

Conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

Environmental awareness and healthy lifestyle habits in the workers of the municipalities of Sausa and Yauyos of the province of Jauja

Mercedes Serafina Briceño Bazurto^{1*}; William Armando Reyes Alva²; Arturo Alfredo Peralta Villanes³

- 1 Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen, Av. Mariscal Castilla N° 1010, Anexo de Chuclú, Pancan, Jauja, Junín, Perú.
- 2 Universidad César Vallejo, Av. Larco N° 1770, Trujillo, La Libertad, Perú.
- 3 Universidad Peruana Los Andes, Av. Giráldez N° 230, Huancayo, Junín, Perú.

*Autor correspondiente: ceribri@hotmail.com (M. Briceño).

Fecha de recepción: 11 08 2020. Fecha de aceptación: 02 10 2020

RESUMEN

El tema versa sobre la concepción de una cultura ambiental con la adopción de costumbres saludables en la vida de los trabajadores de dos entidades públicas como lo son dos gobiernos distritales de una provincia del país. El objetivo fue determinar la relación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019. Investigación de tipo no experimental, con diseño correlacional, de método inductivo, hipotético-deductivo, estadístico y descriptivo. La población y muestra compuesta por 94 y 30 trabajadores, respectivamente, de las municipalidades distritales mencionadas, con muestreo no probabilístico por conveniencia. Se empleó la como técnica la encuesta y su instrumento el cuestionario. La validación mediante de Juicio de Expertos y confiabilidad de Alfa de Cronbach. Para el análisis de la información se empleó la estadística descriptiva y la inferencia con el soporte del programa SPSS 22 y Excel 2013. Como conclusión se determinó las diferencias de una relación directa moderada que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019.

Palabras clave: conciencia ambiental; hábito de vida saludable; trabajador; sector público; municipalidad distrital.

ABSTRACT

The subject is about the conception of an environmental culture with the adoption of healthy customs in the lives of the workers of two public entities such as two district governments of a province of the country. The objective was to determine the relationship between environmental awareness and healthy lifestyle habits in workers in the district municipalities of Sausa and Yauyos in the province of Jauja 2019. Non-experimental research, with correlational design, inductive method, hypothetical-deductive, statistical and descriptive. The population and sample made up of 94 and 30 workers, respectively, from the aforementioned district municipalities, with non-probability sampling for convenience. The survey and its instrument the questionnaire were used as a technique. Validation by Expert Judgment and reliability of Cronbach's Alpha. For the analysis of the information, descriptive statistics and inference were used with the support of the SPSS 22 program and Excel 2013. As a conclusion, the differences of a moderate direct relationship that exists between environmental awareness and healthy lifestyle habits in the workers of the district municipalities of Sausa and Yauyos of the province of Jauja 2019.

Keywords: environmental awareness; healthy lifestyle habit; employee; public sector; district municipality.

INTRODUCCIÓN

El presente artículo alude al tema de cultura ambiental y de cuidado de la salud que conciben los empleados de entidades públicas representados por los trabajadores de dos municipalidades distritales del país. Se sabe que el hombre con la naturaleza

mantiene una estrecha conexión de dependencia natural que caracteriza a todo individuo desde su nacimiento. Ese equilibrio entre el hombre y el ambiente en el que se encuentra resulta indispensable para el desenvolvimiento de sí mismo como persona en diferentes aspectos ya sea de su

personalidad, dónde éste es consciente y respetuoso con su entorno (Bethelmy, 2012). A partir de su nacimiento el hombre muestra un instinto y afección de dominio al medio que le rodea, espacio que le permite encontrar la tranquilidad, la calma, el deleite, a la enseñanza y la inclinación hacia este. Kellert y Wilson (1993) lo denomina este apego como biofilia. Es decir, es el sentido de conexión con la naturaleza que nos rodea y con otras formas de vida. Según Jiménez y Lafuente (2005), para el cuidado del medio ambiente cada persona es capaz de desarrollar acciones, conductas, actitudes y comportamientos para su cuidado protección y conservación en diferentes situaciones de su vida diaria. Es decir, su cuidado y preservación del medio ambiente dependen únicamente de uno mismo de lo que hace y debe de hacer. Pero surgen los problemas ambientales a nivel mundial que hoy estamos viviendo a causa de la inadecuada relación que ha tenido el hombre con la naturaleza cuyos resultados son preocupantes más aún si se considera la rapidez con la que se está perjudicándolo. El calentamiento global, sobreproducción de desechos, la polución de agua, aire, suelo, la desertización, el daño a la capa de ozono, las desigualdades entre el Norte/Sur, el incremento de la pobreza, entre otros, Son dificultades que se deben hacer frente y que en el siglo XXI han pasado a formar parte de nuestras vidas; los implicados somos todos instituciones públicas y privadas, ciudadanos particulares. Si bien es cierto vivimos en un mundo globalizado que nos brinda grandes oportunidades, que nos debe llevar hacia el desarrollo sostenible del planeta, proporcionar políticas ambientales conjuntas entre los países para intentar regular y dar solución a la degradación ambiental, tal como se propuso en el 3er Informe del Club de Roma: Reformando el Orden Internacional (Meadows, 2004).

