

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE TEOLOGÍA

Escuela Profesional de Teología



Una Institución Adventista

Espiritualidad y estilo de vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017

Por:

Wither Suri Quispe Quispe

Asesor:

Mg. Juan Marcelo Zanga Céspedes

Lima, diciembre de 2018

DECLARACIÓN JURADA
DE AUTORÍA DEL INFORME DE TESIS

Juan Marcelo Zanga Céspedes, de la Facultad de Teología, Escuela Profesional de Teología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

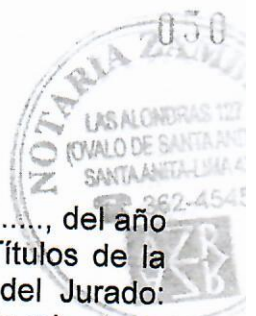
Que el presente informe de investigación titulado "ESPIRITUALIDAD Y ESTILO DE VIDA EN MIEMBROS DE LA IASD DEL DISTRITO MISIONERO HUANCAYO-CHILCA DE LA MISIÓN ANDINA CENTRAL 2017" constituye la memoria que presenta el Bachiller Wither Suri Quispe Quispe para aspirar al título de Profesional de Teología, cuya tesis ha sido realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en Lima, el 23 de enero del año 2019.



Juan Marcelo Zanga Céspedes



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Villa Unión, Ñaña, Lima, Seis días, del mes de Diciembre, del año 2018, siendo las 9:00 a.m., se reunieron en el Salón de Grados y Títulos de la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección del Señor Presidente del Jurado:

Dr. Daniel William Richard Pérez, y los demás miembros siguientes: Mg. Benjamín Rojas Yauri, Secretario,

Dr. Jorge Luis Reyes Aguilar, Dr. Wilbert Maluquish Huaman, vocales; y Dr. Juan Marcelo Zongra Bispedis, asesor, con el propósito de llevar a

cabo el acto público de la sustentación de tesis titulada:

"Espiritualidad y estilo de vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo - Obispa de la Misión Andina Central 2017"

Presentada por el/los Bachiller/es: Whiter Suro Quispe Quispe

conducente a la obtención del Título Profesional de Licenciado en Geología, Mención en Salud Pública

El señor Presidente inició el acto académico, invitando al/los candidato/s hacer uso del tiempo requerido para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente del Jurado invitó a los miembros del mismo a realizar las preguntas y cuestionamientos correspondientes, los cuales fueron absueltos por el (los) candidato(s). En seguida, el Jurado procedió a las deliberaciones respectivas, luego se registró en el acta el dictamen siguiente:

Bachiller: Whiter Suro Quispe Quispe
Aprobado por Unanimidad

con el mérito académico adicional de con nominación de muy buen y nota vigesimal de 18 y

Bachiller: por

con el mérito académico adicional de

El Presidente del Jurado solicitó al/los candidato/s ponerse de pie. Luego el Secretario realizó la lectura del acta con el resultado final del acto académico, procediéndose inmediatamente a registrar las firmas respectivas.

Presidente
Richard

Secretario

Asesor

Vocal

Candidato

Vocal
Maluquish

Vocal

Candidato

A Dios, por su infinito amor y gracia que otorga salvación.
A mi familia motivo de mis esfuerzos.

RESUMEN DE TESIS

Universidad Peruana Unión

Facultad de Teología

Escuela Académico Profesional de Teología

Título profesional: Licenciado en Teología

Título: EPIRITUALIDAD Y ESTILO DE VIDA EN MIEMBROS DE LA IASD DEL DISTRITO MISIONERO HUANCAYO-CHILCA DE LA MISIÓN ANDINA CENTRAL 2017

Nombre del investigador: Wither Suri Quispe Quispe

Nombre y título del consejero: Juan Marcelo Zanga Céspedes, Mg. en Investigación y Docencia Universitaria.

Fecha de Terminación: Noviembre de 2018.

Aspecto metodológico

Esta investigación es de tipo descriptivo correlacional con diseño no experimental de corte transversal. Recopila información en una muestra representativa y establece relación entre el Espiritualidad y estilo de vida en miembros de la IASD del distrito Misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Planteamiento del problema

En esta investigación se responde a la pregunta: ¿Qué relación existe entre la espiritualidad práctica y el estilo de vida de los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central Huancayo 2017?.

Objetivos

Determinar la relación que existe entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis

H₁: Existe relación significativa y positiva entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Breve referencia del marco teórico

La fuente y el modelo de la espiritualidad se encuentran en Jesús. Cuando nos acercamos a la humanidad de Cristo, a sus facultades humanas, espirituales y sociales, y en las circunstancias en que vivió, siempre actuó de acuerdo a los principios establecidos por Dios. Teniendo en cuenta la vida fundamental de Jesús, los seres humanos se preocupen por la práctica.

Los autores Jorge A. Gozales, José Carlos Herrera Alonso, hace referencia que el estilo de vida es un conjunto de conductas o actitudes diarias que realizan los individuos, para el cuidado del cuerpo y la mente. Por lo tanto, el estilo de vida es la plataforma para tener calidad de vida. La OMS define como “la percepción que un

individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y el sistema de valores en el que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus preocupaciones”.

Elena de White, sobre el estilo de vida saludable, aconseja “la práctica de hábitos saludables basados en alimentos vegetales, variedad de frutas, granos, nueces y productos lácteos bajos en grasa, evitar el café, el té, los condimentos fuertes y los alimentos altamente refinados” Además, recomienda abstenerse completamente del tabaco, las bebidas alcohólicas, entre otras que son perjudiciales para el cuerpo. Y el IASD adoptó estos principios fundamentales de salud.

Conclusiones

Conforme a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre Espiritualidad y Estilo de Vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la MAC 2017, se concluye que solo existe relación significativa entre espiritualidad práctica y el estilo de vida social del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017, sin embargo entre espiritualidad práctica y estilo de físico y psicológico no existe relación. Se llega a esta conclusión porque en la tabla 34, donde indica la espiritualidad practica y estilo de vida social el sig es de 0,004. Este resultado es menor a 0,05. Adicionalmente esta correlación es inversa. En las tablas 33, y 35 no existe relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico y psicológico respectivamente. Porque en ambos casos el sig supera al 0,05. Por lo tanto se acepta la hipótesis nula de esta investigación.

SUMMARY OF THE THESIS

ABSTRACT

Peruvian University Union

Faculty of Theology

Professional Academic School of Theology

Professional title: Degree in Theology

Title: EPIRITUALITY AND STYLE OF LIFE IN MEMBERS OF THE IASD OF
THE HUANCAYO-CHILCA MISSIONARY DISTRICT OF THE ANDEAN
MISSION CENTRAL 2017

Name of the researcher: Wither Suri Quispe Quispe

Name and title of the director: Juan Marcelo Zanga Céspedes, Mg. in University

Research and Teaching.

Completion Date: November 2018.

Methodological aspect

This research is descriptive correlational type with non-experimental design of cross section. It collects information in a representative sample and establishes a relationship between Spirituality and lifestyle in members of the IASD of the Mision Huancayo-Chilca district of the Central Andean Mission 2017.

Problem Statement

This research answers the question: What is the relationship between the practical spirituality and lifestyle of the members of the IASD of the Huancayo-Chilca missionary district of the Central Andean Mission Huancayo 2017?

Objective

Determine the relationship between practical spirituality and lifestyle in members of the IASD of the Huancayo-Chilca missionary district of the Central Andean Mission 2017.

Hypothesis

H1: There is a significant and positive relationship between practical spirituality and lifestyle in the members of the IASD of the Huancayo-Chilca missionary district of the Central Andean Mission 2017.

H0: There is no significant and positive relationship between practical spirituality and lifestyle in the members of the IASD of the Huancayo-Chilca missionary district of the Central Andean Mission 2017.

Brief reference of the theoretical framework

The source and model of spirituality are found in Jesus. When we approach the humanity of Christ, to his human, spiritual and social faculties, and in the circumstances in which he lived, he always acted according to the principles established by God. Keeping in mind the fundamental life of Jesus, human beings care about the practice.

The authors Jorge A. Gozales, José Carlos Herrera Alonso, makes reference to the lifestyle to a set of behaviors or daily attitudes that people perform, to maintain their body and mind in an appropriate way. Therefore, lifestyle is the basis of quality of life.

WHO defines as the perception that an individual has of his place in existence, in the context of the culture and the value system in which he lives and in relation to his objectives, his expectations, his norms, his concerns.

Ellen White, on the healthy lifestyle, advises the practice of healthy habits based on plant foods, variety of fruits, grains, nuts and low-fat dairy products, avoid coffee, tea, strong condiments and highly nutritious foods. refined In addition, he recommends abstaining completely from tobacco, alcoholic beverages, among others that are harmful to the body. And the IASD adopted these fundamental health principles.

Conclusions

According to the data and results presented in this research on Spirituality and Lifestyle in members of the IASD of the Huancayo-Chilca missionary district of MAC 2017, it is concluded that there is only a significant relationship between practical spirituality and the social life style of the district. missionary Huancayo-Chilca of the Central Andean Mission 2017, however between practical spirituality and physical and psychological style there is no relationship. This conclusion is reached because in table 34, where it indicates practical spirituality and social lifestyle, the sig is 0.004. This result is less than 0.05. Additionally this correlation is inverse. In Tables 33 and 35 there is no relationship between practical spirituality and physical and psychological lifestyle, respectively. Because in both cases the sig exceeds 0.05. Therefore, the null hypothesis of this investigation is accepted.

TABLA DE CONTENIDO

LISTA DE TABLAS.....	xiv
LISTA DE ABREVIATURAS.....	xvi
Capítulo I	
I. INTRODUCCIÓN.....	1
Planteamiento del Problema.....	1
Descripción de la realidad problemática.....	1
Antecedentes de la investigación.....	5
Preguntas de la investigación.....	7
Preguntas específicos.....	8
Objetivos de la investigación.....	9
Objetivo general.....	9
Objetivos específicos.....	9
Hipótesis de la investigación.....	10
Hipótesis general.....	10
Hipótesis específico.....	10
Justificación.....	12
Delimitaciones.....	13
Presuposiciones.....	13
II. MARCO TEÓRICO.....	14
La espiritualidad.....	14
Conceptos de la espiritualidad.....	16
Espiritualidad Bíblica.....	19
Componentes de la espiritualidad practica	22
La oración Bíblica.....	23
Estudio de la Biblia.....	25
Adoración.....	26
Testificación.....	28
Estilo de vida.....	30
Estilo de vida Adventista.....	31
Factores que influyen en el estilo de vida.....	32
Física.....	32
Social.....	33

Psicológico.....	36
III. METODOLOGÍA	40
Tipo y diseño de la investigación.....	40
Población.....	41
Muestra.....	41
Definición de variables.....	43
Elaboración de los instrumentos.....	44
Validez.....	44
Confiabilidad.....	45
Técnica de recolección de datos.....	45
Proceso de recolección de datos.....	45
Análisis de datos.....	45
Cronograma de actividades.....	46
Presupuesto.....	46
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	47
Resultados.....	47
Análisis de resultados.....	47
Dimensión espiritualidad: práctica de la oración.....	48
Dimensión espiritualidad: estudio de la Biblia.....	51
Dimensión espiritualidad: Adoración.....	55
Dimensión espiritualidad: Testificación.....	59
Dimensión estilo de vida: Físico.....	63
Dimensión estilo de vida: Social.....	67
Dimensión estilo de vida: Psicológico.....	70
Relación entre las dimensiones.....	74
Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico.....	77
Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida social.....	79
Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida psicológico.....	80
Discusiones.....	82
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	84
Conclusiones.....	84
Recomendaciones.....	88
BIBLIOGRAFÍA.....	89
Apéndices “A”.....	94
Apéndices “B”.....	98
Apéndices “C”.....	99

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Niveles de <i>sig</i> para la Prueba Ji cuadrada de Pearson entre las Dimensiones de variables de espiritualidad y datos demográficas.....	48
Tabla 2. Práctica de Oración y edades.....	49
Tabla 3. Práctica de la oración y género.....	49
Tabla 4. Práctica de la Oración y estado civil.....	50
Tabla 5. Práctica de la oración y grado de instrucción.....	51
Tabla 6. Estudio de la Biblia y edad.....	52
Tabla 7. Estudio de la Biblia y género.....	53
Tabla 8. Estudio de la Biblia y estado civil.....	54
Tabla 9. Estudio de la Biblia y grado de instrucción.....	55
Tabla 10. Práctica de adoración y edad.....	56
Tabla 11. Práctica de adoración y género.....	57
Tabla 12. Práctica de adoración y estado civil.....	58
Tabla 13. Práctica de adoración y grado de instrucción.....	59
Tabla 14. Testificación y edad.....	60
Tabla 15. Testificación y género.....	61
Tabla 16. Testificación y estado civil.....	62
Tabla 17. Testificación y grado de instrucción.....	63
Tabla 18. Estilo de vida físico y edad.....	64
Tabla 19. Estilo de vida físico y género.....	65
Tabla 20. Estilo de vida físico y estado civil.....	66
Tabla 21. Tabla Estilo de vida físico y grado de instrucción.....	67

Tabla 22. Estilo de vida social y edad.....	68
Tabla 23. Estilo de vida social y género.....	68
Tabla 24. Estilo de vida social y estado civil.....	69
Tabla 25. Estilo de vida social y grado de instrucción.....	70
Tabla 26. Estilo de vida psicológico y edad.....	71
Tabla 27. Estilo de vida psicológico y genero.....	72
Tabla 28. Estilo de vida psicológica y estado civil.....	73
Tabla 29. Estilo de vida psicológico y grado de instrucción.....	74
Tabla 30. Coeficientes de Correlación entre las primeras 4 Dimensiones.....	75
Tabla 31. Coeficientes de Correlación entre las Dimensiones de Estilo de Vida.	75
Tabla 32. Coeficientes de Correlación entre las Dimensiones.....	76
Tabla 33. Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico.....	78
Tabla 34. Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida social.....	79
Tabla 35. Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida psicológico.....	81

LISTA DE ABREVIATURAS

ACMS	Adventist Church Management System,
AT	Antiguo Testamento
Cap.	Capítulo
ECNT	Enfermedades crónicas no transmisibles
IASD	Iglesia Adventista del Séptimo Día
MAC	Misión Andina Central
NT	Nuevo Testamento
OMS	Organización Mundial de Salud
Unicef	United Nations Children's Fund. (Fondo de las naciones unidas para la infancia)

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Planteamiento del problema

Descripción de la realidad problemática

El ser humano es una unidad bio-psico-socio-espiritual,¹ sin embargo la parte espiritual es una área descuidada por el propio ser humano. A través del tiempo, aunque se ha dado énfasis a la promoción de la salud, las tasas de morbilidad y mortalidad han ido incrementando progresivamente repercutiendo en la salud de la sociedad.² En este contexto, la espiritualidad es solo una disciplina de cuidado de salud integral,³ ni es parte del vital o importante en el impulso de un estilo de vida saludable. Así mismo en la pirámide de las necesidades humanas de Abraham Maslow tampoco, considerada la espiritualidad como un componente de necesidad humana.⁴

¹Rosales Lemus, “La consciencia corporal, una puerta a la espiritualidad”, (Tesis maestra en desarrollo Humano, Universidad Iberoamericana, 2010): 208.

²Organización Mundial de la Salud, “Mortalidad y morbilidad por causas específicas,” *Estadísticas Sanitarias Mundiales 2009-OMS* (2009): 47,48,49,59,51,52,53,54,55,56,57.Ibid.

³Bridges Daisy C., “Principios Basicos De Los Cuidados De Enfermeria,” *1501 New Hampshire N. W.* 2 (1961): 1-56. 48.

⁴María del pilar Muñoz Vásquez, “La Pirámide de Necesidades de Abraham Maslow,” *Universidad de Complutense-Madrid* (2000): 1-4.
<http://www.infonegociacion.net/pdf/piramide-necesidades-maslow.pdf>.

Los hábitos equivocados del ser humano están causando enfermedades crónicas y organismos internacionales y los países desarrollados han centrado su atención en este tema. La Organización Mundial de la Salud (OMS), así como las entidades de Salud, han lanzado campañas motivando cambios en la salud de la población mundial y advirtiendo la necesidad de cambios en el estilo de vida para evitar o disminuir el riesgo de las llamadas enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

La Unicef (Fondo de las naciones unidas para la infancia), en inglés (United Nations Children's Fund) y la OMS indican que “El estilo de vida no saludable causa 16 millones de muertes al año” y el plan es “reducir en un 25% el número de víctimas por tabaquismo o diabetes hasta 2025”.¹ Además planteó que la labor de hoy es promover acciones concretas adoptando un estilo de vida saludable en todo el ciclo vital, con el fin de preservar la vida, mantenerse sano y paliar la discapacidad y el dolor en la vejez.²

En el Perú la situación es semejante, ya que las ECNT desde 1996, ha continuado creciendo en más de la mitad de departamentos siendo en el 2010 causantes de más de 2/3 de todas las muertes ocurridas en el Perú”.³ Estas enfermedades se presentan en personas de orígenes pobres y ricos, doctos o incultos, religiosas o no. En ese contexto también los Adventistas del Séptimo Día podrían tener este tipo de enfermedades.

¹http://elpais.com/elpais/2015/01/16/ciencia/1421435312_637657.html
(consultado: 12 de enero, 2017)

²Germán Málaga, *Revista peruana de medicina experimental y salud pública*.
<http://www.rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/1/1989> (Consultado: 12 de enero 2017)

³Ibíd.

Estudios sobre la psicología de la religión afirma que la espiritualidad juega un papel importante en la sociedad. Diversas personas confían en los recursos religiosos para afrontar las dificultades y a las crisis.¹

Por otro lado los profesionales de la salud afirman que “la predisposición a la creencia religiosa es la fuerza más poderosa y compleja de la mente humana, sus estudios muestran la relación entre la religiosidad de los pacientes y su nivel de salud parece existir evidencia que la práctica religiosa o espiritual desempeñe como factor promotor de salud y bienestar”.²

Diversos teólogos afirman que la Biblia contiene principios de estilo de vida y la obediencia a las leyes de Dios son las recompensas de la salud. Tomando los textos (Deut. 28:15, 21, 22, 27,28) la enfermedad es la consecuencia al rechazo de las leyes de Dios.³

En ese sentido, se entiende que, el estilo de vida involucra una serie de factores psicológicos, sociales, culturales y hasta económicos que tienden a mantener un adecuado

¹“El papel que desempeña la religión en la transformación personal, lo que se ha llamado “cambio cuántico”, ha sido en gran medida descuidado. Dado que la religión, a veces, sirve de catalizador para cambios profundos, objetivos, valores y estilo de vida subyacentes, los investigadores deberían mirar la capacidad de la religión para promover transformaciones de la vida”. Kenneth I Pargament, Hisham Abu Raiya, “A decade of research on the psychology of religion and coping: Things We Assumed and Lessons We Learned,” *Psyke and logos* 28 (2007): 742-766.

²C. Valiente Barroso y E. García-García, “La religiosidad como factor promotor de salud y bienestar para un modelo multidisciplinar de atención psicogeriatrica,” *Psicogeriatría* 2, no. 3 (2010): 153-165. http://www.bizkeliza.org./fileadmin/bizkeliza/web/doc_sal/articulos/1009_relgsalud.pdf.

