



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Facultad de Medicina Humana
Escuela Profesional de Enfermería

Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado (a) en Enfermería

Autores

Stefany Milagros Cure Mendoza
Brandon Humberto Zegarra Romero

Asesor

M.C. Edgar Iván Valladares Vergara

Huacho – Perú

2023



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. **No Comercial:** No puede utilizar el material con fines comerciales. **Sin Derivadas:** Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
ESCUELA PROFESIONAL ENFERMERIA

INFORMACIÓN DE METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Stefany Milagros, Cure Mendoza	76429020	18/08/23
Brandon Humberto, Zegarra Romero	72961877	18/08/23
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
M.C Edgar Ivan, Valladares Vergara	15606301	0000-0003-0500-4484
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CODIGO ORCID
M(A): Olga Benicia, Cáceres Estrada	15582588	0000-0001-9905-1358
M(A). Frida Georgina, Bruno Malpica	15722875	0009-0001-0201-2115
M(A). Milagros del pilar, Marcelo Herrera	15761080	0009-0007-3942-4950

TESIS DE PREGRADO STEFANY CURE-BRANDON ZEGARRA

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

7%

FUENTES DE INTERNET

6%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uma.edu.pe

Fuente de Internet

2%

2

Submitted to Universidad Señor de Sipan

Trabajo del estudiante

2%

3

Submitted to Universidad Nacional del Centro del Peru

Trabajo del estudiante

2%

4

repositorio.autonomadeica.edu.pe

Fuente de Internet

1%

5

repositorio.uoosevelt.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo

Trabajo del estudiante

1%

7

**María Soledad Sandoval Zúñiga.
"Características sociodemográficas,
percepción sobre las habilidades de estudio y
rendimiento académico en estudiantes de**

1%

Ciencias de la Salud", EDU REVIEW Revista
Internacional de Educación y Aprendizaje,
2021

Publicación

8	Submitted to Universidad del Istmo de Panamá Trabajo del estudiante	1 %
9	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	1 %
10	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	1 %
11	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	1 %
12	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
13	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	<1 %
14	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1 %
15	"Incidencia de las prácticas institucionales en la percepción de hábitos de vida saludable : estudio de caso de colegios de La Pintana,	<1 %

Chile", Pontificia Universidad Católica de Chile,
2020

Publicación

- | | | |
|----|--|------|
| 16 | <p>Gladis Patricia Aristizábal Hoyos, Dolly Marlene Blanco Borjas, Araceli Sánchez Ramos, Rosa María Ostiguín Meléndez. "El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión", Enfermería Universitaria, 2018</p> | <1 % |
| | Publicación | |
| 17 | <p>Edwin Gustavo Estrada Araoz, Néstor Antonio Gallegos Ramos. "Satisfacción laboral y compromiso organizacional en docentes de la amazonía peruana", Educação & Formação, 2020</p> | <1 % |
| | Publicación | |
| 18 | <p>Javier Alonso Trujillo, Cristian Uriel Rosete Villegas, Abraham Alonso Ricardez. "PRINCIPALES FACTORES QUE INFLUYEN EN EL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA", Revista CuidArte, 2018</p> | <1 % |
| | Publicación | |
| 19 | <p>Submitted to upec</p> | <1 % |
| | Trabajo del estudiante | |
| 20 | <p>Jose G. Vargas-Hernandez, Icela Flores Osuna, M. S. C. Omar Cristian Vargas Gonzalez. "The Impact of the Renegotiation of USCM on the</p> | <1 % |

<p>Agricultural Exports of Sinaloa", SDMIMD Journal of Management, 2020 <i>Publicación</i></p>	
21	<p>José Mario Miranda Ramírez, Omar Aguilar García, Diana Miranda Medina. "Caracterización agronómica de tres genotipos comerciales de papaya en Michoacán, México", Ciencia & Tecnología Agropecuaria, 2022 <i>Publicación</i></p>
22	<p>Allison Durand, Deysi Valdivia-Chávez, Víctor Aramayo. "Biodiversity and distribution of sea anemones (Cnidaria, Anthozoa, Actiniaria) in Peru", Cold Spring Harbor Laboratory, 2022 <i>Publicación</i></p>
23	<p>María de la Luz Alonso Álvarez, Joaquín Terán Santos, José Cordero Guevara, Mónica González Martínez et al. "Reliability of Home Respiratory Polygraphy for the Diagnosis of Sleep Apnea-Hypopnea Syndrome. Analysis of Costs", Archivos de Bronconeumología ((English Edition)), 2008 <i>Publicación</i></p>
24	<p>Irma Yupari-Azabache, Santiago M. Benites, Nélida Milly Otiniano, Pablo Aguilar Ch, Cecilia V. Romero, Shane Sergent. "Nivel de conocimientos y su relación con las actitudes</p>

