

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Estilo de vida y trastornos de personalidad en tiempos de
Pandemia COVID 19**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicóloga

Por:

Yvette Jharlin Leon Quispe
Micaela Debora Guzmán Calderon

Asesor:

Mtro. Elí Yanac Cierito

Lima, Diciembre del 2023

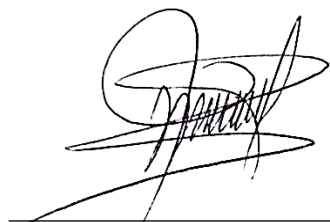
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Elí Yanac Cierto, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “Estilo de vida y trastornos de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19” de las autoras Yvette Jharlin León Quispe y Micaela Debora Guzmán Calderón tiene un índice de similitud de 14% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 28 días del mes de diciembre del año 2023.



Mtro. Elí Yanac Cierto

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

631

En Lima, Ñaña a los 20 días del mes de diciembre del año 2023 siendo las 14:30 se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión, bajo la dirección del (de la) presidente(a): presidente: Mtro. Cristian Edwin Adriano Rengifo, Secretario: Mtra. Sara Esther Richard Pérez, Vocal: Mtro. Julio Cesar Cjuno Suni, Asesor: Mtro. Elí Yánac Cierto con el propósito de administrarel acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y trastornosde personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19. De la (los) egresada (os): a) Bach. Yvette Jharlin Leon Quispe b) Bach. Micaela Debora Guzman conducente a la obtención de título profesional de Psicólogo.

El presidente inició el acto académico de sustentación invitando *a los candidatos* hacer uso del tiempo determinado para su exposición, concluida la exposición el presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por *las* candidatas. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato/ (a): Bach. Yvette Jharlin Leon Quispe

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	16	B	Bueno	Muy bueno

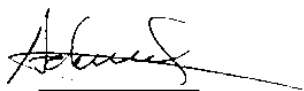
Candidato/(a): Bach. Micaela Debora Guzman

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	16	B	Bueno	Muy bueno

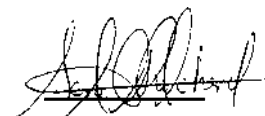
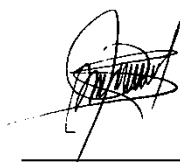
Candidato/(a):

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

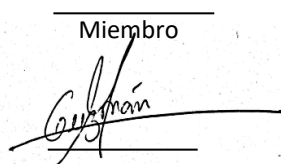
Finalmente, la presidente del jurado invitó a las candidatas para recibir la evaluación final y concluir el acto de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas



Presidente

Asesor



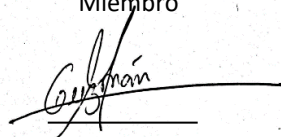
Miembro



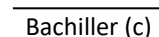
Miembro



Bachiller (a)



Bachiller (b)



Bachiller (c)

Dedicatoria

Dedicado a nuestros padres que nos incentivaron para seguir adelante
indesmayablemente

Agradecimientos

Agradecimiento a todas las personas que hicieron posible sumergirnos al mundo de
investigación...

A nuestros profesores por los conocimientos impartidos...

A nuestros padres por su incondicional sacrificio

de encaminarnos en el camino académico

y por su valiosa perseverancia

en animarnos a seguir adelante

en este gran desafío logrado...

Índice de Contenido

Dedicatoria	iv
Agradecimientos.....	v
Índice de Contenido.....	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
Introducción.....	10
Metodología.....	12
1. Diseño, tipo de investigación	12
2. Participantes.....	12
3. Instrumentos.....	12
3.1. Cuestionario 1	12
3.2. Cuestionario 2.....	13
4. Procedimiento y aspectos éticos	13
5. Análisis estadístico	14
Resultados.....	14
1. Resultados descriptivos.....	14
1.2. Análisis descriptivo de las variables.....	14
2. Resultados inferenciales.....	15
Discusión	16
Referencias	22
Cuestionario de hábitos de estilo de vida	30

Resumen

Objetivo

Determinar la relación del estilo de vida con el trastorno de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19.

Material y Métodos

Investigación de tipo cuantitativo, no experimental de diseño correlacional a fin de indagar en las relaciones entre ambas variables y sus componentes. Complementándose, el análisis correlacional de los factores sociodemográficos con el estilo de vida y los trastornos de personalidad. Además bajo el diseño de un corte transversal se indagó en la ocurrencia en el momento. Asimismo, focalizó una población >18 años, ciudadanos del Perú obteniendo 25 287 954; no entran menores de edad. El muestreo fue de tipo no probalístico por conveniencia, obteniendo 492 participantes. Como criterio de inclusión se tomó en cuenta los ciudadanos del Perú. Se procedió a excluir de la base de datos los ciudadanos que se constituyen menores de edad considerando que se tendría que pedir autorización a sus padres por la minoría de edad y a los extranjeros se utilizó el cuestionario de estilo de vida "ADELANTHE" de 41 ítems; y International Personality Disorders Examination (IPDE), de 59 ítems; ambos validados y confiables.

Resultados

El estilo de vida se relaciona en forma negativa y un nivel muy bajo (-,070**) pero no significativa (0,120) con los trastornos de personalidad. el estilo de vida se relaciona indirecta y significativamente con los tipos de trastorno de personalidad Disocial y Límite (Rho -,114; sig ,011); Histriónico (Rho -,123; sig ,006); Ansioso (Rho -,131; sig ,004) y Dependiente (Rho -,103; sig ,022). Sin embargo, con el tipo Paranoide, Esquizoide, Impulsivo, Anancástico no presenta relación significativa. Por lo tanto, se puede afirmar que existe relación significativa del estilo de vida con más de un tipo de trastorno de personalidad, en Ciudadanos Peruanos en tiempos de Pandemia COVID 19.

Conclusiones

El estudio evidencia que las alteraciones de personalidad en plena pandemia se dieron por otros factores entre ellos el contagio por COVID 19 existe más de un factor sociodemográfico que se relaciona significativamente con el estilo de vida y con el trastorno de personalidad. Asimismo, los ciudadanos que mantuvieron un buen estilo de vida presentaron menos rasgos de trastornos de personalidad en Tiempos de Pandemia en sentido contrario los que mantuvieron un estilo de vida deficiente presentaron rasgos disociales, límite, histriónico, ansioso y dependiente de trastorno de personalidad en forma significativa

Palabras clave: Estilo de vida, trastornos de personalidad, factores relacionados al COVID 19

Lifestyle and personality disorders in times of the COVID 19 Pandemic

Abstract

Objective

Determine the relationship of lifestyle with personality disorder in times of the COVID 19 Pandemic.

Material and methods

Quantitative research, not correlational experimental design to investigate the relationships between both variables and their components. Complementing the correlation analysis of sociodemographic factors with lifestyles and personality disorders. In addition, the design of a transversal court was investigated at the time. Likewise, focused on a population >18 years old, citizens of Peru obtaining 25,287,954; Older adults do not enter. The tournament was of a non-probalist type for convenience, obtaining 492 participants. As an inclusion criterion we look at the citizens of Peru. The database was excluded for minor citizens in adulthood considering that they tend to ask their parents for authorization for their minority and for foreigners the 41-item "ADELANTHE" lifestyle guide was used. ; and the International Personality Disorders Examination (IPDE), with 59 items; validated and reliable.

Results

Lifestyle is negatively related and at a very low level (-.070**) but not significant (0.120) with personality disorders. Lifestyle is indirectly and significantly related to the types of Dissocial and Borderline personality disorder (Rho -.114; sig .011); Histrionic (Rho -.123; sig .006); Anxious (Rho -.131; sig .004) and Dependent (Rho -.103; sig .022). However, with the Paranoid, Schizoid, Impulsive, Ananastic type there is no significant relationship. Therefore, it can be stated that there is a significant relationship between lifestyle and more than one type of personality disorder in Peruvian Citizens in times of the COVID 19 Pandemic.

Conclusions

The study shows that the personality alterations in the midst of the pandemic occurred due to other factors, including COVID 19 infection, there is more than one sociodemographic factor that is significantly related to lifestyle and personality disorder. Likewise, citizens who maintained a good lifestyle presented fewer features of personality disorders in Times of Pandemic; on the contrary, those who maintained a poor lifestyle presented dissocial, borderline, histrionic, anxious and dependent personality disorder features in the form of significant

Keywords: Lifestyle, personality disorders, factors related to COVID 19

Introducción

La Pandemia del COVID 19 ha impactado en el estilo de vida del mundo entero; además que ha sido causa de muchos trastornos de personalidad. Como lo destaca López (2020) en el diario El Heraldó: La Crisis Sanitaria del COVID 19 ha alterado muchos hábitos alimentarios y de actividad física; refiriendo que quedarse en casa a motivado al consumo de alcohol y productos poco saludable como pasteles y alimentos altos en calorías.

Junchaya (2021) hace referencia que: La COVID-19 ha provocado cambios socialmente que han afectado la salud mental que pueden derivarse de estos cambios, también es necesario examinar posibles variaciones con respecto a los comportamientos y estilos de vida. Por ello los medios informativos han señalado cambios dramáticos en el sueño, consumo de sustancias, actividad física y dieta, que pueden tener consecuencias posteriores para la salud mental (p. 2).

Asimismo, estudios científicos reportan que los trastornos de personalidad se han agudizado en esta Pandemia en los diferentes grupos etarios como resalta Palacio-Ortiz et al., (2020) que el confinamiento como son una adversidad psicosocial que ha repercutido en la estabilidad familiar agudizando problemas conductuales como: “trastorno por déficit de atención e hiperactividad, trastorno de ansiedad, trastorno obsesivo compulsivo y el trastorno por estrés postraumático entre otros” (p.4)

En dicho contexto, ¿En qué medida el estilo de vida ha implicado en los trastornos de personalidad durante la Pandemia COVID 19? Un aspecto que es importante indagar considerándose que: los trastornos de personalidad y el estilo de vida son dos variables que han sido alteradas de forma exorbitante en esta Pandemia como bien lo refiere Blanco et al., (2020) hace referencia que: “los trastornos de personalidad se encuentran entre las afecciones psiquiátricas más comúnmente experimentadas, comienzan en la adolescencia o en la edad adulta joven” (p. 3). También destaca: que el Manual de Diagnóstico y de los Trastornos Mentales en la 5ta edición divide los trastornos de personalidad en tres grupos en función de las similitudes clínicas: el grupo A donde focaliza a los trastornos: paranoide, esquizoide y esquizotípico; el grupo B que se ubican los trastornos: antisocial, límite, histriónico y narcisista), y finalmente el grupo C que lo componen los trastornos: evitativo, dependiente y obsesivo-compulsivo (Association American Psychiatric, 2014)

En complemento, Belloch et al.,(2008) destaca que en los trastornos de personalidad, el aspecto cultural juega un papel importante en el aspecto emocional y el comportamiento diario constituyéndose en desencadenante causando angustia. Dicho investigador, recomienda como abordaje inicial una terapia cognitivo conductual como primera línea en el tratamiento, una segunda acción el tratamiento farmacológico resaltando que no han sido aprobados medicamentos para dicho trastorno en específico, aunque los medicamentos que existen sólo tratan síntomas específicos; es decir utilizado como un complemento.

