto a las carnes blancas, los que comían las mayores cantidades tenían un riesgo significativamente menor de mortalidad general, por cáncer y otras causas que los que tomaban menores cantidades. De forma global, el 11% de las muertes en hombres y el 16% en mujeres podrían evitarse complicaciones si se disminuyera el consumo de carne roja a los niveles más bajos. El impacto de la mortalidad por enfermedad cardiovascular era el 11% menor en hombres

y el 21% menor en mujeres si el consumo de carne roja disminuía hasta los niveles de consumo más bajos. Según los autores, en el caso de las mujeres la alimentación a los niveles más bajos de carne procesada disminuía hasta 20% la mortalidad por enfermedad cardiovascular. Los investigadores concluyen que existen varios mecanismos por los que la carne podría estar asociada con la mortalidad. Entre ellos citan los componentes cancerígenos que se forman durante la preparación de la carne a altas temperaturas. La carne es también una importante fuente de grasa saturada, que se ha asociado con el cáncer de mama y colorrectal. Además, el bajo consumo de carne se ha asociado con una reducción de los factores de riesgo de la enfermedad cardíaca, incluyendo la presión sanguínea más baja y los niveles de colesterol.

Es latente el riesgo que representa para la salud el consumo del alcohol. Hay una gran cantidad de personas que tienen este mal hábito e ignoran el daño que conlleva (Biller, 2009). Se realizó un estudio que proporciona evidencia de la utilización de energía alternativa en relación a la ingestión de alcohol. Se afirma que el cerebro utiliza un derivado del alcohol en lugar de la glucosa para su necesidad de energía, de esta forma el efecto nocivo se produce con rapidez. Además midieron el tiempo que se tarda el cerebro en reaccionar al alcohol que fue de sólo seis minutos después de haber tomado una cantidad de alcohol equivalente a tres vasos de cerveza o dos de vino, suficiente para que se produzcan cambios en las células cerebrales. Así lo han observado mediante el uso de espectroscopia por resonancia magnética (Biller, 2009). Los estudios concluyen que la habilidad del cerebro para recuperarse del efecto del alcohol decrece o queda neutralizado a medida que el consumo de alcohol aumenta. Los efectos agudos demostraron en el estudio que podrían posiblemente

ser la base del daño cerebral permanente que se produce en alcohólicos.

La calidad del estilo de vida de las personas sin duda se ve influenciada por diversos factores en forma directa o indirecta. Pardo Torres y Nuñez Gómez (2008) realizaron un estudio en la ciudad de Bogotá, con un grupo de 100 mujeres entre 20 y 40 años de edad, en los años 2004 y 2005, con el propósito de analizar su estilo de vida y la salud en la mujer adulta joven. Se trata de un estudio de intervención cuasi-experimental, con mediciones antes y después de un año. Se realizaron entrevistas estructuradas y se aplicó el instrumento de valoración del estilo de vida antes y después de participar en un plan de promoción de la salud con enfoque sanológico. El logro del cambio de las prácticas nutricionales se propició con un proceso que inició con la sensibilización de las mujeres participantes frente a la necesidad de modificar hábitos, como parte de la responsabilidad para mantenerse sanas. Por otra parte, las acciones individuales y colectivas en las que participó la mujer adulta joven, tales como: talleres de autoestima, manejo de estrés, utilización del tiempo libre, encuentro sanológico, facilitaron el logro de los cambios en la dimensión familiares y amigos. La estrategia de intervención surtió efecto para mejorar la salud y el estilo de vida del grupo de mujeres participantes.

Botting (2006) afirma que al hacer ciertos cambios en el estilo de vida de las personas, éstas pueden evitar varias enfermedades suscitadas por malos hábitos; también añade que al sustituir los malos hábitos por buenos, se ha descubierto que se puede evitar en más del 70% el cáncer de colon, un 70% de las enfermedades cardíacas y en más de 90% la diabetes. Estos beneficios pueden obtenerse al hacer ejercicio frecuentemente, tener buena alimentación y descansar suficiente entre otras

prácticas saludables.

Arrivillaga, Salazar y Correa (2003), realizaron un estudio con 754 jóvenes, con el objetivo de describir las creencias sobre la salud de los jóvenes universitarios y su relación con las prácticas o conductas, tomando en cuenta seis áreas del estilo de vida, tales como condición, actividad física y deportes, recreación y manejo del tiempo libre, autocuidado y cuidado médico, hábitos alimenticios, consumo de alcohol, tabaco y otras drogas y sueño. La investigación fue descriptiva con diseño transeccional; se utilizó un cuestionario de prácticas y creencias relacionadas con estilos de vida y una encuesta sobre factores del contexto relacionados con el estilo de vida. El resultado fue una alta presencia de creencias favorables con la salud, en todas las áreas, excepto en el sueño. Además hubo incongruencia entre creencias y prácticas en la mayoría de las áreas estudiadas.

El Consejo Nacional La Raza (2009), llevó cabo un estudio entre la población latina residente en Estados Unidos llamado “Embarazos de adolescentes en la comunidad latina”. Los resultados indican que 3 de cada 10 adolescentes se embarazan antes de los 20 años. Entre las minorías la tasa es aun mayor. La minoría hispana es la más alta de todas: el 53% de las hispanas se embarazan y crían cuando menos un hijo antes de los 20 años, lo que representa casi el doble del promedio nacional; todo ello mayormente influenciado por el estilo de vida que desarrollan dentro de su cultura.

Garcés (2008) dirigió un estudio en Guatemala para conocer sobre el hábito de fumar en la población de este país. El autor expuso que mueren unas 10,000 personas al año, por causas relacionadas con el tabaco, lo que representa el 14% del

total de defunciones. Agregó que el 26% de la población de Guatemala es fumadora. En cuanto al impacto negativo del tabaco, dijo que el 30% de todos los cánceres está asociado con el humo del cigarrillo. Ataques al corazón, cáncer y enfermedades respiratorias, son las principales consecuencias de fumar, entre otras muchas, como la diabetes. Lo más preocupante es la edad en que los jóvenes comienzan a fumar. Uno de cada cuatro fumadores reconoció haber empezado antes de los 10 años, el 37% aceptó estar expuesto al cigarrillo en su casa; el 50% en lugares públicos; el 77% apoya la prohibición de fumar y el 80% está consciente de que el humo es dañino.

El tipo de hábitos y la frecuencia con que se practican es el método más utilizado por los investigadores. Kornblit (2007), realizó un estudio sobre el comportamiento de los adolescentes en Argentina. Un equipo de 70 personas entrevistó a 6800 estudiantes secundarios de todas las provincias durante cinco meses. Concluyeron que a los 14 años, el 41% de los varones dijo haber tenido su primera relación sexual, y entre los 15 y los 16, el 61% de las niñas. El 25% de los encuestados dijo que comenzó a fumar a los 12 años, mientras que en la capital del país, asciende al 50% de los encuestados. La cerveza es la bebida preferida en la adolescencia: el 70% dijo que la consume. El 12% de los encuestados se emborrachó por lo menos cuatro veces en el último mes. El 20% de los jóvenes respondió que ha viajado más de una vez en vehículos conducidos por personas que habían "tomado", y en la capital, ese número alcanza al 40%. La actividad más elegida para un fin de semana es salir con amigos. El 82% dijo tener con su mamá una relación buena o excelente, contra el 66% que calificó de ese modo la relación con el padre.

Según Brown (2008), se revisaron siete años de datos del estudio de salud y

jubilación que efectúa una universidad, con una muestra representativa de ciudadanos estadounidenses con más de 70 años. Se siguió la evolución de 1,688 parejas de ancianos, y concluyó que quienes pasan por lo menos 14 horas por semana cuidando de un cónyuge incapacitado viven más tiempo que otras personas que no cuidan de nadie.

Al referirse sobre la proyección perjudicial en la sociedad del vicio del cigarrillo, Peto (2008), después de investigar sobre el índice de mortalidad entre los fumadores, afirma que si no se toman las medidas necesarias, al acabar el presente siglo 500 millones de personas morirán a causa del tabaco. Según como se presentan las progresiones actualmente, en el 2025 el tabaco habrá matado a 150 millones de personas, en el 2050 a 300 millones y en el 2100 a 500 millones. Se calcula que en el mundo fuman 1,000 millones de personas, una cuarta parte de los adultos, de los cuales 5 millones mueren cada año por enfermedades directamente relacionadas con el tabaco. De hecho, el tabaquismo es un factor de riesgo en seis de las ocho primeras causas de mortalidad en el mundo, pero estas muertes se pueden evitar. Además Peto señaló que las personas que fuman, aunque no generen una enfermedad directamente relacionada con su adicción, pierden de media 10 años de vida, si dejan de fumar a los 60 recuperan tres años de vida, si lo dejan a los 50, 6 años, si lo dejan a los 40, 9 años y así progresivamente.

En lo que al ejercicio físico y sus beneficios concierne, Spector (2008) dirigió un estudio de salud a largo plazo basado en 2.401 gemelos. Descubrió que aquellos que llevaban un estilo de vida activo parecían diez años biológicamente más jóvenes que los más sedentarios. El estudio mostró que los sujetos moderadamente activos,

aquellos que realizaban un promedio de 100 minutos de actividad física semanalmente, tenían células de cinco o seis años más jóvenes que los sujetos menos activos con un promedio de 16 minutos por semana. Aquellos que hicieron una mayor actividad física, un promedio de 199 minutos semanalmente, tenían células de unos nueve a diez años más jóvenes que los que hacían menos actividades físicas. Estos datos demuestran que la acción de hacer ejercicio puede realmente retrasar el proceso de envejecimiento.

Al investigar a los jóvenes y su entorno, El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo en conjunto con la Presidencia de la Republica de Colombia (2000), llevó a cabo un estudio con el objetivo de conocer opiniones, expectativas y actitudes de los jóvenes salvadoreños acerca de su propia vida y su país con el fin de orientar políticas y planes de estado para la juventud. Se entrevistó domiciliarmente a 1200 jóvenes (50% hombres y 50% mujeres) con edades comprendidas entre los 12 y los 26 años. Los resultados indicaron que la gran mayoría son religiosos, ya que 95% cree en un Ser supremo y 91% pertenece a alguna religión. En cuanto a su estilo de vida, el 50% vive en un hogar integrado, el 7% estudia y trabaja, mientras que el 55% se dedica sólo a estudiar. Un 22% usa o ha usado drogas o tienen algún familiar con problemas de drogas, el 36% de los que han usado drogas lo han hecho por curiosidad o presión del grupo. El 47% ha recibido orientación sexual adecuada y 14.4 años es la edad promedio en que iniciaron su vida sexual.

Existe una investigación hecha en El Salvador por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2005), apoyada por la Secretaría Nacional de la Juventud, con el propósito de conocer opiniones, expectativas y actitudes de los jóvenes

salvadoreños acerca de su propia vida y su país con el fin de orientar políticas y planes de estado para la juventud. En este estudio participaron 1200 jóvenes con edades que oscilan entre los 15 y 24 años que fueron entrevistados en sus casas (48.7% hombres y 51.3% mujeres). Los resultados muestran que el 98% dice creer en Dios, el 25.1% de los jóvenes de la ciudad dijo tener familiares amigos que asisten a la iglesia, contra 59.5% del área urbana que respondieron afirmativamente a la misma pregunta. Un 10% de los habitantes del área rural se junta con sus amigos en la iglesia, mientras que en la ciudad solo es la mitad de este porcentaje. En relación al estilo de vida, el 52.4% vive en un hogar desintegrado, el 20% estudia y trabaja, el 6.7% tiene amigos que usan drogas, el 14.7 es la edad promedio de iniciación sexual y el 52% piensa en viajar principalmente a Estados Unidos.

Algunos porcentajes entre los dos estudios anteriores varían significativamente, mientras que otros son bastante similares, ya que la cultura y el nivel de vida también es diferente. Cabe destacar el porcentaje elevado de jóvenes salvadoreños que aspiran viajar al extranjero (52%) con el propósito de mejorar su nivel de vida. El porcentaje de jóvenes de El Salvador que comprenden las edades de entre los 15 y 30 años, representa alrededor del 22% de la población total del país, según estudios realizados por el Instituto Universitario de Opinión Pública (2007). Aunque el número de los que han nacido en el país es mayor, la diferencia está en la cantidad considerable de jóvenes que constantemente viajan al extranjero. En otros países de Latinoamérica, como por ejemplo Chile, donde el fenómeno de la emigración no es tan marcado, según el Instituto Nacional de la Juventud (2003), el porcentaje de jóvenes es de 24.3% de la población total del país.

Práctica religiosa y estilo de vida

Igualmente interesante resulta conocer lo que García Alandete y Pérez Delgado (2005), confirmaron en un estudio llevado a cabo con 323 personas (48 varones y 275 mujeres), para conocer qué relaciones existen entre la actitud religiosa y valores en un grupo de jóvenes universitarios españoles. Los investigadores afirman que la mayor o menor religiosidad se halla asociada con las diferentes preferencias axiológicas. Los resultados confirman esta hipótesis en el caso de algunos valores y permiten concluir que mantienen con la práctica religiosa unas relaciones específicas, al menos por lo que respecta a algunos de ellos, de manera significativa. Se utilizó como instrumentos de medida la Escala de Valores (A) de Rockeach, y un cuestionario de actitudes religiosas. Una razón de importancia relevante en psicología de la religión es la de saber si existen relaciones entre religiosidad y otras acciones de las personas, tales como razonamiento moral o preferencia de valores. La espiritualidad es un valor que por ningún motivo debiera faltar en las escuelas cristianas, según White (1971), quien afirma que cada quien debería gobernarse a sí mismo de acuerdo con los altos principios que Cristo ha dado en su Palabra. Ella anima a los educadores a recuperar el terreno perdido, a fin de introducir en las escuelas la espiritualidad.