	y prácticas preventivas del Zika", Revista MVZ Córdoba, 2018 Publicación	
25	C. Mosqueira-Soto, M. Poblete-Troncoso. "Relación entre el nivel de ansiedad y rendimiento académico en estudiantes de enfermería", Enfermería Universitaria, 2021 Publicación	<1 %
26	I. Gede Juanamasta, Yupin Aunguroch, Joko Gunawan, Mary L. Fisher. "Postgraduate and undergraduate student nurses' well-being: A scoping review", Journal of Professional Nursing, 2022 Publicación	<1 %
27	Astrid León Camargo. "Planteamiento de un proceso participativo para la propuesta y priorización de proyectos de desarrollo regional. Caso de estudio Departamento del Meta en Colombia", Universitat Politecnica de Valencia, 2021 Publicación	<1 %
28	Submitted to Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo Trabajo del estudiante	<1 %
29	Armando Rafael Ruiz Arteaga, Edgar Ramón Petro Contreras. "Influencia de contenidos hipermedia e hipertextos en el desarrollo de	<1 %

la lectura inferencial en aprendices de 5° Grado.", Assensus, 2020

Publicación

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado

Título

“Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”

DEDICATORIA

Brandon: Este logro se lo dedico a toda mi familia; principalmente, a mis padres que me apoyaron tanto en los buenos y malos momentos, los que me enseñaron a afrontar las dificultades y no darme por vencido.

También agradecer a nuestro asesor, por su tiempo dedicado y grandes conocimientos brindados.

Stefany: Este trabajo de investigación para optar por mi licenciatura, va dedicado a mis padres, hermano y mis abuelos que desde un inicio me apoyaron, a pesar de la circunstancia, siempre me dieron una mano. También a mi viejito hermoso Blacky por quedarte cada noche conmigo, a la Sra. Pilar que me brindo su ayuda muchas veces y a ti Jesús, cariño, por quedarte y estar conmigo en la etapa más trivial e injusta que me tocó vivir “el internado post pandémico”.

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestro asesor el Médico Edgar Iván Valladares Vergara por el apoyo y disposición para este trabajo de investigación ya que usted estuvo al tanto de la investigación, nos brindó una correcta orientación y juicio que nos permitió un buen desenvolvimiento en el proyecto realizado y compartiendo con nosotros sus conocimientos.

Brandon: Agradezco a a mis padres que me apoyaron tanto en los buenos y malos momentos. Que me enseñaron a afrontar las dificultades y no darme por vencido.

Stefany: Agradezco a mi abuelo Gregorio Cure (mi estrella en el cielo), mi abuela Chavela, mi abuelo Máximo, a mis papás, a la Sra. Pilar Requena, a mi hermano Fabrizio, a mi hijo Blacky y a ti cariño, mi querido Jesús, le agradezco por todo su apoyo en esta travesía que se convirtió para sacar la licenciatura de enfermería, gracias por estar presente y por su apoyo incondicional, estaré eternamente

INDICE

CARATULA	I
TITULO	X
DEDICATORIA	XI
AGRADECIMIENTO	XII
INDICE	XIII
INDICE DE ANEXOS	XVII
RESUMEN	XVIII
ABSTRACT	XIX
INTRODUCCION	XX
CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad problemática	1
1.2 Formulación del problema	5
1.2.1. Problema General	5
1.2.2. Problemas Específicos	5
1.3 Objetivos de la Investigación	5
1.3.1 Objetivo General.	5
1.3.2. Objetivos Específicos.	5
1.4 Justificación de la Investigación	6
1.5 Delimitación del estudio	8
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO	9
2.1 Antecedentes de la investigación	9