Por otro lado, los trastornos expresados en tiempos de Pandemia se contrastan con el impacto provocado por el confinamiento a raíz de la COVID-19; Dicha crisis sanitaria a parte de haber provocado la pérdida de muchas vidas, ha afectado el estilo de vivir. Cuyo aspecto ha puesto en peligro ri los avances en salud poniendo en riesgo

los objetivos globales de desarrollo sostenible (Chaib, 2020). Dicha realidad se refleja en la estadísticas que: “8.949 adolescentes y jóvenes de 13 a 29 años de diferentes países expresan; que hubo barreras para el acceso a alimentos saludables: el tener menos dinero para comprar (69%), y el temor a contraer el virus (34%)” (León & Arguello, 2020, p. 2) También, se produjo un aumento del consumo de bebidas azucaradas (35%), snacks y dulces (32%), y comida rápida y productos precocinados (29%); y disminución del consumo de frutas y verduras (33%) y agua (12%)” (León & Arguello, 2020, p. 3). Igualmente, “El 52% reportó que era menos activo físicamente en tiempos COVID. Y un 33% no practicaba ninguna actividad física, el 25% practicaba menos de una hora semanal, y 7% practicaba más de 6 horas semanales” (León & Arguello, 2020, p. 4)

Es evidente, que esta crisis sanitaria ha transformado el estilo de vida de la sociedad a nivel del mundo; La COVID-19 ha transformado los hábitos de la sociedad en todo aspecto de forma drástica en el ámbito laboral y social cuyo impacto se ha visto reflejado no sólo en salud física sino también la salud mental. Recio (2021) resalto que: “El teletrabajo y el confinamiento han incrementado el sedentarismo, uno de los principales riesgos de mortalidad” (p.21). Igualmente indicó que: El teletrabajo y no salir de casa también el miedo a salir de casa por el riesgo de contagiarse han hecho crecer notablemente el sedentarismo, lo que se ha traducido en un aumento significativo durante este último año de las consultas por dolores articulares y problemas musculares y de la solicitud de analgésicos (medicación para el dolor)”. A dicho aspecto se suma el cierre de los centros de gimnasios y de fitness que han contribuido a este mal sedentario al no poder ejercitarse Dicho informe se complementa con lo referido: Recio (2021, p.3)

Referente al Perú, el Programa de Naciones Unidad destacó: que la ONU y otros socios vienen trabajando en tres prioridades inmediatas: apoyar la respuesta de salud, incluida la adquisición y el suministro de productos de salud esenciales; bajo el liderazgo de la OMS, fortalecer el manejo y la respuesta a la crisis y abordar los impactos sociales y económicos críticos” (Programa de Naciones Unidad –PNUD, 2021).

En dicho contexto, el objetivo del presente estudio fue determinar la relación del estilo de vida con el trastorno de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19. Por lo tanto, se formuló algunos objetivos específicos como: identificar el nivel de estilo de vida y de cada uno de sus componentes, y los Índice de rasgos en los tipos de Trastorno de Personalidad presente en tiempos de Pandemia COVID 19. Del mismo modo, se indagó la relación de los datos sociodemográficos, con el estilo de vida y con el trastorno de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19. Cuya formulación llevó a obtener resultados que pusieron en evidencia la relevancia teórica del estudio al verificar el estilo de vivir y su implicancia en los rasgos de los tipos de trastornos de personalidad en ciudadanos peruanos en tiempos de Pandemia; un aspecto que amplió el conocimiento científico que permitirá tomar decisiones clínicas de diagnóstico e intervención muchos más certera con respecto a los trastornos de personalidad. Asimismo, los datos obtenidos permitirán que a nivel institucional: el MINSA, Hospitales Mentales y profesionales de salud mental puedan tomar estos datos como referencia para plantear nuevas directrices, políticas preventivas y de recuperación. Además, el estudio consolida una relevancia social en que los individuos tomen conciencia de una realidad reportada y evidenciada que permitan generar cambios para un nuevo estilo de vida saludable evitando ser presa de un trastorno de personalidad.

Metodología

1. Diseño, tipo de investigación

La presente investigación es de tipo cuantitativo, no experimental de diseño correlacional a fin de indagar en las relaciones entre ambas variables y sus componentes. Complementándose, el análisis correlacional de los factores sociodemográficos con el estilo de vida y los trastornos de personalidad de los ciudadanos del Perú. Además bajo el diseño de un corte trasversal se indagó en la ocurrencia en el momento (Hernández Sampieri et al., 2018).

2. Participantes

En el presente trabajo de investigación se focalizó a la población a mayores a 18 años que son ciudadanos del Perú aproximadamente 25 287 954; considerando, que, en los menores de edad, su estilo de vida está sujeto a sus padres o tutores; además que los adolescentes están en cambio de su personalidad. La cifra fue obtenida del Jurado Nacional de elecciones que es la fuente más actualizada en función a las votaciones ocurridos en el 2021 (Central de Operaciones del Proceso Electoral -COPE, 2021).

Asimismo, se eligió el tipo de muestreo de tipo no probalístico por conveniencia, obteniendo 492 participantes. Como criterio de inclusión se tomó en cuenta los ciudadanos del Perú. Se procedió a excluir de la base de datos los ciudadanos que se constituyen menores de edad considerando que se tendría que pedir autorización a sus padres por la minoría de edad y a los extranjeros.

3. Instrumentos

3.1. Cuestionario 1

Por otro lado, en cuanto a la recolección de los datos se usó el cuestionario ADELANTHE (Moreno Garcés et al., 2022) de 40 items; cuyo instrumento está fundamentado en los 08 principios de salud promocionado por la iglesia Adventista del Séptimo Día. El instrumento consta de nueve componentes: Agua ingesta p1; Descanso p2, p3, p4; Ejercicio p5, p6, p7; Luz solar exposición p8, p9; Aire consumo p10, p11; Temperancia p12, p13, p14, p15; Nutrición p16, p17, p18, p19, p20, p21, p22, p23, p24, p25, p26, p27; Heath mental p28, p29, p30, p31, p32, p33, p34 Espiritualidad p35, p36, p37, p38, p39, p40, p41. (ADELANTHE); Cabe resaltar, que el autor incluyó el factor de salud mental, con una valoración de escala ordinal en modelo Likert de nunca (1), algunas veces (2), regularmente (3), frecuentemente (4), Siempre (5).

La Baremación o categorías de respuesta para el constructo de Estilo de Vida se focaliza en: 89-107 Estilo de vida critico; 108-125 Estilo de vida deficiente; 126-144 Estilo de vida en riesgo; 145-162 Estilo de vida aceptable; 163-181 Estilo de vida saludable.

La validez y alta confiabilidad en su consistencia interna de dicho instrumento a permitido ser útil en diferentes contextos y países de Sudamérica lo cual le da el respaldo para su aplicación en todo el Perú. Se corroboró su validez con un KMO 0,69 y una sig. $0,00 < 0,05$ y una confiabilidad mediante alfa de Crombach de 0,63.

3.2. Cuestionario 2

Por otro lado, para medir la variable trastornos de personalidad se usó el nuevo instrumento, el International Personality Disorders Examination (IPDE) (López-Ibor Aliño et al., 1996), que se desarrolló a partir del Personality Disorders Examination (PDE), el cual fue modificado e internacionalizado adaptándolo a la CIE-10 y al DSM-IV. La versión actual del IPDE se ha realizado en dos módulos, uno para los criterios de los trastornos de la personalidad CIE-10 y el otro para el DSM-IV.

El IPDE ha sido probado en un importante trabajo de campo realizado en 14 centros de 11 países de Norteamérica, Europa, África y Asia. Los resultados de los trabajos de campo mostraron buena aceptación del instrumento, alta fiabilidad entre entrevistadores y una estabilidad satisfactoria a lo largo del tiempo, de los criterios y diagnósticos evaluados con el instrumento. Hasta ahora el IPDE ha sido traducido a 12 idiomas y usado en diversos estudios sobre los trastornos de la personalidad en varios países del mundo además del Español (López et al., 1996)

El instrumento consta de 59 ítems de valoración dicotómica V y F el resumen de la puntuación del cuestionario de evaluación se detalla de la siguiente manera: 1. Poner un círculo en los ítems **que no estén seguidos de F**, si la respuesta es Verdadero. 2. Poner un círculo en el resto de los ítems (seguidos de F), si la respuesta es Falso. **3. Si tres o más ítems de un trastorno han sido señalados con un círculo**, la evaluación del sujeto para ese trastorno ha resultado positiva.

La estructura del Instrumento tiene la siguiente estructura: F60.0 Paranoide (Items:2 **14F** 22 24 27 36 52); F60.1 Esquizoide (Items:**IF** 8 12 21 31 46 55 **57F** 58); F60.2 Disocial (Items: **IIF 18F** 20 29 **38F** 47 51); F60.30 Impulsivo (Items: 19 30 37 53 56); F60.31 Límite (Items: 4 9 13 **25F** 40); F60.4 Histriónico (Items: 5 17 26 28 **35F** 44); F60.5 Anancástico (Items: **3F** 10 23 32 41 48 54 59); F60.6 Ansioso (Items:7 16 34 39 43 50);F60.7 Dependiente (Items: 6 15 33 42 45 49).

En cuanto a la validez se confirmó para Perú arrojando un KMO de 0,638 y una sig. De $0,000 < 0,05$ y una consistencia interna de confiabilidad bajo el alfa de Crombach de 0,760.

4. Procedimiento y aspectos éticos

Por otro lado, en cuanto al levantamiento de la data se realizó de forma virtual a través del Google Forms a diferentes ciudadanos del País después de haber recibido la autorización de la Facultad de Ciencias de la Salud para Aplicar la Data el cual se realizó desde 2/1/2022 al 3/13/2022, siendo motivados al llenado mediante un sorteo en línea. Finalmente, se resalta que se tomó en cuenta los aspectos éticos gestionándose una hoja referencial de consentimiento informado explicándose los propósitos y detalles de la investigación que fue adjunto a los cuestionarios quedando en libertad voluntaria la participación en el estudio de estilo y trastornos de

personalidad resaltando la confiabilidad y el manejo responsable de los datos acordes a las leyes del Perú y normatividad internacional

5. Análisis estadístico

Se tabuló los datos en un archivo de Excell; seguido por una limpieza de la data y su gestión respectiva como sumatorias respectivas. De la misma forma, se procederá a vaciar los datos en un archivo de SPSS versión 22 a efectos de proceder a su limpieza y calibración de datos para luego proceder a realizar el análisis. El análisis primario acorde al planteamiento se procedió a gestionar con estadísticos de tablas de frecuencias a fin de verificar los niveles en que presentan las variables y dimensiones de ambas. Por otro lado, se procedió a realizar el análisis inferencial previo análisis de la distribución de los datos mediante el estadístico de prueba de normalidad en caso los datos se focalicen con una distribución e datos no paramétricos se procederá al uso del estadístico de correlación Tau-b-Kendall considerando la escala de valoración ordinal (Morales & Rodríguez, 2016).