El Perú viene sintiendo el efecto de la contaminación generando problemas particulares, como el estrés que se ha vuelto la causante de muchas enfermedades, el cansancio, desánimos por lo que hace y el cáncer; entre otros, todo ello debido a la depredación de áreas verdes, la quema de basura, la minería ilegal, así como la tala de árbol y pesca indiscriminado, que está acabando con los recursos naturales no yendo lejos a nivel local la provincia de Jauja cuenta con el río Mantaro ubicado en la región central del Perú cuyo recorrido cruza los departamentos de Junín (provincias de Yauli, Jauja, Concepción y Huancayo), pero es un río que no tiene vida, debido a los relaves mineros y a la gran cantidad de desechos y

desmontes que se arrojan a sus orillas. Si se ve a diario esta problemática la pregunta sería ¿por qué seguimos actuando de la misma forma? considero que todo ello es resultado de nuestro comportamiento negativo como el empleo irracional de los recursos naturales, nuestros malos hábitos de consumo logrando con ella la degradación ambiental, la crisis de vida en el planeta, así como nuestra propia sobrevivencia y la perpetuación de nuestra especie en el planeta. El Perú miembro de la ONU, ha establecido adoptar medidas que permitan solucionar la problemática del medio ambiente, a través de la aplicación de políticas medioambientales, así como formando ciudadanos comprometidos con el cuidado del entorno (Carrasco y La Rosa, 2013). A pesar que nuestro país cuenta con la Constitución Política del Estado y señala en el art. 67 y 68 el Estado está obligado a promover la conservación de nuestra diversidad biológica y áreas naturales, pero se debe entender bien claro que, si nos habla de Estado, el Estado somos cada uno de nosotros que formamos parte de nuestro territorio denominado Perú. De la misma forma la Ley la 28611 a través de los proyectos y programas ambientales, tiene como objetivo disminuir esta problemática ambiental. Esta responsabilidad no se podrá conseguir si no se brinda a las personas, desde su educación, la formación de un nivel adecuado de conciencia ambiental que lo incentive a involucrarse en todas las acciones destinadas al cuidado del medio ambiente, tanto a nivel individual como colectivo, e ir resarcido el daño que hemos causado sobre nuestro entorno (Guerra, 2011).

En cuanto a la variable de estudio hábitos de vida saludable: antes se observaba a los niños, jóvenes que corrían, saltaban, jugaban y se divertían en el campo, parque, maneaban la bicicleta, paseaban con su balón en la mano por las calles; hoy en día por el contrario forman parte de diferentes dispositivos tecnológicos que pareciera que estas tienen un gran dominio sobre nosotros, resultado de ello es el sedentarismo pareciera que el hombre se hubiera peleado con el medio ambiente ese contacto desde pequeños que se practicaba hoy casi no se da. Según Louv (2008) define es la pérdida de contacto con el medio ambiente, producto de ello la aparición de enfermedades físicas y emocionales". Se asocia en nuestro país y está en los últimos años en boca de muchos peruanos y lo relacionamos con una mejor alimentación, hacer ejercicio y llevar una vida más placentera con la familia y con nuestro entorno. Bronfenbrenner (1987) señala que el ambiente, tanto familiar, amical como social,

en el que una persona interactúa y crece tiene una influencia significativa en el desarrollo de hábitos de vida saludables. Todos saben que nuestro país cuenta con una gran biodiversidad en productos agrícolas (frutas, legumbres, tubérculos, cacao, granos andinos y muchos más), pesca, aves y ganadería, han desarrollado en nosotros un gusto especial por la comida y nos hemos vuelto más exigentes y exquisitos en nuestra selección. De igual modo, existen también políticas de Estado relacionadas con las loncheras saludables para los escolares, así como el Programa Nacional de Alimentación Escolar - Qali Warma que brinda a los niños y niñas de inicial y primaria el desayuno escolar en una búsqueda por mejorar su alimentación diaria y sus hábitos alimenticios. Nuestro país cuenta con diferentes normas como en el campo educativo la Ley N° 28044, Ley general de Educación (2003), menciona que la educación es primordial para el hombre y que a través de ella se logrará el cambio de comportamiento sustentándose por ello el principio de la conciencia ambiental que motive el cuidado, y preservación del lugar que nos rodea para salvaguardar la vida del hombre. (art. 8°). Ley N° 28611, Ley general del ambiente (2005), reconoce el interés de la tecnología y de la educación ambiental para el desarrollo. Asimismo, plantea elaborar políticas, proyectos y programas de educación ambiental. Así también la Ley N° 28245, Ley marco del sistema nacional de gestión ambiental (2004) y su reglamento (D.S. N° 008-2005-PCM), donde señala como instrumento de gestión y planificación ambiental es la elaboración de propuestas en materia de investigación y educación ambiental (art. 6°) otra es El Proyecto Educativo Nacional (2006), donde plantea que la educación ambiental es una de las herramientas claves para promover entornos comunitarios saludables que contribuyan a la mejora del estado de bienestar de la población. En la provincia la gran mayoría de la población de las zonas urbanas se dedica a la agricultura, produciendo la papa, habas, arvejas, choclo, hortalizas, etc. Se cuenta con grandes valles exclusivos para la agricultura a pesar de ello, según la Diresa Junín (2018), la anemia en niños menores de 5 años aumentó, y de 17,3% pasó a 19,2% como explicar una zona que se dedica a la agricultura y ganadería puede estar enfrentando estos problemas de salud, podemos resumir que esto se debe a la falta de hábitos de vida saludable. Hoy en día son varios factores que contribuyen a esta conducta poco saludable entre los miembros del hogar, el uso de diferentes equipos electrónicos, el trabajo fuera de casa hasta altas horas y el

aumento de responsabilidades hace que los hijos compartan menos tiempo con sus padres.

El artículo se justifica por el hecho de generar conciencia en la masa laboral en general sobre el cuidado del hábitat natural y de la vida misma y como objetivo determinar la relación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores municipios que se indicaron.

METODOLOGÍA

Diseño

Se utilizó el diseño correlacional tal como se muestra en la Figura 1.



Figura 1. Simbología del diseño empleado.

El diseño muestra: según su finalidad: es teórica; según su carácter, es correlacional; según su naturaleza, es no experimental y; según su alcance temporal, es transversal.

Variables, operacionalización

Se presenta como variable independiente, conciencia ambiental, como "el conocimiento responsable que ha adquirido una persona para actuar sobre su entorno con una perspectiva de cuidado y protección, producto de sus experiencias, de sus vivencias y de los conocimientos adquiridos" (Ponce, 2015) y tiene 4 dimensiones: cognitivo, afectivo, conativo y activo; mientras que la variable dependiente, hábitos de vida saludable, engloba un conjunto de conductas que se desarrollan de forma cotidiana con la finalidad de preservar un óptimo estado de salud, entre las que se pueden mencionar el consumo de alimentos de forma balanceada, adecuadas horas de sueño, ejercicio físico constante, visitas periódicas al médico, etc. (Acebal, 2010) y tiene 3 dimensiones: cuidado de la salud, actividad física y nutrición saludable (Anexos: Tabla 11).