2.2 Investigaciones internacionales	9
2.3 Investigaciones Nacionales	11
2.3.1 Bases teóricas	15
2.3.2 Bases Filosóficas.	21
2.3.3 Definición de Términos.	25
2.4 Hipótesis de la investigación	26
2.4.1 Hipótesis General	26
2.4.2 Hipótesis Específicos	26
2.4.3 Operacionalización de las variables	27
CAPITULO III. METODOLOGIA	28
3.1 Diseño Metodológico	28
3.2 Población y muestra	29
3.2.1 Población	29
3.2.2 Muestra	30
3.3 Técnicas de recolección de datos	31
3.4 Técnicas para el procesamiento de la información	33
CAPITULO IV. RESULTADOS	34
4.1 Análisis de resultados	34
4.2 Contrastación de hipótesis	37
CAPITULO V. DISCUSIÓN	38
5.1. Discusión de resultados	38
CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	40
6.1 Conclusiones	40

6.2 Recomendación	41
CAPITULO VII. REFERENCIAS	43
7.1 Fuentes documentales	44
7.2 Fuentes bibliográficas	47
7.3 fuentes hemerográficas	47
7.4 Fuentes electrónicas	49

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Estilo de vida y rendimiento académico que presentaron los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023	34
Tabla 2: Estilos de vida que presentaron los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023	35
Tabla 3: Rendimiento académico que presentaron los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023	36

INDICE DE ANEXOS

Anexo 01. Carta dirigida a la jefa de grados y títulos	50
Anexo 02. Constancia de aplicación de las encuestas firmado por el delegado general	51
Anexo 03. Consentimiento informado	52
Anexo 04. Cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPSI-I)	53
Anexo 05. Cuestionario de rendimiento académico	55
Anexo 06. Prueba de fiabilidad	56
Anexo 07. Prueba de viabilidad	57
Anexo 08. Procesamiento de datos en Excel	58
Anexo 09. Procesamiento de datos en sps	60
Anexo 10. Características demográficas	62
Anexo 11. Matriz de consistencia	64

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huacho 2023. La metodología que se aplicó fue de enfoque cuantitativo, de diseño cuasi experimental de tipo aplicativo. Se aplicó dos cuestionarios de 52 preguntas, la primera encuesta de estilo de vida PEPSI de 48 ítems y el segundo cuestionario de 4 ítems para rendimiento académico, el cual estuvo dirigido a 222 estudiantes de Enfermería de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión, de lo cual se aplicó el muestreo estratificado y se obtuvo como estratos solo 141 estudiantes donde logramos los siguientes resultados. Los estilos de vida que presentaron los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huacho Saludable 52% (73) y No saludable 48% (68). En Rendimiento académico que presentaron los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huacho, es Muy bueno 5% (5), Bueno 39% (56), Aceptable 43% (70) y Deficiente 13% (10). Para la contrastación de hipótesis se utilizó la prueba no paramétrica R de Pearson, donde nos mostró que ambas variables presentan una correlación significativa moderada.

Se concluye, que los estudiantes que presentan un estilo de vida saludable obtuvieron un rendimiento académico aceptable y que existe una relación directa entre ambas variables.

Palabras clave: Estilos de vida, rendimiento académico, estudiantes

ABSTRACT

The objective of this study was to analyze the influence of lifestyles on academic performance in nursing students at the University of Huacho 2023. The methodology applied was a quantitative approach, with a quasi-experimental design of an applicative type. A survey of 48 items for lifestyle and 4 items for academic performance was applied, which was directed to 222 nursing students from the José Faustino Sánchez Carrión National University, from which stratified sampling was applied and only 141 students were obtained as strata where we achieved the following results. The lifestyles presented by Nursing students at the University of Huacho Healthy 52% (73) and Unhealthy 48% (68). In academic performance presented by Nursing students from the University of Huacho Very good 5% (5), Good 39% (56), Acceptable 43% (70) and Deficient 13% (10). For the contraction of hypotheses, the non-parametric Pearson's R test was used, which showed us that both variables present a moderately significant concretion.

It is concluded that students who have a healthy lifestyle achieved very good academic performance and that there is a direct relationship between both variables.

Keywords: Lifestyles, academic performance, students.