Para Vásquez (1999), la espiritualidad y sus prácticas no se restringen a espacios predeterminados como la iglesia, ni a tiempos preestablecidos como los de un culto religioso, sino que pueden ser observadas en cualquier momento y lugar.

Éste último autor citado realizó una investigación en los municipios aledaños a la ciudad de Xalapa, capital del estado de Veracruz, México (42 casos), y en el interior de la misma ciudad (10 casos). Es el resultado de entrevistas con un total de 52

personas: 21 hombres y 31 mujeres. Los informantes fueron seleccionados por ser mayores de 60 años. El trabajo de campo se realizó durante seis meses. Los resultados indican que todos los encuestados coincidieron en que la vejez es cuando la espiritualidad tiene el más notable impacto en el comportamiento humano. Reconocieron que son más espirituales en la vejez que antes. Además los informantes coincidieron en que ser espiritual hace al individuo una persona especial, es decir, una persona de la cual se tiene un buen concepto, a quien se le tiene confianza. La espiritualidad fortalece y anima, cambia lo negativo en positivo, hace que el creyente tenga control sobre sí mismo. Los datos recabados muestran que las 52 personas utilizan la oración como el método más común para enfrentar las adversidades, y que las frecuentes lecturas de la Biblia, así como otras prácticas espirituales (el ayuno, la alabanza, el compromiso y obediencia religiosa), además potencializan a los creyentes produciéndoles paz, felicidad y tranquilidad. El autor del estudio concluye afirmando que la espiritualidad posibilita que las personas de la tercera edad puedan enfrentar con mayor facilidad las diversas adversidades que caracterizan a la última etapa de la vida, y mitigar la preocupación por la muerte.

Benson (2000, citado en Navas y Villegas, 2006) ha venido estudiando desde hace 30 años el poder de la oración y se ha focalizado específicamente en el efecto que tiene sobre el cuerpo la meditación. Reporta, que todas las formas de oración producen una respuesta de relajación que combate el estrés, calma el cuerpo y promueve la sanidad. Benson, ha documentado por MRI Scan (magnetic resonante imaging) del cerebro cómo se producen cambios físicos en el cuerpo cuando alguien medita. La investigación anterior es confirmada por Leys (2003), al decir que cristianos o

ateos, los seres humanos tenemos un área espiritual en el cerebro que nos fue dada por Dios desde el taller del diseño.

Navas y Villegas (2006) hicieron una investigación acerca del papel que tiene la espiritualidad sobre la salud, y se evidenció experimentalmente cómo la espiritualidad puede convertirse en una poderosa fuente de fortaleza, ya que capacita al individuo a hacer cambios positivos en su estilo de vida y a tomar conciencia de cómo las creencias, actitudes y comportamientos pueden afectar positiva o negativamente su salud. También se evidencia en este estudio, cómo las prácticas religiosas pueden ayudar a las personas a sobrellevar el estrés del día especialmente, a aquellas personas sometidas al estrés agudo. Parece muy interesante destacar que la religiosidad y la espiritualidad, como estrategias de afrontamiento, parecen estar asociadas a una mejor salud mental y a una rápida adaptación al estrés, particularmente, al estrés prolongado. Se demuestra ampliamente en la literatura revisada, cómo al promover el bienestar existencial del individuo, ya sea a través de sus creencias religiosas o sus prácticas espirituales, se favorece una mejor función del sistema inmunológico. Los autores de esta investigación concluyen que debido a que la espiritualidad favorece estilos de vida y comportamientos más sanos, lo que se asocia a un menor riesgo de enfermedades, se justifica plenamente su uso en los programas de apoyo psicosocial dirigidos al tratamiento de enfermedades crónicas y de alto riesgo.

Lasheras Pérez, Cuñé Sala, Bautista Rodríguez y Farré Martí (2005), hicieron una investigación con el propósito de conocer los hábitos sexuales de los jóvenes universitarios de la Ciudad de Barcelona. Entre los resultados de este estudio podemos destacar que existe una diferencia abrumadora entre las razones que esgrimen

las chicas que no han practicado relaciones sexuales comparadas con los varones: las cuestiones personales, éticas o religiosas ocupan el porcentaje mayoritario.

Dando un giro hacia a las prácticas de salud, Schwarz y Greenleaf (2002), mencionan que los Adventistas del Séptimo Día llegaron a tener conocimiento claro desde hace muchos años de que un programa de salud equilibrado debe incluir la dieta, el ejercicio, el aire fresco, la luz del sol y el agua. Esto es confirmado por Buettner (2008), quien llevó a cabo una investigación con grupos de personas en cuatro lugares diferentes del planeta con más de 200 entrevistados de alrededor de 100 años de edad, con el propósito de conocer lo que él denomina el secreto para vivir tantos años. Uno de estos grupos investigados fue una comunidad de adventistas del séptimo día, residentes en Loma Linda, California. Algunas recomendaciones relacionadas con la calidad del estilo de vida tales como ingerir pistachos, no comer comida chatarra, ingerir bocadillos de nueces y semillas por las tardes, trabajar como voluntario, la capacidad de elegir sus amigos con cuidado y beber agua abundantemente son algunos de los hábitos de estas personas, que según el investigador pueden añadir hasta 10 años de vida a quien los practica. No es una coincidencia que la forma de comer, de interactuar, de liberar el estrés, de curarse a sí mismos, de evitar las enfermedades y de ver el mundo de estas personas les proporciona más años buenos de vida. Cita hábitos comunes entre los adventistas, tales como el descanso sabático y un régimen basado en vegetales. El estudio da a conocer que la pertenencia a una comunidad espiritual es uno de los secretos del estilo de vida de los investigados ya que de las más de 200 personas centenarias entrevistadas, el noventa y nueve por ciento respondieron que creen en Dios, por lo que la fe es un factor muy

destacado, además las personas no solo viven más sino también son más felices.

Shafranske y Maloney (1990, citado en Rivera Ledesma y Montero López 2007) encuestaron a 409 miembros de la American Psychological Association acerca de su aproximación a la religión y la psicología. Encontraron que casi todos habían evaluado el trasfondo religioso de sus clientes. Adicionalmente, el 57% de los psicólogos había usado un lenguaje o conceptos religiosos con sus pacientes; el 36% habían recomendado participar en la religión; el 32% habían recomendado libros religiosos o espirituales; el 24% habían orado en forma privada por sus pacientes, y el 7% lo habían hecho con ellos. Estos hallazgos fueron obtenidos de una muestra aleatoria compuesta de psicólogos clínicos de distintas orientaciones (psicoanálisis 33%, orientación cognitiva 30%, teoría del aprendizaje 17%, humanistas 12%, eclécticos 7%). El 96% de los encuestados poseía un doctorado; el 73% eran hombres, y el 26% mujeres. Si bien a pesar de que muchos profesionales de la salud no conversan de asuntos espirituales, hay quienes si lo hacen.

Podemos concluir este capítulo refiriéndonos a la oportunidad que se tiene de practicar la religión al mismo tiempo que se goza de un estilo de vida saludable, sin necesidad de incurrir en grandes costos y previendo muchas enfermedades. Es por ello que White (1992c), recuerda que el aire puro, el sol, la abstinencia, el descanso, el ejercicio, un régimen alimenticio conveniente, el agua y la confianza en el poder divino son medicina preventiva y curativa. Todos deberían aprovecharlos haciendo un uso correcto de los mismos ya que están al alcance de todos.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

Introducción

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si el grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS y las diferencias respecto a algunas variables.

El capítulo está diseñado con el siguiente contenido:

1. Tipo de investigación. En esta porción se da una breve explicación del tipo de investigación con el que se trabajó.
2. Población. Se describe la población que se consideró en esta investigación y algunas características de la misma.
3. Muestra. Se describe el tipo de muestra que se utilizó para la investigación y algunas características adicionales.
4. Instrumentos de medición. Aquí se hace una descripción de las secciones que contiene el instrumento de medición, (a) variables donde se presentan las variables que fueron objeto de estudio; (b) elaboración de instrumentos donde se describe el proceso realizado durante la elaboración de los instrumentos; (c) validez donde se describe la forma en que se consiguió darle a los instrumentos la validez respectiva; (d) confiabilidad, donde se presentan los pasos que se siguieron para conseguir la confiabilidad que los instrumentos requieren y (e) operacionalización de variables.

5. Hipótesis, tanto (a) hipótesis nulas como (b) operacionalización de hipótesis.

6. Preguntas complementarias. En esta sección se concentran todas las preguntas que fueron contestadas mediante la investigación.

7. Recolección de datos. En esta parte se presentan los pasos que se siguieron para la recolección de toda la información

8. Análisis de datos. En ésta sección se presentan las estadísticas que fueron utilizadas para obtener las conclusiones a esta investigación.

Tipo de investigación

Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2003) dan a conocer una clasificación de los tipos de investigación. Según ellos, los estudios exploratorios se efectúan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes.

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis.

Los estudios correlacionales tienen como propósito evaluar la relación que existe entre dos o más variables o conceptos.

Los estudios explicativos pretenden establecer las causas de los eventos, sucesos o fenómenos que se estudian.

Investigación cuantitativa

El enfoque cuantitativo usa la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico. El enfoque cualitativo utiliza recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de

investigación y puede o no probar hipótesis en su proceso de interpretación.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente la presente investigación se pudo clasificar como: descriptiva, correlacional, explicativa, de campo, utilizando un diseño transversal y utilizando un enfoque cuantitativo.

Se la consideró descriptiva por las siguientes razones:

1. Porque permitió medir diferencias en el grado de calidad de la práctica religiosa y grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según el género, estado civil y zona donde residen.

2. Se pudo determinar la autopercepción del grado de calidad de la práctica religiosa y del grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS. Se la consideró correlacional porque permitió conocer la probable relación entre la autopercepción del grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS, con la variable años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Se la consideró explicativa por las siguientes razones:

1. Sirvió para conocer el grado de calidad de las prácticas religiosas influyen en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS.

2. Sirvió para conocer si la edad y años como adventista influyen en el grado de calidad de las prácticas religiosas y el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS.

Se la consideró como investigación de campo porque se lleva a cabo en el lugar donde se desenvuelven aquellos quienes son objeto de estudio.

Se la consideró transversal porque establece diferencias entre los grupos que

componen la población, con base a la toma de muestra en el mismo tiempo.

Se la consideró cuantitativa porque:

1. Utilizó la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente.

2. Se confió en la medición numérica, el conteo y el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

Población

La población que se utilizó en esta investigación estuvo formada por todos los jóvenes (1,586 personas), comprendidos entre los 15 y 30 años de edad de los 22 distritos que componen la AOS de los Adventistas del Séptimo Día. Esta información fue proporcionada por el departamento de jóvenes de dicha Asociación, basada en los censos realizados los meses de marzo y de junio del 2008.

Muestra

Hernández Sampieri et al. (2003), aseveran que la muestra es un subgrupo de la población de interés, sobre el cual se habrán de recolectar datos y que se define o delimita de antemano con precisión y que tiene que ser representativa de ésta.

Basado en el censo del departamento de mayordomía de la Unión Centroamericana Central realizado en el mes de marzo de 2008 y el censo realizado por el departamento de jóvenes de la AOS, llevado a cabo en el mes de junio de 2008, del total de la población la muestra fue de un 20% (303 personas). Se hizo un muestreo de conveniencia.

Instrumentos de medición

Esta sección está conformada de la siguiente manera: variables, elaboración de instrumentos, validez, confiabilidad y operacionalización de las variables.

Variables

Definición de variable

Es una propiedad que está sujeta a sufrir modificaciones y cuyos cambios son susceptibles a medirse y observarse. Cuando la variable tiene relación con otras, son de gran valor para la investigación científica. También se les llama constructo o construcciones hipotéticas (Hernández Sampieri et al. 2003).

Variable dependiente

Salkind (1998), la define como la variable que muestra si la manipulación de la variable independiente tuvo algún efecto. Refleja los resultados de la investigación.

Tomando en cuenta esta definición la variable dependiente de esta investigación fue el grado de calidad del estilo de vida.

Variable independiente

Es la variable que se puede manipular para examinar el impacto que causa en una variable dependiente o resultante (Salkind, 1998).

Se consideraron las siguientes variables independientes: Grado de calidad de la práctica religiosa, género, años de estudio en instituciones adventistas, edad, años como adventista, estado civil y zona donde residen.

Elaboración de los instrumentos

A continuación se hace una descripción de la elaboración del instrumento de autopercepción del grado de calidad de la práctica religiosa y de autopercepción del grado de calidad del estilo de vida.