³L. Grellmann, “¡ El mejor estilo de vida !” *Temas para la semana de salud ocho mensajes de salud : atractivos !* n.d. (2010): 67.

estado de salud física y mental¹. Por lo tanto, obra la necesidad de desarrollar patrones de espiritualidad y aplicar los principios cristianos. De todo esto el apóstol Pablo menciona en (Gálatas 6:8),² que si se puede logran grandes cambios en la conducta si nos sometemos a Dios.

Ted N. C. Wilson afirma que el área más importante para ser auténticamente genuino es el ámbito espiritual: en nuestra relación con Dios y su Palabra, y en cómo afecta nuestro carácter. La Biblia está sobre la cultura, el prejuicio y el orgullo. Nos revela la verdad sobre nosotros, el mundo y aun el más allá. Es el auténtico libro de consulta que nos guía hacia la verdadera espiritualidad.³

Elena de White también admitió que “Los hábitos equivocados de vida han mermado nuestras sensibilidad mental y física. Toda la fuerza que podríamos obtener con un estilo de vida correcto y la debida atención a la salud y la vida, deben ser dedicadas sin reservas a la obra que Dios nos ha asignado”.⁴ Por lo tanto la IASD tiene principios y programa para potenciar el desarrollo de la espiritualidad basada en la Biblia.

Muchas personas desean controlar su propia vida tomando sus propios esfuerzos para un estado mejor de estilo de vida. Sin embargo, existen también personas que dedican sus vidas buscando control sometiéndose a Dios. En medio de esta situación es

¹Psicología y salud, Vol. 22, N.1 (2012): 75-87. <http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-22-1/22-1/Mirian%20Pilar%20Grimaldo%20Muchotrigo.pdf> (Consultado: 14 de enero, 2017).

²A menos que se indique algo diferente, en este trabajo las citas bíblicas han sido tomadas de la Versión Reina Valera - 1960, (Sociedades bíblicas unidas: Impreso en Corea, 2009).

³Frank W Hardy and Sylvia Renz, “Ruta 12” *Adventist World* , no. 7 (2009): 8,9.

⁴Elena G. de White, *Testimonio para la iglesia t1* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1996), 476.

importante conocer si existe alguna relación entre la vida espiritualidad y el estilo de vida de los miembros de la Iglesia Adventista y su perspectiva funcional en cumplir la misión de Cristo.

Antecedente de la investigación

Existen algunas investigaciones que apoyan lo que se acaba de mencionar, entre ellos:

Carlos Alberto en un estudio sobre estilo de vida y práctica de los ocho remedios naturales en los feligreses adventistas de la misión Argentina del Noroeste, hace mención que existe relación entre el estilo de vida a través de la práctica de los ocho remedios naturales. Este estudio destacó el 23% de los feligreses tienen un estilo de vida saludable acorde a la propuesta por la IASD, y la mitad de 52% tiene un estilo de vida poco saludable.¹

Al respecto Francisco Carlos Lima ha presentado la investigación sobre “La influencia de la revista Vida E Saude en el estilo de vida de los lectores de la región 15 del Servicio Educacional Hogar y Salud, también considera que la revista es un factor influyente en el estilo de vida de los lectores, es decir que, el lector de la revista ha mejorado sus hábitos alimenticios, también influye positivamente en las prácticas de actividad física y en la reducción del uso de sustancias químicas².

¹Carlos Alberto Hein, “Estilo de vida y practica de los ocho remedios naturales en los feligreses adventistas de la misión argentina del noroeste” (Tesis doctoral en teología pastoral, Seminario Adventista Latinoamericana de Teología Sede Perú, 2004), 103.

²Francisco Carlos Lima Lemos, “La influencia de la revista vida E Saude en el estilo de vida de los lectores de la región 15 del servicio educacional hogar y salud, Sao Jose Do Rio Preto, Sao Paulo, 2010. (Tesis de maestría en salud pública, Universidad Peruana Unión, 2012), 127.

En cuanto a Bruno R. Vertallier presenta la investigación: A Design for Spiritual Formation During the Academic Life of the Adventist Seminary Students at Collonges-Sous-Saleve, France. Tomando en cuenta las necesidades espirituales, su investigación desarrollo la práctica de la disciplina espiritual en preparación para el ministerio. De la misma forma las instituciones adventistas implementaron dentro del currículo desarrollar patrones de espiritualidad.¹

Sharon Kay Sacks, ha presentado la investigación sobre The Relationship Between Liturgical Practice and Spirituality in the Church of the Nazarene with Special Reference to John Wesley's Doctrine of Christian Perfection. El estudio examinó la práctica litúrgica dentro de la Iglesia de la Nazareno y evaluar su relación con la espiritualidad.² Al examinar su estudio encontró que la adoran en las congregaciones nazarenas experimentan a Dios por medio del canto congregacional de la iglesia, y la lectura pública de la escritura, los credos y la oración es menos frecuente en la experiencia con Dios.

Luis Alonso Castellanos presento la investigación sobre: “Práctica religiosa y calidad del estilo de vida de los jóvenes de la zona sur de la Misión Sur Oriental de Honduras” al explorar su estudio encontró que el grado de calidad de la práctica religiosa

¹Bruno Vertallier, “A Design for Spiritual Formation During the Academic Life of the Adventist Seminary Students at Collonges-Sous-Saleve, France,” *Andrews University* (1993): 180.

²Sharon Kay Sacks, “The Relationship between Spiritual Belief, Life Attitude, and Mental Health among Physical Fitness Participants in Northern Indiana.,” *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering* 63, no. 6–B (2002): 3023, <http://ezproxy.library.uvic.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2002-95024-304&site=ehost-live&scope=site>.(Consultado: 14 de enero 2017)

y grado de calidad del estilo de vida, tuvieron un grado de influencia positiva y significativa (R^2 corregida = .441 y $p = .000$).¹

Celina Roda, en un estudio: Lifestyle correlates of overweight in adults: a hierarchical approach (the SPOTLIGHT project). Ella comprueba que en alguno de los ítems, El comportamiento sedentario mientras se veía la televisión fue identificado como el correlato más importante del sobrepeso. Estas evidencias de investigación relacionadas con el estilo de vida podrían orientar las estrategias preventivas dirigidas a combatir la obesidad.²

Laura Yoffe ha presentado la investigación sobre: Beneficios de las prácticas religiosas/ espirituales en el duelo. En esa investigación constató “que las plegarias, la meditación y la sanación espiritual colaboran en la promoción de estados positivos de bienestar psicofísico, mental y espiritual de los deudos”.³

Pregunta de investigación

En ese sentido se pretende descubrir ¿Qué relación existe entre espiritualidad práctica y el estilo de vida de los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central Huancayo 2017?

¹Luis Alonso Castellano Hernández, “Práctica religiosa y calidad del estilo de vida de los jóvenes de la zona sur de la Misión Sur Oriental de Honduras” (Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos, 2011), 137.

²Céline Roda et al., “Lifestyle Correlates of Overweight in Adults: A Hierarchical Approach,” *The international journal of behavioral nutrition and physical activity* 13, no. 1 (The spotlight project, 2016), 114. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27809926>. (Consultado: 14 de agosto 2017)

³Laura Yoffe, “Beneficios de las prácticas religiosas/ espirituales en el duelo”. *Positive effects of the religious / spiritual practices in mourning*. 20, no. 1 (2012): 9-30, <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=80223973&lang=es&site=ehost-live>. (Consultado: 10 de julio 2017)

Preguntas Específicas

- 1.- ¿Cuál es el nivel de espiritualidad en las actividades de la oración, estudio de la Biblia, adoración y testificación en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 2.- ¿Cuáles son los niveles de estilo de vida físico, social y psicológico en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 3.- ¿Qué relación existe entre espiritualidad y datos demográficos en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 4.- ¿Cuál es el nivel de espiritualidad práctica de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 5.- ¿Qué relación existe entre práctica de la oración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 6.- ¿Qué relación existe entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 7.- ¿Qué relación existe entre la actividad de adoración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?
- 8.- ¿Qué relación existe entre la actividad de testificación y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017?

Objetivos de la investigación

Objetivo general

Determinar la relación que existe entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Objetivos específicos

1.- Identificar el nivel de espiritualidad en las actividades de la oración, estudio de la Biblia, adoración y testificación en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

2.- Identificar los niveles de estilo de vida físico, social y psicológico en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

3.- Determinar la relación entre espiritualidad y datos demográficos en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

4.- Identificar el nivel de espiritualidad práctica de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017

5.- Determinar la relación entre práctica de la oración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017

6.- Establecer la relación entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

7.-Determinar la correlación entre la actividad de adoración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

8.- Determinar la relación entre la actividad de testificación y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis de la investigación

Hipótesis general

H₁: Existe relación significativa y positiva entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre espiritualidad práctica y el estilo de vida en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis específicas

Hipótesis del objetivo específico 2

H₁: Existe relación significativa y positiva entre espiritualidad y datos demográficos en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación entre espiritualidad y datos demográficos en los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis del objetivo específico 3

H₁: Existe nivel significativo y positiva de espiritualidad práctica de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017

H₀: No existe nivel significativo y positivo de espiritualidad práctica de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017

Hipótesis del objetivo específico 4

H₁: Existe relación significativa y positiva entre práctica de la oración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre práctica de la oración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis del objetivo específico 5

H₁: Existe relación significativa y positiva entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis del objetivo específico 6

H₁: Existe relación significativa y positiva entre la actividad de adoración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre la actividad de adoración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Hipótesis del objetivo específico 7

H₁: Existe relación significativa y positiva entre la actividad de testificación y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

H₀: No existe relación significativa y positiva entre la actividad de testificación y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017.

Justificación

Razones a desarrollar en la investigación son: teóricas, metodológicas y prácticas.

Las razones teóricas contribuirán elementos teóricos al desarrollo bíblico teológico y al desarrollo de artículos de salud, de las variables de la investigación.

Las razones metodológicas de esta investigación asume la posibilidad de realizarse de manera exploratoria y correlacional, tomando el instrumento que ayude a medir las variables espiritualidad práctica y estilo de vida, involucrando a todos en la participación de miembros del distrito misionero Huancayo Chilca.

Las razones prácticas de esta investigación pueden ser utilizadas por los docentes de teología, pastores, y profesionales que trabajen en aras del progreso en salud y bienestar de las personas, tomando en cuenta las recomendaciones de esta investigación.

Delimitaciones

Esta investigación pretende verificar la relación que existe entre la espiritualidad práctica y el estilo de vida del distrito misionero Chilca Huancayo 2017.

Presuposiciones

El investigador reconoce que la Biblia es la fuente donde los mensajes de salud, sus principios y normas están claramente detallados. De la misma manera, repite las recomendaciones de los escritos de Elena G. de White y la filosofía adventista de la salud.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Vida Espiritual

Existen diferentes fenómenos sobre espiritualidad, desde las formas culturales y religiosas hasta la individualidad del ser humano. Así como la espiritualidad contemplativa direccionado por el misticismo oriental, que lleva al creyente a tener experiencia basada en sentimientos y emociones subjetivas, mas no sobre la verdad de las Escrituras¹

Al igual diversos “investigadores del área de la Psicología de la Religión y de la Medicina Alternativa han estudiado los efectos de las prácticas religiosas en la salud que surgió como un espacio dentro de la medicina que brinda un cuidado psicosocial y espiritual, que es la práctica de plegaria considerado como ritual religioso”.² Además algunas religiones utilizan la espiritualidad como la materia prima para “fabricar” santos.³

¹Mark A. Finley, “Espiritualidad Bíblica”. *Revista Adventista*. no 11 (Noviembre 2012), 8

²Laura Yoffe, 9-30, 11 <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=80223973&lang=es&site=ehost-live>. (Consultado: 13 de julio 2017)

³Marcos de Benedicto, *Fe Inteligencia* 2da edición Una guía para que entiendas y vivas el cristianismo (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericano, 2012), 126.

En consecuencia, progresivamente la filosofía ha influenciado por lo intelectual y racional. Entonces la espiritualidad fue modificando paulatinamente su conceptualización, a continuación los distintos conceptos de cada religión

El *budismo* precisa que sus adeptos deben alcanzar la iluminación. Los maestros budistas les gustan meditar y acostumbrar someter a enigmas verbales (*los koans*) a sus alumnos, pues creen que ayudan a desarrollar la autoconciencia¹.

En la espiritualidad *Judía*, el énfasis está puesto en la ética y en estudiar la Torah².

La esencia de la espiritualidad del *hinduismo* reside en el autoconocimiento, la obediencia a alguna divinidad y ritos ceremoniales.³

El concepto de la espiritualidad del *islamismo* tiene cinco columnas de la fe, que cada musulmán debe practicar: repetición del credo (solo Alá es Dios, y Mahoma es su profeta) las oraciones, las ofrendas, el ayuno y la peregrinación a la Meca.⁴

El fundamento de la espiritualidad en los *católicos* habita en exaltar el rezo, la lectura de los misterios, la devoción a María a los santos, el ayuno y las penitencias, y entre otras cosas. Sin embargo *los protestantes* dan más énfasis en la lectura de la Biblia, la oración, la meditación, la asistencia a la iglesia y al testimonio. Pero, de alguna manera las dos tradiciones últimas mencionadas coinciden en Cristo, que es el fundamento de la verdadera espiritualidad.

¹Marcos de Benedicto, *Fe Inteligencia*, 126.

²Ibíd., 126.

³Ibíd.

⁴Ibíd.

Conceptos de la espiritualidad

A los inicios de la era cristiana la espiritualidad aparece en medio de una perspectiva escatológica: “Jesús, que introdujo el Reino de Dios en la historia, propuso a su vez la llegada del Reino de Dios: el acto final de Dios en la historia. Esta realidad plantea dos exigencias: una de carácter ético, que es vivir la verdad; y otra de carácter personal, interrelación dirigida a la unión con Dios en el amor”.¹

En la era apostólica, los cristianos persistieron en la espiritualidad centrada en la existencia de Jesús, su ministerio, muerte y resurrección. De esta manera, la vida espiritual de los primeros cristianos se constituía en la vida Cristo.²

Posteriormente, “la espiritualidad cristiana entre los siglos IV y VII estaba fundada en el estilo de vida de los hombres. San Agustín y San Gregorio Magno, alternaban la espiritualidad orientado al hombre en relación con Dios”.³ Más tarde, aparece “la escuela española de espiritualidad en el siglo XV, con las reformas de numerosas órdenes religiosas (franciscanos, benedictinos, dominicos, agustinos, carmelitas, entre otros). En su momento cumbre, se destacaron las aportaciones de los grandes maestros: Juan de la Cruz y Teresa de Jesús, y con ellos Ignacio de Loyola, Juan de Ávila y Fray Luis de Granada. Durante esta época, se comenzó a hablar de dos modos de vivir la espiritualidad: la ascética y la mística”.⁴

¹Cáceres, 381-382.

²Ibid., 385-386.

³Walter L Arias Gallegos, “Espiritualidad en el Ambiente laboral y su relación con la felicidad del trabajador” (*n.d.*): 13.

⁴Cáceres, 389.

De la misma forma entre los siglos XIV y XVI surgieron dos escuelas de espiritualidad: renano-flamenca y española. Estas, prevalecieron la espiritualidad popular mística considerando a la más elitista. La contribución causó “un ambiente de confusión: asociaciones de laicos separados de la Sagrada Escritura, la patrística y la liturgia. Este período ideó la posibilidad de hacer el camino hacia Dios a través de un viaje al fondo del alma”.¹

Sin embargo, la “espiritualidad propuesta por la Reforma, en el siglo XVI, se orientó hacia la recuperación de las fuentes en la Sagrada Escritura, y su acercamiento al creyente a través de la lectura, la pintura, el teatro, y especialmente a través de la predicación”. Luego se admitió la espiritualidad fundamentada en la Sagradas Escrituras.²

Posteriormente, durante “el siglo XVII, Francia se convirtió en el escenario de espiritualidad en Europa. Por la presencia de movimientos heterodoxos y de la Inquisición, se destaca la renovación de la piedad marcada por los maestros espirituales. Es decir, en este período, se comenzó a observar la decadencia de la mística y el énfasis en la ascética”.³ Esto condujo una grieta que fue separándose entre ascética y mística, ideadas ambas la brecha de la ruta espiritual.

No obstante, desde el “siglo XVIII, el movimiento de la ilustración junto con la reforma napoleónica fortalecieron las bases de la cultura secular hodierna, cuya característica fundamental es la ruptura entre la fe y la razón y la laicización de las

¹Ibíd., 388.

²Ibíd., 390.

³Ibíd.

instituciones políticas, educativas, sanitarias, etc. Es decir, se produce y se justifica racionalmente, el distanciamiento del hombre de Dios. Posteriormente apareció el método analítico y discursivo que dio paso a la especulación racional en teología para abrir campo grandes reflexiones y construcciones”.¹

Dentro de ese marco Walter L Arias destaca que, “con el correr de los años el concepto de espiritualidad se ha secularizado y diversificado, desligándose de su sentido de trascendencia que emana del contacto con Dios. El enfoque de los estudios religiosos seculares examina la espiritualidad desde un ángulo estrictamente académico, sin un compromiso de fe. Mientras que la espiritualidad cristiana tradicional implica un espíritu de santidad, la espiritualidad racional contemporánea prefiere partir de la propia experiencia existencial y vocacional”.²

En el área de la psicología, la espiritualidad tomo posición como psicología de la religión, que constituye una parte de la psicología aplicada. Por lo tanto, mediante las prácticas de meditación posibilitan, los estados de tranquilidad “que favorecen los procesos cognitivos, la salud mental y física en las personas, en tres aspectos: consigo mismo, con los demás y con el futuro, lo que implica que puedan ser empleadas como estrategias terapéuticas en procedimientos psicológicos multimodales”.³

¹Theologica Xaveriana - vol. 58 no.166 (Bogotá, 2008): 381- 408.

²Gallegos, 14.

³Japcy Margarita Quiceno y Stefano Vinaccia, “La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad* The Health in the Mark of the Psychology of the Religion and the spiritualit y,” *Diversitas: Perspectivas en psicología* 5, no. 2 (2009): 321 -336.

En mayoría de publicaciones, la espiritualidad está compuesta a la religión, aunque no desde un enfoque cristiana. Además, la espiritualidad ha concebido un fenómeno aparte del afecto religioso y teológico. Realmente, “cosmovisiones como el materialismo no niegan la existencia de la espiritualidad pero la entienden como un producto derivado del cerebro”.¹

Sin duda, la espiritualidad es la plataforma religiosa del hombre, diversas obras y estudios sugieren que los cristianos espirituales desarrollan más claramente sus propósitos de vida.

Espiritualidad Bíblica

La palabra “espiritualidad” viene de Espíritu. Tiene que ver con lo que: forma, sustenta y motiva la vida del “espíritu”, o vida espiritual. El factor que más desarrolla la espiritualidad es el propio Espíritu Santo de Dios, que ilumina, enseña, guía, modela e inspira a la persona que busca a Dios.²

Cáceres describe que, “en la Sagrada Escritura no aparece el término espiritualidad como tal, al derivar la expresión hebrea la *ruah*, en su evolución en el Nuevo Testamento, con el termino griego *pneuma*. Las palabras la *ruah* y *pneuma* remiten a viento, aire, aliento, respiración, cuyo significado denota vida. La *ruah* (espíritu) es potencia que sostiene, asociándose a la naturaleza, al ser humano y a Dios. Vale la pena resaltar que el término hebreo *ruah* es femenino, mientras que su

¹Ibid., 324.