INTRODUCCION

Según la Organización Mundial de la Salud, considera que los estilos de vida son factores coadyuvantes principales de la salud en la sociedad, porque son prácticas biológica, psicológica y socialmente condicionadas que pueden contribuir a hábitos saludables o, por el contrario, constituyendo a un factor de riesgo para la salud y una amenaza para el bienestar humano (Endo et al. 2021).

Por otro lado, según las universidades, como organismos representativos de la educación superior, sobre el rendimiento académico es que constituyen un factor imprescindible de la calidad del estudio superior, ya que nos permite analizar y medir un indicador que consiente una aproximación a la realidad educativa, presentándose un conjunto de situaciones estresantes que el alumnado puede experimentar a lo largo de sus estudios universitarios (Arnedo, 2019).

La presente investigación contiene los siguientes capítulos:

CAPITULO I: Constituido por la realidad problemática, formulación del problema, objetivos, justificación y delimitación de estudio.

CAPITULO II: Abarca el marco teórico, antecedentes internacionales y nacionales, bases teóricas - filosóficas, definiciones de términos, hipótesis y la operacionalización de variables.

CAPITULO III: Esta el marco metodológico (diseño metodológico, población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos y las técnicas para el procesamiento de la información.

CAPITULO IV: Resultados de las variables y la contrastación de hipótesis.

CAPÍTULO V: Está conformado por discusión de los resultados

CAPITULO VI: Se concluye con algunas recomendaciones y conclusiones.

Se incluye con las referencias bibliográficas y anexos.

Esperando que la presente investigación sirva para ampliar el marco de futuras investigaciones relacionados con el tema por otros investigadores, dejamos a la crítica correspondiente.

CAPITULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

El estilo de vida es una construcción multidimensional que se desarrolla a lo largo de la vida del individuo en donde influye el entorno social, y la autoestima se considera como un factor de impacto positivo e influyente en el estilo de vida (Caldas & Sudario, 2019).

Un estilo de vida saludable es la agrupación de conductas, prácticas que adoptan y que a su vez realizan los seres humanos de forma personal o grupal las cuales permiten satisfacer las necesidades del ser humano alcanzando desarrollo personal y profesional (Albino, 2019).

Los estilos de vida son una serie de hábitos que permiten llevar un estado de completo bienestar físico, mental y social, esto implica mejorar en temas como la alimentación, el ejercicio físico, la prevención de la enfermedad, el trabajo, la relación con el medio ambiente, el descanso adecuado, la recreación y la actividad social logrando así un buen estado general (Caldas & Sudario, 2019).

El rendimiento académico tiene como definición el análisis conceptualizado de las actividades desarrolladas en un periodo académico, en base a las competencias y objetivos establecidos en los diferentes ciclos que esté cursando el estudiante universitario. Desde el punto de vista operativo, este indicador está limitado a evaluar al estudiante con número o letras, provocando la angustia y ansiedad en algunos estudiantes universitarios que no cumplen con el criterio según la evaluación, lo cual se ve a lo largo de los ciclos (Arnedo, 2019).

En países latinoamericanos, como en el Ecuador en la Universidad Técnica del Norte en Ibarra en la carrera de Enfermería se concluyó que la influencia que tiene los estilos de vida en el rendimiento académico a partir de las diferentes investigaciones realizadas con estudiantes de la

carrera de Enfermería se demuestra que al querer tener muy buen rendimiento académico se descuida las dimensiones como alimentación, actividad física; provocando un estilo de vida poco saludable. Con una muestra de un total de 70 estudiantes de pregrado de la carrera de Enfermería, la gran mayoría de sexo femenino, comprendidos en edades de 18 a 20 años. Su rendimiento académico tiene el porcentaje de 48,6%; rendimiento académico muy bueno; seguido de un 42,9%, rendimiento académico bueno; en lo que concierne con lo estilo de vida, nos informa que un porcentaje de 1,4% tienen una alimentación poco saludable y el 22,9% muy saludable y el 5,7% es nada saludable. Entonces se puede deducir que los estudiantes tienen malos estilos de vida por mantener el rendimiento académico (León, 2019).