Instrumento de práctica religiosa

1. Se realizó una lectura de bibliografía especializada en el tema.
2. Posteriormente se investigaron instrumentos que ya han sido utilizados y se extrajo la idea de las declaraciones mayormente mencionadas.
3. Se anotó una cantidad considerable de declaraciones para después escoger cuáles se utilizarían.
4. Se contó con la valiosa ayuda del asesor principal para la redacción precisa de las declaraciones.
5. Se eliminaron las declaraciones con falta de claridad o dudosa redacción.
6. Se consultó con varios expertos sobre las prácticas religiosas más comunes de las personas.
7. Se formó un grupo de declaraciones y se hizo el análisis de claridad y pertinencia con expertos en el área.
8. Se analizaron las observaciones realizadas por los expertos y se hicieron las correcciones correspondientes.
9. Se solicitó el permiso para realizar la prueba piloto.
10. Se analizaron los resultados de la prueba piloto.
11. Finalmente se escogió 33 ítems que se consideraron necesarios para medir la variable (ver Apéndice A).

Instrumento de estilo de vida

1. Se realizó una lectura de bibliografía especializada en el tema.
2. Posteriormente se investigaron instrumentos que ya han sido utilizados y se extrajo la idea de las declaraciones mayormente mencionadas.
3. Se anotó una cantidad considerable de declaraciones para después escoger cuales se utilizarían.
4. Se contó con la valiosa ayuda del asesor principal para la redacción precisa de las declaraciones.
5. Se eliminaron las declaraciones con falta de claridad o dudosa redacción.
6. Se consultó con varios expertos sobre los hábitos más comunes del estilo de vida más de las personas.
7. Se formó un grupo de declaraciones y se hizo el análisis de claridad y pertinencia con expertos en el área.
8. Se analizaron las observaciones realizadas por los expertos y se hicieron las correcciones correspondientes.
9. Se solicitó el permiso para realizar la prueba piloto.
10. Se analizaron los resultados de la prueba piloto.
11. Finalmente se escogió 46 ítems que se consideraron necesarios para medir la variable (ver Apéndice A).

Validez

Hernández Sampieri et al. (2003) definen la validez como el grado en que un instrumento en verdad mide la variable que se busca medir. Para la validez del instrumento utilizado en esta investigación se dieron los siguientes pasos:

1. Lectura de bibliografía especializada.
2. Dimensión de las variables y construcción del instrumento.
3. Revisión por parte de los asesores.
4. Análisis de claridad y pertinencia con expertos.
5. Prueba piloto con 30 jóvenes.

Confiabilidad

Hernández Sampieri et al. (2003) definen la confiabilidad como el grado en el que la aplicación repetida de un instrumento de medición al mismo fenómeno genera resultados similares.

Para calcular la confiabilidad del instrumento se utilizó el método de alfa de Cronbach. El valor del instrumento que midió el grado de calidad de la práctica religiosa fue de .876 que corresponde a 33 ítems y el valor del instrumento que midió el grado de calidad del estilo de vida fue de .824 que corresponde a 46 ítems, siendo ambos valores aceptables para esta investigación.

Operacionalización de las variables

En esta sección se definen conceptual, instrumental y operacionalmente las variables del estudio. La conceptual se basa en definiciones de diccionarios o libros especializados que describen la esencia de las variables; la definición instrumental indica la forma en que las variables en estudio son descritas y la definición operacional, constituye el conjunto de procedimientos que deben realizarse para medir las variables del estudio (Hernández Sampieri et al., 2003). La Tabla 1 contiene una parte de la operacionalización de las variables (ver Apéndice B).

Tabla 1

Operacionalización de las variables

VARIABLES	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
Género.	Clase o tipo a que pertenecen personas o cosas.	El género de las personas se obtuvo de la siguiente manera: Género: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino	La variable se analizó de la siguiente forma: 1 = Masculino 2 = Femenino

Hipótesis

Hipótesis nulas

En esta sección se presentan las hipótesis nulas, el nivel de medición de cada variable y la prueba estadística requerida.

Las hipótesis nulas del presente estudio son las siguientes:

Ho₁: El grado de calidad de la práctica religiosa no influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la AOS.

Ho₂: No existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según el género.

Ho₃: No existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

Ho₄: La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS no influyen significativamente en el grado de calidad de la práctica religiosa.

Ho₅: No existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según la zona donde residen.

Ho₆: No existe relación significativa entre el grado de calidad de la práctica

religiosa de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Ho₇: No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según el género.

Ho₈: No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

Ho₉: La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS no influyen en el grado de calidad del estilo de vida.

Ho₁₀: No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS según la zona donde reside.

Ho₁₁: No existe relación significativa entre el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Operacionalización de las hipótesis

La Tabla 2 contiene una parte de la operacionalización de las hipótesis. El Apéndice C contiene el informe completo.

Tabla 2

Operacionalización de las hipótesis nulas

Hipótesis	Variables	Nivel de medición	Prueba estadística
Hipótesis nula o1: El grado de calidad de la práctica religiosa no influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la AOS.	Dependiente A. Grado de calidad del estilo de vida.	A. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística de regresión lineal simple. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
	Independiente B. Grado de calidad de la práctica religiosa.	B. Escala	

Preguntas complementarias

1. ¿Cuál es el grado del grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes de la AOS?
2. ¿Cuál es el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS?

Recolección de datos

La recolección de datos para el estudio se llevó a cabo de la siguiente manera:

1. Se solicitó autorización a la Administración de la AOS para aplicar el instrumento.
2. Se realizaron seis reuniones de jóvenes a nivel de toda la AOS.
3. El instrumento fue aplicado por el investigador.
4. La actitud de los jóvenes era positiva en el momento de contestar las encuestas.
5. Cada encuestado tomó aproximadamente 20 minutos para responder los instrumentos.

Análisis de datos

Para analizar los datos recolectados se utilizó el paquete estadístico Statistical Package the Social Sciences (SPSS), versión 15.0 para Windows XP.

Las pruebas estadísticas utilizadas en esta investigación fueron: Regresión lineal simple, *t* de student, análisis de varianza de un factor, regresión lineal múltiple y *r* de Pearson.

Resumen

Este capítulo contiene asuntos importantes para los fines de esta investigación. Se analizó brevemente el tipo de investigación y se define el tipo de investigación para este estudio. Se consideró la población utilizada en el estudio. Se describe el instrumento, se plantean las hipótesis de investigación y nula, así como la operacionalización de las variables e hipótesis. Además, contiene las preguntas de investigación a las que se les dio respuesta. Se explicó la forma como se recogieron los datos y las pruebas estadísticas utilizadas.

CAPITULO IV

RESULTADOS

Introducción

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si el grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la Asociación Oriental Salvadoreña.

La presente investigación se clasifica como descriptiva, correlacional, explicativa, de campo, utilizando un diseño transversal y utilizando un enfoque cuantitativo.

La variable independiente fue la calidad de la práctica religiosa de los jóvenes adventistas de la AOS, y la variable dependiente, la calidad de la calidad del estilo de vida.

El presente capítulo se encuentra organizado de la siguiente forma: descripción demográfica de los sujetos, pruebas de hipótesis, respuestas a las preguntas complementarias y resumen del capítulo.

Las hipótesis de investigación fueron probadas a un nivel de significación $p \leq .05$. La muestra estuvo constituida por 303 jóvenes de las diferentes zonas de la AOS. La tabla completa de los resultados puede observarse en la sección correspondiente al Apéndice D.

Descripción demográfica

A continuación se presentan las tablas que resumen las características demográficas obtenidas a través de este estudio. Se encuentran los resultados de las variables: distribución de la muestra, género, edad, estado civil, tiempo de ser bautizado, zona donde reside y años de estudio en instituciones adventistas.

Distribución de la muestra

Se realizó un muestreo por conveniencia en el que se aplicó el instrumento a 303 jóvenes, es decir el 20% de la población de jóvenes de la AOS.

Género

La Tabla 3 contiene los datos referidos al género de los 303 jóvenes que respondieron el instrumento: 42.9% fueron hombres y 57.1% mujeres.

Edad

La Tabla 4 contiene los datos de la frecuencia de edad de los 303 jóvenes que contestaron el instrumento, los cuales están divididos en tres grupos, siendo el de 15 a 20 años la población más representativa con el 61.5 %.

Tabla 3

Género de los jóvenes

Género	<i>n</i>	%
Masculino	130	42.9
Femenino	173	57.1
Totales	303	100.0

Tabla 4

Edad de los jóvenes

Años	<i>n</i>	%
15 a 20	186	61.5
21 a 25	76	25.0
26 a 30	41	13.5
Totales	303	100.0

Estado civil

A continuación se presenta la Tabla 5 que indica el estado civil de los 303 jóvenes que contestaron el instrumento. Los solteros representan el 85.9% y los casados el 12.5%.

Tabla 5

Estado civil de los jóvenes

Estado civil	<i>n</i>	%
Soltero	255	85.9
Casado	37	12.5
Otro	5	1.7
Totales	303	100.0

Tiempo de ser bautizado

La Tabla 6 muestra la frecuencia de tiempo de ser bautizado de los 303 jóvenes que participaron en la respuesta del instrumento. Se destaca que el rango de 6 a 11 años es el grupo más representativo con un 40.9%.

Tabla 6

Tiempo de ser bautizado

Años de bautizados	Jóvenes	%
0 a 5	111	36.7
6 a 11	124	41.1
12 en adelante	54	17.9
Totales	303	100.0

Zona de residencia

Se presenta en la Tabla 7 la ubicación de zona de residencia de los 303 participantes, donde la zona rural contiene 167 de los encuestados representando 56.6% y los que viven en ciudades el 43.4%.

Tabla 7

Zona de residencia

Zona	<i>n</i>	%
Urbana	128	43.4
Rural	167	56.6
Totales	200	100.0

Años de estudio en instituciones
educativas adventistas

La Tabla 8 presenta la relación de años de estudio en las instituciones por parte de los 303 jóvenes que contestaron el instrumento. Se puede observar que el 74.25% de los encuestados no han estudiado en ninguna institución educativa adventista.

Tabla 8

Años de estudio en instituciones educativas adventistas

Años de estudio	<i>n</i>	%
1 a 4	57	18.80
5 a 8	10	0.03
9 a 12	11	0.03
Ninguno	225	74.25
Totales	303	100.00

Prueba de hipótesis

En esta sección se presentan las pruebas estadísticas de las hipótesis nulas formuladas para esta investigación. Las tablas que muestran las pruebas de las hipótesis pueden ser consultadas en el Apéndice D.

Hipótesis nula 1

El grado de calidad de la práctica religiosa no influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes adventistas de la AOS.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística de regresión lineal simple. La variable independiente fue el grado de calidad de la práctica religiosa y la variable dependiente, el grado de la calidad del estilo de vida.

Los resultados de este procedimiento fueron los siguientes: la variable predictor (grado de calidad de la práctica religiosa) incluida en el análisis, explica el 42.1% de la varianza de la variable dependiente (grado de calidad del estilo de vida), pues R^2 corregida es igual a .421. El estadístico F que se igual a 220.689, contrasta la hipótesis nula de que el valor poblacional de R es 0. El valor del nivel crítico $p = .000$ indica que existe influencia significativa. Los resultados de este análisis ANOVA

permiten concluir que la variable grado de calidad de la práctica religiosa es predictora del grado de calidad del estilo de vida. Con base en los resultados anteriores se rechazó la hipótesis nula.

Los coeficientes no estandarizados, B_k , arrojados por la técnica de regresión fueron los siguientes: $B_0 = -.857$ y $B_1 = 1.124$. Con estos valores se construye la siguiente ecuación de regresión mínimo cuadrática: Estilo de vida = $-.857 + 1.124$ (práctica religiosa).

Hipótesis nula 2

No existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según el género.

La variable independiente considerada en esta hipótesis es el género. La variable dependiente es el grado de calidad de la práctica religiosa. Para analizar esta hipótesis se utilizó la prueba t para muestras independientes.

Asumiendo varianzas poblacionales iguales, se encontró un valor del estadístico t igual a -1.680 ($gl = 301$) y un nivel crítico bilateral asociado de $p = .094$. El valor p mayor que $.05$ permitió retener la hipótesis nula de igualdad entre las medias del grado de calidad de la práctica religiosa según el género. La media aritmética de los hombres fue 3.62 y la de las mujeres 3.73 con base a la escala de medición utilizada se ubican en “*casi siempre*” en las acciones de práctica religiosa investigadas.

Hipótesis nula 3

No existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba de análisis de varianza de un factor. Las variables consideradas fueron, el grado de la calidad de la práctica religiosa y estado civil.

La variable independiente o factor en esta hipótesis es estado civil. La variable dependiente en la que se compararon los grupos es el grado de la calidad de la práctica religiosa. La prueba estadística empleada en esta hipótesis fue el análisis de varianza de un factor y arrojó un valor $F = 2.230$ y un nivel de significación $p = .109$. Puesto que el nivel de valor crítico o nivel de significación fue mayor que $.05$ se retuvo la hipótesis nula.

Hipótesis nula 4

La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS no influyen en el grado de calidad de la práctica religiosa.