Resultados

1. Resultados descriptivos

1.2. Análisis descriptivo de las variables

En la Tabla 1, se describe el nivel de estilo de vida y Trastorno de Personalidad: un 67,5% en niveles deficiente a crítico y tan sólo un 1,2% mantiene un estilo de vida saludable. Por otro lado, en cuanto a los rasgos de trastorno de personalidad la mayoría un 98,2% presenta rasgo de algún tipo de trastorno de personalidad y tan sólo 1,8% no presenta rasgos de ningún tipo de trastornos de personalidad. Cabe resaltar que un 9,8% presente entre 1 a 3 tipos de rasgos de trastornos de personalidad; un 40,9% entre 4 a 6 tipos y 47,6% evidencia rasgos de trastornos entre 7 a 9 tipos.

Tabla 1.

Nivel de Estilo de Vida y Trastorno de Personalidad

	N	%
Estilo de vida	Estilo de vida crítico	4,1
	Estilo de vida deficiente	63,4
	Estilo de vida en riesgo	27,8
	Estilo de vida aceptable	3,5
	Estilo de vida saludable	1,2
	Total	100,0
Trastornos de personalidad	No sufre de trastornos	1,8
	Sufre entre 1 a 3 trastornos	9,8

Sufre entre 4 a 6 trastornos	201	40,9
Sufre entre 7 a 9 trastornos	234	47,6
Total	492	100,0

En la tabla 2 se describe los detalles con respecto a los rasgos de los trastornos de personalidad se destaca: que el 88,4% presenta rasgos de trastorno personalidad de tipo esquizoide y un 89,4% en tipo anancástico y así como, 75,8% refiere ser tipo paranoide, además de un 60,6% como ansioso. Por otro lado, un 62,8% presenta rasgos para dependiente; igual como el 58,1% que indica rasgos para el tipo histriónico. Por otro lado, un 46,5% se presenta rasgos de trastorno de tipo impulsivo; Asimismo, se evidencia con rasgos de trastorno Límite en un 53% y 72,2% como Disocial.

Tabla 2

Índice de rasgos en los tipos de Trastorno de Personalidad

	No padece		Si padece	
	n	%	n	%
Paranoide	119	24,2	373	75,8
Ezquizoide	57	11,6	435	88,4
Disocial	137	27,8	355	72,2
Impulsivo	263	53,5	229	46,5
Limite	231	47,0	261	53,0
Histriónico	206	41,9	286	58,1
Anancástico	52	10,6	440	89,4
Ansioso	194	39,4	298	60,6
Dependiente	183	37,2	309	62,8

2. Resultados inferenciales

En la Tabla 4 se puede observar que: El estilo de vida no guarda relación (-,070**) significativa (0,120) con los trastornos de personalidad de los ciudadanos peruanos encuestados en tiempos de pandemia. Dicho de otro modo, El estilo de vida de los ciudadanos peruanos encuestados en tiempos de pandemia COVID 19 no está implicando de forma significativa en los trastornos de personalidad presentado.

Tabla 4.

Relación significativa del estilo de vida con los trastornos de personalidad de Ciudadanos Peruanos en tiempos de Pandemia COVID 19.

Trastornos de Personalidad		
	Rho de Spearman	Sig. (bilateral)
Estilo de vida	-,070	,120

En la tabla 5 se puede observar que: el estilo de vida se relaciona indirecta y significativamente con los tipos de trastorno de personalidad Disocial y Límite (Rho -,114; sig ,011); Histriónico (Rho -,123; sig ,006); Ansioso (Rho -,131; sig ,004) y Dependiente (Rho -,103; sig ,022). Sin embargo, con el tipo Paranoide, Esquizoide, Impulsivo, Anancástico no presenta relación significativa. Por lo tanto, se puede afirmar que existe relación significativa del estilo de vida con más de un tipo de trastorno de personalidad, en Ciudadanos Peruanos en tiempos de Pandemia COVID 19. Dicho de otro modo, los ciudadanos que mantuvieron un buen estilo de vida presentaron menos rasgos de trastornos de personalidad en Tiempos de Pandemia en sentido contrario los que mantuvieron un estilo de vida deficiente presentaron rasgos disociales, límite, histriónico, ansioso y dependiente de trastorno de personalidad en forma significativa.

Tabla 5.

Relación significativa del estilo de vida con los tipos de trastorno de personalidad, en Ciudadanos Peruanos en tiempos de Pandemia COVID 19.

Estilo de vida		
	Rho de Spearman	Sig. (bilateral)
Paranoide	,000	,998
Esquizoide	,015	,741
Disocial	-,114	,011
Impulsivo	-,024	,602
Límite	-,114*	,011
Histriónico	-,123**	,006
Anancástico	-,054	,231
Ansioso	-,131**	,004
Dependiente	-,103	,022

Discusión

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación del estilo de vida con el trastorno de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19. Cuyo resultado del estudio evidencio que: El estilo de vida no se relaciona significativamente con los trastornos de personalidad. Un aspecto que conlleva a afirmar el estilo de vida de los ciudadanos encuestados en tiempos de pandemia COVID 19 no está implicando de

forma significativa en los trastornos de personalidad presentado. Es decir, el estilo de vida desarrollado por los ciudadanos peruanos en tiempos de pandemia es indistinto a los rasgos de trastornos de personalidad que ellos presentaron.

Los resultados del presente estudio contrastan con lo delineado en una revisión sistemática en el cual se evidencia que la mitad de los artículos sobre Trastorno Obsesivo Compulsivo -TOC analizados: refiere que dichos pacientes no han sido afectados por la COVID-19 e incluso que han mejorado sobre todo la mayoría de los pacientes de TOC en tratamiento residencial no han experimentado un empeoramiento de los síntomas a pesar del contexto de la pandemia (Imbali & Romero, 2021). Dicho análisis obliga al mundo científico en seguir indagando el comportamiento de los individuos en la COVID 19 que rebaso cualquier cimiento predecible. Los trastornos de personalidad así como del estilo de vida en tiempos de Pandemia se presentaron de forma no esperada. Dos investigadores resaltan, estadísticas del Banco Mundial quienes enfatizaron que los riesgos que corren los individuos en tiempos de COVID 19 se incrementan por las dietas poco saludables agravando las afecciones preexistentes (Ali & Van , 2020).

En complemento, un informe realizado en España sobre las Consecuencias Psicológicas de la COVID 19 y el Confinamiento corrobora en gran medida los resultados obtenidos en la presente investigación en cuanto a trastornos de personalidad como a estilo de vida: El confinamiento en el hogar que tuvo serias repercusiones en el bienestar físico y psicológico de los individuos. Además, que la actividad económica se vio paralizada, la clausura habitual de las actividades de las instituciones educativas y peor aún el confinamiento de toda la población durante meses puso una situación extraordinaria y con múltiples estímulos generadores de estrés. El informe también resalta que: la interrupción de hábitos durante el confinamiento y la instauración de otros poco saludables (p.ej. malos hábitos alimenticios, patrones de sueño irregulares, sedentarismo y mayor uso de las pantallas) pueden derivar en problemas físicos (Lasa et al., 2020).

Asimismo, algunos estudios acreditaron el impacto psicológico que produce una situación de emergencia produciendo altos índices de estrés que puede desencadenarse en trastornos de personalidad manifestados en tiempo de COVID 19 como: el miedo a ser infectado por el virus y sus repercusiones, el sentirse frustrado y aburrido de tener las posibilidades de cubrir las necesidades básicas libremente así como no tener una información clara y conformándonos con pautas de actuación poco precisas, sumándose el estigma y rechazo social por posible infección o expuestos a la enfermedad; como desenlace de posibles alteraciones (Brooks et al., 2020). Otro investigador agrega que la presencia de desequilibrios en salud mental previos o problemas económicos también repercute en conductas desequilibradas (Wang et al., 2020).

Asimismo, es resaltante que el factor salud mental que se verifica en detalle con cada tipo de trastorno presentándose una relación indirecta baja y significativamente con el tipo Paranoide, Disocial, Límite, Histriónico, Anancástico, Ansioso, y Dependiente; Siendo el factor salud mental el componente que más implicancia tuvo en este tiempo de crisis para desencadenar o ponerse e manifiesto los diversos tipo de trastorno en un nivel bajo pero presente. La salud mental fue un aspecto crítico en la etapa del COVID 19 un aspecto que tuvo consecuencias críticas en los aspectos sociales, familiares, laborales y personales. (Robles, 2021).

Por otro lado, cabe revelar que la mayoría de encuestados ha presentado entre uno u otro trastorno de personalidad presentándose que un 88,4% presenta rasgos de trastorno personalidad de tipo esquizoide es decir sentir que han perdido el sentido de alegría y disfrute de la vida; enfadándose por todo; manteniéndose frío y distante a la vez que prefirieron las actividades que pueden hacer por mí mismo; sin importarles lo que la mayoría de la gente piensen aunque los consideren una persona extraña. Los lectores del presente artículo fueron testigos de dichas características con los individuos en el tiempo de la crisis sanitaria como se expresan los encuestados que estaban más interesados en sus pensamientos que en lo que pasaba fuera y peor aún el “olor amenazante de la muerte” consideraban que la amistad y los amigos no eran tan vital como poder sobrevivir; las críticas y la alabanza hacia su destacada individualidad no era para nada relevante. Como lo confirma Román et al., (2018) que: “el Trastorno Esquizotípico de la Personalidad, se manifiesta generalmente como un patrón general de déficit social e interpersonal, acompañado de comportamiento excéntrico, una capacidad reducida para las relaciones personales, así como por distorsiones cognoscitivas, incomprensibles psicológicamente”. Un aspecto que podría haberse manifestado debido al confinamiento.

De la misma forma, el estudio reflejo un 89,4% en el trastorno anancástico o más conocido como trastorno obsesivo compulsivo cuyas características se manifiestan en ser muy minucioso con los pequeños detalles y ser muy precavido y pasar demasiado tiempo tratando de hacer las cosas perfectamente: dichos caracteres fueron aspectos que se dieron en forma evidente en el tiempo del COVID 19 (Vaquero et al., 2021). Fue evidente, para aquellos que vivieron dicha pandemia que al agudizarse la mortalidad en la 1era Ola, 2da y que aun 3era Ola y en cuyo confinamiento, cuidar cualquier detalle que no contenga el virus era un deber. Otra característica que corrobora dicho comportamiento fue que los encuestados tenían una actitud al cumplimiento estricto a las normas y reglas siendo considerados que son demasiado inflexible o formal. Cuyo aspecto se refleja en la dificultad de acostumbrarse a hacer cosas nuevas y tratando que la gente haga las cosas a su manera. Realmente estas últimas conductas eran muy notorias en la etapa de confinamiento y duraron después del confinamiento en lo que resta del 2020 y del año 2021 (Imbali & Romero, 2021).