La Organización Mundial de la Salud, nos indica que las enfermedades no transmisibles; como cáncer, diabetes, enfermedades respiratorias y cardiovasculares; se cobran la vida de 41 millones de personas todos los años, lo que equivale al 74% de todas las muertes a nivel mundial. Las enfermedades cardiovasculares representan la mayor parte de la mortalidad, es decir, 17.9 millones de personas al año, seguidas de los cánceres (9.3 millones), las enfermedades respiratorias crónicas (4.1 millones) y la diabetes (2 millones, incluidas las muertes por enfermedad renal causadas por la diabetes) (Organización Mundial de la Salud, 2022).

Cada año, 17 millones de personas mueren por una enfermedad no transmisibles antes de los 70 años de edad; el 86% de esas muertes prematuras se producen en países de ingresos bajos y medianos. El consumo de tabaco, la inactividad física, el consumo nocivo de alcohol y el estilo de vida no saludable aumentan el riesgo de fallecer por una enfermedad no transmisible (Organización Mundial de la Salud, 2022).

A nivel nacional, en la Universidad Nacional de Tumbes. El estilo de vida saludable de los estudiantes de nutrición, representan un porcentaje de 75% de estudiantes que tienen un aprendizaje regularmente logrado y solo un 10.5% con un estilo de vida saludable. Mientras que aquellos alumnos que practican un estilo de vida no saludable el 60% ha logrado un aprendizaje regular. Concluyendo con la investigación anterior, comparte una gran similitud en sus relaciones con las variables, se concluyó que al querer obtener un estilo de vida saludable se esfuerzan por mantener un rendimiento académico regular. (Ramirez, 2019).

En la Universidad Norbert Wiener de Lima, presentaron las siguientes cifras que, los estudiantes universitarios presentan un buen estilo de vida que equivale al 51% y un mal estilo de vida equivale al 49%, por lo tanto, demuestra que el estilo de alimentación adoptado por los jóvenes no es del todo saludable (Uriarte & Vargas, 2019).

En Huacho; Caldas y Sudario, en su investigación sobre las dimensiones de estilo de vida, se encontró que, en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, quienes establecieron que los estudiantes universitarios presentan un estilo de vida regular en un porcentaje de 62% y el 1% un nivel bajo, por ello evidenciamos que es necesario orientar para mejorar los estilos de vida y repercuta en su calidad de vida (Caldas & Sudario, 2019).

En otra investigación de Carquín, en su investigación de actividad física y sedentarismo en estudiantes de enfermería; hizo énfasis que la inactividad física es un riesgo para la salud. A nivel mundial viene afectando cada vez más la calidad de vida, por la que hoy en día existe un alto porcentaje de sedentarismo, que provoca enfermedades cardiovasculares, diabetes, obesidad y sobrepeso, siendo así que al evaluar a los estudiantes de enfermería se encontró con un porcentaje del 69% que mantiene una actividad física moderada y el 20% un nivel bajo, concluyendo que los estudiantes de la carrera de enfermería presentan una actividad física y

sedentarismo moderado, la cual pertenece a las dimensiones de estilo de vida saludable, generando así intriga y mayor énfasis en nuestro interés de investigar los estilos de vida que presentan en dicha carrera (Carquin, 2019).

Durante nuestro tiempo de estudios realizado, hemos evidenciado que muchos estudiantes a lo largo de los ciclos han demostrado cambios abruptos desde el primer ciclo al tercer ciclo con el inicio de las prácticas y posterior al noveno ciclo cursando el internado, teniendo en cuenta en sí que la mayoría de veces presentan un desorden en el hábito alimenticio y en su horario de ingesta de alimentos; algunos de ellos prefieren no ingerir alimentos por llegar a tiempo a sus clases o prácticas, provocando en una enfermedad no trasmisibles como gastritis; además que alguno no cuentan con el apoyo económico de sus padres para solventar la carrera, causando que los universitarios trabajen causando en algunos la deserción de la carrera y el bajo rendimiento académico ocasionando que reprobren el ciclo. Algunos estudios previamente concluyen que la mayoría de estudiantes universitarios presentan un rendimiento académico regular pero relacionado a un estilo de vida no saludable. Existe un patrón de priorización de los estudiantes de Enfermería a alcanzar los objetivos el proceso enseñanza - aprendizaje, descuidando los hábitos positivos como alimentación, actividad física, recreación, salud mental, etc.; provocando en algunas secuelas de patologías como gastritis, hipertensión temprana, diabetes mellitus, trastornos alimentarios, ansiedad, estrés. Otros estudiantes se ven más afectados en sus estilos de vida, en vista que no tienen recursos económicos para satisfacer adecuadamente sus necesidades primarias, acarreado y empeorando sus estilos de vida, generando cuadros de trastornos de ansiedad y depresión, empeorando el rendimiento académico ocasionando que en algunos casos desde la falta de aprobación de la cátedra hasta la ocasione la deserción de la carrera.