Para probar esta hipótesis se utilizó la técnica estadística de regresión lineal múltiple. Se consideró como variable dependiente el grado de calidad de la práctica religiosa. Las variables independientes fueron la edad y los años como adventista.

Los resultados de este procedimiento fueron los siguientes: las dos variables predictoras (edad y años como adventista) incluidas en el análisis, explican un 11.8% de la varianza de la variable dependiente (grado de calidad de la práctica religiosa), pues R^2 corregida es igual a $.118$. El estadístico F igual a 20.173 contrasta la hipótesis nula de que el valor poblacional de R es 0. El valor del nivel crítico $p = .000$ indica que existe relación lineal significativa. Los resultados de este análisis ANOVA permiten concluir que las variables edad de los jóvenes y años como adventista sí son predictoras del grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes. Se rechazó la

hipótesis nula.

Los coeficientes no estandarizados, B_k , arrojados por la técnica de regresión fueron los siguientes: $B_0 = 2.888$, $B_1 = 0.038$, $B_2 = 0.010$. Con estos valores se construye la siguiente ecuación de regresión mínimo-cuadrática: Práctica religiosa = $2.888 + 0.038$ (edad de los jóvenes) + 0.010 (años como adventista).

Se observa en la ecuación que la variable independiente, edad de los jóvenes, es la de mayor aporte a la variable dependiente, grado de calidad de la práctica religiosa; seguida de la variable años como adventista.

Hipótesis nula 5

No existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según la zona donde residen.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística t para muestras independientes. Las variables consideradas fueron el grado de la calidad de la práctica religiosa y la zona donde residen.

Se analizó el estadístico F de Levene y se observó un valor p mayor que $.05$ por lo que se asumió que las varianzas poblacionales son iguales.

Asumiendo varianzas poblacionales iguales, se encontró un valor del estadístico t igual a $.862$ ($gl = 293$) y un nivel crítico bilateral asociado de p igual a $.389$. El valor de p mayor que $.05$ permitió retener la hipótesis nula de igualdad entre las medias.

Hipótesis nula 6

No existe relación significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística r de Pearson. Las variables que se utilizaron fueron el grado de calidad de la práctica religiosa y los años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Al correr la prueba estadística se encontró un valor $r = .020$ y un nivel de significación p de $.731$. Para dicho nivel de significación ($p > .05$), se determinó retener la hipótesis nula de independencia entre las variables y rechazar la hipótesis de relación entre ellas.

Hipótesis nula 7

No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según el género.

La variable dependiente es el grado de calidad del estilo de vida y como independiente el género. Para analizar esta hipótesis se utilizó la prueba t para muestras independientes.

Asumiendo varianzas poblacionales iguales, se encontró un valor del estadístico $t = -3.860$ ($gl = 301$) y un nivel crítico bilateral asociado p de $.000$. El valor de p es menor a $.05$ lo cual permitió rechazar la hipótesis nula de igualdad entre las medias en la calidad del estilo de vida según el género. La media aritmética fue de 3.961 para hombres y 4.108 para las mujeres.

Hipótesis nula 8

No existe diferencia significativa entre el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según su estado civil.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba de análisis de varianza de un factor.

La variable independiente el estado civil. La variable dependiente el grado de calidad del estilo de vida.

La prueba estadística arrojó un valor F de .231 y un nivel de significación p de .794. Puesto que el nivel de valor crítico o nivel de significación fue mayor que .05 se retuvo la hipótesis de igualdad de medias considerando el estado civil.

Hipótesis nula 9

La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS no influyen en el grado de calidad del estilo de vida.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística regresión lineal múltiple. Se consideró como variable dependiente el grado de calidad del estilo de vida, y como variables independientes la edad y los años como adventista.

Los resultados de este procedimiento fueron los siguientes: las dos variables predictoras (edad y años como adventista) incluidas en el análisis, explican 3.6% de la varianza de la variable dependiente (calidad del estilo de vida), pues R^2 corregida es igual a .036. El estadístico F igual a 6.381 contrasta la hipótesis nula de que el valor poblacional de R es 0. El valor del nivel crítico p de .002 indica que existe relación lineal significativa. Los resultados de este análisis ANOVA permiten concluir que las variables de la edad y los años como adventista son predictoras del grado de calidad del estilo de vida. Con base en los resultados se rechazó la hipótesis nula.

Los coeficientes no estandarizados, B_k , obtenidos por la técnica de regresión fueron los siguientes: $B_0 = 3.778$, $B_1 = 0.005$ y $B_2 = 0.012$. Con estos valores se construye la siguiente ecuación de regresión mínimo-cuadrática: Estilo de vida = 3.778 + 0.005 (años como adventista) + 0.012 (edad).

Se observa en la ecuación que la variable independiente edad es la de mayor aporte a la variable dependiente.

Hipótesis nula 10

No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según la zona donde residen.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística t para muestras independientes. Las variables que se valoraron fue el grado de calidad del estilo de vida como dependiente y zona donde residen como independiente.

Asumiendo varianzas iguales, se encontró un valor del estadístico $t_{(293)}$ igual a $-.627$ y un nivel de significación p de $.531$. El valor de p es mayor a $.05$ por lo cual permitió retener la hipótesis nula de igualdad de las medias de la calidad del estilo de vida entre los grupos determinados por la zona donde residen.

Hipótesis nula 11

No existe relación significativa entre el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística r de Pearson. La variable dependiente que se utilizó fue el grado de calidad del estilo de vida y como independiente los años de estudio en instituciones educativas adventistas.

Al correr la prueba estadística se encontró un valor r de $.010$ y un nivel de significación $p = .857$. Para dicho nivel de significación ($p > .05$), se determinó retener la hipótesis nula de independencia entre las variables y rechazar la hipótesis de relación entre ellas.

Preguntas complementarias

A continuación se da respuesta a las preguntas complementarias formuladas en esta investigación:

1. ¿Cuál es el perfil del grado de calidad de la práctica religiosa en los jóvenes considerados en el estudio?

La media aritmética del grado de calidad de la práctica religiosa fue de 3.68 y la desviación típica de .582 ubicándose en un nivel de frecuencia entre a veces y casi siempre, según la escala utilizada en el instrumento (ver Apéndice E).

Basado en la media aritmética se determinó que las prácticas religiosas de los jóvenes mejor evaluadas fueron las siguientes: (a) asistencia al culto de adoración el sábado (4.83), (b) asistir a la escuela sabática (4.67), (c) acercarse a Dios cuando tiene problemas (4.51), (d) participación en la santa cena (4.51), (e) participación en los programas de sociedad de jóvenes (4.42), (f) asistir a la sociedad de jóvenes (4.40), y (g) escuchar música edificante (4.39). Las prácticas anteriores se encuentran en una frecuencia de entre “*casi siempre*” y “*siempre*”. De forma contraria se encontró que los jóvenes están según el nivel de frecuencia entre “*casi nunca*” y “*a veces*” en los aspectos como: (a) distribuir literatura misionera (2.48), (b) llevar visitas a la iglesia (2.63), (c) dar estudios bíblicos (2.69), (d) leer los libros de Elena G. de White (2.77), (e) estudio de las profecías bíblicas (2.94). La tabla completa con los resultados y aparecen en el Apéndice F.

2. ¿Cuál es el perfil del grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes considerados en el estudio?

La media aritmética del grado de calidad del estilo de vida fue de 4.04 y la

desviación típica de .337 ubicándose en un nivel de frecuencia de casi siempre y siempre, según la escala utilizada en el instrumento (Ver Apéndice E).

Basado en la media aritmética se determinó que las prácticas del estilo de vida de los jóvenes mejor evaluadas fueron: (a) "Practico la higiene personal diariamente"(4.83), (b) "Cuido mi imagen personal" (4.57), (c) "Respeto el consejo de los adultos" (4.54), (b) "Mantengo una relación de respeto con el sexo opuesto" (4.46), (c) "Colaboro con los deberes en la casa" (4.41), (d) "Consumo los tres tiempos de comida cada día" (4.30), (e) "Uso un vocabulario correcto al estar con mis amigos" (4.12). Las prácticas anteriores se encuentran en un nivel de frecuencia de "*casi siempre*" y "*siempre*". Además cabe destacar que las prácticas que menos están llevando a cabo son: (a) "Fumo cigarrillos" (1.03), (b) "Consumo algún tipo de droga alucinógena" (1.04), (c) "Consumo bebidas alcohólicas" (1.06), (d) "Asisto a bailes y centros nocturnos" (1.10), (e) "Consumo carne de cerdo" (1.14). Estos se encuentran en el nivel de "*nunca*" y "*casi nunca*", según la escala de medición utilizada en el instrumento. La tabla completa con los resultados de las preguntas complementarias y de la descripción demográfica se encuentra en el Apéndice F.

Resumen del capítulo

En este capítulo se presentaron los resultados de la investigación. Se hizo uso de los datos recolectados y fueron presentados en diferentes tablas.

Se llevaron a cabo las pruebas de las diferentes hipótesis y se dieron respuestas a las preguntas de investigación.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Introducción

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si el grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS. El informe de los resultados fue estructurado en cinco capítulos.

En el Capítulo I se muestran los antecedentes del problema junto con algunos estudios relacionados con práctica religiosa y estilo de vida, antes de llegar al planteamiento del problema y a la declaración formal del problema de investigación. Posteriormente se definieron algunos términos importantes relacionados con esta exposición y se describieron las hipótesis de investigación, se presentaron las preguntas complementarias, los objetivos del estudio y la justificación del mismo. Luego, las limitaciones, delimitaciones y los supuestos del estudio. Finalmente, se elaboraron el marco filosófico y la organización del estudio.

En el Capítulo II se presentó la revisión bibliográfica donde se analizan los aspectos más relevantes del tópico de estudio relacionado con la práctica religiosa y estilo de vida. También fueron presentadas la conceptualización de la variable práctica religiosa, importancia de la práctica religiosa, práctica religiosa y métodos de medición del grado de calidad de la práctica religiosa. Además la conceptualización de la variable estilo de vida, la importancia del estilo de vida, factores que influyen en la

calidad del estilo de vida y los métodos de medición del grado de calidad del estilo de vida. Al concluir ese capítulo se presentó la relación existente entre ambas variables.

En el Capítulo III se presenta la metodología del estudio. Se explica brevemente el tipo de investigación, la población y la muestra. Se describen los instrumentos de medición y la forma como se elaboraron. Se presentan las variables, se muestra la operacionalización de las variables, la validez y confiabilidad de los instrumentos, las hipótesis nulas y operacionalización de las hipótesis. Finalmente se presentan las preguntas complementarias, la forma como se recolectaron los datos y las pruebas estadísticas aplicadas al estudio.

En el Capítulo IV se mostraron los resultados del estudio. Fueron presentadas las variables demográficas, la prueba de hipótesis, las preguntas complementarias y finalmente el resumen del capítulo.

En el Capítulo V se incluyen las conclusiones, discusión y recomendaciones para esta investigación.

Conclusiones

En esta sección se presentan las conclusiones sobre la declaración del problema, sobre las hipótesis complementarias y sobre las preguntas de investigación.

Sobre la declaración del problema

Esta investigación tuvo como objetivo conocer si el grado de calidad de la práctica religiosa influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la Asociación Oriental de El Salvador.

Con el apoyo de las técnicas estadísticas y para la muestra considerada se

pudo concluir que según la autopercepción que tuvieron los jóvenes, se encontró que existe un grado de influencia positiva y leve del grado de calidad de la práctica religiosa en el grado de calidad del estilo de vida. Si se pusieran en práctica estrategias para el mejoramiento de la práctica religiosa de los jóvenes, puedes ser que se de una mejora en la calidad de su estilo de vida.

Sobre las hipótesis complementarias

Práctica religiosa y género

Los resultados obtenidos para esta hipótesis permitieron concluir que el género de los jóvenes de la AOS, no hizo diferencia en la calidad de la práctica religiosa. Hombres y mujeres obtuvieron un nivel entre *regular* y *bueno*.

Práctica religiosa y estado civil

La hipótesis analizada permitió descubrir que no existe diferencia significativa, tanto los jóvenes de la AOS solteros como en los casados, el nivel de la práctica religiosa estuvo entre *regular* y *bueno*.

Práctica religiosa, edad y años como adventista

El análisis de esta hipótesis mostró que la edad y los años como adventista influyen en la calidad de la práctica religiosa de los jóvenes de la AOS. La edad es la de mayor aporte a la variable dependiente. La calidad de la práctica religiosa mejora conforme aumenta la edad de los jóvenes y conforme aumenta los años de permanencia en la iglesia.

Práctica religiosa y zona donde reside

Para esta hipótesis se concluyó que los jóvenes del área rural y urbana tienen prácticas religiosas muy similares y están en el nivel de *regular* y *bueno*.

Práctica religiosa y años de estudio en instituciones educativas adventistas

El análisis de esta hipótesis permitió concluir que el grado de calidad de la práctica religiosa no estuvo relacionado con el hecho de haber estudiado en instituciones educativas adventistas.

Estilo de vida y género

Después de realizar el análisis correspondiente, se concluyó que las mujeres tienen un estilo de vida levemente mejor al de los hombres, ubicándose ambos grupos en un nivel de *bueno*.