Población y muestra

La población y muestra estuvieron compuestas por los trabajadores de las diferentes oficinas de las municipalidades de Yauyos y Sausa de la provincia de Jauja, Región Junín.

Tabla 1
Población y muestra del estudio

Municipalidad	Población	Muestra
Yauyos	52	15
Sausa	42	15
Total	94	30

El muestreo fue de tipo no probabilístico. Por criterio de inclusión se consideró a los trabajadores de la gerencia de medio ambiente, pues tuvieron mayor conocimiento sobre las variables de estudio y por criterio de exclusión trabajadores de otras áreas que no están relacionados directamente con medio ambiente.

Técnica e instrumento

La técnica usada fue la encuesta y el instrumento el cuestionario, el cual estuvo conformado por 60 ítems de respuesta cerrada correspondientes a las 2 variables (30 por cada uno), repartidos entre las 4 dimensiones de la primera variable y 3 de la segunda y considerando la escala de tipo Likert bajo 3 puntos; fueron aplicados a los trabajadores de dichos municipios (Anexos: Tabla 25).

Validez

Para asegurar la validez del instrumento a este fin específico, se sometió a Juicio de Expertos, constituido por 3 de ellos.

Confiabilidad

En el caso de la fiabilidad de las variables se recurrió al empleo del Alfa de Cronbach.

Tabla 2
Fiabilidad de las variables

Variable	Alfa de Cronbach	N° elementos
Conciencia ambiental	,855	30
Hábitos de vida saludable	,887	30

Tabla 3
Conciencia ambiental en los trabajadores de las Municipalidades de Sausa y Yauyos de la Provincia de Jauja

		Municipio		Total	
		Sausa	Yauyos		
Conciencia	Deficiente	Recuento	2	1	3
		% dentro de Municipio	13,3%	6,7%	10,0%
	Regular	Recuento	6	5	11
		% dentro de Municipio	40,0%	33,3%	36,7%
	Bueno	Recuento	7	9	16
		% dentro de Municipio	46,7%	60,0%	53,3%
Total	Recuento	15	15	30	
	% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%	

Tabla 4
Hábitos de vida saludable en los trabajadores de las Municipalidades de Sausa y Yauyos de la Provincia de Jauja

		Municipio		Total	
		Sausa	Yauyos		
Hábitos1	Deficiente	Recuento	2	2	4
		% dentro de Municipio	13,3%	13,3%	13,3%
	Regular	Recuento	5	10	15
		% dentro de Municipio	33,3%	66,7%	50,0%
	Bueno	Recuento	8	3	11
		% dentro de Municipio	53,3%	20,0%	36,7%
Total	Recuento	15	15	30	
	% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%	

Método de análisis

Para la aplicación del análisis de datos se utilizó la estadística descriptiva y la estadística inferencial, los datos obtenidos fueron procesados con el programa estadístico SPSS versión 22 y Excel 2013. Para presentar los resultados en la estadística descriptiva se han utilizado las tablas de frecuencia y gráficos con sus respectivas interpretaciones, elaborando para ello el baremo. En la estadística inferencial se empleó el coeficiente de correlación Rho de Spearman y cual permitió contrastar la hipótesis de estudio.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados de entrada

La Tabla 3 muestra que son 7 trabajadores que representa el 46,7% del distrito de Sausa consideran buena la conciencia ambiental, mientras son 9 trabajadores que representa el 60% del municipio de Yauyos consideran bueno la conciencia ambiental. También se observa que 6 trabajadores que representa el 40,0% del distrito de Sausa consideran regular la conciencia ambiental, mientras son 5 trabajadores que representa el 33,3% del municipio de Yauyos consideran regular la conciencia ambiental. Pero 2 trabajadores que representa el 13,3% del distrito de Sausa consideran deficiente la conciencia ambiental, mientras que 1 trabajador que representa el 6,7% del municipio de Yauyos consideran deficiente la conciencia ambiental. Finalmente diríamos que los trabajadores de la municipalidad de Yauyos desarrollan mejor la conciencia ambiental en comparación a los trabajadores de la municipalidad de Sausa. Los resultados respecto a las dimensiones cognitivo, afectivo, conativo y activo de estos trabajadores de ambas municipalidades se hallan en Anexos (Tablas 12, 13, 14 y 15).

La Tabla 4 muestra que son 5 trabajadores que representa el 33,3% del distrito de Sausa consideran regular en la variable hábitos de vida saludable mientras son 10 trabajadores que representa el 66,7% del municipio de Yauyos consideran regular la variable hábitos de vida saludable. De la misma forma se puede observar que son 8 trabajadores que representa el 53,3% del distrito de Sausa consideran buena en la variable hábitos de vida saludable mientras son 3 trabajadores que representa el 20,0% del municipio de Yauyos consideran buena la variable hábitos de vida saludable. son 2 trabajadores que representa 13,3% del distrito de Sausa consideran deficiente en la variable hábitos de vida saludable mientras son 2 trabajadores que representa el 13,3% del municipio de Yauyos consideran deficiente la variable hábitos de vida saludable. Finalmente, los trabajadores de la municipalidad de Sausa desarrollan mejor los hábitos de vida saludable en comparación a los trabajadores de la municipalidad de Yauyos. Los resultados respecto a las dimensiones cuidado de la salud, actividad física y nutrición se hallan en Anexos (Tablas 16, 17 y 18).