Es por ello que se debería orientarse o realizar un cronograma ordenado para que todo su tiempo se distribuya de manera equitativa, tanto para realizar sus actividades académicas, de ocio y laborales, también de contar con el apoyo de la entidad universitaria, de la facultad o escuela, para que no exista alguna deserción de la carrera.

1.2 Formulación del problema

1.2.1. Problema General

¿Cómo influye los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023?

1.2.2. Problemas Específicos

¿Cuáles son los estilos de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023?

¿Cuál es el rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General.

Analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023

1.3.2. Objetivos Específicos.

Identificar los estilos de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023.

Determinar el rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023.

1.4 Justificación de la Investigación

1.4.1 Conveniencia

La investigación será conveniente ya que así podremos analizar de qué manera influye los estilos de vida en el rendimiento académico, interviniendo en esta problemática, brindando y proporcionando alternativas de solución a la problemática suscitada en las generaciones futuras para lograr una mejora y cambios en sus hábitos de vida positivos que permitan influir mejorando el estado de la salud y mejorando el rendimiento académico en los estudiantes universitarios.

1.4.2 Relevancia social

El proyecto de investigación permitirá, brindar información fundamental sobre que estilo de vida que presentan los estudiantes de enfermería y como se relaciona con el rendimiento académico que existe entre los ciclos de dicha escuela profesional. La población joven, que es parte importante de la población económicamente activa, debe de estar protegida para evitar alteraciones en la economía nacional, al perder el poder productivo intelectual y mano de obra.

La profesión de enfermería es una disciplina holística que posibilita la acción y así contribuye a la reducción de la morbilidad, al difundir conocimientos preventivos para abordar los problemas de salud y recomendar acciones orientadoras de cambio de comportamiento impartiendo conocimientos y lecciones, para un adecuado manejo de un estilo de vida saludable (Espinoza, 2020).

Los beneficiados de esta investigación serán los estudiantes de la escuela de enfermería y frente a los resultados podemos motivar al cambio de estilo de vida saludable que influya en el incremento del rendimiento académico del universitario.

1.4.3 Implicancia Práctica

Esta investigación será útil para que los estudiantes de enfermería y sus autoridades universitarias conozcan la influencia de los estilos de vida con relación a su rendimiento académico de los alumnos. Logrando así que la escuela de Enfermería aplique programas como tutoría, creación de cronograma de uso personal para distribuir adecuadamente su tiempo y la implementación de más electivos recreacionales en su plan curricular. (Carquin, 2019)

1.4.4 Valor teórico

No habrá la aplicación de alguna nueva teoría, sin embargo, podrían hacer uso de las actividades prácticas que van a estar relacionadas con la vida diaria. Un mal estilo de vida podría desencadenar enfermedades no transmisibles que se explicó anteriormente, causando preocupación en la sociedad. Por eso en los estudiantes universitarios que no tienen un buen rendimiento académico tendrían un estilo de vida no saludable. (Galeano, 2019)

1.4.5 Utilidad metodológica.

Se usará una metodología accesible desarrollando un instrumento confiable y validado, titulado encuesta de estilo de vida de Nola Pender, adaptado a los estudiantes de enfermería en la Universidad Nacional de Cajamarca filial de Jaén en el año 2021; los resultados obtenidos, sirvió de base para la utilización de futuras investigaciones que desearon seguir investigando acerca del tema. (Guevara, 2022)

1.5 Delimitación del estudio

1.5.1 Delimitación Espacial

La investigación se realizará en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, escuela profesional de enfermería, ubicado en el distrito de Huacho.

1.5.2 Delimitación Social

La investigación se desarrollará acerca de la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería, ya que este problema repercute en la sociedad y así mismo en los alumnos de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, donde no encontraremos dificultades.