Estilo de vida y estado civil

Al analizar la hipótesis que considera la calidad del estilo de vida y el estado civil, se determinó que no existe diferencia entre los jóvenes solteros y los casados de la AOS. Ambos grupos dijeron que practican un buen estilo de vida.

Estilo de vida, edad y años como adventista

En el análisis estadístico para esta hipótesis, se pudo concluir que la edad y los años como adventista sí son predictoras del grado de calidad del estilo de vida, siendo la edad de los jóvenes la de mayor aporte a la variable dependiente.

Estilo de vida y zona donde reside

De igual forma el análisis estadístico para esta hipótesis permitió concluir que los jóvenes de la AOS del área urbana y los del área rural, llevan un estilo de vida bastante parecido, quedando en un nivel de *bueno*.

Estilo de vida y años de estudio en instituciones educativas adventistas

El grado de calidad del estilo de vida no estuvo relacionado con el hecho de haber estudiado en instituciones educativas adventistas.

Sobre las preguntas de investigación

Las preguntas de investigación formuladas para esta investigación buscan conocer el grado de calidad de la práctica religiosa y el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS. A través de los instrumentos aplicados se obtuvo la siguiente información: la práctica religiosa de los jóvenes que participaron en este estudio se ubica en un nivel entre regular y bueno.

La práctica religiosa de los jóvenes consiste mayormente en la asistencia y participación dentro de la iglesia y sus respectivos programas, junto con el acercarse a Dios cuando tienen problemas y escuchar música edificante: estas prácticas están en un nivel de *bueno* y *excelente*. Por otro lado muchos de los jóvenes se involucran en la testificación, en el estudio de los libros de Elena de White y de las profecías bíblicas, apenas en un nivel medio de *malo* y *regular*.

Después de aplicar los instrumentos se obtuvo información de que el estilo de vida de los jóvenes que participaron en este estudio, se ubica en un nivel *bueno*.

Analizando el estilo de vida de los jóvenes se identificó que las prácticas que

“*nunca*” o “*casi nunca*” realizan fueron: el fumar cigarrillos, el consumir algún tipo de droga, consumir bebidas alcohólicas, asistir a bailes y centros nocturnos y el consumir carne de cerdo. Es alentador conocer que en su mayoría, además de abstenerse de este tipo de prácticas también dicen respetar el consejo de los adultos, mantener una relación de respeto con el sexo opuesto, ayudar a su familia cuando enfrentan situaciones difíciles, comportarse conforme a sus principios cristianos y buscar más las amistades cristianas. Hay otros aspectos del estilo de vida de los jóvenes de la AOS que deben mejorar: el hacer ejercicio, beber suficiente agua, alimentarse saludablemente y hacer un mejor uso del internet.

Discusión

El sabio Salomón en el libro de Eclesiastés recuerda la importancia de tener presente a Dios en la juventud (Eclesiastés 12:1), tomando en cuenta que tanto en la antigüedad como ahora es en esta época de la vida cuando muchos se apartan de Dios. Esto hace aún mayor el reto de conocer mejor a la juventud, sus necesidades, inquietudes y anhelos. En este contexto llama la atención saber que 90% de los jóvenes encuestados de la AOS, dice acercarse a Dios cuando atraviesan por situaciones difíciles y 81% afirma orar por otros. El 76% se involucra en campañas evangelísticas y el 68% participan en una pequeña congregación. Por su parte White (1957) refiriéndose a los jóvenes menciona: “Hay que interesarlos en la obra del Señor, e inducirlos a ver que Él espera que ellos hagan algo para adelantar su causa. Hay que enseñarles a trabajar por el Maestro” (p. 222). Es gratificante conocer que en el mundo lleno de confusión en el cual viven, los jóvenes de la AOS se interesan en asuntos espirituales.

La comunión con Dios ha dado sabiduría a las personas en la toma de decisiones a través de las edades, Venden (1995), lo confirma al decir que “Nuestra fuente de información primaria para discernir entre lo correcto y lo erróneo es nuestra intimidad con Jesús” (p. 82). Hace casi 2000 años el apóstol Pablo le escribió al joven Timoteo que “huyera de las pasiones juveniles” (2 Timoteo 2:22), y hoy día el consejo parece cobrar mayor valor, y muchos de los jóvenes que participaron en este estudio tratan de seguirlo ya que el 88% dice tener una relación de respeto con el sexo opuesto y 80% asegura comportarse conforme a sus principios cristianos en cualquier ambiente. Sin embargo es preocupante que 6% de los jóvenes tiene relaciones sexuales ilícitas, y el 5% estudia o trabaja en sábado y dice asistir a bailes y centros nocturnos, fumar cigarrillos y consumir bebidas alcohólicas. Si bien es una minoría la que se ve mayormente afectada en estas prácticas no saludables, el conocer mejor este panorama debe motivar a orientar a los jóvenes por el camino correcto. Cuando se mantienen en alto los principios, Dios siempre se ocupa de las necesidades. Y aunque no suceda nada inmediatamente, no hay excusa alguna para capitular o comprometer los principios (Graz, 2006).

En el Capítulo 1 del libro del profeta Daniel, se narra la historia del autor del libro y sus amigos quienes fueron sometidos a una fuerte presión para que abandonaran sus principios de estilo de vida saludable basado en principios religiosos y siguieran el estilo de vida babilónico. A pesar de ello, los jóvenes se mantuvieron fieles a Dios y a lo que él había ordenado, ellos no harían nada que fuera en contra de su desarrollo físico mental y espiritual (Comentario Bíblico Adventista, 1992).

En la actualidad también la juventud enfrenta presiones especialmente por

otros de su misma edad, para que adopten estilos de vida perjudiciales y ofensivos a Dios pero el llamado en estos días sigue siendo el mismo, a vivir vidas apartadas del mal, así lo afirma White (1992d), al decir que Dios espera que el hombre conserve íntegras sus facultades que se le han concedido y que las dedique al servicio de Aquel que se las regaló.

Recomendaciones

Con base en el estudio que se ha hecho de la práctica religiosa y estilo de vida, así como la aportación de varios autores contenidos en esta investigación que relaciona estas variables, se consignan las siguientes recomendaciones.

A los administradores y al departamento
de jóvenes de la AOS

1. Felicitar a la juventud de este campo por su interés y esfuerzo por mantenerse activos dentro de su iglesia y tratar de vivir en consecuencia con las normas y prácticas que promueve la IASD y animarlos a mantenerse en los caminos de Dios.
2. Llevar a cabo programas y actividades que traten de concienciar a los jóvenes acerca de la importancia y necesidad de participar en el cumplimiento de la misión de la iglesia, que fomenten la lectura de la Biblia y los libros de Elena de White.
3. Desafiar a la juventud de la AOS a vivir cada día mejor desarrollando prácticas y fomentando hábitos que a la vez que les beneficia a ellos en su estilo de vida, permite testificar a otros lo que Cristo Jesús ha hecho, hace y hará por ellos.
4. Motivar a los colegios adventistas a desarrollar programas que fomenten la práctica religiosa y un estilo de vida diferente a quienes no estudian en estas instituciones, con el propósito de acentuar que la educación adventista sí hace la diferencia.

Para futuras investigaciones

1. Realizar estudios longitudinales para evaluar la calidad de la práctica religiosa y el estilo de vida en la misma asociación.
2. Realizar estudios que permitan identificar de manera más precisa las necesidades espirituales y de estilo de vida de los jóvenes adventistas en la AOS.

APÉNDICE A

INSTRUMENTOS



IGLESIA ADVENTISTA DEL SÉPTIMO DÍA
Asociación Oriental Salvadoreña

PRÁCTICA RELIGIOSA Y ESTILO DE VIDA

Datos personales

Género: Masculino Femenino

Edad: _____ años Estado Civil: Soltero(a) Casado(a) Otro

Tiempo de ser bautizado: Meses _____ ó Años _____

Zona donde reside: Urbana Rural

Años de estudio en instituciones educativas adventistas: _____ ó Ninguno

PRÁCTICA RELIGIOSA

A continuación hay una lista de afirmaciones que pretenden medir tu práctica religiosa. Por favor responde a cada una con total sinceridad marcando con una “x” en la casilla que corresponda según la escala de valores que se presenta más adelante. Ten cuidado de marcar sólo una casilla para cada afirmación. Tu información es confidencial. Gracias por tu colaboración.

1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre

PRÁCTICA RELIGIOSA	1	2	3	4	5
Estudio la Biblia diariamente	<input type="checkbox"/>				
Oro por lo menos tres veces al día	<input type="checkbox"/>				
Alabo a Dios con cantos cuando estoy solo	<input type="checkbox"/>				
Me acerco a Dios cuando atravieso por situaciones difíciles en mi vida	<input type="checkbox"/>				
Me intereso por conocer las creencias de la Iglesia Adventista	<input type="checkbox"/>				
Vivo de acuerdo a las creencias de la Iglesia Adventista	<input type="checkbox"/>				
Estudio sobre profecías bíblicas	<input type="checkbox"/>				
Actúo conforme al propósito de Dios para mi vida	<input type="checkbox"/>				
Acostumbro leer libros de Elena de White	<input type="checkbox"/>				
Estudio diariamente la lección de Escuela Sabática	<input type="checkbox"/>				
Acostumbro a orar por otros	<input type="checkbox"/>				
Devuelvo fielmente el diezmo	<input type="checkbox"/>				
Doy fielmente ofrendas	<input type="checkbox"/>				
Escucho música cristiana edificante	<input type="checkbox"/>				
Asisto a la sociedad de Jóvenes Adventistas	<input type="checkbox"/>				
Participo en los programas de sociedad de Jóvenes	<input type="checkbox"/>				
Participo en algún club del ministerio J.A. (Conquistadores, Guías Mayores, Líder Juvenil)	<input type="checkbox"/>				
Asisto a los cultos regulares de la Iglesia	<input type="checkbox"/>				
Asisto a la Escuela Sabática	<input type="checkbox"/>				
Participo en el repaso de la lección de Escuela Sabática	<input type="checkbox"/>				
Asisto al culto de adoración el sábado	<input type="checkbox"/>				
Participo en plataforma en el culto de adoración en sábado	<input type="checkbox"/>				
Soy reverente en la casa de Dios	<input type="checkbox"/>				
Asisto a las reuniones de la Pequeña Congregación	<input type="checkbox"/>				
Participo activamente en la Pequeña Congregación	<input type="checkbox"/>				
Participo en la Santa Cena	<input type="checkbox"/>				
Doy estudios bíblicos	<input type="checkbox"/>				
Distribuyo literatura misionera	<input type="checkbox"/>				
Participo en campañas evangelísticas	<input type="checkbox"/>				
Comparto mi testimonio con otros no creyentes	<input type="checkbox"/>				
Llevo visitas a la Iglesia	<input type="checkbox"/>				
Participo del plan anual de la recolección	<input type="checkbox"/>				
Participo en actividades para ayudar a los más pobres	<input type="checkbox"/>				

ESTILO DE VIDA

A continuación hay una lista de afirmaciones que pretenden medir tu estilo de vida. Por favor responde a cada declaración con total sinceridad marcando con una “x” en la casilla que corresponda según la escala de valores que se presenta más adelante. Ten cuidado de marcar sólo una casilla para cada afirmación.

1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre

ESTILO DE VIDA	1	2	3	4	5
Leo libros o revistas que me edifican	<input type="checkbox"/>				
Mantengo en orden mis objetos personales	<input type="checkbox"/>				
Practico la higiene personal diariamente	<input type="checkbox"/>				
Cuido mi imagen personal	<input type="checkbox"/>				
Escucho música secular	<input type="checkbox"/>				
Hago ejercicio diariamente	<input type="checkbox"/>				
Duermo al menos ocho horas diarias	<input type="checkbox"/>				
Consumo los tres tiempos de comida cada día	<input type="checkbox"/>				
Como frutas diariamente	<input type="checkbox"/>				
Me alimento con verduras todos los días	<input type="checkbox"/>				
Tomo por lo menos 10 vasos de agua al día	<input type="checkbox"/>				
Consumo carnes diariamente	<input type="checkbox"/>				
Consumo carne de cerdo	<input type="checkbox"/>				
Incluyo en la alimentación productos integrales	<input type="checkbox"/>				
Asisto al cine	<input type="checkbox"/>				
Acostumbro ver películas seculares en video	<input type="checkbox"/>				
Uso video juegos más de dos horas diarias	<input type="checkbox"/>				
Veó televisión por lo menos dos horas diarias	<input type="checkbox"/>				
Uso el teléfono celular para comunicarme	<input type="checkbox"/>				
Uso el teléfono celular para entretenerme	<input type="checkbox"/>				
Uso el Internet por trabajo ó estudio	<input type="checkbox"/>				
Uso el Internet para realizar consultas de interés	<input type="checkbox"/>				
Veó en Internet sitios con contenidos de violencia o pornografía	<input type="checkbox"/>				
Asisto a conciertos o espectáculos seculares	<input type="checkbox"/>				
Consumo bebidas con cafeína (café, Coca-cola).	<input type="checkbox"/>				
Uso joyas	<input type="checkbox"/>				
Consumo bebidas alcohólicas	<input type="checkbox"/>				
Fumo cigarrillos	<input type="checkbox"/>				
Consumo algún tipo de droga alucinógena	<input type="checkbox"/>				
Asisto a bailes y centros nocturnos	<input type="checkbox"/>				
Estudio ó trabajo en sábado	<input type="checkbox"/>				
Hago fraude en el estudio ó en el trabajo	<input type="checkbox"/>				
Mantengo buena comunicación con mis familiares	<input type="checkbox"/>				
Busco ayuda en familia para resolver problemas personales	<input type="checkbox"/>				
Ayudo a mi familia cuando enfrenta situaciones difíciles	<input type="checkbox"/>				
Promuevo un ambiente de armonía en mi familia	<input type="checkbox"/>				
Colaboro con los deberes en la casa	<input type="checkbox"/>				