Tabla 5

Correlación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de la municipalidad distrital de Sausa 2019

		Conciencia ambiental	Hábitos de vida saludable	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coefficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,002	
		N	15	
	Hábitos de vida saludable	Coefficiente de correlación	,736**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	15	15

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

Ubicando en la Tabla 5 de correlación que $r_s = 0,736$, se tiene correlación elevada, por lo tanto, sí existe correlación elevada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa de la provincia de Jauja

Puesto que $p = 0,002$ entonces $0,002 < 0,05$, se concluye que, sí existe correlación elevada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de la municipalidad distrital de Sausa de la provincia de Jauja.

Los resultados respecto a la correlación conciencia ambiental y cuidado de la salud, actividad física y nutrición de los trabajadores de esta municipalidad se hallan en Anexos (Tablas 19,20 y 21).

Ubicando en la Tabla 6 de correlación que $r_s = 0,518$, se tiene correlación moderada,

por lo tanto, sí existe relación moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja

Tabla 6

Correlación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de la municipalidad distrital de Yauyos 2019

		Conciencia ambiental	Hábitos de vida saludable	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coefficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,048	
		N	15	
	Hábitos de vida saludable	Coefficiente de correlación	,518*	1,000
		Sig. (bilateral)	,048	.
		N	15	15

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Puesto que $p = 0,048$ entonces $0,048 < 0,05$, se concluye que, sí existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de la municipalidad distrital de Yauyos de la provincia de Jauja.

Los resultados respecto a la correlación conciencia ambiental y cuidado de la salud, actividad física y nutrición de esta municipalidad se hallan en Anexos (Tablas 22, 23y 24).

Existe relación directa entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019.

Tabla 7

Comparación de las correlaciones entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Correlación	Valores	Sausa	Yauyos	Diferencia
Conciencia ambiental y hábitos de vida saludable	Rho de Spearman R_s	0,736	0,518	En Sausa la correlación es elevada mientras en Yauyos es moderada
	P valor	0,002	0,048	

La Tabla 7 manifiesta que sí existe relación directa elevada en la percepción de la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y en la municipalidad de Yauyos existe una relación moderada, además el nivel de significancia es 0,002 y 0,048 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido diremos que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable. Luego de aplicar los instrumentos de investigación se tiene que son 7 trabajadores que representa el 46,7% del distrito de Sausa consideran buena la conciencia ambiental, mientras son 9 trabajadores que representa el 60% del municipio de Yauyos consideran

bueno la conciencia ambiental. de la misma forma en la otra variable se observa que son 8 trabajadores que representa el 53,3% del distrito de Sausa consideran bueno en la variable hábitos de vida saludable, mientras son 10 trabajadores que representa el 66,7% del municipio de Yauyos consideran regular la variable hábitos de vida saludable. Contrastando la hipótesis con rho de Spearman por tener variables cualitativas se tiene en el distrito de Sausa, ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,736$, se tiene correlación moderada, por lo tanto si existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,614$ entonces $0,002 < 0,05$, se concluye que, sí existe relación significativa moderada si existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa de la provincia de Jauja. De la misma manera en el distrito de Yauyos ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,518$, se tiene correlación moderada, por lo tanto, sí existe relación moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,048$ entonces $0,048 < 0,05$, se concluye que, sí existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja. Realizando las comparaciones en ambas correlaciones se observa la tabla y se puede manifestar que, sí existe relación directa moderada en la percepción de la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,002 y 0,048 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido se dirá que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable.

De la misma manera Huilca (2019), realizó una investigación con el propósito de determinar la relación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludables en niños de 5 años de edad de la Institución Educativa Inicial N° 33 de La Tinguña-Ica, el tipo de investigación es descriptiva correlacional, utilizándose el diseño correlacional. Los resultados establecieron que existe relación directa y significativa entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludables en niños de 5 años de edad de la Institución Educativa Inicial N° 33 de la

Tinguña-Ica, 2018, esto pudo ser inferido con el valor obtenido de la correlación de Rho Spearman la cual fue de $r = 0,719$, tal como se evidencia en la Tabla 13; esto refleja que existe una relación positiva de 0,719 entre la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable; es decir, a un alto nivel de conciencia ambiental le corresponde un buen nivel de hábitos de vida saludable. De la misma forma, según. Se coincide con lo señalado por los autores que definen la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable, puesto que la persona que tiene conciencia ambiental es capaz de desarrollar conductas y actitudes de cuidado, protección y conservación del medio que le rodea, así como un sentido de responsabilidad que lo impulse a actuar, solo así se puede señalar que una persona es conciencia de la realidad ambiental, donde no basta la intención si lo que uno tiene que actuar sabemos, conocemos, pero no hacemos nada por revertir el daño causado tampoco estaríamos hablando de conciencia; lo mismo sucede con los hábitos de vida saludable que es un proceso de conducta responsable donde una persona con la finalidad de lograr un estado de salud ideal libre de enfermedades, decide analizar, reflexionar y controlar de forma óptima los hábitos y conductas, donde no basta saber que alimento me causa daño o es bueno para nuestra salud lo más importante es demostrar con nuestros actos. Se considera que la persona que cuida el medio que le rodea, también es capaz de cuidar su salud puesto que entre ambas hay una relación de estado de salud. Kohlberg (1992) señala el hombre tiene que comprender que nuestras propias acciones negativas tienen un impacto destructivo en el medio ambiente y nuestra salud, todo depende de nosotros mismos de salvar el mundo o destruirla, estar sano o enfermos. Conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Tabla 8

Comparación de las correlaciones entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Correlación	Valores	Sausa	Yauyos	Diferencia
Conciencia ambiental y hábitos de vida saludable	Rho de Spearman	0,713	0,316	En Sausa la correlación es moderada mientras en Yauyos es baja
	P valor	0,003	0,251	

Fuente: Computador con SPSS 22

La tabla 8 manifiesta que sí existe relación directa moderada y baja en la percepción de la conciencia ambiental y cuidado de la

salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,003 y 0,251 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido diremos que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y cuidado de la salud.