1.5.3 Delimitación Temporal

El proyecto a investigar se ejecutará en un lapso de 3 meses febrero - abril del año 2023.

1.5.4 Delimitación Conceptual

La investigación se realizará para determinar la relación entre la influencia de los estilos de vida y rendimiento académico para conocer el conocimiento que adquieran a poder evidenciar si se aplicó sus conocimientos en la vida diaria

1.6 Viabilidad de la Investigación

El proyecto será viable debido a la aplicación de un instrumento, tipo cuestionario validado en la Universidad de Cajamarca realizado en estudiantes de enfermería, que contara con 48 ítems de estilos de vida y 8 dimensiones que determinara que estilo de vida presentan.

Viabilidad técnica.

Se contará con el uso de las herramientas de Google, como Google Forms para la ejecución de los cuestionarios por parte de los investigadores hacia los alumnos de 3 ° a 8° ciclo de la carrera de enfermería.

Viabilidad económica.

El siguiente proyecto es viable ya que los gastos que se realizarán serán mínimo y serán solventados por los autores.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.2 Investigaciones internacionales

Zambrano (2021), en su investigación titulada; Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeralda-Ecuador, tiene como objetivo analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería. En la metodología aplicada se realizó un estudio cuantitativo, de corte transversal y de enfoque correlacional; la población estuvo conformada por 379 estudiantes de segundo a noveno nivel de la escuela de enfermería, donde se tomó una muestra representativa de 171 estudiantes. Los resultados muestran que 144(63%) estudiantes practican estilos de vida saludables y 84(37%) practican estilos de vida no saludable, el 50% de los estudiantes encuestados tienen un rendimiento académico bueno. Al final concluyo los estilos de vida influyen directamente en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, un estilo de vida saludable genera que el rendimiento del estudiante este enfocado positivamente al aprendizaje y desarrollo de habilidades académicas que le permitirán obtener promedios muy buenos o excelentes.

Cara, R., Cara, M., Gálvez, M., et al. (2021), en su revista cubana titulada; Hábitos de vida y rendimiento académico en periodo evaluativo en estudiantes de enfermería; tuvo como objetivo analizar los hábitos de vida y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes de Enfermería. Fue un estudio observacional descriptivo de tipo transversal realizado a 488 estudiantes cursos del grado en enfermería de una universidad al sur de España. En los resultados con un porcentaje de 53,30 % de la muestra realizaba ejercicio físico de forma regular, siendo similar en los cuatro cursos evaluados para los hombres mientras que en las mujeres aumentó de

31,11 % en 1° a 61,26 % en 4° curso. No diferencias relevantes en el rendimiento académico según variables de estilo de vida excepto sueño. Concluyendo que las horas de sueño dormidas, sobre todo la semana previa al examen se relacionan con mayor rendimiento académico. Los resultados sugieren que los estilos de vida menos saludables conllevan a peor rendimiento académico.

Endo et al. (2021), en su tesis realizada en Ecuador, considerado una revista científica, plantearon como identificar los estilos de vida saludables en los universitarios. El método utilizado es un estudio observacional, descriptivo de corte transversal, la cual constituye 179 estudiantes, a quienes se aplicaron el cuestionario fantástico, los resultados obtenidos fue el 92% mostraban un estilo de vida bueno y el 5% un estilo de vida malo. En conclusión, que del total de estudiantes investigados una cantidad mínima de estudiantes que tienen un estilo de vida bajo.

León (2019), en su artículo de la revista hecha en Ecuador; tuvo el objetivo de evaluar los estilos de vida en los estudiantes de la carrera de enfermería y comparar si esto repercuten con el rendimiento académico. Es un estudio descriptivo, cuantitativo, no experimental transversal y de alcance correlacional, se realizó a 70 estudiantes de pregrado de cuarto semestre de la carrera de enfermería. Los datos se procesaron en el programa SPSS con una potencia del 80%, con una media de 1.8 y una desviación estándar de 6.9, frecuencia. Entre los resultados, la edad promedio es de 18-20 años, su rendimiento académico tiene el porcentaje de 48,6%; rendimiento académico muy bueno; seguido de un 42,9%, rendimiento académico bueno; en lo que concierne con lo estilo de vida, nos informa que un porcentaje de 1,4% tienen una alimentación poco saludable y el 22,9% muy saludable y el 5,7% es nada saludable. Entonces se puede deducir que los estudiantes tienen malos estilos de vida por mantener el rendimiento académico.