Dichos autores plasman de manera detallada en un estudio de revisión sistemática realizado en la pandemia sobre “la influencia de la COVID-19 en la exacerbación e incidencia de los síntomas de Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC)” o también llamado Anancástico a partir de 23 artículos de investigación en el que; algunos trabajos indican que la COVID-19 ha impactado negativamente en la sintomatología de TOC y que los pacientes Anancástico se han visto influenciados por el virus como lo refrendan estudios que la pandemia incrementó las dimensiones y la gravedad de los síntomas de pacientes de TOC (Imbali & Romero, 2021)

De la misma forma, el presente estudio revela que el 75,8% de los encuestados manifiestan rasgos de tipo paranoide en tiempos de pandemia: tener una reacción inmediata cuando alguien les ofende; Asimismo, piensan que todo el mundo les ofende y que no son justo con ellos además consideran que la gente se ríe a sus espaldas. En ese contexto, ellos también están “convencidos” que existe una conspiración tras muchas cosas que pasan en el mundo sienten estar; y por ende no desescatiman luchar por sus derechos, aunque ello moleste a la gente que les rodea y en el plano amoroso viven creyendo que su cónyuge o pareja le puede ser infiel (Zimmerman, 2021). El presente estudio ha revelado que dichas características han

estado presentes en casi todos los encuestados en tiempos de pandemia un aspecto que puede haber agudizado negativamente los recursos psicoemocionales en este tiempo de crisis aspectos que reflejan en los descriptivos de salud mental del presente estudio; considerándose que 67% eran adultos mayores de 25 años sin dejar de lado al 16,5% son jóvenes entre 21 a 24 años; un aspecto que se corroboró en un reportaje del diario el País de España en que enfatizan que los Delirios y psicosis, como manifestaciones de los trastornos neurológicos que se presentaron como efectos del coronavirus en el cerebro están más relacionados con la respuesta del cuerpo humano que con la entrada del virus en el organismo (Criado, 2020)

Igualmente, el presente estudio arrojó que el 72,2% presentaba rasgos de trastorno Disocial en tiempos de Pandemia; considerándose el contexto de un medio social alterado, saliendo de un confinamiento de más de 60 días y la crisis propia de la COVID 19, el presente grupo de individuos les fue difícil adaptarse a la nueva realidad.

Del mismo modo, Igualmente, el rasgo de trastorno dependiente que se observó en un 62,8% de los encuestados las siguientes características en tiempos de pandemia: dejaron que muchos tomen decisiones importantes por ellos, además, que no fue fácil discrepar: situaciones propias del confinamiento y de la crisis sanitaria considerándose que la amenaza del virus con la muerte solo dependíamos de las autoridades o de nuestros jefes de hogar o profesionales que decidían por nosotros. Dichos aspectos los sacian sentir incómodos y desvalido peor aún si estaban en soledad y tener que cuidar de sí mismo con una amenaza de muerte que rondaba a sus puertas; solamente les quedaba esperar sin pedir favores y solamente preguntar sobre el desenlace de lo que estaba ocurriendo.

Es resaltante, aunque con un índice más bajo de un 60,6% presentan rasgos de trastorno ansioso: mostrándose tenso o nervioso, además de sentirse molesto y de no querer relacionarse con los demás considerando muchas cosas como peligrosas. Aunque se hayan presentado otras características con más altos niveles que la ansiedad sin embargo es relevante resaltar frente a dicha coyuntura de incertidumbre.

En un nivel más bajo, pero no menos importante fue que el 58,1% que indicó rasgos para el tipo de trastorno histriónico en tiempos de la pandemia de la COVID 19, mostrando sus sentimientos a todo el mundo; claro está, sentimientos de dolor, pena y preocupación; mientras que casi la mitad se retrajeron y no lo hicieron; por otro lado, eran fácil que se sean influido por lo que los rodeaba cambiando su sentir constantemente; evidentemente dichos caracteres se agudizaron con la pandemia. Otros aspectos como el gustar vestirse para destacar entre la gente y ser el centro de atención además de ir flirteando en el medio social para algunos se agudizaron como una forma de escapar a la realidad mientras que otras estas características pasaron a un segundo plano.

El tipo de trastorno Límite se manifestó en el 53% de encuestados en el tiempo de la crisis sanitaria; observándose en las siguientes características: el no sentir una crisis en su identidad el no poder decidir qué tipo de persona quiere ser; teniendo pensamientos de autolesión y amenaza de muerte y suicidio reflejando un gran "vacío" por dentro. En contraste manifiestan rasgos exigentes de que es necesario que la gente no le abandone teniendo como consecuencia que meterse en relaciones muy intensas, pero poco duraderas

Por otro lado, con un porcentaje menor entre todos los demás trastornos aunque no menos importante, el 46,5% se presenta rasgos de trastorno de tipo impulsivo en tiempo de la crisis sanitaria del COVID 19 reflejándose; que no mantienen un plan si no obtienen resultados inmediatamente, arriesgándose a realizar cosas temerarias; expresándose como muy emocional y caprichosos teniendo como consecuencia discutir y pelear con la gente cuando tratan de impedir que hagan lo que quieran y muchas veces terminando enfadado, rompiendo o tirando cosas; estudios han evidenciado diversos trastornos en tiempos de pandemia (Chacón et al., 2021).

Algunos autores corroboran que los trastornos de personalidad son muy comunes más de lo que se imagina como lo referido por Linares, (2007) delinea que: La personalidad lo define la experiencia relacional entre lo pasado y presente y contextualizada en un substrato biológico y un marco cultural donde se construye una identidad cuyas bases son la familia de origen sumados a la cual se suman la conyugalidad y la parentalidad, que pueden conllevar a tres aspectos disfuncionales: las triangulaciones, las depravaciones y las caotizaciones, en las cual se asientan las bases los diversos trastornos de personalidad.

Cabe resaltar que, el estudio brinda un aporte significativo: en que el estilo de vida fue una factor que tuvo una insidencia indirecta muy significativa sobre los trastornos de personalidad; específicamente en los de tipo Disocial y Límite; aspectos que han sido evidentes en tiempos de pandemia bajo las siguientes características: haber actuado en forma egoísta, mostrándose insensibles a los sentimientos de los demás; con actitud para acosar, o en algunas ocasiones llegando al extremo de causar daños a la propiedad, mentir o robar sin sentirse culpables, aspecto que en la pandemia han sido evidente. Algunos autores han corroborado dicho comportamiento Disocial en Pandemia (Dávalos, 2021).

Igualmente, los encuestados dan muestra de un comportamiento limite como el trastorno límite de la personalidad afectando gravemente la capacidad para controlar sus emociones. Esta pérdida de control emocional aumento la impulsividad, y afecto en cómo se sienten sobre ellos mismos un aspecto que repercutió negativamente en sus relaciones con los demás. El presente estudio testifica que el estilo de vida a implicado en alguna medida en dichos trastornos de personalidad presentados; aspectos corroborados por estudios sobre la vulnerabilidad de las emociones en tiempos de pandemia (Ceberio, 2021).

De la misma forma, los resultados del presente estudio evidencian una relación significativa en sentido indirecto en un nivel bajo con el comportamiento Histriónico, así también el trastorno Ansioso y con el trastorno Dependiente de forma indirecta y significativa. Este último reveló el crítico comportamiento en la pandemia en el cual los individuos dependíamos demasiado en las decisiones de nuestros líderes y autoridades, así como el representante principal de la para satisfacer sus necesidades emocionales y físicas (Robles, 2021). En dicho contexto se puede afirmar que existió una relación significativa del estilo de vida con más de un tipo de trastorno de personalidad, en Ciudadanos Peruanos en tiempos de Pandemia COVID 19.

Finalmente, se puede resaltar que el estudio aporta datos significativos en la importancia que tiene el estilo de vida en la incidencia de los trastornos de personalidad: Los ciudadanos que mantuvieron un buen estilo de vida presentaron menos rasgos de trastornos de personalidad en Tiempos de Pandemia en sentido contrario los que mantuvieron un estilo de vida deficiente presentaron rasgos

disociales, límite, histriónico, ansioso y dependiente de trastorno de personalidad en forma significativa. Los ciudadanos encuestados en tiempos de pandemia evidenciaron la presencia de varios tipos de trastorno: Un poco más de la mitad 54,2% sufrió entre 7 a 9 trastornos y un 38,5% sufrió entre 4 a 6 trastornos; y 3,3% sufrió entre 1 a 3 trastornos de personalidad y tan solamente 21 encuestados no sufren de ningún trastorno. Abriéndose una gran interrogante ¿En qué medida puede perjudicar psicoemocionalmente y agudizar el estado de salud en una próxima pandemia con ciudadanos con alternaciones de trastorno de personalidad? Plasmándose algunos retos para una próxima pandemia (Rodríguez, 2020)

Limitaciones

Una de las limitaciones del proceso investigativo fue el levantamiento en el tiempo de pandemia y la actitud de los participantes saliendo de una crisis y ahora manifestar sus apreciaciones al respecto fue un proceso muy delicado.

Conclusiones

El propósito de la investigación fue hallar en primera instancia en qué medida se relacionaba el estilo de vida con el trastorno de personalidad en tiempos de Pandemia COVID 19. Cuyo resultado del estudio evidencio que: El estilo de vida como constructo se relacionaba de forma muy baja y no significativa con el trastorno de personalidad de los ciudadanos peruanos encuestados en tiempos de pandemia. Un aspecto que revela una realidad de la cual se fue testigo que: la amenaza de la COVID 19 fue tan vertiginosa y agresiva que rebasaba cualquier patrón social establecido sea estilo de vida o cualquier otro aspecto que podría controlar la amenaza mortal de dicho virus. Sin embargo, el presente estudio detalla las interacciones de otros factores que podrían haber verificado una implicancia significativa sobre el estilo de vida y sobre el trastorno de personalidad.

Finalmente, el estudio también puso en evidencia el deficiente estilo de vivir que mantenían los individuos cuando estallo la COVID 19; deshidratación, oxigenación y exposición solar adecuada; sumada la falta de ejercicio físico, un descanso y alimentación inadecuada, una temperancia alterada y sobre todo una salud mental y espiritual con pocos recursos para afrontar una crisis tan mortal como la que vivimos. Igualmente, el estudio refleja la alteración de la personalidad en este tiempo de pandemia desencadenando diversos tipos de trastornos y muchos de ellos relacionados de forma específica a factores del estilo de vida de forma significativa. Peor aún el estudio reveló la caótica cifra que la mayoría presentaba entre uno u otro trastorno y más de la mitad de encuestados más de cuatro trastornos de personalidad.