Contrastando la hipótesis con rho de Spearman por tener variables cualitativas se tiene en el distrito de Sausa, ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,713$, se tiene correlación moderada, por lo tanto si existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,003$ entonces $0,003 < 0,05$, se concluye que, sí existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de la municipalidad distrital de Sausa de la provincia de Jauja. De la misma manera en el distrito de Yauyos se tiene ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,316$, se tiene correlación baja por lo tanto si existe relación baja entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de la municipalidad distrital de Yauyos de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,048$ entonces $0,048 < 0,05$, en consecuencia; se concluye que, si existe relación baja entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Yauyos de la provincia de Jauja. Realizando las comparaciones de ambas correlaciones observando la tabla podemos manifestar que, si existe relación directa moderada y baja en la percepción de la conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,003 y 0,251 lo que evidencia la diferencia.; en tal sentido diremos que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y cuidado de la salud. De la misma manera Gomera (2010) realizó investigaciones con el propósito de desarrollar un mayor sentido de responsabilidad con nuestro medio ambiente que tanto lo necesita y con el fin de asegurar su sostenibilidad y conservación. El tipo de investigación es descriptiva, con una población muestral de 500 sujetos, teniendo como instrumento al cuestionario para medir las diferentes dimensiones de la conciencia ambiental; concluyendo: la conciencia ambiental es la responsabilidad que tiene una persona frente a sus actos, la misma no se podrá conseguir si la persona no tuvo una formación adecuada que le permitió involucrarse en todas sus acciones al cuidado

del medio ambiente de manera individual y colectiva si se logra ello la persona corregirá su actuar y resarcirá el daño causado de lo contrario no podemos hablar de conciencia ambiental.

Se coincide con las conclusiones a que arriba el estudio de investigación realizada por Gomera (2010) al señalar que el responsable de lo que estamos afrontando hoy en día es únicamente el hombre, se trata de educación, de formación, de cuidado que se puede tener de manera individual y colectiva. Nosotros somos los que decidimos si hacemos o no, pero si no tenemos bien en claro lo que es bueno o malo simplemente caeremos en la equivocación donde los resultados pueden ser muy perjudiciales para nosotros mismos como para los demás.

Conciencia ambiental y actividad física en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Tabla 9

Comparación de las correlaciones entre conciencia ambiental y actividad física en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Correlación	Valores	Sausa	Yauyos	Diferencia
Conciencia ambiental y actividad física	Rho de Spearman R_s	0,681	0,556	En Sausa la correlación es moderada mientras en Yauyos también es moderada
	P valor	0,003	0,031	

La Tabla 9 manifiesta que sí existe relación directa moderada en la percepción de la conciencia ambiental y actividad física en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,003 y 0,031 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido dirimos que los trabajadores de Sausa mejor perciben la conciencia ambiental y actividad física.

Contrastando la hipótesis con rho de Spearman por tener variables cualitativas se tiene en el distrito de Sausa, ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,681$ se tiene correlación moderada, por lo tanto, sí existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y actividad en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,005$, entonces $0,005 < 0,05$, en consecuencia, se concluye que, si existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y actividad en los trabajadores de la municipalidad distrital de Sausa de la provincia de Jauja. De la misma manera en el distrito de Yauyos se tiene ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,556$, se tiene correlación moderada, por lo tanto, sí existe relación moderada entre conciencia ambiental y actividad en los trabajadores de

las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,031$, entonces $0,031 < 0,05$, demostrando así que existe relación significativa moderada entre conciencia ambiental y actividad en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja. Realizando las comparaciones de ambas correlaciones se tienen observando la tabla se manifiesta que, sí existe relación directa moderada en la percepción de la conciencia ambiental y actividad física en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,003 y 0,031 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido diremos que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y actividad física. De la misma manera Gamero (2018) realizó investigaciones como la referente a los diferentes estilos de vida de cada persona que no son armoniosos entre el hombre, la cultura y la naturaleza surge manifestaciones negativas que están afectando nuestros recursos naturales como la deforestación, la contaminación del agua, aire y el suelo, con consecuente pérdida de la biodiversidad, incremento de desastres y otros, que ponen en riesgo nuestra propia existencia; lo que se busca en los estudiantes es desarrollar una conciencia ambiental que norme sus pensamientos y conductas en pro de la preservación y conservación de su medio ambiente no solo educativo sino también familiar y social de los estudiantes se presentó un trabajo de investigación que tuvo como propósito determinar la relación entre la conciencia ambiental y la conservación de las áreas verdes por los estudiantes del 3º grado de secundaria del Centro de Educación Básica Alternativa "La victoria de Ayacucho" del distrito de Ascensión - Huancavelica, el estudio es de tipo básico y de nivel correlacional, ya que busca establecer la relación entre las variables de estudio (conciencia ambiental y conservación de las áreas verdes) utilizándose para ello el diseño no experimental de corte correlacional. Trabajándose con una población de 258 estudiantes (de 1º a 5º grado) del turno nocturno del Centro de Educación Básica Alternativa "La Victoria de Ayacucho" del distrito de Ascensión, determinándose una muestra de 50 estudiantes, pertenecientes ellos al 3º grado (A, B y C), a quienes se les aplicó dos cuestionarios, uno para medir su conciencia ambiental y otro para medir su capacidad de conservación de las áreas verdes; es así que mediante el procesamiento, análisis e interpretación de datos se obtuvo como resultado que efectivamente

existe una relación alta y significativa entre las variables de estudio (conciencia ambiental y conservación de las áreas verdes); ya que se ha obtenido un coeficiente de correlación r de Pearson de 0,844 un $T_c=10,90 > T_t=1,68$; estos hallazgos permiten señalar que a una alta conciencia ambiental le corresponde un nivel alto de conservación de las áreas verdes, y en su defecto, a una baja conciencia ambiental le corresponde una baja conservación de las áreas verdes. Se puede señalar (Alva, 2005) al hablar sobre actividades que implican un esfuerzo físico que se realiza de forma regular se refiere a que una persona realiza un ejercicio o el desarrollo de ciertas actividades que le generan una alta exigencia física durante un periodo de 20 minutos cada tres veces a la semana como mínimo. Entonces si una persona realiza el cultivo de plantas dentro de su casa está realizando una actividad que requiere una exigencia física moderada y de esa manera indirectamente está contribuyendo con el cuidado de nuestro medio ambiente.