Respeto el consejo de los adultos	<input type="checkbox"/>				
Participo en actividades recreativas con mis amigos	<input type="checkbox"/>				
Uso un vocabulario correcto al estar con mis amigos	<input type="checkbox"/>				
Tengo relaciones sexuales ilícitas	<input type="checkbox"/>				
Participo con amigos en ambientes no cristianos	<input type="checkbox"/>				
Influyo positivamente en mis amigos	<input type="checkbox"/>				
Me comporto conforme a mis principios cristianos en cualquier ambiente	<input type="checkbox"/>				
Busco más las amistades cristianas	<input type="checkbox"/>				
Mantengo una relación de respeto con el sexo opuesto	<input type="checkbox"/>				

APÉNDICE B

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
Género.	Clase o tipo a que pertenecen personas o cosas.	El género de las personas se obtuvo de la siguiente manera: Género: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Femenino	La variable se analizó de la siguiente forma: 1 = Masculino 2 = Femenino
Edad	Tiempo transcurrido a partir del nacimiento de un individuo.	La edad de las personas se obtuvo de la siguiente manera: Edad: _____ años.	La variable fue analizada de la siguiente manera: Número entero que representa la cantidad de años de vida del individuo.
Años como adventista.	Tiempo que tiene una persona de ser miembro de la Iglesia Adventista del Séptimo Día.	Los años como adventista de las personas fueron obtenidos de la siguiente forma. Tiempo de ser bautizado _____ meses ó Años _____	La variable fue analizada de la siguiente manera: Número entero que representa la cantidad de años de vida del individuo. En caso de que se proporcionen meses, se hará la conversión a porción de año que representa.

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
Estado Civil	Condición o estado en el que se encuentra la persona en relación a los demás, dentro de una sociedad.	El estado civil de las personas se consiguió de la siguiente forma: <input type="checkbox"/> Soltero(a) <input type="checkbox"/> Casado(a) <input type="checkbox"/> Otro.	La variable fue analizada de la siguiente forma: 1= Soltero(a). 2= Casado(a). 3= Otro.
Zona donde residen.	Lugar geográfico en el que habitan las personas.	La zona donde residen las personas se obtuvo de la siguiente manera: <input type="checkbox"/> Urbana <input type="checkbox"/> Rural	La variable se analizó de la siguiente forma: 1= Urbana. 2= Rural.
Años de estudio en instituciones adventistas.	Tiempo que una persona ha dedicado a estudiar en una institución educativa dirigida por la I.A.S.D.	Los años de estudio en instituciones educativas adventistas se consiguió de la siguiente forma. Años de estudio en instituciones educativas adventistas_____ ó <input type="checkbox"/> Ninguno.	La variable se analizó de la siguiente forma: Número entero que representa la cantidad de años de estudio de las personas en instituciones adventistas. En caso de que se proporcionen meses, se hará la conversión a porción de año que representa

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
Grado de calidad de la práctica religiosa	Nivel en el cual se encuentra un individuo o grupo de personas que realizan una o varias actividades de orden espiritual, acorde a las creencias que profesan	<p>Las personas respondieron a treinta y tres declaraciones, utilizando la siguiente escala likert:</p> <p>1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre</p> <p>Las declaraciones fueron las siguientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Estudio la Biblia diariamente 2. Oro por lo menos tres veces al día 3. Alabo a Dios con cantos cuando estoy solo 4. Me acerco a Dios cuando atravieso por situaciones difíciles en mi vida 5. Me intereso por conocer las creencias de la Iglesia Adventista 6. Vivo de acuerdo a las creencias de la Iglesia Adventista 7. Estudio sobre profecías bíbli 	<p>Para conocer el grado de calidad de la práctica religiosa, el indicador se determinó por la media aritmética de las treinta y tres declaraciones para todos los sujetos investigados de acuerdo a los valores de la siguiente escala.</p> <p>1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre</p> <p>Escala equivalente</p> <p>1 = Pésima 2 = Mala 3 = Regular 4 = Buena 5 = Excelente</p>

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		8. Actúo conforme al propósito de Dios para mi vida	
		9. Acostumbro leer libros de Elena de White	
		10. Estudio diariamente la lección de Escuela Sabática	
		11. Acostumbro a orar por otros	
		12. Devuelvo fielmente el diezmo	
		13. Doy fielmente ofrendas	
		14. Escucho música cristiana edificante	
		15. Asisto a la sociedad de Jóvenes Adventistas	
		16. Participo en los programas de sociedad de Jóvenes	
		17. Participo en algún club del ministerio J.A. (Conquistadores, Guías Mayores, Líder Juvenil)	
		18. Asisto a los cultos regulares de la Iglesia	

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		19. Asisto a la Escuela Sabática	
		20. Participo en el repaso de la lección de Escuela Sabática	
		21. Asisto al culto de adoración el sábado	
		22. Participo en plataforma en el culto de adoración en sábado	
		23. Soy reverente en la casa de Dios	
		24. Asisto a las reuniones de la Pequeña Congregación	
		25. Participo activamente en la Pequeña Congregación	
		26. Participo en la Santa Cena	
		27. Doy estudios bíblicos	
		28. Distribuyo literatura misionera	
		29. Participo en campañas evangelísticas	
		30. Comparto mi testimonio con otros no creyentes	

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		31. Llevo visitas a la Iglesia 32. Participo del plan anual de la recolección 33. Participo en actividades para ayudar a los más pobres	
Grado de calidad del estilo de vida.	Son las prácticas cotidianas, como también los ambientes en que se desenvuelve e interactúa. Debe considerarse en el concepto también los componentes de este, tales como: hábitos, salud, relación familiar y rol social.	Las personas respondieron a cuarenta y ocho declaraciones, utilizando la siguiente escala likert: 1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre Las declaraciones fueron las siguientes: <ol style="list-style-type: none"> 1. Leo libros o revistas que me edifican 2. Mantengo en orden mis objetos personales 3. Practico la higiene personal diariamente 	Para conocer el grado de calidad del estilo de vida, el indicador se determinó por la media aritmética de las cuarenta y ocho declaraciones para todos los sujetos investigados de acuerdo a los valores de la siguiente escala. 1 = Nunca 2 = Casi nunca 3 = A veces 4 = Casi siempre 5 = Siempre Escala equivalente 1 = Pésima 2 = Mala 3 = Regular 4 = Buena 5 = Excelente

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		4. Cuido mi imagen personal	Los valores de los ítems número 5, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 41 y 42 del instrumento de calidad del estilo de vida, fueron recodificados para el análisis correspondiente.
		5. Escucho música secular	
		6. Hago ejercicio diariamente	
		7. Duermo al menos ocho horas diarias	
		8. Consumo los tres tiempos de comida cada día	
		9. Como frutas diariamente	
		10. Me alimento con verduras todos los días	
		11. Tomo por lo menos 10 vasos de agua al día	
		12. Consumo carnes diariamente	
		13. Consumo carne de cerdo	
		14. Incluyo en la alimentación productos integrales	
		15. Asisto al cine	
		16. Acostumbro ver películas seculares en video	
		17. Uso video juegos más de dos horas diarias	
		18. Veo televisión por lo menos dos horas diarias	

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		19. Uso el teléfono celular para comunicarme	
		20. Uso el teléfono celular para entretenerme	
		21. Uso el Internet por trabajo ó estudio	
		22. Uso el Internet para realizar consultas de interés	
		23. Veo en Internet sitios con contenidos de violencia o pornografía	
		24. Asisto a conciertos o espectáculos seculares	
		25. Consumo bebidas con cafeína (café, Coca-cola).	
		26. Uso joyas	
		27. Consumo bebidas alcohólicas	
		28. Fumo cigarrillos	
		29. Consumo algún tipo de droga alucinógena	
		30. Asisto a bailes y centros nocturnos	
		31. Estudio ó trabajo en sábado	

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		32. Hago fraude en el estudio ó en el trabajo	
		33. Mantengo buena comunicación con mis familiares	
		34. Busco ayuda en familia para resolver problemas personales	
		35. Ayudo a mi familia cuando enfrenta situaciones difíciles	
		36. Promuevo un ambiente de armonía en mi familia	
		37. Colaboro con los deberes en la casa	
		38. Respeto el consejo de los adultos	
		39. Participo en actividades recreativas con mis amigos	
		40. Uso un vocabulario correcto al estar con mis amigos	
		41. Tengo relaciones sexuales ilícitas	

Operacionalización de las variables (continuación)

Variables	Definición conceptual	Definición instrumental	Definición operacional
		42. Participo con amigos en ambientes no cristianos	
		43. Influyo positivamente en mis amigos	
		44. Me comporto conforme a mis principios cristianos	
		45. Busco más las amistades cristianas	
		46. Mantengo una relación de respeto con el sexo opuesto	

APÉNDICE C

OPERACIONALIZACIÓN DE HIPÓTESIS

Operacionalización de hipótesis.

Hipótesis	Variables	Nivel de medición	Prueba estadística
Hipótesis nula 1: el grado de calidad de la práctica religiosa no influye en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS.	Dependiente	A. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística de regresión lineal simple. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
	A. Grado de calidad del estilo de vida.		
	Independiente	B. Escala	
	B. Grado de calidad de la práctica religiosa.		
Hipótesis nula 2: no existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según el género.	Dependiente	B. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó prueba estadística <i>t</i> de Student. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
	B. Grado de calidad de la práctica religiosa.		
	Independiente	C. Nominal	
	C. Género.		
Hipótesis nula 3: No existe diferencia significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según su estado civil.	Dependiente	B. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba de análisis de varianza de un factor. La hipótesis se rechazó al obtener un nivel de significación. $p \leq .05$.
	B. Grado de calidad de la práctica religiosa		
	Independiente	D. Nominal	
	D. estado civil		
Hipótesis nula 4: La edad y los años como adventista no influyen en el grado de calidad de la	Dependiente	B. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó La prueba estadística de regresión lineal múltiple. La
	B. Grado de calidad de la práctica religiosa.		

práctica religiosa en los jóvenes de la AOS.	Independiente E. Edad F. Años como adventistas.	E. Escala F. Escala	hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 5: No existe diferencia significativa en el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS según la zona donde residen.	Dependiente B. Grado de calidad de la práctica religiosa. Independiente G. Zona de residencia	B. Escala G. Nominal.	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística de <i>t</i> de Student. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 6: No existe relación significativa entre el grado de calidad de la práctica religiosa de los jóvenes en la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.	Dependiente B. Grado de calidad de la práctica religiosa. H. Años de estudio en instituciones educativas adventistas	B. Escala H. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó La prueba estadística <i>r</i> de Pearson. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 7: No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según el género.	Dependiente A. Grado de calidad de estilo de vida. Independiente C. Género	A. Escala C. Nominal	Para probar la hipótesis se utilizó prueba estadística <i>t</i> de Student. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 8: No existe diferencia significativa entre el grado de calidad del	Dependiente A. Grado de calidad	A. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba de análisis de varianza de

estilo de vida de los jóvenes en la AOS según su estado civil.	de estilo de vida. Independiente D. Estado Civil	D. Nominal	un factor. La hipótesis se rechazó al obtener un nivel de significación. $p \leq .05$.
Hipótesis nula 9: La edad y los años como adventista de los jóvenes de la AOS no influyen en el grado de calidad del estilo de vida.	Dependiente A. Grado de calidad de estilo de vida. Independiente E. Edad F. Años como adventista	A. Escala E. Escala F. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó La prueba estadística regresión lineal múltiple. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 10: No existe diferencia significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes en la AOS según la zona donde reside.	Dependiente A. Grado de calidad de estilo de vida. Independiente G. Zona de Residencia	A. Escala G. Nominal.	Para probar la hipótesis se utilizó la prueba estadística <i>t</i> de Student. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.
Hipótesis nula 11: No existe relación significativa en el grado de calidad del estilo de vida de los jóvenes de la AOS y sus años de estudio en instituciones educativas adventistas.	Dependiente A. Grado de calidad de estilo de vida. Independiente H. Años de estudio en instituciones adventistas	A. Escala H. Escala	Para probar la hipótesis se utilizó La prueba estadística <i>r</i> de Pearson. La hipótesis nula se rechazó al obtener un nivel de significación $p \leq .05$.