²Marcos de Benedicto, *Crecimiento Constante* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2016), 10.

equivalente en griego, *pneuma*, es de género neutro; y su equivalente en latín, *spiritus*, es masculino. Estas expresiones no son excluyentes sino inclusivas”.¹

Johnson “señala que en la trayectoria judía que se abrió tras la clausura del canon, el espíritu de Dios empezó a ser mencionado típicamente con el símbolo femenino de la *shekinah*”² “término usado en los *targumim* y en los escritos rabínicos como sinónimo de la presencia divina entre el pueblo”.³

Cáceres estima que, “en el Antiguo Testamento el Espíritu Santo como persona divina, admite a la expresión *espíritu de Yahweh*. En este sentido, el Nuevo Testamento demuestra una ampliación y profundización de este concepto, y logra una fuerte construcción de la doctrina sobre el Espíritu Santo”.⁴

Comenzando en los aspectos de los estudios de la Biblia, la espiritualidad está conectada con la estilo de vida del pueblo de Israel y las iglesias primitivas. Desde ese contexto, “la espiritualidad es el ámbito en el cual todo creyente está llamado a vivir su fe; es la originalidad de la vida según el Espíritu de Dios; es seguimiento; es perseverancia de salvación con todas sus implicaciones y consecuencias”.⁵

Según Marcelo, afirma que la espiritualidad se desarrolla cuando existe compromiso misionero. Por lo tanto la espiritualidad no podrá estar aislada de la dimensión misionera. Él observa que la espiritualidad ha sido caracterizada como una

¹Cáceres, 402.

²Elizabeth A Johnson, “La que es: El misterio de Dios en el discurso Teológico Feminista,” (2002). 122.

³ Cáceres, 402.

⁴Ibid., 403.

⁵Ibid., 404.

práctica aislada, introspectiva, contemplativa, en ese sentido la espiritualidad sería mera religiosidad, y no espiritualidad, sería el resultado de una desconexión entre palabra y acción; entre lo sacro y secular. Entonces el fundamento engloba a una espiritualidad misionera que se define por la manera de vivir y de servir.¹

Las sagradas escrituras del Antiguo Testamento, manifiestan que la vida espiritual brilla cuando existe encuentro con Dios, y origina armonía con Dios y con el prójimo en todas las esferas de la vida, la libertad y la paz reina en las posesiones de las tierras otorgadas por Dios. Abandonar Egipto significa romper las pasiones humanas e ir al encuentro con Yahweh. Producto de ello se celebran los pactos del amor de Dios y confirmación de la fe.²

En el Nuevo Testamento, la búsqueda de la adoración a Dios es el tema central. El apóstol Pablo determina que, el caminar con Jesús es el comienzo del discipulado o “caminar según el Espíritu”. Por lo tanto, el término “espíritu” según Cáceres “refiere a la persona humana en su totalidad, a la persona que vive de acuerdo con la voluntad de Dios en filiación y fraternidad. Caminar conforme al espíritu es rechazar el egoísmo, la humillación, la codicia y la idolatría y escoger el amor, la paz y la justicia”.³

En sus escritos, Nolan señala que “la espiritualidad bíblica se refiere a la acción del Espíritu de Dios en la vida de las personas”.⁴ Según San Juan 16:13 el Espíritu Santo,

¹Marcelo Días, “Espiritualidad y misión”. *Ministerio Adventista* (Julio - Agosto 2015), 9.

²Cáceres, 404.

³Ibid., 405.

⁴Albert Nolan, Espiritualidad de la justicia y del amor, *Espiritualidad Bíblica*

guía, habla, escucha, anuncia el futuro y glorifica. La obra de Espíritu Santo se manifiesta de una guía o consolador, habita en nosotros (San Juan 14:17).¹ En Hechos 13:52, aparece el término griego *lentos* del Espíritu, éste verbo está en tiempo imperfecto, lo cual indica que la acción es continua. Literalmente, significa: “siendo lentos continuamente”. “Ser lentos del Espíritu Santo no es un evento de una sola vez. Es algo que debiéramos buscar y recibir cada día para que la obra de Dios pueda cumplirse en la vida de ella”.²

Los escritores adventistas, definen que la espiritualidad está fundamentada en la Sagradas Escrituras, que se encuentra profundamente congruente con el Espíritu Santo, tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento. Dicho espíritu integra al ser humano en todas las esferas de sus vidas.

Componentes de la espiritualidad práctica

Hasel describe que “no hay vida espiritual verdadera sin oración vigorosa. Después de la necesidad de arrepentimiento, quizás una de las más urgentes y mayores necesidades sea la de un reavivamiento de nuestra vida de oración. Nuestra espiritualidad debe ser guiada por la Biblia, y seguir la voluntad de Dios tal como es revelada en su Palabra. Es el Espíritu Santo el que despierta en nosotros un deseo de buscar la presencia de Dios y orar los unos por los otros. La verdadera oración y la espiritualidad auténtica

<http://www.servicioskoinonia.org/biblioteca/bibliodatos1.html?bibl01> (Consultado: 30 de abril, 2017).

¹Fran M. Hasel. “El Espíritu Santo y la espiritualidad”. *Guía de estudio de la Biblia: Edición para Maestros*. 1º edición (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2016), 42.

²Hasel., 55.

siempre tienen a Dios en el centro de nuestra atención, y ambas están fundamentadas en su Palabra”.¹

Hecha las observaciones de Adolfo S. Suarez, la espiritualidad tiene la voluntad de relacionarse con Dios, él considera los siguientes procesos de desarrollo: la vida espiritual es fascinación por un Dios maravilloso, seguir el modelo de Cristo, dependencia continúa del Espíritu Santo y la experiencia de cada uno es única.²

En particular Adolfo S. Suarez construye la formula siguiente: “Tú + Espíritu Santo = Espiritualidad. De este modo él precisa que el Espíritu Santo es quien nos ayuda a desarrollarlas.”³

Comunión con Dios: La Oración Bíblica

Comunión: sin el fortalecimiento de la vida con Dios, ninguna otra decisión será real ni duradera. El primer pilar enseñado por Cristo para la victoria en la vida cristiana es la comunión. Es “estar con él” esta necesidad se hace clara en las palabras “separados de mí nada podéis hacer” (San Juan 15:5), “si Jehová no edificare la casa, en vano trabajan los que la edifican” (Salmos 127:1). Vivir una vida sin comunión con Dios es vivir una vida vana.⁴

¹Ibíd., 68.

²Adolfo S. Suárez, Marcos de Benedicto, Rodrigo P. Silva., *Conexión Esencial* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2012), 5.

³Suárez, 5.

⁴Ivanildo C. Pereira Junior, “Comunión con Dios, una necesidad básica”, *Escuela de Esperanza*. Ed. 2 (2017), 37.

Obtener diálogo con Dios ya sea privado o grupal, fortalece nuestra relación con Dios, debemos invocar más, aumentar la amistad con Dios y recibir poder de Él para enfrentar los desafíos de la vida.

Elena de White remarca esta necesidad de dependencia diaria de Dios:

“Conságrate a Dios toda las mañanas; haz de esto tu primer trabajo. Sea tu oración: ‘Tómame ¡Oh Señor! Como enteramente tuyo. Pongo todos mis planes a tus pies. Úsame hoy en tu servicio. Mora conmigo, y sea toda mi obra hecha en ti’. Este es un asunto diario”.¹

Por lo tanto, la comunión con Dios, es necesario para el cristiano, a través de ella las verdades de la fe son pronunciadas. Además las Sagradas Escrituras realzan que la oración es la base de una vida en comunión con la voluntad de Dios.

Según San Mateo 7:7, Dios espera que solicitemos. Él quiere oír nuestros pedidos de oración. Si no pedimos, no recibiremos a cambio las bendiciones que ha prometido. Jesús dijo: “Pedid, y se os dará; buscad, y hallaréis; llamad, y se os abrirá. Porque todo aquel que pide, recibe; y el que busca, halla; y al que llama, se le abrirá” (Luc. 11:9, 10). “El Señor no es glorificado con una súplica débil que muestra que no se espera nada. Él desea que todo creyente se acerque al trono de gracia con fervor y certeza”.²

La oración: “Orar es el acto de abrir nuestro corazón a Dios como a un amigo”. “No es que se necesite esto para que Dios sepa lo que somos, sino a fin de capacitarnos para recibirlo. La oración no baja a Dios hacia nosotros, antes bien nos eleva a él”.³ “Si

¹Elena de White, *El Camino a Cristo* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1999), 70.

²Ibíd., 70.

³Ibíd., 93.

Dios está en primer lugar en nuestra vida, deseamos hacer lo que él desea; sus pensamientos moldean nuestros deseos. Cuando Dios es el centro de la oración, comenzamos a orar desde su perspectiva. Empezamos a ver nuestra vida entera a través de los ojos de Dios. Esta perspectiva ennoblece la oración”.¹

Mediante la oración la fe va sedimentándose en el creyente y obtiene experiencias maravillosas con Dios. Además la fe va en un proceso de maduración que va superando los desniveles de la duda, alejando así la dependencia incondicional en Dios.²

El estudio de la Biblia

Jesús declaró que el conocimiento de la verdad os hará libres: “y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres” (Juan 8:32). “Escudriñad las Escrituras; porque a vosotros os parece que en ellas tenéis la vida eterna; y ellas son las que dan testimonio de mí;” (San Juan 5:39).

La biblia solo revelará sus tesoros a aquellos que sean persistentes en su estudio y oración. No basta una lectura apurada y superficial. Requiere dedicación y esfuerzo que llevarán al entendimiento, nuestro deseo real y sincero sea buscar la verdad.³

Según las declaraciones de Richard, muchos “cristianos permanecen como esclavos de los temores y de los afanes, simplemente porque no aprovechan la disciplina del estudio. Pueden ser fieles en cuanto a asistir a la iglesia, oran, adoran a Dios con

¹Ibid., 69.

²Mario Pereyre, *En busca de alegría de vivir* (Buenos Aires: Bienestar Psicológico Editorial, 1999), 226.

³Miguel Pinheiro Costa, “Permanezcan en mi Hoy”, *IV jornada del seminario de enriquecimiento espiritual* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2011), 29.

alabanzas, reciben bendiciones divina y aun son sincero en cuanto a cumplir sus deberes religiosos genuinamente, pero aun sus vidas permanecen sin cambio”.¹ Uno de los métodos fundamentales que Dios usa para cambiar y transformar vidas es por medio del estudio de las Sagradas Escrituras.

Según Adolfo S. Suárez, el estudio de la biblia significa, aplicar el intelectual, la memoria, el espíritu, la adquisición de conocimiento. Es el ejercicio en el cual dedicamos toda nuestra cognición a la comprensión de la palabra de Dios. Estudiar es estar abierto a la información, curiosidades, desafíos, propuesto que nos hace mediante las Sagradas Escritura.²

En ese sentido, el creyente, separa tiempo diario para estudiar la Biblia, priorizando la primera hora de la mañana. Al meditar la palabra de Dios, oí su voz y conversar con Él, reflexiona, analiza, profundiza el texto lo que Dios está diciendo, y obtiene conocimiento de las orientaciones divinas, y las lleva a la práctica para efectivizarla a un mejor estilo de vida.

Adoración

Según el diccionario Vox de la lengua española “adorar” significa el acto de reverenciar y honrar a Dios con el culto.³ Fernando Canales señala que la causa principal de la adoración es Dios, por sus acciones y creadora de la naturaleza, no en el hombre, ni en las preferencias culturales. Seguidamente, él declara que el Antiguo y Nuevo

¹Richard J. Foster, *Alabanza a la disciplina* (Puerto Rico: Betania, 1986), 74.

²Adolfo S. Suárez, *Primero Dios, Aprendamos a meditar en la Palabra* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2016), 10.

³<http://messianictorah.org/es/pdf/trin6es.pdf> (Consultado: agosto 2017).

Testamento, los autores bíblicos claramente enseñan este principio, así como Dios le ordenó a Moisés sacar a Israel de Egipto para adorarlo (Éxodo 3:12). Y al final de las Escrituras, en las visiones del Apocalipsis Dios le dijo a Juan “adora a Dios ”(Apocalipsis 22: 8-9). Según Jesús, este principio es universal, todos los ángeles (Hebreos 1: 6) e incluso Satanás (Mt 4:16) debe adorar a Dios.¹

De acuerdo con Éxodo. 20: 4, él nos ordena que no hagamos ninguna imagen. Esto “puede ayudarnos a entender que Dios es el Creador que está más allá de las imágenes. La grandeza y la trascendencia de Dios el Creador conducen a la adoración y requieren formas litúrgicas adecuadas”.²

El escritor empleó la palabra hebrea *abad*, en Éxodo 3:12 que significa, "servir, trabajar, ser esclavo, adorar". Y en Apocalipsis 22:8-9, “el ángel usó la palabra griega *proskunéw*, que significa, "posteo". Según estas palabras, la adoración incluye la sumisión humana y el servicio a Dios. La sumisión indica la naturaleza espiritual interna de la adoración. El servicio describe su expresión externa como estilo de vida”.³

Según Romanos 12:1-2, la adoración está centrada entre el creyente y Dios. Y el cristiano tiene el privilegio de desarrollar las capacidades físicas y mentales, y esto se transforma en una gran bendición para sus semejantes. Y el llamamiento del primer ángel a “temer a Dios” y “adorarlo” como el Creador de cielos y Tierra en la hora del juicio celestial asocia al juicio con la creación: “Adorad a aquel que hizo el cielo y la tierra, el mar y las fuentes de las aguas” (Apoc. 14:7). La adoración es el reconocimiento de Dios,

¹Fernando Canale, *Principios de Adoración*, SAIT 1.1 (octubre 2011), 7,8.

²Ibíd.

³Ibíd.

su poder y su gloria en todo lo que hacemos. Por medio de acción de gracias glorificamos y exaltamos a Dios, para mostrar nuestra lealtad y honestidad.¹

El guardar el sábado (Éxo. 20:8) es prueba de nuestro respeto y lealtad a Dios. Proféticamente, somos los reparadores de las brechas realizadas en la ley de Dios, pues ese día santo han cambiado por otro día común. Al igual la deslealtad y la deshonestidad en la devolución sistemática de los diezmos y de las ofrendas equivalen a la transgresión del sábado. Porque el sábado es santo y debe ser guardado en conmemoración del poder creador de Dios y el diezmo y las ofrendas son santos y nos recuerda que Dios es el creador, propietario y Salvador.² “Honra a Jehová con tus bienes, y con las primicias de todos tus frutos; y serán llenos tus graneros con abundancia” (Prov. 3:9,10). Finalmente el texto de Juan 4:24 menciona: “los que le adoran, en espíritu y en verdad es necesario que adoren”, la verdadera adoración debe ser "en espíritu", es decir, que involucra la entrega del corazón del creyente con humildad a Dios. Al mismo tiempo, la adoración debe ser "en verdad", es decir, debidamente fundamentada. Si no tenemos conocimiento del Dios que adoramos, no hay adoración en verdad.

La testificación

Después de la caída del hombre al pecado, la misión fue una necesidad urgente (Gén. 3:1-8), se perdió la vida eterna, el hogar eterno. Por lo tanto Dios ejecuta el propósito de restaurar al hombre y a su hogar. La misión se inicia con Dios, luego es

¹Hans K. La Rondelle, Remanente y mensaje de los tres ángeles, *Tratado de Teología Adventista del Séptimo Día* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana), 982-984.

²Miguel Pinheiro Costa, Tendréis Podede, *III Seminario de enriquecimiento espiritual* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2011), 71.

transferido al hombre. Según (Gén. 6:13) Noé es la elección, luego la continuación de elegidos que finalmente alcanza al pueblo de Israel.¹

“La elección divina reside en la libre voluntad de Dios y en el amor que él tiene por su pueblo, y no porque hubiese alguna grandeza o superioridad inherente al pueblo (Gen. 7:6-8). La elección es para la realización de una misión mundial. La razón de ser de la elección de Abraham cabe la responsabilidad de ser una bendición para todos los pueblos”.² “Por medio de ti serán bendecidas todas las familias de la tierra” (Gén. 12:3).

Dios esperaba de Israel una nación santa y reino de sacerdotes (Éxo. 19:5,6). El pueblo tenía que guardar las leyes y principios de salud (Éxo. 15:26), que marcarían sus experiencias (Deut. 28:1-14; 4:6-8; Éxo. 31:2-6; 35:31-35). El objetivo de todo estos valores desarrollados en el pueblo de Israel, tenía como propósito transformar a la nación en un eficiente testigo de Dios (Isa. 43:10-12; 44:8). Dios proyectaba que la nación fuese luz para los gentiles (Isa. 49:6; 66:18-20).³

La misión en el NT comienza con Dios. Él vino “a buscar y salvar lo que se había perdido” (Luc. 19:10). Él vino “para servir y para dar su vida en rescate por muchos” (Mar. 10:45). “Lucas agrega que Jesús realizaba esa misión con el poder del Espíritu Santo (Luc. 4:14). Ese fue el mismo patrón de misión que Jesús entregó a los doce (Mat. 10:1-42), los setenta (Luc.10:12-25) y los ciento veinte (Hech. 1:8,15; 2:1-8,33)”.⁴

¹Ibíd., 20.

²Ibíd., 20

³Ibíd., 21

⁴Ibíd.

A través de la intimidad con Cristo, el creyente empieza a cultivar un carácter semejante al de su Maestro, y entonces surge, de modo natural y espontáneo, el amor por las almas que son las ovejas de Jesús.¹

El imperativo de la misión entregado a la iglesia fue: “Por tanto id y haced discípulos a todas las naciones” (Mat.28:19), los primeros cristianos de la era apostólica realizaron con los mismos ejemplos que Jesús realizó la misión. Nuestro gran objetivo de evangelismo es hacer discípulos, traer a los pies de Jesús nuevos creyentes.

Finalmente, el resultado de la comunión y la testificación, sin duda, es una vida más comprometida con Dios y menos enfocado en los intereses personales.

Estilo de Vida

Conceptos

Existen diversas orientaciones y definiciones de autores que definen el concepto de estilo de vida. Sin embargo, los patrimonios conceptuales determinan que el estilo de vida forma diversos factores: culturales, educacionales, políticos, ambientales y personales.

Jorge A. Gonzales define, el estilo de vida, el sello personal que cada individuo le imprime a su forma de vivir, a las costumbres que practica, a la manera en que se alimenta y descansa, al modo de moverse, y a otras cosas que forman parte de su diario vivir.²

¹Rubén Montero Guerrero, *Discipulado y Pastoreo, Escuela de Esperanza*. Ed. 3 (2017), 25.

²Jorge A. Gozales, *101 Secretos para una vida sana* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2012), 22.