El aporte del presente estudio es fundamental en que nos revela una realidad que nadie haya querido haber vivido; sin embargo, los datos nos deberían sensibilizar y concientizar en la responsabilidad de mantener un buen estilo de vivir y cuidando los aspectos familiares de crianza básico que de alguna manera repercuten en momentos de crisis y amenaza mortal como lo fue la Pandemia de la COVID 19. Asimismo, es revelador que los ciudadanos mantenían ciertos rasgos de trastorno de personalidad agudizado producto de la pandemia un aspecto que los líderes de salud mental deberían de tomar en cuenta a fin de plasmar planes de mitigación de riesgo y programas preventivos en salud mental a la población considerándose que muchas de las consecuencias son de por vida y que el recurso psicoemocional para afrontar

una crisis sanitaria es muy débil; mucho más aun cuando una próxima pandemia amenaza en cualquier momento.

Declaración de financiamiento y de conflicto de interés:

Los autores deben declarar lo siguientes "los autores declaran que no hay conflictos de intereses potenciales".

Referencias

- Ali Pate, M., & Van Nieuwkoop, M. (2020). *Cómo la nutrición puede proteger la salud de las personas durante la Covid-19 (coronavirus)*. Banco Mundial Blog.
<https://blogs.worldbank.org/es/voices/como-la-nutricion-puede-protector-la-salud-de-las-personas-durante-la-covid-19-coronavirus>
- Association American Psychiatric. (2014). *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (E. M. Panamericana (ed.); 5ta ed.).
- Belloch, A., Sandín, B., & Ramos, F. (2008). *Manual de Psicopatología - volumen 1* (S. Cristina (ed.); 2da ed.). McGraw Hill/Interamericana de España, S.A.U. <https://serproductivo.org/wp-content/uploads/2017/04/Manual-de-psicopatología.-Volumen-I.pdf>
- Blanco Artola, C., Gómez Solorzano, N., & Orozco Matamoros, D. (2020). Actualización de los trastornos de personalidad. *Revista Medica Sinergia*, 5(4), 1–5.
<https://doi.org/10.31434/rms.v5i4.437>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/doi:10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/doi:10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Ceberio, M. (2021). Contexto y vulnerabilidad en la crisis del covid-19: emociones y situaciones del durante e interrogantes acerca del después. *Ajayu Órgano de Difusión Científica Del Departamento de Psicología UC BSP*, 19(1), 90–126.
http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v19n1/v19n1_a04.pdf
- Central de Operaciones del Proceso Electoral -COPE. (2021). *Padron Elec toral*.

- <https://infogob.jne.gob.pe/General/ObtenerArchivo?fileURL=5vERTxnRCqcnMuGgxRTDp5a2FwvvqjH3nuKv2yvF80Q=Ex&tk=8@6xD6hk7wg=66#:~:text=El Jurado Nacional de Elecciones%2C en uso de sus facultades,nacional como en el extranjero.>
- Chacón, E. D., Lara, M. F., Xatruch, D. la C. D., & Muñoz, J. G. (2021). *Salud mental en pacientes portadores de un trastorno psiquiátrico en tiempos de pandemia por covid-19*. 35(1), 10–22.
- Chaib, F. (2020, May 13). OMS: Las personas viven más tiempo y en mejor estado de salud, pero la COVID-19 puede «tirar por la borda» los avances logrados. *Organización Mundial de La Salud-OMS*. <https://www.who.int/es/news/item/13-05-2020-people-living-longer-and-healthier-lives-but-covid-19-threatens-to-throw-progress-off-track>
- Criado, Mi. Á. (2020, July 7). Delirios y psicosis, entre los efectos del coronavirus en el cerebro. *El País*. <https://elpais.com/ciencia/2020-07-07/delirios-y-psicosis-entre-los-efectos-del-coronavirus-en-el-cerebro.html>
- Dávalos, U. M. A. (2021). Funcionamiento familiar y riesgo de conducta disocial en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa privada del Cusco, 2021 [Cesar Vallejos]. In *Efectividad del ejercicio terapéutico en el Síndrome de Fatiga Crónica: Revisión sistemática*. <http://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a08.pdf>. 2009 abr-jun; 13(2).
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. (S. A. D. C. V. McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES (ed.); 6ta edición). McGraw-Hill Education. <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbmxbj250YWR1cmlhcHVibGljYTk5MDUxMHxneDo0NmMxMTY0NzkxNzliZmYw>
- Imbali, V. D., & Romero, L. C. (2021). Trastorno Obsesivo-Compulsivo en tiempos de la COVID-19: una revisión sistemática. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 14(2), 145–155. <https://doi.org/10.24310/espiescpsi.v14i2.13594>
- Junchaya Yllescas, V. A. (2021). Estilo de vida saludable en tiempos de pandemia. *Visionarios En Ciencia y Tecnología*, 44–65. <https://doi.org/10.47186/visct.vi0.74>
- Lasa, Balluerka, N., Gómez Benito, J., Hidalgo Montesinos, D., Gorostiaga Manterola, A., Espada Sanchez, J. P., Padilla Garcia, J. L., & Santed German, M. A. (2020). *Las Consecuencias*

- Psicológicas de la COVID 19 y el Confinamiento* (UPV/EHU argitaletxea@ehu.eus (ed.)).
Universidad del País Vasco.
- León, K., & Arguello, J. P. (2020). *Nutrición y actividad física de adolescentes y jóvenes*. United Nations International Children's Emergency Fund. -UNICEF.
<https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes>
- Linares, J. L. (2007). La personalidad y sus trastornos desde una perspectiva sistémica. *Clínica y Salud*, 18(3), 381–399. <https://doi.org/1135-0806>
- López-Ibor Aliño, J. ., Pérez Urdáriz, A., & Rubio Larrosa, V. (1996). “*International Personality Disorder Examination (IPDE)- IC~JO module*.” Cambridge University Press en nombre de la OMS. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/41913/1/9788487548307_Modulo-CIE-10_spa.pdf
- López, N. (2020). *¿Cómo afecta la Covid a nuestros hábitos de alimentación y deporte?* Heraldo Salud. <https://www.heraldo.es/noticias/salud/2020/11/28/como-afecta-la-covid-a-nuestros-habitos-de-alimentacion-y-deporte-1407404.html>
- Morales, P., & Rodríguez, L. (2016). Aplicación de los Coeficientes: Correlación de Kendall y Spearman. *Univeridad de California*.
<http://www.postgradovipi.50webs.com/archivos/agrollania/2016/agro8.pdf>
- Moreno Garcés, M., Huapaya Flores, G., Manchay Sembrera, E., & Sumire Qqenta, R. (2022). Effectiveness of the comprehensive training courses in the strategic alignment and lifestyle of the students of the Adventist University Corporation of Colombia. *Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico*, 182. <https://doi.org/DOI:>
<http://doi.org/10.5281/zenodo.7527740>
- Palacio-Ortiz, J. D., Londoño-Herrera, J. P., Nanclares-Márquez, A., Robledo-Rengifo, P., & Quintero-Cadavid, C. P. (2020). Psychiatric disorders in children and adolescents during the COVID-19 pandemic. In *Revista Colombiana de Psiquiatría* (Vol. 49, Issue 4, pp. 279–288). Elsevier Doyma. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.05.006>
- Programa de Naciones Unidad –PNUD. (2021). *COVID-19: la pandemia La humanidad necesita*

- liderazgo y solidaridad para vencer a COVID-19*. PNUD.
<https://www.pe.undp.org/content/peru/es/home/coronavirus.html>
- Recio, S. (2021, July 2). Hábitos de vida saludables para la ‘nueva normalidad.’ *El País*.
<https://elpais.com/economia/2021-07-02/habitos-de-vida-saludables-para-la-nueva-normalidad.html>
- Robles-Sánchez, J. (2021). Salud Mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela. *Sanidad Militar*, 77(2), 69–72. <https://doi.org/10.4321/s1887-85712021000200001>
- Robles, S. (2021). Salud Mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela. *Sanidad Militar*, 77(2), 69–72. <https://doi.org/10.4321/s1887-85712021000200001>
- Rodríguez, C. C. (2020). Five psychological challenges of the COVID-19 crisis. *Journal of Negative & No Positiv Results*, 5(6), 583–588. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3662>
- Román, C. A. S., Ribot, R. V. de la C., & Rodríguez, G. N. (2018). Conducta homicida en el trastorno esquizotípico. Presentación de un caso. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*.
<https://revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/2048/1969>
- Vaquero, D., Bellido, T., Boned, A., Castiella, M., & Serrano, A. (2021). El espectro obsesivo-compulsivo en tiempos de pandemia por SARS-CoV-2. *Revista Sanitaria de Investigación*.
<https://revistasanitariadeinvestigacion.com/el-espectro-obsesivo-compulsivo-en-tiempos-de-pandemia-por-sars-cov-2/>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729.
<https://doi.org/doi:10.3390/ijerph17051729>
- Zimmerman, M. (2021). *Trastorno paranoide de la personalidad*. Manual MSD.
<https://www.msdmanuals.com/es-pe/professional/trastornos-psiquiátricos/trastornos-de-la-personalidad/trastorno-paranoide-de-la-personalidad-tp>

Anexo 1

Evidencia de sumisión de Artículo en una revista de prestigio

Anexo 2

Copia de la Resolución de Inscripción del Perfil de Proyecto de Tesis en formato
artículo

Anexo 3

Carta de Aprobación de Comité de Ética (Si fuera el caso)

Anexo 5

Instrumento 1

Cuestionario de hábitos de estilo de vida

I. INTRODUCCIÓN: El presente cuestionario pretende evaluar su estilo de vida con la finalidad de tener un panorama de la salud en el entorno universitarios en relación con los trastornos de personalidad; resultados serán gestionados de manera confidencial e implementar programas en beneficio para usted y su familia.

El diligenciamiento de este cuestionario indicara su consentimiento y participación voluntaria en esta investigación, se solicita contestar las preguntas con sinceridad y veracidad. Gracias de antemano por su valiosa colaboración.

II. INSTRUCCIONES: Marque con una (X) según la opción que usted considere correcta de acuerdo a su conocimiento y hábitos de vida.

III. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

1. Edad _____
2. Genero _____
3. Estado civil _____
4. **Lugar de Procedencia:** _____
5. **Región de Procedencia:** Costa () 1 Sierra () 2 Selva () 3 extranjero () 4 _____
6. Lugar o provincia en que vivió un año antes de la Pandemia _____
7. **Religión:** Católica () 1 Adventista () 2 Evangélica () 3 Pentecostal () 4 Otro.....Ninguna 5.....
8. Grado de estudios _____
9. Fue paciente de COVID _____
10. # de veces que le dio COVID _____

V. HÁBITOS DE ESTILO DE VIDA:

ADELANTE (¿ PRINCIPIOS DE SALUD).

A. Agua		Ningún Vaso	1 vaso/día	2 a 3 vasos/día	4-5 vasos/día	6-8 Vasos/día	8 o más vasos/día
11	Cuántos vasos de agua consume cada día.						