Conciencia ambiental y nutrición saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019.

Tabla 10

Comparación de las correlaciones entre conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019

Correlación	Valores	Sausa	Yauyos	Diferencia
Conciencia ambiental y hábitos de vida saludable	Rho de Spearman Rs	0,238	0,322	En Sausa la correlación es baja en Yauyos también es baja
	P valor	0,365	0,042	

La tabla 10 manifiesta que sí existe relación directa baja en la percepción de la conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,365 y 0,042 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido diremos que los trabajadores de Yauyos mejor perciben sobre la conciencia ambiental y nutrición.

Contrastando la hipótesis con rho de Spearman por tener variables cualitativas se tiene en el distrito de Sausa, ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,238$, se tiene correlación baja, por lo tanto si existe relación baja entre conciencia ambiental y la nutrición en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,393$ entonces $0,393 > 0,05$, en consecuencia no existe relación significativa solo existe relación baja entre conciencia ambiental y nutrición en

los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa de la provincia de Jauja. De la misma manera en el distrito de Yauyos se tiene ubicando en la tabla de correlación que $r_s = 0,322$, se tiene correlación baja, por lo tanto, sí existe relación baja entre conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos de la provincia de Jauja, puesto que $p = 0,042$ entonces $0,042 < 0,05$, en consecuencia, se concluye que, si existe relación baja entre conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de la municipalidad distrital de Yauyos de la provincia de Jauja. Realizando las comparaciones se ambas correlaciones se tienen observando la tabla se puede manifestar que, sí existe relación directa baja en la percepción de la conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, además el nivel de significancia es 0,365 y 0,042 lo que evidencia la diferencia. En tal sentido se dirá que los trabajadores de Sausa mejor perciben sobre la conciencia ambiental y nutrición saludable. De la misma manera se realizó las investigaciones como la de Oré (2014) que tuvo como propósito probar la existencia de una relación causal entre dos o más variables, el tipo de investigación es el aplicado con diseño cuasi experimental con una población de 350 estudiantes del nivel secundario y una muestra de 114 estudiantes empleándose como instrumento el cuestionario de encuesta, llegando a la siguiente conclusión: a través del proyecto con enfoque ambiental se hará posible el desarrollo de actitudes positivas que necesita nuestro medio ambiente, permitiendo que se realice la segregación correcta de los residuos orgánicos e inorgánicos buscando mantener limpios las aulas y la conservación de las áreas verdes de la institución educativa, a la vez se tendrá presente el buen uso del agua como adecuado hábitos alimenticios que contribuyan al cuidado de nuestra salud todo ello se observara a través del cambio de comportamiento de cada estudiante. A veces no se logra entender como siendo una zona agrícola que abastece a nuestra capital, nuestros niños sufren de anemia que daña su desarrollo cognitivo, considero que no hemos desarrollado una conciencia alimenticia, se brinda alimentos que en su mayoría son alimentos procesados, industrializados, dejando de lado lo que producimos como la leche, el queso, el huevo, el trigo, el maíz, las menestras, llegamos en algunos casos a preguntarnos que consumen nuestros niños. La responsabilidad es de los padres pues son ellos quienes enseñan a sus hijos que alimentos consumir, que costumbres y culturas

siguen practicando y enseñan a sus hijos pues son ellos los encargados de practicar lo aprendido en su vida diaria.

CONCLUSIONES

Como principal conclusión se determinó las diferencias de la relación que existe entre conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de las municipalidades distritales de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja 2019, existe relación directa moderada en la percepción de la conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en los trabajadores de ambos municipios y el nivel de significancia es 0,002 y 0,048 lo que evidencia la diferencia. Como secundarios se determinó las diferencias de la relación que existe entre conciencia ambiental y, cuidado de la salud, actividad física y nutrición saludable en los trabajadores en dichas municipalidades, existiendo relaciones directas, como moderada y baja, moderadas y bajas, respectivamente, entre las variables en tales trabajadores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acebal, E. (2010). Conciencia Ambiental y Formación de Maestras y Maestros. Tesis de doctorado, Universidad de Málaga. España. 341 pp.
- Alva, M. (2005). Promocionando la salud, entre el discurso y la práctica. 1ra Edición. Editorial Renjior. Chiclayo, Perú. 350 pp.
- Bethelmy, L. (2012). Experiencia de lo sublime en la vinculación emocional con la naturaleza: Una explicación de la orientación proambiental. Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Madrid, España. 315 pp.
- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Paidós. Barcelona, España. 176 pp.
- Carrasco, M. y La Rosa, M. (2013). Conciencia ambiental: Una propuesta integral para el trabajo docente en el ciclo II del nivel inicial. Tesis de grado, Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. 109 pp.
- D. S. 008-2005-PCM: Reglamento de Ley N° 28245 (24/01/2005).
- Gamero, I. (2018). Conciencia ambiental y su relación con la conservación de las áreas verdes por los estudiantes del Centro de Educación Básica Alternativa "La Victoria de Ayacucho" del distrito de Ascensión. – Huancavelica. Tesis de maestría, Universidad Nacional de Huancavelica, Huancavelica. Perú. 114 pp.
- Gomera, T. (2010). La conciencia ambiental como herramienta para la educación ambiental: conclusiones y reflexiones un estudio en el ámbito universitario. Centro Nacional de Educación Ambiental, Universidad de Córdoba, Argentina. 8 pp.
- Guerra, A. (2011). Conciencia ambiental de los pobladores de la zona urbana y periurbana de la localidad de Huancavelica. Tesis de maestría, Universidad Nacional de Huancavelica. Perú. 137 pp.
- Huilca, M. (2019). Conciencia ambiental y hábitos de vida saludable en niños de 5 años de edad de la Institución Educativa Inicial N° 33 de la Tinguiña – Ica. Tesis de grado, Universidad José Carlos Mariátegui, Moquegua. Perú. 80 pp.
- Jiménez, M. y Lafuente, R. (2005). La Operacionalización del concepto de conciencia ambiental en las encuestas. La experiencia del ecobarómetro andaluz. Persona, sociedad y medio ambiente. Perspectiva de la investigación social de la