En términos generales, “el estilo de vida es el conjunto de comportamientos y hábitos adoptados que han desarrollado las personas, cuyos valores pueden beneficiar la salud y también lo contrario”.¹

Finalmente, la adquisición de estilos de vida saludables, implica el bienestar físico, mental, social y espiritual.²

Estilo de vida Adventista

El estilo de vida Adventista, se basa en principios bíblicos de aplicación universal, y no en prácticas culturales temporales. El cristiano debe ser conocido, en todo el lugar donde vive, como ciudadano notable por la integridad cristiana y el trabajo en favor del bien a los demás.³ La ausencia de un estilo de vida cristiano consistente revela la ausencia de compromiso con Cristo. Los discípulos de Cristo practicaron principios de las Sagradas Escrituras para el estilo de vida, con normas o reglas de conducta diseñadas para su propio bien.⁴

La Iglesia Adventista del Séptimo Día tiene normas cristianas específicas respecto del estilo de vida de sus miembros. Las abstinencias como: del tabaco, las bebidas alcohólicas, carnes de animales inmundos, los estimulantes y las sustancias químicas que alteran la mente. También orientaciones a: modestia, música, teatro, asistencia a cine,

¹Gonzales, 101.

²José Carlos Herrera Alonso, Francisca Margarita Araujo Boyd, Guía de tutoría, *Ministerio de educación* (Lima: Gráfica Técnica S.R.L., 2015), 186.

³“Normas de la vida cristiana”, *Manual, Iglesia Adventista del Séptimo Día*, Revisión 2015 (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2015), 138-146.

⁴Walter Steger, La secularización del adventismo, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Enero 2017), 10.

recreaciones y otros.¹ Por lo tanto estas normas o principios ayudan a usar sabiamente la libertad y evitar el mal.²

Factores que influyen en el estilo de vida

Física

El cuerpo humano es mucho más hermoso y complejo; las células, la complejidad del cerebro, del corazón y etc. el cuerpo necesita el mejor alimento posible para dar energía a la vida. Una dieta equilibrada de los mejores alimentos escogidos provee los nutrientes esenciales necesarios para el crecimiento, el mantenimiento y la energía. La mala alimentación o el consumo de productos en alta cantidad de grasas saturadas causaran alteraciones circulatorias y/o problemas de metabolismo en el cuerpo. Por eso la alimentación es determinante en el estilo de vida saludable.

Cuidar el cuerpo está en el centro del plan de Dios.³ Los nutrientes que necesita el cuerpo son fundamentales: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales, antioxidantes y fitoquímicos. Así como cereales y granos, frutas y verduras, legumbres nueces y semillas. Evitar alimentos muy refinados, bebidas que no tienen valor nutricional, el alcohol, el café y las bebidas gasificadas.⁴ Identificar sustancias o

¹“Estilo de vida y comportamiento cristiano”, del *Tratado de teología adventista del séptimo día*, ed. Raoul Dederen (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2009), 756-814.

²Carlos A. Steger, “El propósito de las normas cristianas”, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Febrero 2010), 20-21

³Mark Finley, Peter Landless, Viva con esperanza, *Secretos para tener salud y calidad de vida* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2014), 19.

⁴Landless, 19-24.

alimentos que no están acordes a los principios de las Sagradas Escrituras y de la iglesia Adventista del Séptimo Día.

La actividad física que se realiza es importante, ya sea la práctica de algún deporte u otra actividad. Por otra parte el cuerpo físico también requiere del reposo, el tiempo prudente y las condiciones del descanso diarios como del semanal.¹

Realizar ejercicio físico regular, se considera, como el factor preponderante, no sólo para mantener un estado físico saludable, sino también para alcanzar un nivel de bienestar psicológico.²

La cantidad de agua que el organismo necesita es de dos litros por día.³ El consumo ideal trae muchos beneficios: principalmente en los riñones, el funcionamiento correcto ayuda a eliminar residuos y nutrientes innecesario a través de la orina, al igual una adecuada hidratación facilita el funcionamiento correcto del cerebro.

Social

Los beneficios de mantener relaciones y vínculos familiares y sociales, así como de ser socialmente activo, contribuyen, sin duda, a una mayor calidad de vida.

Cristo destacó que la relación personal con él, producir frutos exteriores (San Juan 15:1-5). Él destaca que el cristiano debe ser “la sal de la tierra” y la “luz del mundo”

¹González, 23.

²Julia García Sevilla et al., “*Desarrollo saludable : Aportaciones desde la psicología*” (temas 1 y 2), (n.d.): 1-10.

³González, 32.

(Mat.5:13-16), esto significa que las buenas obras del cristiano deben ser visibles y que, al ser percibidas, llevaran a otros a glorificar a Dios.¹

La concepción humana de lo que es correcto e incorrecto, bíblicamente es un reflejo del poder y la misericordia del creador en favor de sus criaturas moralmente caídas (1Cor.6:11; Gál. 5:22,23). “todo buena dadiva y todo don perfecto desciende del cielo” (Sant. 1:17; Mat. 5:48). Esto significa, sin Jesús, no se podría hacer nada en favor de ser humano que lo pudiera librar de la inmortalidad y de sus terribles consecuencias.²

La evidencia bíblica demuestra negativamente al uso ornamental de joyas. Según (Éxo. 35:5,6; Gen. 35:2-5) Dios mismo pide a su pueblo que se quite los ornamentos de sus cuerpos, en el contexto de su llamado a una consagración a Él. Al igual los texto de (1Tim.2:9,10; 1Ped.3:3-6) describen que las joyas no eran aceptable. Siguiendo los principios bíblicos mencionados anteriormente, la norma Adventista sobre el uso de joyas, rechaza el uso de joyas ornamentales, y aceptaría el de joyas funcionales. El fundamento subyacente es que Dios desea sanar la enfermedad del orgullo, y el egoísmo; además la finalidad de los cristianos no es llamar la atención hacia nuestra persona, sino a la persona de Cristo.³

Hay riesgos que son evitables o modificables, y esto generalmente está ligado a nuestros hábitos, así como el fumar y ser sedentario.⁴

¹Alberto Timm, El estilo de vida adventista, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Febrero 2010), 7.

²Graciliano Martins Dos Santos Filho, “Ética en el hogar”, *Revista del anciano* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Abril-Junio 2017), 34.

³Walter Steger, “¿Deberían los cristianos usar joyas?”, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, junio 2017), 10.

⁴Gonzales, 16,17.

La dimensión práctica de la obediencia deriva de un compromiso personal con la palabra de Dios. “El cristiano genuino acepta solamente los componentes de la cultura que no están en conflicto con los principios de la palabra de Dios. Estos principios morales y religiosos están por encima de los gustos y las preferencias personales”.¹

Según Leah Feldon, en “el vestido, lo mismo que en las demás cosas, el ser humano tiene el privilegio de honrar al Creador”.² Conforme a Elena G. White:

*“Se juzga el carácter de una persona por el estilo de su vestido. El gusto refinado y la mente cultivada se revelaran en la elección de atavíos sencillos y apropiados. La carta sencillez en el vestir, unida a la modestia de la conducta, ejercerá una decisiva influencia para rodear a una joven de una atmosfera de reserva sagrada, que a su vez será para ella un escudo contra miles de peligro”.*³

En ese sentido, la ropa y la manera en que viste el hombre, es prácticamente la forma principal por medio de la cual se da a conocer al exterior.

La moda, es algo más que ropa, es una distinción estético-social que nos permite distinguirnos y diferenciarnos, de alguna manera, en el contexto que nos desenvolvemos. “El amor al vestido, la devoción a la moda, se cuentan entre los más formidables rivales y más efectivos obstáculos”.⁴

¹Alberto Timm, El estilo de vida adventista, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Febrero 2010), 7-8.

² Elena G. White, *La educación* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1998), 122.

³Leah Feldon, *Secretos para parecer más esbelta eligiendo la ropa adecuada* (Barcelona: Oniro, 2002), 27.

⁴White, 24.

El cuerpo humano, creado para ser el templo del Espíritu Santo, se ha convertido en un mero objeto contra el principio moral o espiritual. La pornografía representa una verdadera amenaza a los buenos valores familiares y cristianos. La pornografía es una verdadera industria de la inmortalidad, es la teoría satánica, diseñada, la exhibición de la belleza.

Otímar Gonçalves describe los siguientes consejos: Se practicó cuando utilizas Internet, huye de la tentación y no le des tu dirección, la única forma de vencer las trampas pornográficas del enemigo es sostenerse Jesús.¹ (Sant. 4:7). El apóstol Pablo declara: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece” (Fil. 4:13).

Dios por medio de Elena de White exhorta: “Evítese la lectura y la contemplación de cosas que sugieren pensamientos impuros. Cultívense las facultades morales e intelectuales. No se permita que estas nobles facultades se debiliten y perviertan por demasiada lectura aun de libros de historia”.²

Psicológico

La psicología es la disciplina científica que estudia la actividad mental y/o conductual de un organismo en interacción con su ambiente. Su objeto de estudio es muy amplio, pues incluye conceptos diversos, como la atención, la memoria, la inteligencia, la

¹Otímar Gonçalves, Duda cruel, Cómo vencer la pornografía. *Conexión JA* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, julio septiembre 2008), 30.

²Elena de White, *Cartas a Jóvenes enamorados* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1987), 61.

motivación de poder, el estrés, la ansiedad, la personalidad, la extroversión, los prejuicios sociales, los conflictos interpersonales, etc.¹

El hombre conoce de los buenos hábitos de salud, sin embargo su personalidad, su ambiente social y su estado emocional predomina más que la teoría.²

La estabilidad emocional es uno de los más ricos y delicados mecanismos biológicos que Dios creó, ya que deriva de una sofisticada interacción biopsicosocial, y exige del individuo un manejo equilibrado entre diferentes aspectos que forman parte de la vida. Si se manifiesta en la persona ansiedad, estrés, depresión y miedo, perjudican el trabajo y la calidad de vida. Es conveniente notar que la estabilidad emocional consolida amistades y servicios al prójimo, pues bien, amándolo para ser amado, dando para recibir.³

Santiago 1:4 “Perfecto” viene de la palabra griega *teállios*, que significa madurez espiritual, y “cabales” viene de la palabra griega *holókleros*, que significa estar completos totalmente. Por lo tanto, Dios, por medio de su Espíritu Santo, direcciona y capacita, para ejecutar cada paso los desafíos de la vida.⁴

Se observa que los miembros de iglesia no están comprometidos íntegramente con la misión de Cristo, quizás la triste realidad es que dedican muchísimos más tiempos a

¹Compilación, Psicología del desarrollo humano II, ed. 2. *Universidad Autónoma de Sinaloa* (México: Socorro Armida Sandoval Mora, 2012), 6.

²Ibíd., 96.

³Marcello Niek M. Leal, Las reacciones de la vida, *Revista del anciano* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericano, Enero – Marzo 2017), 29.

⁴Jorge Sánchez Larces, la maquinaria de la fe, *Conexión 2.0* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Julio-setiembre, 2017), 20-21.

ver películas y series que a las cosas de Dios. Estudios comprueban evidentemente Hollywood es la influencia más fuerte en la vida del cristiano, a veces hasta por encima del hogar y la universidad. Esa influencia, lamentablemente, está socavando los valores bíblicos cristianos. Las películas y las series, en su mayoría, son alimentadores de pasiones y pervertidoras de la moral. Así mismo fomenta la ganancia deshonestas y el crimen. Es necesario recordar que todas las imágenes de las películas que se ven quedan almacenados en la mente. Y las personas acostumbran deleitarse con escenas de violencia, inmoralidad, y lenguaje obsceno y profano. Por lo tanto se arruina lo espiritual en la vida del cristiano. La recomendación es, abstenerse de todo ello, que no son aptas desde la perspectiva bíblica.¹

Elena de White describe que: “Los que no quieren ser víctimas de las trampas de Satanás deben guardar bien las avenidas del alma”,² siendo las cosas así, ella replica “Cuales quiera que sean las tendencias al mal que hayamos heredado o cultivado, podemos vencerla mediante la fuerza que Dios está pronto a darnos”.³

Importancia de la espiritualidad

El cristianismo bíblico declara que la solución para los problemas del hombre es Dios, mas no él. Esto implica, en primer lugar, que el hombre necesita negarse a sí mismo

¹Walter Steger, Detrás de los Medios Parte 3, *Revista Adventista* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Abril 2017), 10.

²Elena de White, *El hogar cristiano*, (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1999), 347.

³Elena G. de White, *El ministerio de curación* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1998), 31.

(Mat. 16:24-26), pues “la entrega del yo es la sustancia de las enseñanzas de Cristo.”,¹ y “la guerra contra nosotros mismos es la batalla más grande que jamás hayamos tenido”.²

Finalmente el cristiano genuino vive hoy en la expectativa del regreso inminente de Cristo, y además crea una preparación especial, un estilo de vida acorde a los principios de las Sagradas Escrituras

¹Elena de White, *El deseado de todas las gentes* (Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1986), 481.

²Elena de White, *El camino a Cristo*, 42.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

Tipo y Diseño de investigación

De acuerdo a Sampier,¹ la presente investigación se puede clasificar como: descriptiva correlacional, explicativa, de campo transversal no experimental, y cuantitativa.

Descriptiva correlacional, porque, permite medir la relación que existe entre la espiritualidad práctica y el estilo de vida de los miembros de la IASD del DM Huancayo Chilca según el género. Explicativa porque permitirá esclarecer la influencia que ejerce la espiritualidad práctica en el estilo de vida de los miembros de la IASD del DM Huancayo Chilca de la MAC.

Se considera investigación de campo puesto que el instrumento se aplicará en la ciudad de Huancayo donde habitan las personas quienes serán objetos del presente investigación de estudio. Y transversal ya que los grupos que componen la población, se establecerá basado en la toma de muestra en el mismo tiempo.

Es cuantitativa porque se empleará la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente. Y

¹Roberto Hernández-Sampieri, Carlos Fernández-Collado, and Pilar Baptista-Lucio, *Análisis de Los Datos Cuantitativos., Metodología de La Investigación*, 2006.

demás se realizará la medición numérica, el conteo y el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de la población de estudio.

Población

Tomando en cuenta la referencia de Bernal Torres,¹ la población será formada por adventistas mayores entre los 17 y los 70 años de edad del distrito misionero Huancayo - Chilca de la MAC. Esta información fue proporcionada por la secretaria de la IASD de la MAC, entidad administrativa que supervisa dicho territorio.

Muestra

Hernández Sampieri asevera que la muestra es un subgrupo de la población de interés, en base a esta declaración, la muestra del trabajo de investigación estuvo conformado por 237² miembros de escuela sabática entre jóvenes y adultos de las iglesias y grupos que se encuentran en la ciudad de Huancayo del distrito misionero de Huancayo-Chilca.

¹Cesar Augusto Bernal Torres, *Metodología de la investigación., Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*, Wrlldcolor, Colombia tercera edición 2010.

²ACMS, Adventist Church Management System, Informe Integrado, Numero de miembros de escuela sabática, Huancayo Chilca. MAC. <https://www.acmsnet.org/> (Consultado: 02 de octubre,2018)

Número de miembros da Escuela Sabática			
Iglesias/grupos	Jovenes	Adultos	Total
Ancalahuata Mahanaim – Chilca	0	14	14
Azapampa - Hyo Chilca	4	20	24
Chilca - Hyo Chilca	15	47	62
Chongos Bajo - Hyo Chilca	0	10	10
Huancan - Hyo Chilca	2	14	16
Huayucachi - Hyo Chilca	4	8	12
Miraflores - Hyo Chilca	4	28	32
Nueva Esperanza - Hyo Chilca	4	13	17
Sapallanga - Hyo Chilca	0	8	8
Sucre - Hyo Chilca	4	22	26
Viques - Hyo Chilca	1	15	16
Total			237

A continuación se detalla la cantidad de encuestados por iglesias. Tabla 1.

Numero de muestra.

Iglesias	Miembros
Iglesia Miraflores	23
Iglesia Azapampa	17
Iglesia Nueva Esperanza	12
Iglesia Sucre	17
Iglesia Chilca	42
Grupo Mahanaim	10
Grupo Huancan	10
Grupo Huayucachi	11
Grupo Sapallanga	8
Grupo Chongos Bajo	5
Total	155

De los 237 miembros que registra el sistema ACMS, solo participaron en la encuesta 155, que son miembros bautizados entre 17 a 70 años, que asisten en forma regular a los cultos y deseaban participar. Razones por el cual, la presente investigación se utilizó un muestreo no probabilístico.

Definición de las variables

La variable espiritualidad práctica es la actividad diaria del cristiano para relacionarse con Dios mediante el estudio de la Biblia, la oración, la adoración y la testificación. Se mide esto en dimensiones como: estudio de la Biblia, la oración, asistencia a la iglesia y testimonio.

Instrumentalmente se le observará con los ítems 1 al 33. Dónde el miembro de iglesia debe indicar cuan a menudo lo practica con las afirmaciones de los ítems, para ellos tiene cinco opciones que son: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre.

Operacionalmente se medirá utilizando una escala ordinal que va de 1 al 165 donde el primer nivel será de 1 al 33, segundo nivel de 34-66, tercer nivel de 67 al 99, cuarto nivel del 100 al 132 y el quinto nivel de 133 al 165.

La variable estilo de vida es el reflejo de aspectos biológicos, psicológicos, sociales de como una persona vive su vida tanto a nivel personal como espiritual. Para identificar diferencias de esta variable sus dimensiones son: Aspecto físico, aspecto social, aspecto psicológico y aspecto espiritual.

Se la observa instrumentalmente con los ítems 34 al 67. Estilo de vida. Dónde el miembro de iglesia debe indicar cuan a menudo lo practica con las afirmaciones de los ítems, para ellos tiene cinco opciones que son: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre.

Operacionalmente se medirá utilizando una escala ordinal que va de 1 al 170 donde el primer nivel será de 1 al 34, segundo nivel de 35-68, tercer nivel de 69 al 102, cuarto nivel del 103 al 136 y el quinto nivel de 137 al 170.

Elaboración de los instrumentos

Para efecto de esta investigación, se utilizó el instrumento elaborado por Luis Alonso Castellanos Hernández¹. Se solicitó la autorización al autor para la aplicación del instrumento.

Validez

Para su validez correspondiente se hizo lo siguiente: revisión por parte del asesor, prueba piloto con 50 miembros de iglesia y se dio el sustento teórico a diferentes ítems de los instrumentos.

Confiabilidad

Los datos de confiabilidad reportados para los instrumentos elaborados por Alonso Castellanos Hernández fue lo siguiente utilizando el método de alfa de Cronbach: (a) el grado de calidad de práctica religiosa a .93 y (b) el valor que midió el grado de calidad de estilo de vida a .86.²

En la presente investigación, se procedió de la misma forma para calcular la confiabilidad del instrumento. Por lo tanto ambos valores fueron aceptables para esta investigación.

¹Luis Alonso Castellano Hernández, “Práctica religiosa y calidad del estilo de vida de los jóvenes de la zona sur de la Misión Sur Oriental de Honduras” (Tesis de maestría, Universidad de Montemorelos, 2011), 137.

²Hernández, 57.

Instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección

Se utilizará la recolección de datos a través de la encuesta y el cuestionario. La encuesta será utilizada para la obtener información con preguntas previamente elaboradas con el objetivo de conocer la opinión de los participantes en relación a la investigación aplicada. El cuestionario ayudará a medir las variables del estudio.