D. Descanso		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
2	¿Con que frecuencia duerme usted antes de las 09:00 de la noche?					
3	¿Duerme Ud. al menos 7 horas por noche?					
4	¿Tiene un horario regular para acostarse a dormir?					
5	¿Siente que ha dormido lo suficiente cuando se levanta?					
6	¿Descansa usted de su trabajo o estudio habitual durante todo un día una vez por semana?					

7	¿Tiene usted vacaciones de por lo menos dos semanas al año donde realiza actividades recreativas, sin hacer ning4una actividad laboral o académica?					
8	¿Realiza alguna actividad recreativa al menos una hora diaria?					

E. Ejercicio		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
9	¿Práctica algún tipo de deporte como: fútbol, baloncesto, vóleibol, ciclismo, natación, etc.					
10	Asiste al gimnasio a practicar ejercicio con máquinas, levantar pesas u otros.					
11	¿Sus labores cotidianas requieren movimiento corporal constante?					
12	Realiza pausas activas de al menos 15 minutos, dos veces al día.					
13	¿Realiza ejercicio físico aeróbico al aire libre? ¿cómo caminar, trotar o correr?					
14	¿Realiza al menos 30 minutos de ejercicio 5 veces por semana?					

L. Luz Solar		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
15	¿En sus actividades diarias, está expuesto a los rayos solares mínimo 10 minutos por día?					
16	¿Evita exponerse a los rayos solares en las horas centrales del día? (10am a 4pm)					
17	¿Usa protectores solares en su piel como medios de protección?					

A. Aire		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
18	¿En sus actividades diarias, tienes espacios con buena calidad de aire?					
19	¿Realiza ejercicios de respiración profunda mínimo 3 veces por día en ambientes libres de contaminación?					
20	¿Vive en sitios con buena calidad de aire atmosférico?					
21	¿Acostumbra a salir a disfrutar de la naturaleza (ríos, mares, cascadas, montañas, etc.) mínimo una vez por mes?					

N. Nutrición		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
22	Consume cereales tipo: Avena, trigo, maíz, cebada, centeno, quinoa, ¿entre otros en su alimentación diaria?					
23	¿Consume alimentos integrales como pan, arroz, harinas y otros?					
24	¿Consume pan blanco, arroz blanco u otros alimentos refinados?					
25	¿Consume cinco o más porciones de fruta al día?					
26	¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de leguminosas como arvejas, frijoles, garbanzos, habas, lentejas, entre otros?					
27	¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de hortalizas y verduras como tomate, lechuga, zanahoria, zapallo, brócoli, entre otros?					

28	¿Consumes en su alimentación diaria diferentes tipos de frutos secos como maní, ajonjolí, almendras, pistachos, nueces, etc.?					
29	¿Consumes alimentos de origen animal como huevos y derivados de los productos lácteos? (leche, queso, yogur, mantequilla, entre otros)					
30	¿Consumes productos cárnicos como res, pollo, pescado, cerdo, jamones, mortadelas, etc.?					
31	Consumes bebidas azucaradas como: Jugos de fruta envasados, gaseosas, energizantes, rehidratantes, te, café, ¿entre otros?					
32	¿Consumes alimentos dulces como helados, tortas, pudines, mermeladas, caramelos, chocolatinas, golosinas, etc.?					
33	¿Incluye en sus comidas aditivos y condimentos como caldos concentrados, pimienta, mayonesa, ají, salsa de tomate, vinagre, etc.?					
34	¿Consumes pasabocas (snacks) tipo papitas, platanitos, crispetas, galletas, Cheetos, etc.?					
35	¿Consumes comidas rápidas como hamburguesas, perros calientes, salchipapas, pizzas, etc.?					
36	¿Tiene horarios regulares para cada comida del día?					
37	¿Desayuna?					
38	¿Almuerza?					
39	¿Cena?					
40	¿Consumes alimentos entre comidas?					
41	¿Consumes líquidos con las comidas?					

T. Temperancia		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
42	¿Consumes tabaco o derivados del tabaco como cigarrillos, pipas, narguile, entre otros?					
43	¿Consumes sustancias psicoactivas como marihuana, heroína, cocaína, entre otros?					
44	¿Consumes bebidas alcohólicas como cerveza, vino, aguardiente, etc.?					
45	¿Toma algún producto farmacéutico cotidianamente?					
46	¿Cuándo tengo algún síntoma o dolor en mi cuerpo; compro medicamentos y me automedico antes de ir al médico?					
47	¿Me informo en temas de salud preventiva y me pongo metas para mejorar mis hábitos de salud?					

E. Espiritualidad y Salud Mental		Nunca	Casi nunca	A veces	Frecuentemente	Siempre
48	¿Tiene facilidad para demostrar su amor y cariño a otras personas?					
49	¿Mantiene relaciones de amistades significativas y enriquecedoras?					
50	¿Se siente agresivo y enojado?					

51	¿Se siente satisfecho (a) y en paz conmigo mismo (a)?					
52	Me siento ansioso por obtener resultados rápido y no tolero la demora ni las imperfecciones.					
53	Soy optimista y pienso positivo					
54	Me siento tenso, estresado y retraído					
55	Me siento con ánimo triste y deprimido					
56	¿Creo que Dios tiene un plan o propósito para mi vida?					
57	Me siento satisfecho con las actividades que realizo cotidianamente.					
58	Asisto a cultos o a reuniones espirituales en alguna iglesia.					
59	¿Aun cuando tengo demasiadas tareas o trabajo, logro hacer una reflexión espiritual personal en el día?					
60	¿Oro al menos 10 minutos diarios, aunque tenga mucho estudio o trabajo?					
61	¿Leo la Biblia por lo menos 30 minutos, aunque tenga mucho estudio o trabajo?					
62	¿Tengo con quien hablar de cosas importantes y confiar mis problemas más íntimos?					
63	¿Leo material psicoespiritual como la biblia, Elena de White u otros libros de contenidos religiosos?					
64	¿Comparto mis cambios en cuanto a mi salud con mis familiares y amigos?					
65	¿Con que frecuencia escucho música cristiana?					
66	¿Cuándo me siento estresado o con algún problema repito algún versículo bíblico o hago una oración?					

Anexo 6

Instrumento 2

CUESTIONARIO DE EVALUACION IPDE

Módulo CIE 10

DIRECTRICES

1. La intención de este cuestionario es conocer qué tipo de persona ha sido usted durante los últimos cinco años.
2. Por favor no omita ningún ítem. Si no está seguro de una respuesta, señale la respuesta (VERDADERO O FALSO) que le parezca más correcta. No hay límite de tiempo, pero no pierda mucho tiempo pensando cual es la respuesta correcta a un ítem determinado.
3. Cuando la respuesta sea VERDADERO, señale con un círculo la letra V. Cuando la respuesta sea FALSO, señale con un círculo la letra F.

1. Normalmente me divierto y disfruto de la vida.....V F
2. No reacciono bien cuando alguien me ofendeV F
3. No soy minucioso con los pequeños detalles V F
4. No puedo decidir qué tipo de persona quiero ser V F
5. Muestro mis sentimientos a todo el mundo V F
6. Dejo que los demás tomen decisiones importantes por mí V F
7. Habitualmente me siento tenso o nervioso V F
8. Casi nunca me enfado con nada V F
9. Hago lo que sea necesario para que la gente no me abandone V F
10. Soy una persona muy precavida V F
11. Nunca me han detenido V F
12. La gente cree que soy frío y distante..... V F
13. Me meto en relaciones muy intensas, pero poco duraderas..... V F
14. La mayoría de la gente es justa y honesta conmigo V F
15. Me cuesta discrepar de las personas de quienes dependo mucho V F

I.P.D.E.

16. Me siento molesto o fuera de lugar en situaciones sociales V F
17. Me siento fácilmente influido por lo que me rodea..... V F
18. Normalmente me siento mal cuando hago daño o trato mal a alguien..... V F
19. Discuto o me peleo con la gente cuando tratan de impedirme que haga
lo que quiero V F
20. A veces he rechazado un trabajo, incluso si estaba esperándolo..... V F
21. Cuando me alaban o critican, no manifiesto mi reacción a los demás..... V F
22. No he perdonado los agravios de otros durante años..... V F
23. Paso demasiado tiempo tratando de hacer las cosas perfectamente V F
24. A menudo la gente se ríe de mí a mis espaldas V F
25. Nunca me he autolesionado a propósito, ni he amenazado con
suicidarme..... V F
26. Mis sentimientos son como el tiempo: siempre están cambiando..... V F
27. Lucho por mis derechos aunque moleste a la gente..... V F
28. Me gusta vestirme para destacar entre la gente..... V F
29. Mentiría o haría trampas para lograr mis propósitos..... V F
30. No mantengo un plan si no obtengo resultados inmediatamente V F
31. Tengo poco o ningún deseo de mantener relaciones sexuales..... V F
32. La gente cree que soy demasiado estricto con las normas y reglas..... V F
33. Generalmente me siento incómodo o desvalido si estoy solo V F
34. No me gusta relacionarme con la gente hasta que no
estoy seguro de que les gusto..... V F
35. No me gusta ser el centro de atención V F
36. Creo que mi cónyuge (amante) me puede ser infiel..... V F
37. A veces me enfado tanto que rompo o tiro cosas..... V F
38. He tenido amistades íntimas que duraron mucho tiempo V F
39. Me preocupa mucho no gustar a la gente V F

72 CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN IPDE - MÓDULO CIE - 10

Anexo 7

Validez de contenido y Confiabilidad de Instrumentos

RESULTADOS DE VALIDEZ DEL CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,691
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	3645,505
	gl	780
	Sig.	,000

Comunalidades

	Inicial	Extracción
¿Con que frecuencia se acuesta usted a dormir antes de las 09:00 de la noche?	1,000	,564
¿Duerme usted menos de 7 horas cada noche?	1,000	,570
¿Al levantar en las mañanas: sientes que no has descansado bien?	1,000	,628
¿Realiza ejercicio físico aeróbico al aire libre? Tales como: Caminar, trotar, correr, entre otros. 30 minutos de ejercicio 5 veces por semana]	1,000	,650
¿Práctica algún tipo de deporte como: fútbol, baloncesto, voleibol, ciclismo, natación, entre otros?]	1,000	,556
¿Realiza alguna actividad recreativa al menos una hora diaria?]	1,000	,533
¿En sus actividades diarias, está expuesto a los rayos solares entre 10 a 20 minutos por día? en horarios adecuados: evitando exponerse entre las 11am y 3:00pm	1,000	,597
Usa algún elemento protección solar para su piel: cremas, gorros, gafas, otros	1,000	,561
¿Vive en sitios con buena calidad de aire?	1,000	,503
¿En sus actividades diarias, tienes espacios con buena ventilación y calidad de aire?	1,000	,638
[¿Consumes tabaco o derivados del tabaco como: Cigarrillos, pipas, , entre otros?]	1,000	,580
¿Consumes sustancias psicoactivas como: Marihuana, heroína, cocaína, entre otros?	1,000	,648
¿Consumes bebidas alcohólicas como: Cerveza, cóctel, vino, sangría, whisky, aguardiente, otro tipo de licor, etc.?]	1,000	,779
¿Cuándo tengo algún síntoma o dolor en mi cuerpo; compro medicamentos y me automedico antes de ir al médico?]	1,000	,607
Consumes cereales naturales o integrales: pan integral, arroz integral, Avena, trigo, maíz, cebada, centeno, quinoa, ¿Entre otros en su alimentación diaria?]	1,000	,673