APÉNDICE D

ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA HIPÓTESIS

Hipótesis nula 1

Práctica religiosa y estilo de vida

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación
1	.650(a)	.423	.421	.44315

a Variables predictoras: (Constante), Grado de calidad del estilo de vida

ANOVA(b)

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	43.340	1	43.340	220.689	.000(a)
	Residual	59.112	301	.196		
	Total	102.452	302			

a Variables predictoras: (Constante), Grado de calidad del estilo de vida

b Variable dependiente: Grado de calidad de la práctica religiosa

Coeficientes(a)

Modelo		Coeficientes no estandarizados		Coeficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	-.857	.307		-2.790	.006
	Grado de calidad del estilo de vida	1.124	.076	.650		

a Variable dependiente: Grado de calidad de la práctica religiosa

Hipótesis nula 2

Práctica religiosa y género

Estadísticos de grupo

Género de los Jóvenes		N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Grado de calidad de la práctica religiosa	Masculino	130	3.6252	.62033	.05441
	Femenino	173	3.7385	.54910	.04175

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias							
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)		Error típ. de la diferencia		95% Intervalo de confianza para la diferencia	
						Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior
Grado de calidad de la práctica religiosa	Se han asumido varianzas iguales	1.777	.184	-1.680	301	.094	-.11322	.06740	-.24586	.01942	
	No se han asumido varianzas iguales			-1.651							258.433

Hipótesis nula 3

Práctica religiosa y estado civil

Descriptivos

Grado de calidad de la práctica religiosa

	N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
					Límite inferior	Límite superior		
Soltero	255	3.6808	.58934	.03691	3.6082	3.7535	1.91	5.85
Casado	37	3.8278	.54623	.08980	3.6457	4.0099	2.70	4.79
Otro	5	3.2909	.53466	.23911	2.6270	3.9548	2.64	4.06
Total	297	3.6926	.58593	.03400	3.6257	3.7595	1.91	5.85

ANOVA

Grado de calidad de la práctica religiosa

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	1.518	2	.759	2.230	.109
Intra-grupos	100.103	294	.340		
Total	101.621	296			

Hipótesis nula 4

Práctica religiosa y edad y años como adventista

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación
1	.352(a)	.124	.118	.51643

a Variables predictoras: (Constante), Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes, Edad de los Jóvenes

ANOVA(b)

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	10.760	2	5.380	20.173	.000(a)
	Residual	76.275	286	.267		
	Total	87.035	288			

a Variables predictoras: (Constante), Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes, Edad de los Jóvenes

b Variable dependiente: Grado de calidad de la práctica religiosa

Coefficientes(a)

Modelo		Coefficients no estandarizados		Coefficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	2.888	.141		20.535	.000
	Edad de los Jóvenes	.038	.007	.311	5.153	.000
	Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes	.010	.007	.081	1.345	.180

a Variable dependiente: Grado de calidad de la práctica religiosa

Hipótesis nula 5

Práctica religiosa y edad y zona de residencia

Estadísticos de grupo

	Zona donde residen los Jóvenes	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Grado de calidad de la práctica religiosa	Urbana	128	3.7295	.61234	.05412
	Rural	167	3.6710	.54931	.04251

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
		Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior
Grado de calidad de la práctica religiosa	Se han asumido varianzas iguales	1.496	.222	.862	293	.389	.05851	.06784	-.07501	.19202
	No se han asumido varianzas iguales			.850	257.139	.396	.05851	.06882	-.07702	.19403

Hipótesis nula 6

Práctica religiosa y años de estudio
en instituciones educativas adventistas

Estadísticos descriptivos

	Media	Desviación típica	N
Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	.9389	2.16926	303
Grado de calidad de la práctica religiosa	3.6899	.58245	303

Correlaciones

		Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	Grado de calidad de la práctica religiosa
Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	Correlación de Pearson	1	.020
	Sig. (bilateral)		.731
	N	303	303
Grado de calidad de la práctica religiosa	Correlación de Pearson	.020	1
	Sig. (bilateral)	.731	
	N	303	303

Hipótesis nula 7

Estilo de vida y género

Estadísticos de grupo

	Género de los Jóvenes	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Grado de calidad del estilo de vida	Masculino	130	3.9612	.33796	.02964
	Femenino	173	4.1088	.32311	.02457

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
		Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior
Grado de calidad del estilo de vida	Se han asumido varianzas iguales	1.614	.205	-3.860	301	.000	-.14767	.03825	-.22295	-.07239
	No se han asumido varianzas iguales			-3.836	271.131	.000	-.14767	.03850	-.22346	-.07188

Hipótesis nula 8

Estilo de vida y estado civil

Descriptivos

Grado de calidad del estilo de vida

	N	Media	Desviación típica	Error típico	Intervalo de confianza para la media al 95%		Mínimo	Máximo
					Límite inferior	Límite superior		
Soltero	255	4.0437	.34939	.02188	4.0006	4.0868	3.02	4.84
Casado	37	4.0750	.25121	.04130	3.9912	4.1588	3.58	4.63
Otro	5	3.9811	.42234	.18887	3.4567	4.5055	3.57	4.63
Total	297	4.0465	.33914	.01968	4.0078	4.0853	3.02	4.84

ANOVA

Grado de calidad del estilo de vida

	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	.053	2	.027	.231	.794
Intra-grupos	33.991	294	.116		
Total	34.045	296			

Hipótesis nula 9

Estilo de vida y edad y años como adventista

Resumen del modelo

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado corregida	Error típ. de la estimación
1	.207(a)	.043	.036	.32243

a Variables predictoras: (Constante), Edad de los Jóvenes, Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes

ANOVA(b)

Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	1.327	2	.663	6.381	.002(a)
	Residual	29.733	286	.104		
	Total	31.060	288			

a Variables predictoras: (Constante), Edad de los Jóvenes, Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes

b Variable dependiente: Grado de calidad del estilo de vida

Coefficientes(a)

Modelo		Coefficients no estandarizados		Coefficientes estandarizados	t	Sig.
		B	Error típ.	Beta		
1	(Constante)	3.778	.088		43.023	.000
	Tiempo de ser bautizado de los Jóvenes	.005	.005	.075	1.182	.238
	Edad de los Jóvenes	.012	.005	.165	2.618	.009

a Variable dependiente: Grado de calidad del estilo de vida

Hipótesis nula 10

Estilo de vida y zona de residencia

Estadísticos de grupo

	Zona donde residen los Jóvenes	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Grado de calidad del estilo de vida	Urbana	128	4.0348	.32901	.02908
	Rural	167	4.0596	.34406	.02662

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
		Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior
Grado de calidad del estilo de vida	Se han asumido varianzas iguales	.000	.985	-.627	293	.531	-.02486	.03966	-.10292	.05319
	No se han asumido varianzas iguales			-.631	279.108	.529	-.02486	.03943	-.10248	.05275

Hipótesis nula 11

Estilo de vida y años de estudio en instituciones educativas adventistas

Estadísticos descriptivos

	Media	Desviación típica	N
Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	.9389	2.16926	303
Grado de calidad del estilo de vida	4.0455	.33706	303

Correlaciones

		Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	Grado de calidad del estilo de vida
Años de estudio en Instituciones Educativas Adventistas	Correlación de Pearson	1	.010
	Sig. (bilateral)		.857
	N	303	303
Grado de calidad del estilo de vida	Correlación de Pearson	.010	1
	Sig. (bilateral)	.857	
	N	303	303

APÉNDICE E

ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA PREGUNTAS COMPLEMENTARIAS

Preguntas complementarias

Media aritmética de la calidad de la
práctica religiosa y estilo de vida

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
Grado de calidad de la práctica religiosa	303	3.6899	.58245
N válido (según lista)	303		

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
Grado de calidad del estilo de vida	303	4.0455	.33706
N válido (según lista)	303		

APÉNDICE F

ANÁLISIS ESTADÍSTICO PARA DECLARACIONES DE LOS INSTRUMENTOS

Calidad de la práctica religiosa

Estadísticos descriptivos

Declaraciones	N	Media	Desv. típ.
Asisto al culto de adoración el sábado	296	4.8378	.53430
Asisto a la Escuela Sabática	294	4.6735	.78522
Me acerco a Dios cuando atravieso por situaciones difíciles en mi vida	300	4.5133	.92340
Participo en la Santa Cena	299	4.5117	1.02765
Participo en los programas de sociedad de Jóvenes	298	4.4295	3.04125
Asisto a la sociedad de Jóvenes Adventistas	303	4.4092	.91212
Escucho música cristiana edificante	303	4.3960	.93581
Soy reverente en la casa de Dios	301	4.2990	.76831
Alabo a Dios con cantos cuando estoy solo	300	4.1433	1.07703
Me intereso por conocer las creencias de la Iglesia Adventista	301	4.0764	1.03801
Vivo de acuerdo a las creencias de la Iglesia Adventista	295	4.0644	.97551
Acostumbro a orar por otros	299	4.0569	1.04598
Participo en plataforma en el culto de adoración en sábado	295	3.8814	1.13816
Participo en campañas evangelísticas	299	3.8763	1.21846
Asisto a los cultos regulares de la Iglesia	295	3.8610	1.09932
Actúo conforme al propósito de Dios para mi vida	298	3.6678	.93223
Asisto a las reuniones de la Pequeña Congregación	298	3.6074	1.41310
Participo en el repaso de la lección de Escuela Sabática	295	3.5729	1.41924
Participo del plan anual de la recolección	302	3.5132	1.41591

Declaraciones	N	Media	Desv. típ.
Comparto mi testimonio con otros no creyentes	295	3.4610	1.18566
Participo en actividades para ayudar a los más pobres	302	3.4536	1.25072
Participo activamente en la Pequeña Congregación	295	3.4169	1.44009
Estudio la Biblia diariamente	302	3.3808	.97682
Devuelvo fielmente el diezmo	298	3.3255	1.45577
Doy fielmente ofrendas	299	3.3144	1.26974
Oro por lo menos tres veces al día	298	3.2215	1.16541
Estudio diariamente la lección de Escuela Sabática	299	3.2007	1.26645
Participo en algún club del ministerio J.A. (Conquistadores, Guías Mayores, Líder Juvenil)	295	3.0746	1.70669
Estudio sobre profecías bíblicas	298	2.9463	1.17370
Acostumbro leer libros de Elena de White	295	2.7729	1.23688
Doy estudios bíblicos	297	2.6936	1.34707
Llevo visitas a la Iglesia	301	2.6312	1.14901
Distribuyo literatura misionera	294	2.4898	1.24953
N válido (según lista)	57		

Calidad del estilo de vida

Estadísticos descriptivos

Declaraciones	N	Media	Desv. típ.
Practico la higiene personal diariamente	300	4.8300	.52474
Cuido mi imagen personal	297	4.5791	.78927
Respeto el consejo de los adultos	301	4.5449	.69915
Mantengo una relación de respeto con el sexo opuesto	300	4.4667	1.02912
Colaboro con los deberes en la casa	299	4.4181	.84095
Consumo los tres tiempos de comida cada día	300	4.3000	.94143
Uso un vocabulario correcto al estar con mis amigos	296	4.1284	1.09098
Ayudo a mi familia cuando enfrenta situaciones difíciles	301	4.1096	1.05417
Me comporto conforme a mis principios cristianos en cualquier ambiente	295	4.0847	.89382
Uso el teléfono celular para comunicarme	298	4.0839	1.21841
Busco más las amistades cristianas	297	4.0572	.96567
Mantengo en orden mis objetos personales	301	4.0532	.96116
Participo en actividades recreativas con mis amigos	302	4.0464	1.07114
Mantengo buena comunicación con mis familiares	297	3.9865	1.11493
Promuevo un ambiente de armonía en mi familia	295	3.9695	1.01137
Duermo al menos ocho horas diarias	298	3.9295	1.17138
Leo libros o revistas que me edifican	302	3.7086	1.09113
Influyo positivamente en mis amigos	294	3.6973	1.09616
Busco ayuda en familia para resolver problemas personales	293	3.5939	1.23957

Declaraciones	N	Media	Desv. Típ.
Tomo por lo menos 10 vasos de agua al día	296	3.4291	1.23852
Como frutas diariamente	295	3.3492	.97072
Hago ejercicio diariamente	298	3.0738	1.24773
Veó televisión por lo menos dos horas diarias	298	3.0638	1.46541
Uso el Internet por trabajo ó estudio	301	3.0432	1.64361
Me alimento con verduras todos los días	292	3.0205	1.11515
Incluyo en la alimentación productos integrales	296	2.7466	1.11689
Uso el teléfono celular para entretenerme	290	2.6621	1.39312
Uso el Internet para realizar consultas de interés	294	2.6599	1.62530
Consumo bebidas con cafeína (café, Coca-cola).	301	2.6512	1.36183
Escucho música secular	296	2.4020	1.21454
Acostumbro ver películas seculares en video	299	2.3311	1.19874
Consumo carnes diariamente	293	2.2594	1.02751
Participo con amigos en ambientes no cristianos	295	2.1356	1.26515
Asisto a conciertos o espectáculos seculares	295	1.7932	1.45498
Hago fraude en el estudio ó en el trabajo	297	1.5892	1.08099
Uso video juegos más de dos horas diarias	296	1.5135	1.03489
Asisto al cine	296	1.3243	.79162
Veó en Internet sitios con contenidos de violencia o pornografía	298	1.2315	.67923
Tengo relaciones sexuales ilícitas	298	1.2013	.65628
Estudio ó trabajo en sábado	296	1.1892	.67247
Uso joyas	297	1.1818	.64771
Consumo carne de cerdo	294	1.1463	.58043
Asisto a bailes y centros nocturnos	298	1.1007	.52217
Consumo bebidas alcohólicas	300	1.0633	.41621
Consumo algún tipo de droga alucinógena	300	1.0433	.31905
Fumo cigarrillos	301	1.0399	.35366
N válido (según lista)	162		