Proceso de recolección de datos

En primera instancia se procederá recurrir a las autoridades para pedir permiso para la aplicación del estudio a la comisión ética de la Universidad Peruana Unión y a la Facultad de Teología.

En segundo lugar se solicitará autorización a la administración de la IASD de la MAC con sede en Huancayo para aplicar el instrumento. También se solicitará el permiso y el apoyo a los ancianos y directores de iglesias involucrados en el estudio para aplicar los instrumentos.

Se repartirán las encuestas a los ancianos y directores de la IASD del DM Huancayo Chilca y se les darán las instrucciones necesarias para aplicar los instrumentos.

El instrumento será aplicado por los ancianos y directores de iglesia, el sábado de mañana o por la tarde, a los miembros que asistirán a la reunión ese día. Cada encuesta tomará aproximadamente 20 minutos para responder los instrumentos.

Análisis de datos

Para analizar los datos recolectados se utilizará el paquete estadístico Statistical Package the Social Sciences (SPSS), versión 20.0.

Cronograma de actividades

Actividades	Tiempo (meses)						
	Enero	Febr	Marz	Abril	Jun	Agos	Set
Revisión bibliográfica	X						
Ajuste de instrumentos de medición	X						
Aplicación		X					
Análisis de datos			X				
Discusión de resultados				X	X	X	
Redacción del inform					X	X	
Sustentación							X

Presupuesto y Financiamiento

1.- Viajes y movilización	S/. 500.00
2.-Insumos y materiales	S/. 450.00
3. Gastos de pago por asesoramiento y defensa	S/. 3,700.00
4. Impresiones y empastado	S/. 400.00
TOTAL DE PRESUPUESTO	S/. 5,050.00

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados

A continuación se presentan los resultados de la investigación divididos en aspectos generales sociodemográficos y los relacionados a las variables de estudio.

1. Análisis de resultados

La relación de las siete dimensiones estudiadas con las variables demográficas (género, edad, grado de instrucción y estado civil) se muestran en la tabla 1. Si el nivel de sig es menor de 0,05 significa que hay relación entre la variable demográfica y la dimensión. Las relaciones existentes o no se pueden explicar mediante una tabla de contingencia. Donde los puntajes alcanzados en cada dimensión son resumidos como niveles desde muy bajo hasta muy alto.

Se encontró que las dimensiones significativas con edad son: estudio de la Biblia (sig 0,006), estilo de vida física (sig 0,013) y estilo de vida social (sig 0,000). Las que tienen relación significativa con género son: estudio de la Biblia (sig 0,010) y adoración (sig 0,037). Las relacionadas significativamente con estado civil son: oración (sig 0,007), estudio de la Biblia (sig 0,005), testificación (sig 0,008), estilo de vida social (sig 0,000). Finalmente el grado de instrucción tiene relación significativa con testificación (sig 0,000), estilo de vida social (0,001) y estilo de vida psicológico (sig.0,002). De todos los resultados de correlación significativos los que más resaltan son el estudio de la Biblia y

el estilo de vida social, presentes en la mayoría de las características sociodemográficas. Eso indica que los miembros de la iglesia dan importancia al estudio de la Biblia, dentro de la comunión y a las relaciones sociales.

Tabla 1 – Niveles de sig para la Prueba Ji cuadrada de Pearson entre las Dimensiones de variables de espiritualidad y datos demográficas

Variable	Edad	Género	Est. Civil	Grado de Instrucción
1 Oración	0.229	0.320	0.007	0.882
2 Estudio de la Biblia	0.006	0.010	0.005	0.115
3 Adoración	0.136	0.037	0.056	0.239
4 Testificación	0.105	0.614	0.008	0.000
1 Físico	0.013	0.057	0.398	0.344
2 Social	0.000	0.500	0.000	0.001
3 Psicológico	0.807	0.652	0.410	0.002

1.1. Dimensión : Práctica de la Oración

En las tablas 2 al 5 se muestran las tablas de contingencia de la práctica de la oración con las variables demográficas.

Práctica de la oración y Edad

En relación a la práctica de la oración, se observa que las personas entre 15 a 25 años el 45,5% se ubica en el nivel alto y el 33,3 % en el nivel muy alto, del grupo entre edades de 26 a 35 años, el 37,7 % tienen puntajes alto y el 47,8% muy alto; las personas con edades entre 36 a 60 años el 30,3% se ubican en el nivel alto y 59,2% muy alto. Entonces sin importar la edad, las personas encuestadas presentan niveles altos o muy altos en la práctica de la oración. Que la mayoría de las personas tienen el hábito de practicar la oración con regularidad.

Tabla 2: Práctica de Oración y edades

			Práctica de oración					
			Muy bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	Total
Edad	15 a 25	Recuento	0	1	6	15	11	33
		% dentro de Edad	0,0%	3,0%	18,2%	45,5%	33,3%	100,0%
	26 a 35	Recuento	1	0	6	17	22	46
		% dentro de Edad	2,2%	0,0%	13,0%	37,0%	47,8%	100,0%
	36 a 60	Recuento	0	2	6	23	45	76
		% dentro de Edad	0,0%	2,6%	7,9%	30,3%	59,2%	100,0%
Total		Recuento	1	3	18	55	78	155
		% dentro de Edad	0,6%	1,9%	11,6%	35,5%	50,3%	100,0%

Práctica de la oración y género

En la dimensión de la oración práctica, se observa que en las mujeres los mayores porcentajes corresponden a niveles alto y muy alto entre 38,7% y 48%, también los varones presentan porcentajes elevados en los niveles alto (32,5%) y muy alto (52,5%). Es decir, tanto varones como mujeres tienen el hábito de practicar la oración con regularidad.

Tabla 3: práctica de la oración y género.

		Práctica de oración					
		Muy bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	Total
Femenino	Recuento	0	0	10	29	36	75
	%	0,0%	0,0%	13,3%	38,7%	48,0%	100,0%
Masculino	Recuento	1	3	8	26	42	80
	%	1,3%	3,8%	10,0%	32,5%	52,5%	100,0%
Total	Recuento	1	3	18	55	78	155
	%	0,6%	1,9%	11,6%	35,5%	50,3%	100,0%

Práctica de la oración y estado civil

En cuanto a práctica de oración, se observa en los solteros los mayores puntajes que corresponden a niveles alto (50,7%) y muy alto (34,8%), al igual en los casados niveles alto (23,9%) y muy alto (63,4%), en viudos la mayoría corresponde a niveles muy altos (75%) pero en divorciados los mayores porcentajes son para niveles regular (66,7%) y alto (33,3%). Dentro del análisis, los viudos practican la oración con mayor regularidad; sin embargo, solteros, casados y divorciados tienen niveles menores de practicar la oración.

Tabla 4 Práctica de la Oración y estado civil

		Práctica de oración					Muy Alto	Total
		Muy bajo	Bajo	Regular	Alto			
Estado civil	Soltero	Recuento	1	1	8	35	24	69
		% dentro de Estado civil	1,4%	1,4%	11,6%	50,7%	34,8%	100,0%
	Casado	Recuento	0	2	7	17	45	71
		% dentro de Estado civil	0,0%	2,8%	9,9%	23,9%	63,4%	100,0%
	Viudo	Recuento	0	0	1	2	9	12
		% dentro de Estado civil	0,0%	0,0%	8,3%	16,7%	75,0%	100,0%
	Divorciado	Recuento	0	0	2	1	0	3
		% dentro de Estado civil	0,0%	0,0%	66,7%	33,3%	0,0%	100,0%
Total	Recuento	1	3	18	55	78	155	
	% dentro de Estado civil	0,6%	1,9%	11,6%	35,5%	50,3%	100,0%	

Práctica de la oración y grado de instrucción

Respecto a la práctica de la oración, las personas sin grado de instrucción el 100% presentan niveles muy altos, las personas con primaria los mayores porcentajes corresponden a niveles alto (26,1%) y muy alto (65,2%), las personas con secundaria también a niveles alto (38,7%) y muy alto (48,4%) y las personas con grado superior los mayores porcentajes son para nivel alto (36,2%) y muy alto (46,4%). Significa que las personas sin estudio tienen el hábito de practicar la oración con mayor regularidad que los que tienen instrucción académica mayor.

Tabla 5 Práctica de la oración y grado de instrucción

			Práctica de oración					
			Muy bajo	Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	Total
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	0	0	0	1	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	100,0%
Primaria		Recuento	0	1	1	6	15	23
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	4,3%	4,3%	26,1%	65,2%	100,0%
Secundaria		Recuento	0	1	7	24	30	62
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	1,6%	11,3%	38,7%	48,4%	100,0%
Superior		Recuento	1	1	10	25	32	69
		% dentro de Grado de Instrucción	1,4%	1,4%	14,5%	36,2%	46,4%	100,0%
Total		Recuento	1	3	18	55	78	155
		% dentro de Grado de Instrucción	0,6%	1,9%	11,6%	35,5%	50,3%	100,0%

1.2. Dimensión : Estudio de la Biblia

En la tabla 6 a 9 se muestran las tablas de contingencia de la práctica de la oración con las variables demográficas, así como sus gráficos.

Estudio de la Biblia y edad

Respecto al Estudio de la Biblia, las personas con 15 a 25 años principalmente están en los niveles bajo (21,2%), regular (21,2%), o alto (45,5%). Las personas con 26 a 35 años se ubican en los niveles regular (28,3%), alto (34,8%) o muy alto (23,9%), y las personas con 36 a 60 años están en los niveles alto (38,2%) o muy alto (40,8%). Esto significa que a medida que las personas tienen mayor edad el hábito de estudio de la biblia, aumenta también.

Tabla 6 Estudio de la Biblia y edad

		Estudio de la Biblia				Total	
		Bajo	Regular	Alto	Muy Alto		
Edad	15 a	Recuento	7	7	15	4	33
	25	% dentro de Edad	21,2%	21,2%	45,5%	12,1%	100,0%
Edad	26 a	Recuento	6	13	16	11	46
	35	% dentro de Edad	13,0%	28,3%	34,8%	23,9%	100,0%
Edad	36 a	Recuento	2	14	29	31	76
	60	% dentro de Edad	2,6%	18,4%	38,2%	40,8%	100,0%
Total		Recuento	15	34	60	46	155
		% dentro de Edad	9,7%	21,9%	38,7%	29,7%	100,0%

Estudio de la Biblia y genero

En cuanto al estudio de la Biblia, las mujeres principalmente el 13,3% presenta nivel bajo, el 25,3% nivel regular, el 44% nivel alto y el 17,3% nivel muy alto de estudio de la biblia, en los varones principalmente el 18,8% presentó nivel regular, el 33,8% nivel alto y el 41,3% nivel muy alto. Se observa diferencias en el comportamiento entre

varones y mujeres donde los varones tienen mejores hábitos de estudio de la Biblia, un mayor porcentaje del nivel muy alto (41,3%) respecto a las mujeres (17,3%)

Tabla 7 Estudio de la Biblia y género

			Estudio de la Biblia				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Sexo	Femenino	Recuento	10	19	33	13	75
		% dentro de Sexo	13,3%	25,3%	44,0%	17,3%	100,0%
	Masculino	Recuento	5	15	27	33	80
		% dentro de Sexo	6,3%	18,8%	33,8%	41,3%	100,0%
Total	Recuento		15	34	60	46	155
	% dentro de Sexo		9,7%	21,9%	38,7%	29,7%	100,0%

Estudio de la Biblia y estado civil

Frente a estudio de la Biblia, los solteros presentan mayormente niveles bajo (17,4%), regular (29%) y alto (39,1%) de estudio de la biblia, los casados presentaron mayormente niveles alto (36,6%) y muy alto (43,7%), los viudos igualmente niveles alto (41,7%) y muy alto (41,7%) y los divorciados niveles regular (33,3%) y alto (66,7%). Se encuentra diferencias en el comportamiento según el estado civil, donde casados y viudos presentan mayores hábitos de estudio de la biblia, a diferencia de los solteros y divorciados los hábitos de estudio de la Biblia es inapreciable.

Tabla 8 Estudio de la Biblia y estado civil

			Estudio de la Biblia				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	12	20	27	10	69
		% dentro de Estado civil	17,4%	29,0%	39,1%	14,5%	100,0%
	Casado	Recuento	3	11	26	31	71
		% dentro de Estado civil	4,2%	15,5%	36,6%	43,7%	100,0%
	Viudo	Recuento	0	2	5	5	12
		% dentro de Estado civil	0,0%	16,7%	41,7%	41,7%	100,0%
	Divorciado	Recuento	0	1	2	0	3
		% dentro de Estado civil	0,0%	33,3%	66,7%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		15	34	60	46	155
	% dentro de Estado civil		9,7%	21,9%	38,7%	29,7%	100,0%

Estudio de la Biblia y grado de instrucción

En sentido al estudio de la Biblia, las personas con primaria presentaron mayormente niveles alto (43,5%) y muy alto (43,5%) de estudio de la biblia, las personas con secundaria niveles regular (29%), alto (32,3%) y muy alto (33,9%), y las personas con nivel superior también presentaron niveles regular (20,3%), alto (42%) y muy alto (21,7%). Es importante destacar que no hay relación entre el grado de instrucción y el nivel de estudio de la biblia porque en los 3 grados de instrucción, los mayores porcentajes de personas tienen hábitos de estudio de la Biblia regular y muy alto.

Tabla 9 Estudio de la Biblia y grado de instrucción

		Estudio de la Biblia				Total	
		Bajo	Regu lar	Alto	Muy Alto		
Grado de Instru cción	Sin estudio	Recuento	0	0	1	0	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
	Prima ria	Recuento	1	2	10	10	23
		% dentro de Grado de Instrucción	4,3%	8,7%	43,5%	43,5%	100,0%
	Secun daria	Recuento	3	18	20	21	62
		% dentro de Grado de Instrucción	4,8%	29,0%	32,3%	33,9%	100,0%
	Superior	Recuento	11	14	29	15	69
		% dentro de Grado de Instrucción	15,9%	20,3%	42,0%	21,7%	100,0%
	Total	Recuento	15	34	60	46	155
		% dentro de Grado de Instrucción	9,7%	21,9%	38,7%	29,7%	100,0%

1.3. Dimensión : Adoración

Práctica de adoración y edad

Según la práctica de la adoración, las personas con 15 a 25 años la mayor parte presenta niveles de adoración altos (36,4%) y muy altos (36,4%), los de 26 a 35 años presentan principalmente niveles alto (43,5%) y muy alto (43,5%), y los de 36 a 60 años también presentan mayormente niveles alto (30,3%) y muy alto (57,9%). Por lo tanto la edad no tiene relación con el nivel de práctica de la adoración, porque todas las representaciones de edad tienen hábitos de adoración perfecta.

Tabla 10 Práctica de adoración y edad

		Práctica de adoración				Total	
		Bajo	Regular	Alto	Muy Alto		
Edad	15 a	Recuento	3	6	12	12	33
	25	% dentro de Edad	9,1%	18,2%	36,4%	36,4%	100,0%
	26 a	Recuento	4	2	20	20	46
	35	% dentro de Edad	8,7%	4,3%	43,5%	43,5%	100,0%
	36 a	Recuento	3	6	23	44	76
	60	% dentro de Edad	3,9%	7,9%	30,3%	57,9%	100,0%
Total		Recuento	10	14	55	76	155
		% dentro de Edad	6,5%	9,0%	35,5%	49,0%	100,0%

Práctica de adoración y género

Conforme a la práctica de la adoración, las mujeres presentan principalmente niveles de adoración alto (46,7%) y muy alto (38,7%), mientras que los varones presentan niveles alto (25%) y muy alto (58,8%). Debido a que el porcentaje de varones con nivel muy alto de la práctica de la adoración es mayor que en las mujeres, significa que los varones tienen mejores hábitos de práctica de la adoración que las mujeres.

Tabla 11 Práctica de adoración y género

		Práctica de adoración				Total	
		Bajo	Regular	Alto	Muy Alto		
Sexo	Femenino	Recuento	5	6	35	29	75
		% dentro de Sexo	6,7%	8,0%	46,7%	38,7%	100,0%
	Masculino	Recuento	5	8	20	47	80
		% dentro de Sexo	6,3%	10,0%	25,0%	58,8%	100,0%
Total		Recuento	10	14	55	76	155
		% dentro de Sexo	6,5%	9,0%	35,5%	49,0%	100,0%

Práctica de adoración y estado civil

En cuanto a la práctica de la adoración, el nivel de adoración en solteros es principalmente alto (42%) y muy alto (36,2%), en los casados es principalmente muy alto (62%), en viudos principalmente es alto (41,7%) y muy alto (58,3%) y en divorciados es regular n (33,3%) y alto (66,7%). Se puede encontrar una relación donde los casados y viudos tienen un mejor hábito en práctica de adoración, en caso de solteros y los divorciados es menor debido a que tienen un mayor porcentaje de nivel regular de adoración.

Tabla 12 Práctica de adoración y estado civil

			Práctica de adoración				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	7	8	29	25	69
		% dentro de Estado civil	10,1%	11,6%	42,0%	36,2%	100,0%
	Casado	Recuento	3	5	19	44	71
		% dentro de Estado civil	4,2%	7,0%	26,8%	62,0%	100,0%
	Viudo	Recuento	0	0	5	7	12
		% dentro de Estado civil	0,0%	0,0%	41,7%	58,3%	100,0%
	Divorciado	Recuento	0	1	2	0	3
		% dentro de Estado civil	0,0%	33,3%	66,7%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		10	14	55	76	155
	% dentro de Estado civil		6,5%	9,0%	35,5%	49,0%	100,0%

Práctica de adoración y grado de instrucción

Conforme a la práctica de adoración, las personas con primaria tienen niveles principalmente alto (34,8%) y muy alto (60,9%), aquellos con nivel secundario principalmente tienen niveles alto (41,9%) y muy alto (48,4%) y en personas con nivel superior presentan niveles alto (29%) y muy alto (46,4%). Por tanto el grado de instrucción no afecta al nivel de adoración, dado que en las tres categorías de la práctica de adoración de las personas es eficaz.

Tabla 13 Práctica de adoración y grado de instrucción

			Práctica de adoración				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	0	1	0	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
	Primaria	Recuento	1	0	8	14	23
		% dentro de Grado de Instrucción	4,3%	0,0%	34,8%	60,9%	100,0%
	Secundaria	Recuento	2	4	26	30	62
		% dentro de Grado de Instrucción	3,2%	6,5%	41,9%	48,4%	100,0%
	Superior	Recuento	7	10	20	32	69
		% dentro de Grado de Instrucción	10,1%	14,5%	29,0%	46,4%	100,0%
	Total	Recuento	10	14	55	76	155
		% dentro de Grado de Instrucción	6,5%	9,0%	35,5%	49,0%	100,0%

1.4. Dimensión 4: Testificación

Testificación y edad

En relación a testificación, se observa que las personas con 15 a 25 años el nivel de testificación es principalmente regular (42,4%) y alto (36,4%), en personas con 26 a 35 años el nivel de testificación es mayormente regular (28,3%) y alto (34,8%) y en personas con 36 a 60 años es principalmente regular (27,6%) y alto (47,4%). Por tanto la edad de las personas no afecta al nivel de testificación porque en las tres categorías de edad el nivel de testificación es principalmente regular y alto.