¿Consume pan blanco, arroz blanco fideos u otros alimentos refinados?]	1,000	,524
¿Consume cinco o más porciones de frutas al día?	1,000	,544
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de hortalizas y verduras como tomate, rabanito, espinaca, lechuga, zanahoria, berenjena, betarraga, zapallo, brócoli, entre otros?	1,000	,589
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de leguminosas como arvejas, frijoles, garbanzos, habas, lentejas, entre otros?]	1,000	,594
¿Consume alimentos de origen animal como huevos y derivados de los productos lácteos? (leche, queso, yogur, mantequilla, entre otros)]	1,000	,604
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de frutos secos como: maní, pecanas, almendras, castañas, pistachos, nueces, entre otros?]	1,000	,631
¿Consume productos cárnicos como: Res, pollo, pescado, cerdo, jamones, mortadelas, entre otros?]	1,000	,676
¿Consume alimentos dulces como: Helados, tortas, pudines, mermeladas, caramelos, chocolatinas, golosinas, etc.?)	1,000	,570
¿Consume bebidas azucaradas como: Jugos de fruta envasados, gaseosas, energizantes, rehidratantes, te, café, entre otros?]	1,000	,590
¿Incluye en sus comidas aditivos y condimentos como: Caldos concentrados, pimienta, mayonesa, ají, salsa de tomate, vinagre, etc.?)	1,000	,627
¿Consume comidas rápidas: snacks (pasabocas), papitas, chifles, galletas, cheetos y/o otros como hamburguesas, salchipapas, pizzas, etc.?)	1,000	,604
¿Tiene facilidad para demostrar su amor y cariño a otras personas?]	1,000	,613
¿Se siente agresivo y enojado?	1,000	,552
Mantengo la sensación de satisfacción con las actividades que realizo cotidianamente.	1,000	,595
¿Se siente satisfecho. tranquilo (a) y en paz conmigo mismo (a)?	1,000	,617
Soy optimista y pienso positivo	1,000	,580
Me siento con el animo retraído, tenso, triste, estresado y deprimido	1,000	,584
¿Tengo con quien hablar de cosas importantes y confiar mis problemas más íntimos?	1,000	,590
¿Aun cuando tengo demasiadas tareas o trabajo, logro hacer una reflexión espiritual personal en el día?	1,000	,510
¿Creo que Dios tiene un plan o propósito para mi vida?	1,000	,557
¿Oro al menos 10 minutos diarios, aunque tenga mucho estudio o trabajo?	1,000	,527
Asisto a cultos o a reuniones espirituales en alguna iglesia.	1,000	,687

Leo la Biblia por lo menos 30 minutos diarios y/o algún material espiritual como libros de Elena de White u otros libros de contenidos religiosos	1,000	,620
¿Con que frecuencia escucho música cristiana?	1,000	,643
¿Cuándo me siento estresado o con algún problema repito algún versículo bíblico o hago una oración?	1,000	,612

Método de extracción: análisis de componentes principales.

RESULTADOS DE CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	492	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	492	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,630	40

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
¿Con que frecuencia se acuesta usted a dormir antes de las 09:00 de la noche?	117,95	103,954	,259	,618
¿Duerme usted menos de 7 horas cada noche?	116,83	111,383	-,143	,644
¿Al levantar en las mañanas: sientes que no has descansado bien?	116,72	108,911	-,017	,638
¿Realiza ejercicio físico aeróbico al aire libre? Tales como: Caminar, trotar, correr, entre otros. 30 minutos de ejercicio 5 veces por semana]	117,05	105,690	,154	,625
¿Práctica algún tipo de deporte como: fútbol, baloncesto, voleibol, ciclismo, natación, entre otros?]	117,08	104,190	,202	,621
¿Realiza alguna actividad recreativa al menos una hora diaria?]	117,18	105,950	,137	,626

¿En sus actividades diarias, está expuesto a los rayos solares entre 10 a 20 minutos por día? en horarios adecuados: evitando exponerse entre las 11am y 3:00pm	117,19	107,009	,075	,631
Usa algún elemento protección solar para su piel: cremas, gorros, gafas, otros	117,06	104,412	,195	,622
¿Vive en sitios con buena calidad de aire?	117,03	103,311	,248	,617
¿En sus actividades diarias, tienes espacios con buena ventilación y calidad de aire?	117,01	102,187	,309	,613
[¿Consume tabaco o derivados del tabaco como: Cigarrillos, pipas, , entre otros?]	116,16	102,742	,218	,619
¿Consume sustancias psicoactivas como: Marihuana, heroína, cocaína, entre otros?	116,07	104,437	,143	,626
¿Consume bebidas alcohólicas como: Cerveza, cóctel, vino, sangría, whisky, aguardiente, otro tipo de licor, etc.?	116,58	105,979	,115	,628
¿Cuándo tengo algún síntoma o dolor en mi cuerpo; compro medicamentos y me automedico antes de ir al médico?]	116,74	106,610	,100	,629
Consume cereales naturales o integrales: pan integral, arroz integral, Avena, trigo, maíz, cebada, centeno, quinoa, ¿Entre otros en su alimentación diaria?]	117,59	99,176	,407	,602
¿Consume pan blanco, arroz blanco fideos u otros alimentos refinados?]	116,96	111,534	-,149	,645
¿Consume cinco o más porciones de frutas al día?	117,38	103,818	,226	,619
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de hortalizas y verduras como tomate, rabanito, espinaca, lechuga, zanahoria, berenjena, betarraga, zapallo, brócoli, entre otros?	116,94	105,363	,161	,624
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de leguminosas como arvejas, frijoles, garbanzos, habas, lentejas, entre otros?]	117,04	102,473	,280	,615
¿Consume alimentos de origen animal como huevos y derivados de los productos lácteos? (leche, queso, yogur, mantequilla, entre otros)]	116,98	111,621	-,148	,647
¿Consume en su alimentación diaria diferentes tipos de frutos secos como: maní, pecanas, almendras, castañas, pistachos, nueces, entre otros?]	117,11	104,046	,211	,620
¿Consume productos cárnicos como: Res, pollo, pescado, cerdo, jamones, mortadelas, entre otros?]	117,02	110,264	-,084	,644
¿Consume alimentos dulces como: Helados, tortas, pudines, mermeladas, caramelos, chocolatinas, golosinas, etc.?	116,82	110,712	-,104	,645
¿Consume bebidas azucaradas como: Jugos de fruta envasados, gaseosas, energizantes, rehidratantes, te, café, entre otros?]	116,85	108,168	,016	,635
¿Incluye en sus comidas aditivos y condimentos como: Caldos concentrados, pimienta, mayonesa, ají, salsa de tomate, vinagre, etc.?	116,79	110,933	-,114	,646

¿Consume comidas rápidas: snacks (pasabocas), papitas, chifles, galletas, cheetos y/o otros como hamburguesas, salchipapas, pizzas, etc.?	116,81	107,813	,035	,634
¿Tiene facilidad para demostrar su amor y cariño a otras personas?	117,58	100,015	,381	,605
¿Se siente agresivo y enojado?	116,67	105,237	,178	,623
Mantengo la sensación de satisfacción con las actividades que realizo cotidianamente.	117,21	101,765	,310	,612
¿Se siente satisfecho. tranquilo (a) y en paz conmigo mismo (a)?	117,00	102,823	,281	,615
Soy optimista y pienso positivo	116,97	101,221	,319	,611
Me siento con el animo retraído, tenso, triste, estresado y deprimido	116,74	106,563	,111	,628
¿Tengo con quien hablar de cosas importantes y confiar mis problemas más íntimos?	117,09	103,104	,241	,618
¿Aun cuando tengo demasiadas tareas o trabajo, logro hacer una reflexión espiritual personal en el día?	117,08	103,389	,257	,617
¿Creo que Dios tiene un plan o propósito para mi vida?	116,99	99,994	,361	,606
¿Oro al menos 10 minutos diarios, aunque tenga mucho estudio o trabajo?	117,15	103,078	,250	,617
Asisto a cultos o a reuniones espirituales en alguna iglesia.	117,14	102,759	,242	,617
Leo la Biblia por lo menos 30 minutos diarios y/o algún material espiritual como libros de Elena de White u otros libros de contenidos religiosos	117,30	103,427	,233	,618
¿Con que frecuencia escucho música cristiana?	117,20	103,490	,225	,619
¿Cuándo me siento estresado o con algún problema repito algún versículo bíblico o hago una oración?	117,20	104,164	,191	,622

BAREMACIÒN DEL CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA

Vida Saludable

89	107	18	Estilo de vida crítico
108	125	17	Estilo de vida deficiente
128	144	18	Estilo de vida en riesgo
145	162	17	Estilo de vida aceptable
163	181	18	Estilo de vida saludable

Temperancia

7	9	2	Muy intemperante
10	12	2	Intemperante
13	14	1	Temperancia en riesgo
15	17	2	Temperancia ocasional
18	20	2	Temperante permanente

Descanso

3	4	Descanso crítico
5	6	Descanso deficiente
7	9	Descanso en riesgo
10	11	Descanso aceptable
12	13	Descanso saludable

alimentación

24	29	5	Alimentación insana
30	35	5	Mala alimentación
36	40	4	Alimentación en riesgo
41	46	5	Buena alimentación
47	52	5	Alimentación saludable

Actividad Física

3	5	Actividad física crítica
6	7	Actividad física deficiente
8	10	Actividad física en riesgo
11	12	Actividad física aceptable
13	15	Actividad física saludable

Salud Mental

10	14	4	Salud mental insana
15	19	4	Salud mental deficiente
20	24	4	Salud mental en riesgo
25	29	4	Salud mental aceptable
30	34	4	Salud mental saludable

Exposición Solar

-	3	Exposición solar crítica
4	5	Exposición solar deficiente
6	7	Exposición solar en riesgo
8	9	Exposición solar aceptable
10	+	Exposición solar saludable

Esperanza

7	12	5	Esperanza crítica
13	18	5	Esperanza deficiente
19	23	4	Esperanza en riesgo
24	29	5	Esperanza aceptable
30	35	5	Esperanza saludable

Ingesta de Aire

-	3	Ingesta de aire crítica
4	5	Ingesta de aire deficiente
6	7	Ingesta de aire en riesgo
8	9	Ingesta de aire aceptable
10	+	Ingesta de aire saludable

Anexo 8

Validez y Confiabilidad

RESULTADOS DE VALIDEZ DEL CUESTIONARIO DE TRASTORNOS DE PERSONALIDAD

Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		,638
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	6259,446
	gl	1711
	Sig.	,000