LISTA DE REFERENCIAS

- Adventist News Network. (2007). *Adolescentes con creencias religiosas personales son menos dados a abusar de las drogas y el alcohol*. Recuperado de <http://www.adventistnews@gc.adventist.org>
- Andrés-Gallego, J. (1996). *La práctica religiosa en España*. Recuperado de <http://www.unav.es/noticias/textos/241003-02.html>
- Arrivillaga, M., Salazar, I. C. y Correa, D. (2003). Creencias sobre la salud y su relación con las prácticas de riesgo o de protección en jóvenes universitarios. *Colombia Médica*, 34(4), 186-195.
- Asociación Española de Pediatría. (2009). *Ver tres o cuatro horas la T.V. dobla el riesgo de hiperactividad*. Recuperado de <http://www.europapress.es/salud/salud-bienestar-00667/noticia-ver-tres-cutro-horas-tele-dobla-riesgo-hiperactividad-20090421170046.html>
- Barrera Lara, I. (2005). El movimiento de renovación carismática en el sector rural y urbano del centro de Veracruz: interacción social, impacto social e identidad. *Cuicuilco*, 12(34), 201-215.
- Hernández Mendo, A., Jurado Rubio, M. I., Viana Montaner, B. H., Da Silva Rigoletto, M. E. y Gómez Puerto, J. R. (2005). Estilo y calidad de vida. *Educación física y deportes*, 10(90). Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=1311158>
- Biller, A. (2009). Del vaso al cerebro en seis minutos. *Journal of Cerebral Blood Flow and Metabolism*, 8(2), 15-26.
- Botting, G. (2006). Alimentos que alargan la vida. *Menú del Mayordomo*, 11(11). Recuperado de <http://www.uccsda.org/files/stewardship/11.2006SP.pdf>
- Brown, S. (2008). *Cuidar da más vida*. Recuperado de <http://www.prensalibre.com/pl/2008/noviembre/27/279469.html>
- Buettner, D. (2008). *Los adventistas de California son la zona azul de los Estados Unidos*. Recuperado de http://adventistas.ec/noticias/ANN/2008/05_27_investigador.php
- Callahan, W. (1989). *Iglesia, poder y sociedad en España, 1750-1874*. Madrid: Nerea.

- Ceballos, O., Serrano, E., Sánchez, E. y Zaragoza, J. (2005). Gasto energético en escolares adolescentes de la Ciudad de Monterrey, N.L. México. *Revista de Salud Pública y Nutrición*, 6(3). Recuperado de [http://www.respyn.uanl.mx/vi/3/articulos/actividadfisica\(Monterrey\).htm](http://www.respyn.uanl.mx/vi/3/articulos/actividadfisica(Monterrey).htm)
- Comiskey, J. (2005). *Cómo ser un excelente asesor de grupos celulares*. Barcelona: Clie.
- Consejo Nacional La Raza. (2009). *Crece el número de embarazos en adolescentes latinas en USA*. Recuperado de <http://www.embarazoybebeweb.com/2009/05/embarazo-adolescentes-latinas-usa.html>
- Córdoba García, R., Ortega Sánchez, R., Cabezas Peña, C., Forés García, D., Nebot Adell, M. y Robledo, T. (2001). Recomendaciones sobre estilo de vida. *Atención Primaria*, 28(2), 27-41.
- Cortés, F. (2006). *Estos fueron los valientes*. Miami: APIA.
- Chillón Garzón, P. (2005). *Efectos de un programa de intervención de educación física para la salud en adolescentes de 3º de ESO* (Tesis de doctorado). Universidad de Granada, España.
- Da Silva, A. y Shimizu, H. (2006). *El significado del cambio en el modo de vivir de la persona con ostomía intestinal definitiva*. *Revista Latino-Americana Enfermagem*, 14(4). Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/es_v14n4a03.pdf
- Dhavamony, M. (1973). *Phenomenology of religion*. Roma: Università Gregoriana Editrice.
- Espinoza González, L. (2004). Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad. *Revista Cubana Estomatología*, 41(3). Recuperado de http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41_3_04/est09304.htm
- Federación Bíblica Católica (2008). *Encuesta sobre práctica religiosa*. Recuperado de http://www.c-b-f.org/start.php?CONTID=07_00&LANG=es
- Fernández Larrea, N., Clúa Calderín, A., Báez Dueñas, R., Ramírez Rodríguez, M. y Prieto Díaz, V. (2000). Estilos de vida, bienestar subjetivo y salud de los ancianos. *Revista Cubana de Medicina*, 16(1), 6-12.
- Garcéz, R. (2008). *Unos 10 mil mueren por fumar*. Recuperado de <http://www.prensalibre.com/pl/2008/mayo/28/240902.html>
- García Alandete, J. y Pérez Delgado, E. (2005). Actitudes religiosas y valores en un grupo de jóvenes universitarios españoles. *Anales de Psicología*, 21(1), 149-169.

- Grajales Guerra, T. (2002). *Una mirada a la experiencia de la juventud interamericana*. México: Sígueme.
- Graz, J. (2006). *Raymond Romand: diálogo con un neurobiólogo adventista en Francia*. *Diálogo Universitario*, 9(1), 20-21.
- Gutiérrez Reynaga, R., Andrade Palos, P., Jiménez Tapia, A. y Juárez García, F. (2007). La espiritualidad y su relación con la recuperación del alcoholismo en integrantes de alcohólicos anónimos (AA). *Salud Mental*, 30(4), 62-68.
- Herder. (2007). *Diccionario de la espiritualidad*. Recuperado de <http://www.msperu@catholic-church.org>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2003). *Metodología de la investigación* (3ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Instituto Nacional del Cáncer en Rockville, Maryland, Estados Unidos (2006). *Comer a menudo carne roja y procesada eleva el riesgo de mortalidad*. Recuperado de <http://www.europapress.es/salud/salud-bienestar-00667/noticia-comer-menudo-carne-roja-procesada-eleva-riesgo-mortalidad-20090324115713.html>
- Jadue Hunt, L. y Berríos Carrasola, X. (1994). Estilo de vida de la mujer adulta en la región metropolitana. *Boletín Salud Pública*, 5(2). Recuperado de http://escuela.med.puc.cl/paginas/publicaciones/Boletin/html/Salud_Publica/1_14.html
- Jacoby, E., Bull, F. y Neiman, A. (2003). Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la región de las Américas. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 14(4), 223-225.
- Kuzma, K. (2005). *Cada día más sano*. Miami: APIA.
- Kornblit, A. (2007). *Comportamiento adolescente*. Recuperado de <http://www.infobae.com.ar>
- Lasheras Pérez, M., Cuñé Sala J., Bautista Rodríguez, C. y Farré Martí, J. (2005). Hábitos sexuales en jóvenes universitarios. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, 74(4), 57-63.
- López Carmona, J., Ariza Andraca, C., Rodríguez Moctezuma, J. y Munguía Miranda, C. (2003). Construcción y validación inicial de un instrumento para medir el estilo de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. *Salud Pública, México*, 45(4). 259-268.
- Mardones, J. (1996). *¿Adónde va la religión? Cristianismo y religiosidad en nuestro tiempo*. Madrid: Sal Terrae.

- Maxwell, R. (1997). *Si mi pueblo orara*. Miami: APIA
- Melé, D. (1999). *Espiritualidad en el trabajo directivo. Una tendencia que se extiende*. *Revista de Antiguos Alumnos*, 73. Recuperado de <http://www.ee-iese.com/73/reflexart1.html>
- Melgosa, J. (1997). *Sin estrés*. Miami: APIA.
- Montoya, A. (2003). *Predicando con pasión*. Grand Rapids, MI: Portavoz.
- Navas, C. y Villegas H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista de ciencias de la educación*, 6(1), 1-17
- Odgers Ortiz, O. (2003). Migración, identidad y religión: aproximaciones al estudio del papel de la práctica religiosa en la redefinición identitaria de los migrantes mexicanos. *Amérique Latine Historie & Mémoire*, 7. Recuperado de <http://alhim.revues.org/index447.html>.
- Oliva, A. (2008). *Evangélicos casi duplican su número en los últimos 11 años*. Recuperado de http://www.elsalvador.com/mwedh/nota/nota_completa.asp?idCat=6364&idArt=4149885
- Palomino Villavicencio, B. y López Pardo, G. (1999). Reflexiones sobre calidad de vida y desarrollo. *Región y Sociedad*, 11(17), 171-185.
- Pamplona Roger, J. (1994). *Disfrútalo*. Madrid: Safeliz.
- Pardo Torres, M., y Núñez Gómez, N. (2008). Estilo de vida y salud en la mujer adulta joven. *Aquichan*, 8(2), 266-284.
- Peto, R. (2008). *El tabaco puede causar 500 millones de muertes este siglo si no se frena la adicción*. Recuperado de <http://radio.emisorasunidas.com/noticia.php?id=21844>
- Peverini, M. (1996). *Del abismo a la gloria*. Nampa, ID: Publicaciones Interamericanas.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. Presidencia de la Republica de El Salvador (2005). *Estudio de base jóvenes*. San Salvador: Editores Asociados.
- Reyes Ortiz, C. (2005). Importancia de la religión en los ancianos. *Colombia Médica*, 29(4), 155-157.
- Riba Sicart, M. (2002). *Estudio de los hábitos alimentarios en población universitaria y sus condicionantes* (Tesis doctoral). Universitat Autònoma de Barcelona, Barcelona, España.

- Rivera Ledesma, A. y Montero López, M. (2005). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores mexicanos. *Salud Mental*, 28(6), 51-58.
- Rivera Ledesma, A. y Montero López, M. (2007). Ejercicio clínico y espiritualidad. *Anales de Psicología*, 23(1), 125-136.
- Robbins, E. (2004). *Comportamiento organizacional*. México: Pearson Educación.
- Ruíz, H. (2004). *Manual del ministerio juvenil*. México: Sígueme.
- Salkind, N. J. (1998). *Métodos de investigación*. México: Prentice Hall.
- Salvia, A., Brenlla, M. y Rodríguez, M. (2004). *Capítulo 7: sentido de la vida y espiritualidad. Departamento de Investigación Institucional*. Recuperado de <http://www.uca.edu.ar/esp/sec-investigacion/esp/subs-observatorio/docs-barometro/2004/data/cap7.pdf>
- Schlaepfer, L. e Infante Castañeda, C. (1990). La medición de salud: perspectivas teóricas y metodológicas. *Instituto Nacional de Salud Pública*, 32(2), 141-155.
- Schwarz, R. y Greenleaf, F. (2002). *Portadores de luz. Historia de la Iglesia Adventista del Séptimo Día*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- Soler Palá, M. (2007). *Espiritualidad laical, tarea pendiente*. Recuperado de <http://www2.gratisweb.com/teologialatina/>
- Somoza, A. (2005). *Culturas adolescentes y valores cristianos*. Buenos Aires: Instituto Universitario ISEDET.
- Spector, T. (2008). *Estilo de vida activo retrasa proceso de envejecimiento*. Recuperado de <http://www.spanish.china.org.cn>
- Swindoll, C. (1978). *Pásame otro ladrillo*. Nashville, TN: Bethania.
- Trujillo, S., Tovar, C. y Lozano, M. (2004). Formulación de un modelo teórico de la calidad de vida desde la psicología. *Universitas Psychologica* 3(1). 89-98.
- Universidad de Navarra, (2008). *La depresión que causa fumar tabaco*. Recuperado de <http://www.w3c.org/TR/1999/REC-html401-19991224/loose.dtd>
- Van Pelt, N. (1996). *Sin reservas. el arte de comunicarse*. Miami: APIA.
- Vásquez, F. (1999). La espiritualidad en el último tramo de la vida entre los pentecostales: un estudio etnográfico en Xalapa. *Revista Académica para el Estudio de las Religiones*, 8(2). 287-304.

- Venden, M. (1995). *Ama a Dios y haz lo que quieras*. Miami: APIA.
- White, E. (1957). *Obreros evangélicos*. Mountain View, CA: Publicaciones Interamericanas.
- White, E. (1971). *Consejos para los maestros*. Mountain View, CA: Pacific Press.
- White, E. (1988). *Conducción del niño*. Miami: Asociación Publicadora Interamericana.
- White, E. (1989). *Consejos sobre la salud*. Coral Gables, FL: Asociación Publicadora Interamericana,
- White, E. (1992a). *Alza tus ojos*. Miami: APIA.
- White, E. (1992b). *El ministerio de curación*. Miami: APIA.
- White, E. (1992c). *La temperancia*. Miami: APIA.
- White, E. (1992d). *Mensajes para los jóvenes*. Miami: APIA.
- White, E. (1996). *El Camino a Cristo*. Miami: APIA.
- White, E. (2005). *Consejos para los maestros, padres y alumnos*. Miami: APIA.