Tabla 14 Testificación y edad

			Testificación				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Edad	15 a	Recuento	5	14	12	2	33
	25	% dentro de Edad	15,2%	42,4%	36,4%	6,1%	100,0%
	26 a	Recuento	8	13	16	9	46
	35	% dentro de Edad	17,4%	28,3%	34,8%	19,6%	100,0%
	36 a	Recuento	4	21	36	15	76
	60	% dentro de Edad	5,3%	27,6%	47,4%	19,7%	100,0%
Total		Recuento	17	48	64	26	155
		% dentro de Edad	11,0%	31,0%	41,3%	16,8%	100,0%

Testificación y género

Conforme a testificación, las mujeres principalmente obran testificar regularmente (36,0%) y alto (37,3%), al igual que los varones también es regular (23,6%) y alto (45,0%). ambos géneros practican la testificación mayormente regular y alto, por lo tanto el género no afecta al nivel de testificación

Tabla 15 Testificación y género

			Testificación				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Sexo	Femenino	Recuento	8	27	28	12	75
		% dentro de Sexo	10,7%	36,0%	37,3%	16,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	9	21	36	14	80
		% dentro de Sexo	11,3%	26,3%	45,0%	17,5%	100,0%
Total	Recuento		17	48	64	26	155
	% dentro de Sexo		11,0%	31,0%	41,3%	16,8%	100,0%

Testificación y estado civil

En cuanto a testificación, en solteros el nivel de testificación es mayormente regular (39,1%) y alto (37,2%), en casados es principalmente regular (22,5%), alto (47,9%) y un importante porcentaje muy alto (22,5%), en viudos el nivel de testificación es mayormente regular (25% siendo el menor porcentaje de esta categoría), alto (33,3%) y muy alto (41,7%), y en divorciados es bajo (33,3%) y regular (66,7%). Al observar los que tienen mayor práctica en la testificación son los viudos, seguido de los casados, solteros y divorciados.

Tabla 16 Testificación y estado civil

			Testificación				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	11	27	26	5	69
		% dentro de Estado civil	15,9%	39,1%	37,7%	7,2%	100,0%
	Casado	Recuento	5	16	34	16	71
		% dentro de Estado civil	7,0%	22,5%	47,9%	22,5%	100,0%
	Viudo	Recuento	0	3	4	5	12
		% dentro de Estado civil	0,0%	25,0%	33,3%	41,7%	100,0%
	Divorciado	Recuento	1	2	0	0	3
		% dentro de Estado civil	33,3%	66,7%	0,0%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		17	48	64	26	155
	% dentro de Estado civil		11,0%	31,0%	41,3%	16,8%	100,0%

Testificación y grado de instrucción

Según la práctica de la testificación, las personas con nivel primario principalmente tienen un nivel de testificación alto (52,2%) y muy alto (30,4%), las personas con secundaria presentan niveles regular (43,5%) y alto (32,3%) y las personas con nivel superior presentan niveles bajo (20,3%), regular (26,1%) y alto (46,4%). Significa que las personas con grado de primaria practican la testificación con regularidad, seguido de secundario y finalmente las personas con nivel superior son quienes poco practican la testificación.

Tabla 17 Testificación y grado de instrucción

			Testificación				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	0	0	1	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	100,0%
	Primaria	Recuento	1	3	12	7	23
		% dentro de Grado de Instrucción	4,3%	13,0%	52,2%	30,4%	100,0%
	Secundaria	Recuento	2	27	20	13	62
		% dentro de Grado de Instrucción	3,2%	43,5%	32,3%	21,0%	100,0%
	Superior	Recuento	14	18	32	5	69
		% dentro de Grado de Instrucción	20,3%	26,1%	46,4%	7,2%	100,0%
	Total	Recuento	17	48	64	26	155
		% dentro de Grado de Instrucción	11,0%	31,0%	41,3%	16,8%	100,0%

1.5. Dimensión Estilo de Vida : Físico

Estilo de vida físico y edad

En relación a estilo de vida, las personas con 15 a 25 años presentan mayormente niveles de Estilo de vida físico regular (69,7%) y alto (27,3%), los que tienen 26 a 35 años presentan niveles regular (63%) y alto (32,6%) y aquellos con 36 a 60 años presentan principalmente nivel regular (77,6%). Existe una relación entre la edad y el

estilo de vida físico, dado que las personas más jóvenes con 15 a 25 y 26 a 35 años practican con regularidad el estilo de vida física, sin embargo las personas mayores de 36 a 60 años practican muy poco.

Tabla 18 Estilo de vida físico y edad

			Estilo de vida físico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Edad	15 a	Recuento	1	23	9	0	33
	25	% dentro de Edad	3,0%	69,7%	27,3%	0,0%	100,0%
	26 a	Recuento	0	29	15	2	46
	35	% dentro de Edad	0,0%	63,0%	32,6%	4,3%	100,0%
	36 a	Recuento	7	59	10	0	76
	60	% dentro de Edad	9,2%	77,6%	13,2%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	8	111	34	2	155
		% dentro de Edad	5,2%	71,6%	21,9%	1,3%	100,0%

Estilo de vida físico y género

Frente a estilo de vida físico, las mujeres practican regularmente un (68%) y alto (29,3%) al igual que los varones un (75%) y alto (15%). Significa que el género no afecta al estilo de vida físico, porque ambos géneros practican con regularidad el estilo de vida físico.

Tabla 19 Estilo de vida físico y género

		Estilo de vida físico					Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Sexo	Femenino	Recuento	2	51	22	0	75
		% dentro de Sexo	2,7%	68,0%	29,3%	0,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	6	60	12	2	80
		% dentro de Sexo	7,5%	75,0%	15,0%	2,5%	100,0%
Total		Recuento	8	111	34	2	155
		% dentro de Sexo	5,2%	71,6%	21,9%	1,3%	100,0%

Estilo de vida físico y estado civil

Según el estilo de vida físico, en solteros principalmente practican regularmente un (66,7%) y alto (29%), en casados es mayormente regular (76,1%) y alto (16,9%), en viudos es también regular (75%) u alto (16,7%) y en divorciados es principalmente bajo (33,3%) y regular (66,7%). Por tanto los diferentes estados civiles de las personas practican con regularidad el estilo de vida físico, de esta forma, podríamos destacar que no se encuentra relación entre estas variables.

Tabla 20 Estilo de vida físico y estado civil

			Estilo de vida físico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	2	46	20	1	69
		% dentro de Estado civil	2,9%	66,7%	29,0%	1,4%	100,0%
	Casado	Recuento	4	54	12	1	71
		% dentro de Estado civil	5,6%	76,1%	16,9%	1,4%	100,0%
	Viudo	Recuento	1	9	2	0	12
		% dentro de Estado civil	8,3%	75,0%	16,7%	0,0%	100,0%
	Divorciado	Recuento	1	2	0	0	3
		% dentro de Estado civil	33,3%	66,7%	0,0%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		8	111	34	2	155
	% dentro de Estado civil		5,2%	71,6%	21,9%	1,3%	100,0%

Estilo de vida físico y grado de instrucción

Según el estilo de vida físico, las personas con nivel primario tienen un nivel regular (73,9%), las personas con secundaria también presentan un nivel regular (77,4%) y las personas con grado superior igualmente un nivel regular (66,7%). Por tanto no hay relación entre el grado de instrucción y el Estilo de vida físico porque los cuatro grados de instrucción presentan un nivel regular.

Tabla 21 Tabla Estilo de vida físico y grado de instrucción

			Estilo de vida físico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	0	1	0	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
	Primaria	Recuento	3	17	3	0	23
		% dentro de Grado de Instrucción	13,0%	73,9%	13,0%	0,0%	100,0%
	Secundaria	Recuento	2	48	11	1	62
		% dentro de Grado de Instrucción	3,2%	77,4%	17,7%	1,6%	100,0%
	Superior	Recuento	3	46	19	1	69
		% dentro de Grado de Instrucción	4,3%	66,7%	27,5%	1,4%	100,0%
	Total	Recuento	8	111	34	2	155
		% dentro de Grado de Instrucción	5,2%	71,6%	21,9%	1,3%	100,0%

1.6. Dimensión Estilo de Vida : Social

Tabla 23 Estilo de vida social y edad

Según el estilo de vida social, las personas con 15 a 25 años presentan un nivel regular (60,6%) y alto (30,3%), las personas con 26 a 35 años presentan niveles regular (69,6%) y alto (15,2%), y las personas con 36 a 60 años presentan niveles bajo (50,7%) y regular (45,3%). Existe relación entre el Estilo de vida social y edad, en donde las personas “jóvenes” con 15 a 25 o 26 a 35 años practican con regularidad el estilo de vida social, mientras que las personas mayores muy poco.

Tabla 22 Estilo de vida social y edad

			Estilo de vida social				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Edad	15 a 25	Recuento	3	20	10	0	33
		% dentro de Edad	9,1%	60,6%	30,3%	0,0%	100,0%
	26 a 35	Recuento	5	32	7	2	46
		% dentro de Edad	10,9%	69,6%	15,2%	4,3%	100,0%
	36 a 60	Recuento	38	34	3	0	75
		% dentro de Edad	50,7%	45,3%	4,0%	0,0%	100,0%
Total	Recuento		46	86	20	2	154
	% dentro de Edad		29,9%	55,8%	13,0%	1,3%	100,0%

Estilo de vida social y género

Respecto al estilo de vida social, las mujeres tienen un nivel bajo (28,4%) y regular (59,5%), al igual que los varones tienen nivel bajo (31,3%) y regular (52,5%). Por tanto el género no afecta al Estilo de Vida Social donde ambos géneros de personas practican poco el estilo de vida social.

Tabla 23 Estilo de vida social y género

			Estilo de vida social				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Sexo	Femenino	Recuento	21	44	9	0	74
		% dentro de Sexo	28,4%	59,5%	12,2%	0,0%	100,0%
	Masculino	Recuento	25	42	11	2	80
		% dentro de Sexo	31,3%	52,5%	13,8%	2,5%	100,0%
Total	Recuento		46	86	20	2	154
	% dentro de Sexo		29,9%	55,8%	13,0%	1,3%	100,0%

Estilo de vida social y estado civil

Frente a estilo de vida social, los solteros presentan principalmente un nivel regular (63,2%) y alto (22,1%), los casados presentan un nivel bajo (35,2%) y regular (56,3%), los viudos presentan un nivel bajo (83,3%) y los divorciados niveles bajo (66,7%) y regular (33,3%). Por tanto existe relación entre el estado civil y el Estilo de Vida Social donde las personas solteras practican con regularidad el estilo de vida social, sin embargo los casados y divorciados practican poco y los viudos muy poco.

Tabla 24 Estilo de vida social y estado civil

			Estilo de vida social				Total
			Bajo	Regul ar	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	9	43	15	1	68
		% dentro de Estado civil	13,2%	63,2%	22,1%	1,5%	100,0%
	Casado	Recuento	25	40	5	1	71
		% dentro de Estado civil	35,2%	56,3%	7,0%	1,4%	100,0%
	Viudo	Recuento	10	2	0	0	12
		% dentro de Estado civil	83,3%	16,7%	0,0%	0,0%	100,0%
	Divor ciado	Recuento	2	1	0	0	3
		% dentro de Estado civil	66,7%	33,3%	0,0%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	46	86	20	2	154
		% dentro de Estado civil	29,9%	55,8%	13,0%	1,3%	100,0%

Estilo de vida social y grado de instrucción

Según el estilo de vida social, las personas con nivel primario presentan mayormente un nivel bajo (60,9%) y regular (39,1%), aquellos con nivel secundario bajo (37,7%) y regular (54,1%), y aquellos con nivel superior principalmente regular

(62,3%) y alto (23,2%). Por tanto el grado de instrucción afecta al nivel de Estilo de Vida Social, donde las personas con grado de primario y secundario practican poco, y los que tienen grado superior practican el estilo de vida social con mayor regularidad.

Tabla 25 Estilo de vida social y grado de instrucción

			Estilo de vida social				Total	
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto		
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	1	0	0	1	
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%	
	Primaria	Recuento	14	9	0	0	23	
		% dentro de Grado de Instrucción	60,9%	39,1%	0,0%	0,0%	100,0%	
	Secundaria	Recuento	23	33	4	1	61	
		% dentro de Grado de Instrucción	37,7%	54,1%	6,6%	1,6%	100,0%	
	Superior	Recuento	9	43	16	1	69	
		% dentro de Grado de Instrucción	13,0%	62,3%	23,2%	1,4%	100,0%	
	Total		Recuento	46	86	20	2	154
			% dentro de Grado de Instrucción	29,9%	55,8%	13,0%	1,3%	100,0%

1.7. Dimensión Estilo de Vida : Psicológico

Estilo de vida psicológico y edad

Entre el estilo de vida psicológico, las personas con 15 a 25 años presentan un nivel alto (60,6%) y muy alto (21,2%), las personas con 26 a 35 años un nivel alto (56,5%) y muy alto (26,1%) y las personas con 36 a 60 años un nivel también alto (65,8%) y

muy alto (15,8%) aunque este último porcentaje es menor en los mayores que en las otras dos categorías de edad. Entonces la edad no afecta el nivel de Estilo de Vida Psicológico, porque las tres categorías de edad tienen estilo de vida psicológico eficaz.

Tabla 26 Estilo de vida psicológico y edad

			Estilo de vida psicológico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Edad	15 a	Recuento	0	6	20	7	33
	25	% dentro de Edad	0,0%	18,2%	60,6%	21,2%	100,0%
Edad	26 a	Recuento	0	8	26	12	46
	35	% dentro de Edad	0,0%	17,4%	56,5%	26,1%	100,0%
Edad	36 a	Recuento	1	13	50	12	76
	60	% dentro de Edad	1,3%	17,1%	65,8%	15,8%	100,0%
Total		Recuento	1	27	96	31	155
		% dentro de Edad	0,6%	17,4%	61,9%	20,0%	100,0%
		Edad					

Estilo de vida psicológico y genero

Conforme a estilo de vida psicológico, los dos géneros, las mujeres presentan niveles alto (61,3%) y muy alto (22,7%), y los varones igualmente niveles alto (62,5%) y muy alto (17,5%), con lo que explica que el género no afecta al nivel de Estilo de Vida Psicológico porque ambos tienen un mejor estilo de vida psicológico.

Tabla 27 Estilo de vida psicológico y genero

			Estilo de vida psicológico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Sexo	Femenino	Recuento	0	12	46	17	75
		% dentro de Sexo	0,0%	16,0%	61,3%	22,7%	100,0%
	Masculino	Recuento	1	15	50	14	80
		% dentro de Sexo	1,3%	18,8%	62,5%	17,5%	100,0%
Total	Recuento		1	27	96	31	155
	% dentro de Sexo		0,6%	17,4%	61,9%	20,0%	100,0%

Estilo de vida psicológica y estado civil

Entre el estilo de vida psicológico, los solteros presentan niveles alto (59,4%) y muy alto (21,7%), los casados niveles alto (66,2%) y muy alto (19,7%), los viudos niveles regular (41,7%) y alto (41,7%), y los divorciados un nivel alto (100%). Aunque de la tabla 1 (con los valores de sig) como sig para esta tabla es mayor de 0,05 significa que no hay relación entre el estado civil y el nivel de Estilo de Vida Psicológico. Porque las personas tienen un mejor estilo de vida psicológico.

Tabla 28 Estilo de vida psicológica y estado civil

			Estilo de vida psicológico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Estado civil	Soltero	Recuento	0	13	41	15	69
		% dentro de Estado civil	0,0%	18,8%	59,4%	21,7%	100,0%
	Casado	Recuento	1	9	47	14	71
		% dentro de Estado civil	1,4%	12,7%	66,2%	19,7%	100,0%
	Viudo	Recuento	0	5	5	2	12
		% dentro de Estado civil	0,0%	41,7%	41,7%	16,7%	100,0%
	Divorciado	Recuento	0	0	3	0	3
		% dentro de Estado civil	0,0%	0,0%	100,0%	0,0%	100,0%
Total		Recuento	1	27	96	31	155
		% dentro de Estado civil	0,6%	17,4%	61,9%	20,0%	100,0%

Estilo de vida psicológico y grado de instrucción

En relación al estilo de vida psicológico, aquellos con nivel primario presentan mayormente un nivel regular (34,8%), alto (39,1%) y muy alto (21,7%), las personas con secundaria presentan un nivel alto (75,8%) y regular (14,5%), y las personas con nivel superior presentan un nivel alto (58%) y muy alto (29%). Por tanto el grado de instrucción afecta al Estilo de Vida Psicológico porque las personas con grado de primario se observa que tienen un estado regular, gradualmente las personas con grado de secundaria principalmente tienen un estilo de vida psicológico alto, y en las personas con grado superior tienen un estilo de vida psicológico mucho mejor.

Tabla 29 Estilo de vida psicológico y grado de instrucción

			Estilo de vida psicológico				Total
			Bajo	Regular	Alto	Muy Alto	
Grado de Instrucción	Sin estudio	Recuento	0	1	0	0	1
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	Primaria	Recuento	1	8	9	5	23
		% dentro de Grado de Instrucción	4,3%	34,8%	39,1%	21,7%	100,0%
	Secundaria	Recuento	0	9	47	6	62
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	14,5%	75,8%	9,7%	100,0%
	Superior	Recuento	0	9	40	20	69
		% dentro de Grado de Instrucción	0,0%	13,0%	58,0%	29,0%	100,0%
	Total	Recuento	1	27	96	31	155
		% dentro de Grado de Instrucción	0,6%	17,4%	61,9%	20,0%	100,0%

1.8. Relaciones entre las dimensiones

Las relaciones entre las dimensiones estudiadas se puede expresar mediante el coeficiente de correlación de Pearson. Entre las dimensiones Oración, Estudio de la Biblia, Adoración y Testificación los coeficientes de correlación se muestran en la tabla 30. Se observa que todas las dimensiones presentan coeficientes de correlación positiva y de valor superior a 0,6 lo que indica una fuerte relación. Así mismo todos los valores de sig son menores a 0,05, indicando que la correlación es significativa entre las cuatro dimensiones presentadas. Quiere decir que existe una relación directa y fuerte en los puntajes de oración, estudio de la biblia, adoración y testificación, cualquier incremento en una de estas dimensiones traerá como consecuencia que se incremente la puntuación en las otras dimensiones, o que una persona que tenga un

mayor nivel de oración también debería tener un mayor nivel de estudio de la biblia, adoración y testificación.

Tabla 30 – Coeficientes de Correlación entre las primeras 4 Dimensiones

	1 Oración	2 Estudio	3 Adoración	4 Testificación
1 Oración	1	0.646	0.654	0.670
Sig		0.000	0.000	0.000
2 Estudio de la Biblia	0.646	1	0.787	0.700
Sig	0.000		0.000	0.000
3 Adoración	0.654	0.787	1	0.725
Sig	0.000	0.000		0.000
4 Testificación	0.670	0.700	0.725	1
Sig	0.000	0.000	0.000	

Los coeficientes de correlación para las dimensiones de estilo de vida se muestran en la tabla 31. Los valores de sig en todos los coeficientes de correlación son inferiores a 0,05 indicando que los coeficientes de correlación son significativos en todas las variables, sin embargo los valores de los coeficientes no son tan elevados como aquellos reportados en la tabla 30.