- sostenibilidad. Alianza Editorial. Consejería de Medio Ambiente, Junta de Andalucía. Sevilla, España. 30 pp.
- Kellert, S. y Wilson, E.O. (1993). The biophilia hypothesis. Island Press. Washington, DC. USA. 30 pp.
- Kohlberg, L. (1992). La relación del juicio moral con la acción moral, Psicología del desarrollo moral. DDB, Bilbao, España. 83 pp.
- Ley N° 28044, Ley General de Educación (17/07/2003).
- Ley N° 28611, Ley General del Ambiente (13/10/2005).
- Ley N° 28245, Ley Marco del Sistema Nacional de Gestión Ambiental (21/04/2017).
- Louv, R. (2008). Last child in the Woods. Algonquil Books. New York. 345 pp.
- Meadows, D. 2004. Limits to growth. Earthscan. London, UK. 238 pp.
- Oré, G. 2014. Proyecto Educativo Institucional con enfoque ambiental para desarrollar la conciencia ambiental en los estudiantes de la I. E. San Daniel Comboni. Tesis de maestría, Universidad Nacional del Centro, Huancayo. Perú. 121 pp.
- Ponce, J. 2015. La gestión escolar y los profesores de telesecundaria. Editorial Mexicana. Puebla, México. 32 pp.

ANEXOS

Tabla 11
Operacionalización de las variables

Variables	Dimensiones	Indicadores
Conciencia ambiental	Cognitiva	Conocimiento
		Información
		Contaminación
	Afectivo	Preocupación
		Cuidado
		Equilibrio
		Crecimiento
	Conativo	Amenaza
		Contribución
		Disposición
	Activo	Colaboración
		Participación
Cuidado		
Hábitos de vida saludable	Cuidado de la salud	Recreación
		Calidad de sueño
		Visitas al médico
	Actividad física	Ejercicios físicos
		Vitalidad física
		Peso corporal estable
		Uso de tiempo libre
		Consumo de frutas y verduras
	Nutrición saludable	Organización de horario
		Hábitos durante las comidas

Tabla 12
Resultado de la dimensión cognitivo en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Cognitivo I	Deficiente	Recuento	2	0	2
		% dentro de Municipio	13,3%	0,0%	6,7%
	Regular	Recuento	3	6	9
		% dentro de Municipio	20,0%	40,0%	30,0%
	Buena	Recuento	10	9	19
		% dentro de Municipio	66,7%	60,0%	63,3%
Total	Recuento	15	15	30	
	% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%	

Tabla 13
Resultado de la dimensión afectivo en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Afectivo I	Regular	Recuento	8	4	12
		% dentro de Municipio	53,3%	26,7%	40,0%
	Buena	Recuento	7	11	18
		% dentro de Municipio	46,7%	73,3%	60,0%
Total	Recuento	15	15	30	
	% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%	

Tabla 14
Resultado de la dimensión conativo en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Conativo I	Deficiente	Recuento	2	2	4
		% dentro de Municipio	13,3%	13,3%	13,3%
	Regular	Recuento	4	8	12
		% dentro de Municipio	26,7%	53,3%	40,0%
	Buena	Recuento	9	5	14
		% dentro de Municipio	60,0%	33,3%	46,7%
Total	Recuento	15	15	30	
	% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%	

Tabla 15

Resultado de la dimensión activo en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Activo1	Deficiente	Recuento	2	2	4
		% dentro de Municipio	13,3%	13,3%	13,3%
	Regular	Recuento	9	10	19
		% dentro de Municipio	60,0%	66,7%	63,3%
	Buena	Recuento	4	3	7
		% dentro de Municipio	26,7%	20,0%	23,3%
Total		Recuento	15	15	30
		% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 16

Resultado de la dimensión cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Cuidado1	Deficiente	Recuento	1	1	2
		% dentro de Municipio	6,7%	6,7%	6,7%
	Regular	Recuento	12	12	24
		% dentro de Municipio	80,0%	80,0%	80,0%
	Buena	Recuento	2	2	4
		% dentro de Municipio	13,3%	13,3%	13,3%
Total		Recuento	15	15	30
		% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 17

Resultado de la dimensión actividad física en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Actividad1	Deficiente	Recuento	0	3	3
		% dentro de Municipio	0,0%	20,0%	10,0%
	Regular	Recuento	6	9	15
		% dentro de Municipio	40,0%	60,0%	50,0%
	Buena	Recuento	9	3	12
		% dentro de Municipio	60,0%	20,0%	40,0%
Total		Recuento	15	15	30
		% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 18

Resultado de la dimensión nutrición saludable en los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

			Municipio		Total
			Sausa	Yauyos	
Nutrición	Deficiente	Recuento	1	2	3
		% dentro de Municipio	6,7%	13,3%	10,0%
	Regular	Recuento	9	9	18
		% dentro de Municipio	60,0%	60,0%	60,0%
	Buena	Recuento	5	4	9
		% dentro de Municipio	33,3%	26,7%	30,0%
Total		Recuento	15	15	30
		% dentro de Municipio	100,0%	100,0%	100,0%

Tabla 19

Correlación que existe entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa 2019

		19	Conciencia ambiental	Cuidado
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coefficiente de correlación	1,000	,713**
		Sig. (bilateral)	.	,003
		N	15	15
	Cuidado	Coefficiente de correlación	,713**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	15	15

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

Tabla 19

Correlación que existe entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa 2019

19		Conciencia ambiental	Cuidado	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,713**	
		N	15	
	Cuidado	Coeficiente de correlación	,713**	1,000
		Sig. (bilateral)	,003	.
		N	15	15