Comunalidades

	Inicial	Extracción
No reacciono bien cuando alguien me ofende	1,000	,647
La mayoría de la gente es justa y honesta conmigo	1,000	,741
No he perdonado los agravios de otros durante años	1,000	,697
A menudo la gente se ríe de mi a mis espaldas	1,000	,585
Lucho por mis derechos aunque moleste a la gente	1,000	,693
Creo que mi cónyuge (amante) me puede ser infiel	1,000	,717
Estoy convencido de que existe una conspiración tras muchas cosas que pasan en el mundo	1,000	,644
Normalmente me divierto y disfruto de la vida	1,000	,588
Casi nunca me enfado con nada	1,000	,598
La gente cree que soy frío y distante	1,000	,704
No he perdonado los agravios de otros durante años	1,000	,554
Tengo poco o ningún deseo de mantener relaciones sexuales	1,000	,699
Prefiero las actividades que puedo hacer por mí mismo	1,000	,680
La mayoría de la gente piensa que soy una persona extraña	1,000	,775
Todo el mundo necesita uno o dos amigos para ser feliz	1,000	,665
Estoy más interesado en mis pensamientos que en lo que pasa fuera	1,000	,638
Nunca me han detenido	1,000	,570
Normalmente me siento mal cuando hago daño o trato mal a alguien	1,000	,648
A veces he rechazado un trabajo, incluso si estaba esperándolo	1,000	,508
Mentiría o haría trampas para lograr mis propósitos	1,000	,607
He tenido amistades íntimas que duraron mucho tiempo	1,000	,699
Pierdo los estribos y me meto en peleas	1,000	,593

Para mí es difícil estar sin problemas	1,000	,673
Discuto o me peleo con la gente cuando tratan de impedirme que haga lo que quiero	1,000	,595
No mantengo un plan si no obtengo resultados inmediatamente	1,000	,686
A veces me enfado tanto que rompo o tiro cosas	1,000	,728
Soy muy emocional y caprichoso	1,000	,629
Me arriesgo y hago cosas temerarias	1,000	,710
No puedo decidir qué tipo de persona quiero ser	1,000	,606
Hago lo que sea necesario para que la gente no me abandone	1,000	,657
Me meto en relaciones muy intensas, pero poco duraderas	1,000	,623
Nunca me he autolesionado a propósito, ni he amenazado con suicidarme	1,000	,673
A menudo me siento "vacío" por dentro	1,000	,602
Muestro mis sentimientos a todo el mundo	1,000	,566
Me siento fácilmente influido por lo que me rodea	1,000	,671
Mis sentimientos son como el tiempo: siempre están cambiando	1,000	,659
Me gusta vestirme para destacar entre la gente	1,000	,639
No me gusta ser el centro de atención	1,000	,707
Tengo fama de que me gusta "flirtear" .	1,000	,618
No soy minucioso con los pequeños detalles	1,000	,654
Soy una persona muy precavida	1,000	,663
Paso demasiado tiempo tratando de hacer las cosas perfectamente	1,000	,737
La gente cree que soy demasiado estricto con las normas y reglas	1,000	,603
Trabajo tanto que no tengo tiempo para nada más	1,000	,540
La gente piensa que soy demasiado inflexible o formal.	1,000	,731
Me resulta difícil acostumbrarme a hacer cosas nuevas	1,000	,718
Normalmente trato que la gente haga las cosas a mi manera	1,000	,563
Habitualmente me siento tenso o nervioso	1,000	,677
Me siento molesto o fuera de lugar en situaciones sociales	1,000	,665
No me gusta relacionarme con la gente hasta que no estoy seguro de que les gusto	1,000	,668
Me preocupa mucho no gustar a la gente	1,000	,661
Muchas cosas me parecen peligrosas, y no a la mayoría de la gente	1,000	,693
Me guardo las cosas para mí, incluso cuando estoy con gente	1,000	,663
Dejo que los demás tomen decisiones importantes por mí	1,000	,622
Me cuesta discrepar de las personas de quienes dependo mucho	1,000	,703
Generalmente me siento incómodo o desvalido si estoy solo	1,000	,681
Me da miedo que me dejen solo y tener que cuidar de mí mismo	1,000	,625
No pido favores a la gente de la que dependo mucho	1,000	,738

Con frecuencia busco consejos o recomendaciones sobre decisiones de la vida cotidiana	1,000	,763
---------------------------------------------------------------------------------------	-------	------

Método de extracción: análisis de componentes principales.

RESULTADOS DE CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE TRASTORNO DE PERSONALIDAD

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	492	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	492	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,760	59

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
No reacciono bien cuando alguien me ofende	86,8496	53,851	,361	,751
La mayoría de la gente es justa y honesta conmigo	87,0244	57,115	-,093	,767
No he perdonado los agravios de otros durante años	86,9350	53,963	,334	,752
A menudo la gente se ríe de mi a mis espaldas	86,9085	53,688	,375	,751
Lucho por mis derechos aunque moleste a la gente	86,9024	56,439	-,003	,764
Creo que mi cónyuge (amante) me puede ser infiel	86,9858	54,030	,324	,752
Estoy convencido de que existe una conspiración tras muchas cosas que pasan en el mundo	86,9776	54,739	,226	,756
Normalmente me divierto y disfruto de la vida	87,3699	57,199	-,138	,764
Casi nunca me enfado con nada	86,9776	55,663	,101	,760
La gente cree que soy frío y distante	86,9614	54,933	,200	,757
No he perdonado los agravios de otros durante años	86,6606	54,286	,384	,752
Tengo poco o ningún deseo de mantener relaciones sexuales	87,0000	55,136	,172	,758

Prefiero las actividades que puedo hacer por mí mismo	86,9268	56,174	,032	,762
La mayoría de la gente piensa que soy una persona extraña	87,0000	54,766	,223	,756
Todo el mundo necesita uno o dos amigos para ser feliz	86,9837	54,880	,207	,756
Estoy más interesado en mis pensamientos que en lo que pasa fuera	86,9350	55,169	,168	,758
Nunca me han detenido	87,0041	57,018	-,080	,766
Normalmente me siento mal cuando hago daño o trato mal a alguien	87,0041	56,554	-,018	,764
A veces he rechazado un trabajo, incluso si estaba esperándolo	86,9837	55,022	,188	,757
Mentiría o haría trampas para lograr mis propósitos	87,0102	54,576	,250	,755
He tenido amistades íntimas que duraron mucho tiempo	86,9309	55,669	,100	,760
Pierdo los estribos y me meto en peleas	86,9817	54,283	,289	,754
Para mí es difícil estar sin problemas	87,0305	54,413	,274	,754
Discuto o me peleo con la gente cuando tratan de impedirme que haga lo que quiero	86,9614	54,770	,222	,756
No mantengo un plan si no obtengo resultados inmediatamente	86,9634	54,736	,227	,756
A veces me enfado tanto que rompo o tiro cosas	86,9959	54,448	,267	,754
Soy muy emocional y caprichoso	86,9736	54,588	,247	,755
Me arriesgo y hago cosas temerarias	86,9878	54,656	,238	,755
No puedo decidir qué tipo de persona quiero ser	86,8394	53,646	,393	,750
Hago lo que sea necesario para que la gente no me abandone	87,0467	54,293	,292	,754
Me meto en relaciones muy intensas, pero poco duraderas	87,0081	54,130	,311	,753
Nunca me he autolesionado a propósito, ni he amenazado con suicidarme	86,9776	56,926	-,068	,766
A menudo me siento "vacío" por dentro	86,9756	54,289	,288	,754
Muestro mis sentimientos a todo el mundo	87,1077	55,473	,134	,759
Me siento fácilmente influido por lo que me rodea	86,9858	54,580	,248	,755
Mis sentimientos son como el tiempo: siempre están cambiando	86,9980	54,092	,316	,753
Me gusta vestirme para destacar entre la gente	87,0305	54,624	,244	,755
No me gusta ser el centro de atención	86,9898	56,544	-,017	,764
Tengo fama de que me gusta "flirtear" .	86,9431	54,099	,315	,753
No soy minucioso con los pequeños detalles	86,8272	57,280	-,116	,767

Soy una persona muy precavida	86,8720	55,794	,086	,761
Paso demasiado tiempo tratando de hacer las cosas perfectamente	87,0122	55,540	,118	,760
La gente cree que soy demasiado estricto con las normas y reglas	86,9837	54,977	,194	,757
Trabajo tanto que no tengo tiempo para nada más	86,7439	53,963	,381	,751
La gente piensa que soy demasiado inflexible o formal.	87,0285	54,887	,208	,756
Me resulta difícil acostumbrarme a hacer cosas nuevas	87,0081	54,582	,249	,755
Normalmente trato que la gente haga las cosas a mi manera	86,9614	54,628	,242	,755
Habitualmente me siento tenso o nervioso	86,9858	54,568	,250	,755
Me siento molesto o fuera de lugar en situaciones sociales	86,9878	54,102	,314	,753
No me gusta relacionarme con la gente hasta que no estoy seguro de que les gusto	86,9756	54,423	,270	,754
Me preocupa mucho no gustar a la gente	87,0041	54,334	,283	,754
Muchas cosas me parecen peligrosas, y no a la mayoría de la gente	86,9837	55,291	,151	,758
Me guardo las cosas para mí, incluso cuando estoy con gente	86,8963	56,040	,051	,762
Dejo que los demás tomen decisiones importantes por mí	86,9654	54,262	,292	,753
Me cuesta discrepar de las personas de quienes dependo mucho	87,0020	54,442	,268	,754
Generalmente me siento incómodo o desvalido si estoy solo	86,9980	54,682	,235	,755
Me da miedo que me dejen solo y tener que cuidar de mí mismo	86,9695	54,087	,316	,753
No pido favores a la gente de la que dependo mucho	86,9614	55,626	,106	,760
Con frecuencia busco consejos o recomendaciones sobre decisiones de la vida cotidiana	86,9370	55,273	,154	,758

BAREMACIÓN DEL CUESTIONARIO DE TRANSTORNOS DE PERSONALIDAD

Columna1	Columna2
+	V =2 / F=1
-	F=2 / V=1

Columna1	Nº	NO PADECE	SI PADECE
PARANOIDE	7	1...9	10...14
ESQUIZOIDE	9	1...11	12...18
DISOCIAL	7	1...9	10...14
IMPULSIVO	5	1...7	8...10
LIMITE	5	1...7	8...10
HISTRIÓNICO	6	1...8	9...12
ANANCÁSTICO	8	1...10	11...16
ANSIOSO	6	1...8	9...12
DEPENDIENTE	6	1...8	9...12

Columna1	CANTIDAD DE TRANSTORNOS	Columna3
1	No sufren de ningun trastorno	0
2	Sufren de 1 a 3 trastornos	1 ... 3
3	Sufren de 4 a 6 trastornos	4.....6
4	Sufren de 7 a 9 trastornos	7.....9

Anexo 9

Tablas, figuras o imágenes adicionales (si fuera el caso)