Tabla 31 – Coeficientes de Correlación entre las Dimensiones de Estilo de Vida

	1 Físico	2 Social	3 Psicológico
1 Físico	1	0.546	0.414
sig		0.000	0.000
2 Social	0.546	1	0.285
sig	0.000		0.000
3 Psicológico	0.414	0.285	1
sig	0.000	0.000	

Los coeficientes de correlación mayores a 0,5 corresponde a las parejas de dimensiones Físico-Social y Psicológico, lo que significa que en estas parejas de dimensiones hay una fuerte relación directa, un mayor nivel de Estilo de Vida Físico también debe generar un mayor nivel de Estilo de vida Social, así como un mayor nivel Psicológico. En las otras parejas de dimensiones: físico-psicológico, social-

psicológico, también hay coeficientes de correlación positivos pero menores de 0,5, lo que quiere decir que en estas parejas también hay una relación pero es débil, no se puede apreciar tanto como en las dimensiones físico-social por ejemplo.

Finalmente la relación entre las 4 dimensiones (oración, estudio de la biblia, adoración y testificación) con las variables de estilo de vida se muestra en la tabla 32. Se puede observar que las dimensiones con un sig inferior a 0,05 corresponden a las variables oración-psicológico, estudio de la biblia-social, adoración-social y testificación-social, indicando que sólo en estas parejas de dimensiones hay una correlación significativa. El resto de dimensiones no tienen una correlación significativa, además que presentan coeficientes de correlación cercanos a cero, indicando que no hay relación entre las dimensiones.

Tabla 32 – Coeficientes de Correlación entre las Dimensiones

	1 Físico	2 Social	3 Psicológico
1 Oración	0.026	-0.129	0.211
sig	0.748	0.110	0.009
2 Estudio de la Biblia	-0.032	-0.211	0.052
sig	0.697	0.009	0.522
3 Adoración	-0.072	-0.248	0.100
sig	0.377	0.002	0.213
4 Testificación	0.084	-0.193	0.154
sig	0.300	0.017	0.056

Sin embargo los coeficientes de correlación entre las dimensiones con correlación significativa no son muy altos (su valor absoluto es inferior de 0,5) y además se presentan signos negativos. En el caso de la relación oración-psicológico el coeficiente de correlación fue 0,211 indicando que hay una relación directa pero débil en estas dimensiones, un incremento en el nivel de oración traerá un incremento no tan fuerte en el nivel psicológico.

Las dimensiones estudio de la biblia-social, adoración-social y testificación-social presentan coeficientes de correlación negativos, indicando que estas parejas de dimensiones tienen relaciones antagónicas débiles. Es decir un incremento en el estudio de la biblia podría traer una disminución ligera en el nivel social de la persona, igualmente un incremento en el nivel de adoración o testificación también traerán una disminución ligera en el nivel social.

Descripción de variables “Espiritualidad”

Los resultados de la variable Espiritualidad Práctica se calculó mediante la sumatoria de los resultados de las variables 01 a 33 de la primera encuesta sobre “Espiritualidad”. Corresponde a una variable cuantitativa discreta.

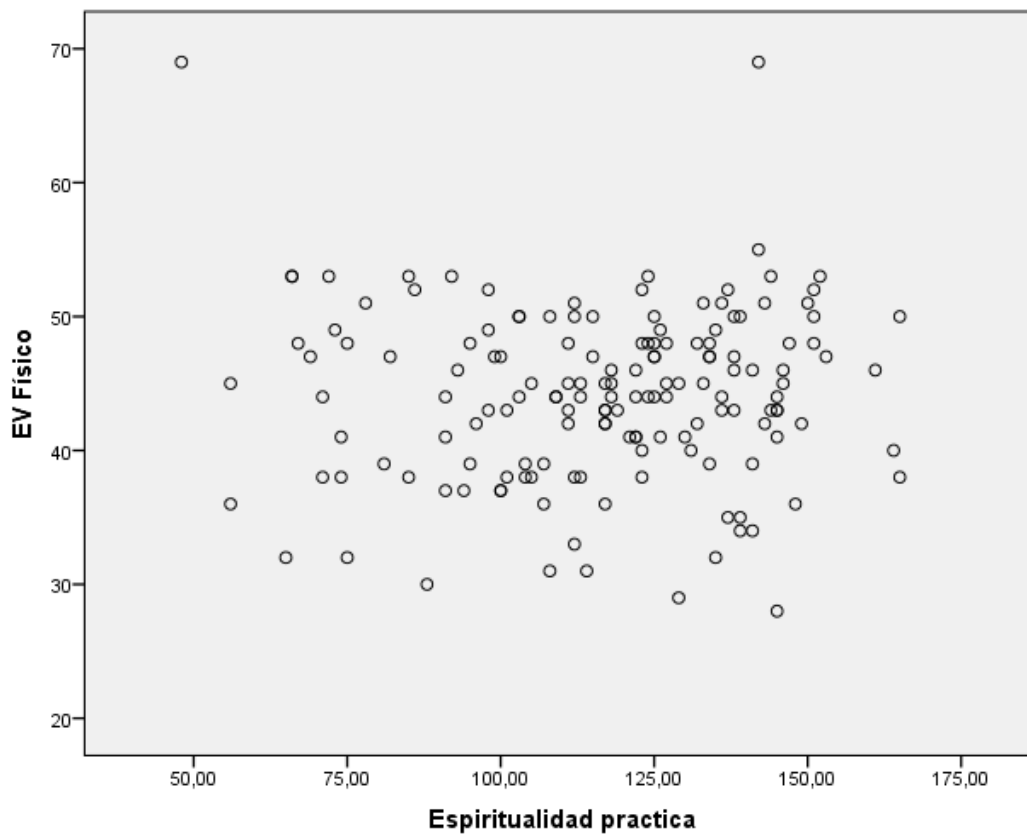
Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico

El análisis de significancia de la correlación se muestra en la tabla siguiente para la variable espiritualidad práctica y Estilo de Vida físico. El coeficiente de correlación resultó 0,015 (muy cercano a cero) lo que significa que no hay una relación entre la espiritualidad práctica y el nivel de Estilo de Vida Físico. El sig para esta correlación fue 0,856 lo que también indica que no hay una correlación significativa entre estas dos variables.

Tabla 33 de Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico

		Espiritualidad práctica	Estilo de vida físico
Espiritualidad práctica	Correlación de Pearson	1	,015
	Sig. (bilateral)		,856
	N	155	155
Estilo de Vida Físico	Correlación de Pearson	,015	1
	Sig. (bilateral)	,856	
	N	155	155

El siguiente diagrama de dispersión muestra la falta de relación entre las variables, dado que al aumentar los valores de Espiritualidad no se ve ni un incremento ni decremento de los niveles de Estilo de Vida Físico.



Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida social

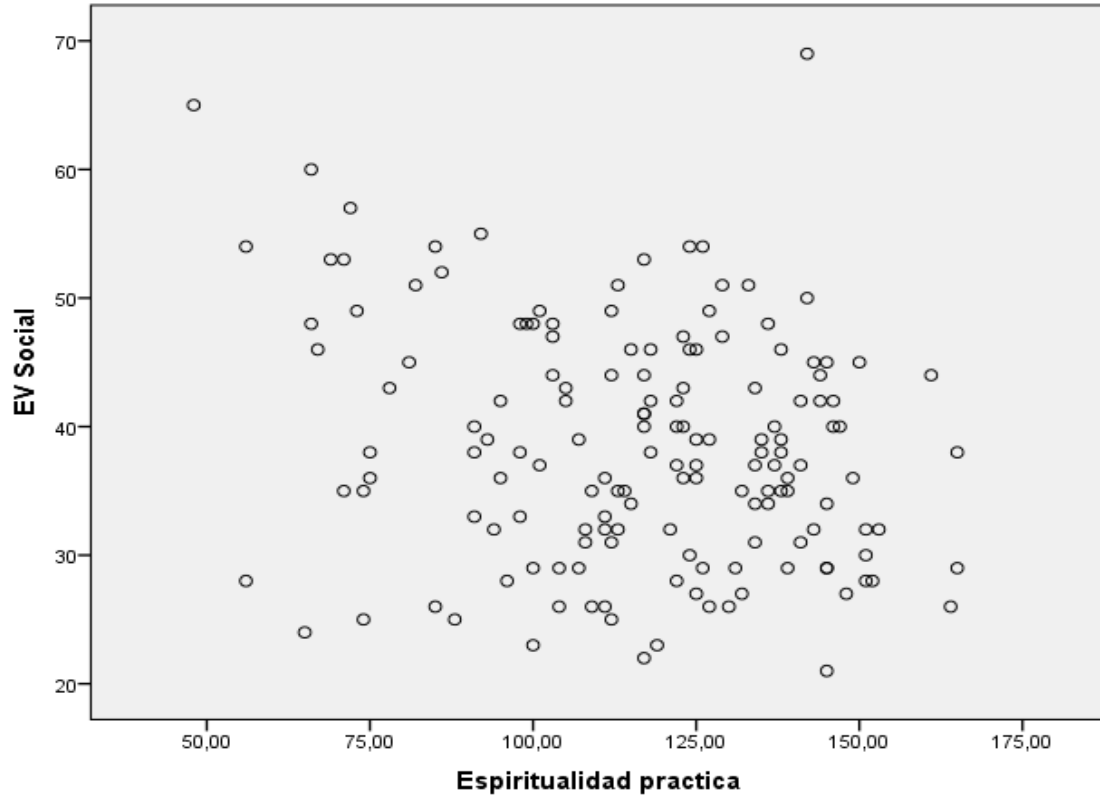
En cuanto a la relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida social se muestra en la tabla siguiente, con un valor de -0,228 el cual indica que hay una relación débil entre los niveles de Espiritualidad Práctica y Estilo de vida social. Pero el signo negativo indica una relación inversa entre estas variables. El sig para el análisis de esta correlación fue 0,004 (menor de 0.05) lo que indica que esta relación es significativa o sí existe en la población.

Tabla 34 Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida social

		Espiritualidad practica	Estilo de vida social
Espiritualidad practica	Correlación de Pearson	1	-,228**
	Sig. (bilateral)		,004
	N	155	154
Estilo de Vida Social	Correlación de Pearson	-,228**	1
	Sig. (bilateral)	,004	
	N	154	154

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

El diagrama de dispersión para los resultados entre Espiritualidad Practica y Estilo de Vida Social se muestra en la tabla siguiente, donde se observa que al disminuir los valores de Espiritualidad Práctica hay una tendencia a un incremento de los resultados de Estilo de Vida Social, lo que da por resultado un coeficiente de correlación negativo.



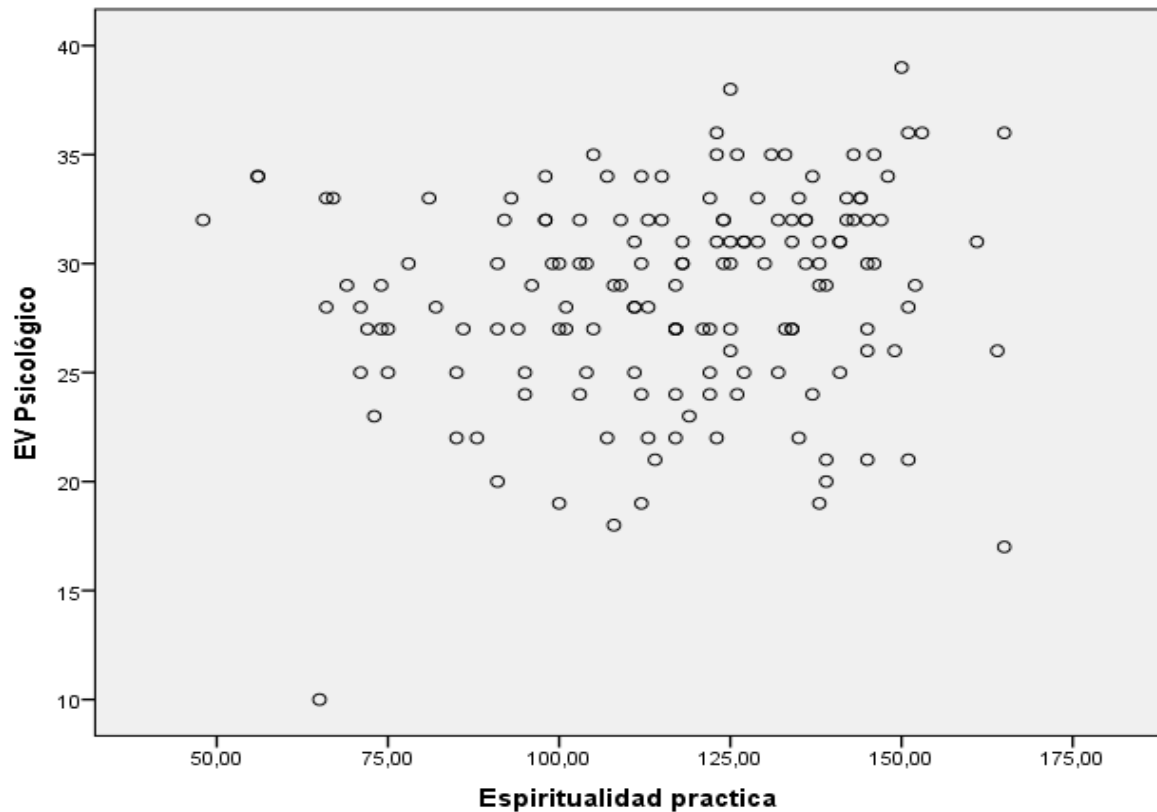
Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida psicológico

El coeficiente de correlación para la relación entre Espiritualidad Práctica y Estilo de Vida Psicológico está en la tabla siguiente con un valor de 0,141 (valor también cercano a cero). Indica que no hay una relación entre los resultados de Espiritualidad Práctica y el Estilo de Vida Psicológico. Al mismo tiempo el sig para esta correlación es 0,081 (mayor de 0,05) indicando que no hay una correlación significativa entre estas variables.

Tabla 35. Relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida psicológico

		Espiritualidad practica	Estilo de vida Psicológico
Espiritualidad practica	Correlación de Pearson	1	,141
	Sig. (bilateral)		,081
	N	155	155
EV Psicológico	Correlación de Pearson	,141	1
	Sig. (bilateral)	,081	
	N	155	155

El diagrama de dispersión para los resultados entre Espiritualidad Práctica y Estilo de Vida Psicológico se muestra en la figura siguiente. No se encuentra una tendencia bien definida entre de ascenso o descenso entre los resultados, lo cual indica que no hay una relación bien definida entre los resultados de estas dos variables.



Discusión

El objetivo de la presente investigación fue, determinar la relación que existe entre espiritualidad y estilo de vida en los miembros de la IASD del Distrito Misionero Huancayo-Chilca de la MAC 2017, para lo cual, se recolectó información mediante la encuesta acerca de edad, genero, grado de instrucción y estado civil, estos datos generales darán a conocer de manera más amplia de la población en estudio y sus características principales. Dichos datos muestran que la población de la iglesia en estudio es de 155 y tiene una edad numérica entre 36 a 60 años, (véase en la tabla 2). Y siendo conocedores de la filosofía adventista es oportuno para la investigación y la capacidad de elaborar razonamientos.

Carlos Alberto en su investigación realizada sobre “Estilo de Vida y Práctica de los ocho remedios naturales en los feligreses adventistas de la misión argentina del noroeste”, describe que el 23% de los feligreses tienen un estilo de vida saludable acorde a la propuesta de la IASD, y la mitad, el 52% tiene un estilo de vida poco saludable, en nuestra investigación al igual encontramos un porcentaje entre moderada y muy baja de miembros que tienen un estilo de vida saludable. Pero, existe relación entre las variables de la presente investigación, al aumentar los valores de Espiritualidad no se ve incremento ni decrecimiento de los niveles en el estilo de vida.

Luis Alonso Castellanos en su investigación sobre: “Práctica religiosa y calidad del estilo de vida de los jóvenes de la zona sur de la Misión Sur Oriental de Honduras” encontró que el grado de calidad de la práctica religiosa y grado de calidad del estilo de vida, tienen una relación positiva y significativa (R^2 corregida = .441 y $p = .000$). Esto muestra que los jóvenes que practican religiosidad, tienen mejor calidad de estilo de vida.

Sin embargo en nuestro estudio, no existe una relación tan significativa, sin embargo se podría requerir otras disciplinas de la espiritualidad cristiana para que el nivel del estilo de vida se eleve.

El libro de Efesios expresa que si estamos llenos del Espíritu, Dios asume el control y hacemos cosas buenas. (Efesios 5:18). Además el Espíritu Santo actúa en nuestra mente para convencernos de nuestra pecaminosidad y de la necesidad de aceptar a Cristo (Lucas 4:14-19).

Es importante destacar la siguiente cita de Elena de White: “los creyentes que dediquen algún tiempo diariamente a la meditación, la oración y el estudio de las escrituras, Suyos serán los grandes pensamientos, las nobles aspiraciones, y las claras percepciones de la verdad y el deber para con Dios. Anhelarán la pureza, la luz, el amor, y todas las gracias de origen celestial”. Por lo tanto, la práctica de la espiritualidad tiene un impacto positivo sobre distintos factores de la vida. A sí mismo la espiritualidad tiene efectos sobre la salud, un cierto nivel de pureza espiritual beneficia al ser humano es una unidad bio-psico-socio-espiritual.

Según dichos estudios, la espiritualidad, desarrolla relaciones personales positivas y sobre lleva las dificultades de la vida, sobre todo cuando son importantes, en el ámbito de la salud y la enfermedad, finalmente las prácticas de espiritualidad generalmente animan a las personas a mejorar sus hábitos saludables, mejor alimentación, abandono del alcohol y otros perjudiciales de salud, etc.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conforme a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre Espiritualidad y Estilo de Vida en miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca de la MAC 2017, se concluye:

Se determinó que solo existe relación significativa entre espiritualidad práctica y el estilo de vida social del distrito misionero Huancayo-Chilca de la Misión Andina Central 2017, sin embargo entre espiritualidad práctica y estilo de físico y psicológico no existe relación. Se llega a esta conclusión porque en la tabla 34, donde indica la espiritualidad practica y estilo de vida social el sig es de 0,004. Este resultado es menor a 0,05. Adicionalmente esta correlación es inversa. En las tablas 33, y 35 no existe relación entre espiritualidad práctica y estilo de vida físico y psicológico respectivamente. Porque en ambos casos el sig supera al 0,05. Por lo tanto se acepta la hipótesis nula de esta investigación.

Las conclusiones por objetivos específicos indica que:

1.- Al explicar la relación entre espiritualidad y datos demográficos de los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo - Chilca de la Misión Andina Central 2017, que solo se encontró relación en las siguientes dimensiones con demográficos: relación existente entre la edad y el estudio de la Biblia, indicando el sig 0,006. El género tiene relación significativa con: el estudio de la biblia de sig 0,010, y la adoración de sig 0,037. El estado civil tiene relación con: la oración de sig

0,007, el estudio de la Biblia de sig 0,005, y testificación de sig 0,008. Finalmente el grado de instrucción se relaciona con la testificación de sig 0,000. Sin embargo, las relaciones no existentes de las dimensiones con puntajes mayores del sig 0,005 son: relaciones no existentes entre la edad con: oración, adoración y testificación. Asimismo no guarda relación entre el género con oración y testificación. Al igual no existe relación entre estado civil con adoración. Finalmente no existen relaciones entre el grado de instrucción con: oración, estudio de la biblia, y adoración.