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

Tabla 20

Correlación que existe entre conciencia ambiental y Actividad física en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa 2019

20		Conciencia ambiental	Actividad	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,681**	
		N	15	
	Actividad	Coeficiente de correlación	,681**	1,000
		Sig. (bilateral)	,005	.
		N	15	15

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

Tabla 21

Correlación que existe entre conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distrital de Sausa 2019

21		Conciencia ambiental	Nutrición	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,238	
		N	15	
	Nutrición	Coeficiente de correlación	,238**	1,000
		Sig. (bilateral)	,393	.
		N	15	15

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

Tabla 22

Correlación que existe entre conciencia ambiental y cuidado de la salud en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos 2019

22		Conciencia ambiental	Cuidado	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,316	
		N	15	
	Cuidado	Coeficiente de correlación	,316	1,000
		Sig. (bilateral)	,049	.
		N	15	15

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

Tabla 23

Correlación que existe entre conciencia ambiental y actividad en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos 2019

23		Conciencia ambiental	Actividad	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,556*	
		N	15	
	Actividad	Coeficiente de correlación	,556*	1,000
		Sig. (bilateral)	,031	.
		N	15	15

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla 24

Correlación que existe entre conciencia ambiental y nutrición en los trabajadores de las municipalidades distrital de Yauyos 2019

24		Conciencia ambiental	Nutrición	
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	
		Sig. (bilateral)	,322	
		N	15	
	Nutrición	Coeficiente de correlación	,322	1,000
		Sig. (bilateral)	,042	.
		N	15	15

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Tabla 25

Cuestionario aplicado a los trabajadores de las municipalidades de Sausa y Yauyos de la provincia de Jauja

CONCIENCIA AMBIENTAL				
N°	DIMENSIONES	Escala de Valoración		
		Nunca	A veces	Siempre
COGNITIVO				
1	Eliges alimentos industrializados para tu consumo diario			
2	Conoces el cronograma de entrega de los diversos desechos que se realiza a los carros recolectores			
3	Las campañas del cuidado del ambiente que realiza el municipio ayudan a cambiar de actitud a la población			
4	Realizas la clasificación correcta de los desechos que generamos en nuestras casas			
5	Sabías que la contaminación ambiental genera enfermedades a nuestro organismo			
6	Eliges con cuidado los productos que compras considerando las posibilidades de reutilización de los envases			
7	Conoces las consecuencias de la contaminación ambiental			
AFFECTIVO				
8	Se preocupa usted por mantener desconectado los artefactos eléctricos que no utilizas			
9	La población clasifica los diversos desechos que generan en casa			
10	Llamarías la atención a una persona si vez que está tirando los desperdicios a la calle			
11	Arrojas la basura o cualquier desecho a las calles			
12	Haz sentido que el clima ha cambiado y la causante es la contaminación			
13	Cultivas plantas al interior de su casa.			
14	Consumes alimentos orgánicos a diario			
15	Prepara tus alimentos en vez de comprar comida empaquetadas			
16	Utilizas el servicio de moto taxis para ir a tu centro de trabajo			
CONATIVO				
17	La población tira la basura en cualquier parte y en cualquier hora del día			
18	La población cada vez utiliza materiales descartables de un solo uso a diario			
19	Limpias las veredas de tu casa sin esperar que pase el personal de servicio			
20	Realizas acciones que contribuyan con el cuidado del medio ambiente			
21	Caminas o vas en bicicleta a tu centro de trabajo			
22	Para hacer la limpieza de tu casa utilizar diversos productos de limpieza			
23	Reciclas diversos objetos para luego darle un nuevo uso			
ACTIVO				
24	Quemas la basura que se acumula en tu casa			
25	Compras artículos desechables y plásticos que no son biodegradables			
26	Participas en las campañas de limpieza que realiza el Municipio a favor del medio ambiente			
27	Crees que las campañas de limpieza realizadas por el municipio tienen efecto positivo en la población			
28	Tomas y generas conciencia de lo que está sucediendo con nuestro medio ambiente			
29	Utilizas en casa bombillas de bajo consumo			
30	Evitas el uso de aerosoles			
PARCIAL				
HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE				
N°	DIMENSIONES	Escala de Valoración		
		Nunca	A veces	Siempre
CUIDADO DE LA SALUD				
1	Consumes alimentos balanceados			
2	Tienes algún vicio que afecta tu salud			
3	Ves televisión 3 o más horas al día			
4	Te estresas con facilidad.			
5	Tienes vacaciones una vez al año			
6	Tienes sueño durante el día			
7	Te proteges de los rayos ultravioletas			
8	Duermes de 7 a 8 horas diarias			
9	Visitas al médico por lo menos una vez al año			
10	Te realizas exámenes de colesterol, triglicéridos una vez al año			
ACTIVIDAD FISICA				
11	Tienes una buena alimentación			
12	Adoptas posturas correctas			
13	Terminas el día con vitalidad y sin cansancio			
14	Practicas actividad física con regularidad (bailas, trotas, caminas, manejas bicicletas)			
15	Mantienes tu peso corporal estable			
16	Consumes alimentos que te ayuden a mantener tu peso estable			
17	Compartes con tu familia y/o amigos el tiempo libre			
18	En tu tiempo libre lees, escuchas música, vas al cine otros.			
19	Estableces un horario para realizar tus actividades físicas.			
20	Realizas trabajos en el jardín de tu casa.			
21	Caminas para ir a tu centro de trabajo todos los días			
22	Tu familia realiza actividad física			
NUTRICIÓN SALUDABLE				
23	Te falta tiempo para consumir tus alimentos			
24	Provees un horario estable para tu alimentación			
25	Incluyes ensaladas en tu alimentación			
26	Consumes frutas y verduras en tu alimentación			
27	Consumes entre 6 y 8 vasos de agua al día			
28	Masticas adecuadamente tus alimentos			
29	Comes frente al televisor, computadora o con el celular			
30	Consumes más de un vaso de gaseosa a la semana			
PARCIAL				