2.- Se identificó el nivel de espiritualidad práctica en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo- Chilca de la Misión Andina Central Huancayo 2017. En donde se muestra en las tablas 2 a 5 en la oración y en las tablas de 10 a 13 en la adoración las personas encuestadas presentan puntajes altos de 35,5% y muy altos de 50,3% de oración; y alto de 35,5% y muy alto 49,0% de adoración. Entonces sin importar la edad ni grado de instrucción, varones como mujeres, tantos viudos, solteros, casados y divorciados, son personas que practican la oración y la adoración. En el Estudio de la Biblia, la tabla 6 presenta que las personas encuestadas tienen nivel alto 38,7% y muy alto 29,7%, esto significa que los niveles de estudio de la Biblia son relevantes. De acuerdo a la tabla 14, en la testificación la edad no afecta al nivel de testificación, porque en las tres categorías de edad el nivel de testificación es principalmente regular 31,0%, alto 41,3% y muy alto 16,8%.

3.- Se consolidó los niveles de estilo de vida en los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo- Chilca de la Misión Andina Central Huancayo 2017. En la tabla 17 las diferentes edades de las personas presentan mayormente niveles de estilo de vida físico regular un 71,6% y alto 21,9%, entonteces se estima que existe relación entre

la edad y el estilo de vida físico, dado que las personas jóvenes y mayores presentan niveles regular y alto. En la tabla 21 muestra la relación entre la edad y el estilo de vida social, donde las personas presentan niveles regular de 55,8% y alto 13,0%. Esto significa que existe relación, porque, en las tres categorías principalmente el nivel superior es regular. En la tabla 25 señala el nivel de estilo de vida psicológico y edad, en donde la edad no afecta el nivel de estilo de vida psicológico, porque las tres categorías de edad presentan niveles alto 61,9% y muy alto 20,00% respectivamente.

4.- Al analizar la relación entre la práctica de la oración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros de la IASD del distrito misionero de Huancayo – Chilca de la Misión Andina Central 2017, se encontró que no existe relación, ya que el estilo de vida físico y social no guardan relación, porque en ambos casos superan el sig 0,05. Y tan solo el estilo de vida psicológico tiene relación el sig es 0,009.

5.- Que las relaciones entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros de la IASD del distrito misionero de Huancayo – Chilca de la Misión Andina Central 2017, se estableció que sólo en estudio de la Biblia y estilo de vida social hay relación significativa, indicando que el sig es 0,009. Sin embargo entre estudio de la Biblia y estilo de vida físico y psicológico no hay relación, porque en ambas dimensiones el sig es mayor a 0,05. Lo que quiere decir la correlación no es favorable en este objetivo específico de la investigación.

6.- Al identificar la correlación entre la actividad de adoración y estilo de vida físico, social y psicológico de los miembros de la IASD del distrito misionero de Huancayo – Chilca de la Misión Andina Central 2017, presentan correlación negativas en las actividades de: adoración y estilo de vida físico; adoración y estilo de vida

psicológico, por que superar el sig 0,05. Y solo aporta relación entre la actividad de adoración y estilo de vida social, indicando el sig 0,002. Por lo tanto, la correlación entre estas dimensiones no es significativa.

7.-Se determinó la relación entre la actividad de testificación y estilo de vida físico social y psicológico de los miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo - Chilca de la Misión Andina Central 2017. Que solo en el caso de la actividad de testificación y estilo de vida social existe relación con el valor absoluto de sig 0,017. Sin embargo, entre la testificación y estilo de vida físico no existe relación, asimismo con testificación y estilo de vida psicológico. Por lo tanto, no tienen una relación significativa para el objetivo respectivamente.

8.- Se identificó que en el nivel de espiritualidad en todas las actividades de oración, adoración, estudio de la Biblia y testificación de los miembros de la IASD del distrito misionero de Huancayo – Chilca de la Misión Andina Central 2017, presentan correlación positiva, indicando que todos los valores de sig son menores a 0,05. Quiere decir que existe una relación directa y fuerte en los puntajes de oración, estudio de la Biblia, adoración y testificación. Cualquier incremento en una de estas dimensiones, o que una persona que tenga un mayor nivel de oración también debería tener un mayor nivel de estudio de la Biblia, adoración y testificación.

9.- Se identificó los niveles de estilo de vida, social y psicológico en los que se encuentran miembros de la IASD del distrito misionero Huancayo-Chilca, de la Misión Andina Central 2017, con un sig inferior a 0,05, lo que significa que en estas parejas de dimensiones hay una fuerte relación directa, un mayor nivel de estilo de vida físico

también debe generar un mayor nivel de estilo de vida social, seguidamente con el estilo de vida psicológico.

Recomendaciones

De acuerdo a los antecedentes, los resultados y las conclusiones de la presente investigación se establecieron las siguientes recomendaciones:

- 1.- Al encontrar pocos antecedentes de investigación aplicadas en cuanto al variable estilo de vida, se recomienda hacer futuros estudios con la finalidad de ampliar el conocimiento vertido en esta investigación.
- 2.- Expresamos que existen otros aspectos que determinan la dependencia del estilo de vida. Oh llanamente esta relación no se percibe en los miembros de la IASD del Distrito Misionero Huancayo Chilca de la MAC. Podría comprobarse este trabajo de investigación en otras iglesias que no sea similar a la población de Huancayo Chilca.
- 3.- Promover actividades que fortalezcan las diferentes dimensiones de la espiritualidad, como el estudio de la Biblia, la oración, la testificación y la fidelidad.
- 4.- Promover seminarios permanentes acerca de los beneficios de espiritualidad y las tendencias de estilos de vida.
- 5.- Se recomienda replicar este estudio y relacionarlo con otras variables, tales como nivel socioeconómico, ansiedad, conflictos familiares, nivel de estudios, involucramiento en las actividades espirituales, entre otras.
- 6.- Continuar con los programas y actividades en el cumplimiento de la misión de la iglesia, fomentar la lectura de la Biblia y los libros de la Sra. Elena de White, que promuevan una mayor dependencia de Dios en cada una de sus actividades cotidianas.

BIBLIOGRAFÍA

- Arias Gallegos, Walter L “Espiritualidad En El Ambiente Laboral Y Su Relación Con La Felicidad Del Trabajador” (n.d.): 13.
- Adventist Church Management System, ACMS, Informe Integrado, Numero de miembros de escuela sabática, Huancayo Chilca. MAC.
<https://www.acmsnet.org/> (Consultado: 20 de octubre,2017)
- Bernal Torres, Cesar Augusto, *Metodología de la investigación., Administración, economía, humanidades y ciencias sociales*, Wrlldcolor, Colombia tercera edición 2010.
- Castellano Hernández, Luis Alonso. “Práctica religiosa y calidad del estilo de vida de los jóvenes de la zona sur de la Misión Sur Oriental de Honduras” *Universidad de Montemorelos* (2011)
- Cáceres, A. Alirio. et al., “Espiritualidad Hoy: Una Mirada Histórica, Antropológica y Bíblica.,” *Theologica Xaveriana* 58, no. 166 (2008): 381–382. *Theologica Xaveriana* - vol. 58 no. 166 (381-408). Julio-diciembre 2008. Bogotá, colombia. Issn 0120-3649.
- Canale, Fernando. *Principios de Adoración*, Revista SAIT 1.1 (octubre 2011).
- C., Bridges Daisy “Principios Basicos De Los Cuidados De Enfermeria,” 1501 New Hampshire N. W. 2 (1961): 1 AL 56.
- Compilación, Psicología del desarrollo humano II, ed. 2. *Universidad Autónoma de Sinaloa*. México: Socorro Armida Sandoval Mora, 2012.
- De Benedicto, Marcos. *Fe Inteligencia* 2da edición Una guía para que entiendas y vivas el cristianismo. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericano, 2012.
- _____, “Crecimiento Constante” *Revista Adventista*, Edición Especial Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2016.
- Del Aguilar R. Promoción de estilos de vida saludable y prevención de enfermedades crónicas en el adulto mayor. Organización Panamericana de la Salud.
<https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html> (Consultado: 4 de abril,2018).

- Dos Santos Filho, Graciliano Martins. Ética en el Hogar, *Revista del anciano*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Abril-Junio 2017.
- Días, Marcelo “Espiritualidad y misión”. *Ministerio Adventista* (Julio – Agosto 2015)
- Duda cruel, Otimar Goncalves. Cómo vencer la pornografía. *Conexión JA*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, julio septiembre 2008.
- “Estilo de vida y comportamiento cristiano”, del *Tratado de teología adventista del séptimo día*, ed. Raoul Dederen. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2009.
- Finley, Mark A. “Espiritualidad Bíblica”. *Revista Adventista*. no 11 (Noviembre 2012)
- Foster, Richard J. *Alabanza a la disciplina*. Puerto Rico: Betania, 1986.
- García Sevilla, Julia et al., “*Desarrollo saludable : Aportaciones desde la psicología*” temas 1 y 2), (n.d.).
- Gozales, Jorge A. *101 Secretos para una vida sana*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2012.
- Grellmann, L. “¡ *El mejor estilo de vida !* Temas Para La Semana de Salud, Ocho mensajes de salud : atractivos !” (n.d.).
- Hernández-Sampieri, Roberto, Fernández-Collado, Carlos and Baptista-Lucio, Pilar *Analisis de Los Datos Cuantitativos., Metodología de La Investigación*, 2006.
- Hein, Carlos Alberto. Estilo de vida y práctica de los ocho remedios naturales en los feligreses adventistas de la misión argentina del noroeste, Tesis presentada para optar el grado de Doctor en Teología Pastoral febrero 2004. Seminario Adventista Latinoamericana de Teología Sede Perú.
- Hardy, Frank W. and Sylvia Renz, *Adventist World* “Ruta 12” 9, no. 7 (n.d.).
- Hasel, Fran M. “El Espíritu Santo y la espiritualidad”. *Guía de estudio de la Biblia: Edición para Maestros*. 1º edición. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2016.
- Johnson, Elizabeth A. “La Que Es: El Misterio de Dios En El Discurso Teológico Feminista,” 2002.

- La Rondelle, Hans K. Remanente y mensaje de los tres ángeles, *Tratado de Teología Adventista del Séptimo Día*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- Lima Lemos, Francisco Carlos “La influencia de la revista Vida E Saude en el estilo de vida de los lectores de la región 15 del servicio educacional hogar y salud, Sao Jose Do Rio Preto, Sao Paulo, 2010. Tesis presentada para optar el grado de Magister en Salud Pública con mención en salud colectiva y promoción de la salud. Universidad peruana unión, escuela de posgrado, Unidad de Posgrado de salud Publica.Ñana, Lima setiembre de 2012.
- Lemus, Rosalba. “La Consciencia Corporal , Una Puerta a La Espiritualidad” (2010). Málaga, Germán. Revista peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. <http://www.rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/1/1989> (Consultado: 12 de enero 2017).
- Muñoz Vásquez, María del Pilar. “La Pirámide de Necesidades de Abraham Maslow,” *Universidad de Complutense-Madrid* (2000) <http://www.infonegociacion.net/pdf/piramide-necesidades-maslow.pdf>. (Consultado: 15 de abril 2017).
- M. Leal, Marcello Niek. Las reacciones de la vida, *Revista del anciano* Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericano, Enero – Marzo 2017.
- “Normas de la vida cristiana”, *Manual, Iglesia Adventista del Séptimo Día*, Revisión 2015. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2015.
- Nolan Albert, *Espiritualidad Bíblica*. Espiritualidad de la justicia y del amor. <http://www.servicioskoinonia.org/biblioteca/bibliodatos1.html?bibl01> (Consultado: 30 de abril, 2017).
- Organización Mundial de la Salud, “Mortalidad Y Morbilidad Por Causas Específicas,” *Estadísticas Sanitarias Mundiales 2009-OMS* (2009): 47,48,49,59,51,52,53,54,55,56,57.
- Pargament, Kenneth I and Hisham Abu Raiya, “A Decade of Research on the Psychology of Religion and Coping: Things We Assumed and Lessons We Learned,” *Psyke and Logos* 28 (2007).
- Pereyre, Mario. *En busca de alegría de vivir*. Buenos Aires: Bienestar Psicológico Editorial, 1999.
- Psicología y Salud, Vol. 22, Núm. 1: 75-87, enero-junio de 2012. <http://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-22-1/22-1/Mirian%20Pilar%20Grimaldo%20Muchotrigo.pdf>. (Consultado: 14 de enero, 2017).

- Quiceno, Japcy Margarita and Stefano Vinaccia, "La Salud En El Marco de La Psicología de La Religión Y La Espiritualidad* The Health in the Mark of the Psychology of the Religion and the spiritualitY," *Diversitas: Perspectivas en Psicología* 5, no. 2.
- Roda, Céline et al., "Lifestyle Correlates of Overweight in Adults: A Hierarchical Approach (the SPOTLIGHT Project).," *The international journal of behavioral nutrition and physical activity* 13, no. 1 (2016).
- Sánchez Larces, Jorge. La maquinaria de la fe, *Conexión 2.0*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Julio-setiembre, 2017.
- Sacks, Sharon Kay. "The Relationship between Spiritual Belief, Life Attitude, and Mental Health among Physical Fitness Participants in Northern Indiana.," *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering* 63, no. 6–
B(2002):3023,<http://ezproxy.library.uvic.ca/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyh&AN=2002-95024-304&site=ehost-live&scope=site>.(Consultado: 14 de enero 2017).
- Steger, Carlos A. El propósito de las normas cristianas, *Revista Adventista*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Febrero 2010.
- Steger, Walter. La secularización del adventismo, *Revista Adventista*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Enero 2017.
- Suárez, Adolfo S. Marcos de Benedicto, Rodrigo P. Silva., *Conexión Esencial* Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 2012.
- Timm, Alberto. El estilo de vida adventista, *Revista Adventista*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, Febrero 2010.
- Valiente-Barroso, C. and E. García-García, "La Religiosidad Como Factor Promotor de Salud Y Bienestar Para Un Modelo Multidisciplinar de Atención Psicogeríátrica," *Psicogeriatría* 2, no. 3 (2010).
- White, Elena G de, *El Camino a Cristo*. Buenos aires: Asociación Casa Editora Sudamericano, 1999.
- _____, *Cartas a Jóvenes enamorados*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1987.
- _____, *El ministerio de curación*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1998.

_____, *El hogar cristiano*, Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1999.

_____, *El deseado de todas las gentes*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1986.

_____, *La educación*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1998.

_____, *Testimonio para la iglesia t1*. Buenos Aires: Asociación Casa Editora Sudamericana, 1996.

Yoffe, Laura. "Beneficios de las Prácticas Religiosas/ Espirituales en el Duelo. (Spanish)," *Positive effects of the religious / spiritual practices in mourning. (English)* 20, no. 1 (2012): 9–30,
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=80223973&lang=es&site=ehost-live>. (Consultado: 15 de octubre, 2017).

http://elpais.com/elpais/2015/01/16/ciencia/1421435312_637657.html (consultado: 12 de enero, 2017).

Apéndices “A”

INSTRUMENTO**CUESTIONARIO SOBRE ESPIRITUALIDAD Y ESTILO DE VIDA****I. INSTRUCCIONES**

Estimado hermano (a), muchas gracias por tu disposición para responder a este cuestionario. Para asegurar tu completo anonimato no escribas tu nombre en ninguna parte. Si tienes alguna pregunta sólo levanta la mano y nos acercaremos a tu lugar de asiento para responder tus dudas. Agradecemos de antemano tus respuestas completas y sinceras. No olvides de responder todas las preguntas.

II. INFORMACIÓN GENERAL

N° DE FICHA:

Fecha: _____ Lugar: _____ Entrevistador:

Edad : _____ Sexo: Femenino₁ Masculino₂ Religión: Adv.₁ NoAdv₂

Estado civil: Soltero₁ Casado₂ Viudo₃ Divorciado₄

Grado de instrucción: Sin estudios₁ Primaria₂ Secundaria₃ Superior₄

III. INSTRUMENTO DE MEDICIÓN SOBRE ESPIRITUALIDAD

A continuación hay una lista de afirmaciones que pretenden medir tu espiritualidad práctica. 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

ESPIRITUALIDAD	ESCALA				
1.- Estudio la Biblia diariamente	1	2	3	4	5
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 bíblicas					
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 al culto Joven Adventista					
16.- Participo en los programas del culto Joven					
17.- Participo en algún club del ministerio J.A. (Conquistadores, Guías Mayores, Líder Juvenil)					
18.- Asisto a los cultos regulares de la Iglesia					
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 Pequeño grupo					
25.- Participo activamente en el pequeño grupo					
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					
31.- Llevo visitas a la Iglesia					
32.- Participo del plan anual de la recolección					
33.- Participo en actividades para ayudar a los más pobres					

IV. INSTRUMENTO DE MEDICIÓN SOBRE 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	ESCALA				
	1	2	3	4	5
1.- Leo libros o revistas que me edifican					
2.- Mantengo en orden mis objetos personales					
3.- Practico la higiene personal diariamente					
4.- Cuido mi imagen personal					
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					
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					
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					
42.- Participo con amigos en ambientes no cristianos					
43.- Influyo positivamente en mis amigos					
44.- Me comporto conforme a mis principios cristianos en cualquier ambiente					
45.- Busco más las amistades cristianas					
46.- Mantengo una relación de respeto con el sexo opuesto					

Apéndices “B”

AUTORIZACION DEL INSTRUMENTO

La Ceiba, Honduras

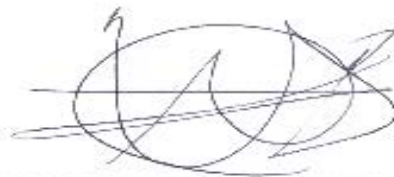
1 de junio de 2017

Pr. Wither S. Quispe Quispe.

Es un placer saludarlo y desearle abundantes bendiciones de parte de nuestro Dios.

Por medio de la presente hago constar que doy permiso para determinar la validez del contenido del instrumento de mi investigación denominado: **PRACTICAS RELIGIOSAS Y CALIDAD DEL ESTILO DE VIDA DE LOS JOVENES DE LA ZONA SUR ORIENTAL DE HONDURAS.**

Esperando éxitos en sus labores se despide de usted atentamente:



Pastor Luis Castellanos

AUTORIZACIÓN DEL ACMS PARA RECOLECCION DE
DATOS DEL INSTRUMENTO

Huancayo, 26 de agosto del 2018

Señor
Wither Suri Quispe Quispe

Es un placer saludarle

Por medio de la presente hago constar que la Misión Andina Central, está dando autorización para que obtenga información del ACMS específicamente del Distrito Misionero de Chilca, para que pueda utilizarlo en la investigación denominada: **ESPIRITUALIDAD Y ESTILO DE VIDA DEL DISTRITO MISIONERO HUANCAYO - CHILCA DE LA MISIÓN ANDINA CENTRAL, HUANCAYO 2017**

Esperando éxitos en sus labores y deseando que Dios le bendiga abundantemente me despido.

Atentamente,




Elard Cabrera Medina

PRESIDENTE