Broncano (2018), en su tesis realizado en Chimborazo – Ecuador, planteo determinar el estilo de vida de los universitarios, se empleó un método descriptivo corte transversal, enfoque mixto, su población es de 378 estudiantes, emplearon el cuestionario de Nola Pender: perfil de estilo de vida, como resultado 192 puntos fue un alto puntaje y 48 puntos un bajo puntaje. En conclusión, el 46.3% y tienen actividad física el 44.5%, lo que se manifiesta que en la escala tienen un puntaje poco saludable.

Mousavi et al (2018) en su investigación; los estilos de vida que promueve la salud entre universitarios de medicina de la Universidad de Ciencias Médicas de Mashhad. Utilizaron la escala de (HPLP II). Como resultado se evidenciaron que, la nutrición, responsabilidad en la salud y relaciones interpersonales presentaron un 36% moderado; en la actividad física un 32% moderado, en el manejo del estrés un 32% favorable; y en crecimiento espiritual un 64% desfavorable. Finalmente, el comportamiento del consumidor en la promoción de la salud de los estudiantes generalmente se mostró moderados.

2.3 Investigaciones Nacionales

Villavicencio, M.; Falcon, I.y Davila, R. (2020), en su tesis hecho en Huánuco; tiene como objetivo determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de enfermería. El tipo de estudio utilizado fue descriptivo correlacional de corte transversal. El instrumento que se utilizó para evaluar el estilo de vida saludable considerado es una adaptación del inventario de conductas de salud en escolares, diseñado por la Organización Mundial de la Salud. El análisis de los datos se realizó mediante el uso de estadísticas descriptivas y para el análisis inferencial se usó la prueba estadística de Chi Cuadrado y utilizó a la totalidad de alumnos matriculados en el año académico, del primero a quinto año. Después de la evaluación se tiene que un 95% de los estudiantes

tenían prácticas de estilos de vida saludables y un 5% no saludable y al correlacionar con el rendimiento académico, se tiene que el 25% su rendimiento fue bueno y un 70% su rendimiento fue regular. Al aplicar las pruebas estadísticas se encontró un $X^2 = 252$ y un $P < 0.05$, lo que se interpreta que existen evidencias estadísticas que los estilos de vida que practican se relacionan significativamente con el rendimiento académico de los estudiantes, quedando demostrada la hipótesis de investigación.

Sánchez (2020), su tesis realizada en Chiclayo, considerando la carrera de enfermería, recomendaciones para identificar los estilos de vida de los estudiantes universitarios. El instrumento que se utilizó fue el (PEPS-I). Los resultados obtenidos mostraron que el estilo de vida no saludable de diferentes dimensiones: dimensión responsabilidad en salud fue 54%, dimensión actividad física fue 58%, dimensión nutrición fue 57%, dimensión autorrenovación fue 55%, dimensión apoyo interpersonal fue 58% y manejo del estrés. dimensión fue del 59%. Se concluyó que presentaron un 56% no saludables y un 44% saludables.

Chávez (2020) en su tesis titulada; Estilos de vida saludable en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la UPSJB. Se planteó para determinar los estilos de vida saludable en los universitarios, propone utilizar un método cuantitativo, descriptivo, prospectivo y de corte transversal, siendo el muestreo de 85 universitarios, el instrumento que sirve para su tema es de Nola Pender. Obteniendo que el 74% presentaron estilo de vida malo y el 26% bueno. Se concluyó los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo presentan estilos de vida no saludables.

Ramírez, L. (2019), en su tesis realizada en Tumbes; tiene como objetivo determinar el nivel de relación entre el estilo de vida y rendimiento académico en los alumnos de la escuela de nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, como metodología, la investigación es de tipo descriptiva no experimental con diseño correlacional, de corte transversal con un enfoque

cuantitativo, en una población muestral de 186 estudiantes. Para la recopilación de información se empleó cuestionario de opinión sobre estilos de vida y el registro de notas para medir el rendimiento académico. Como resultado se obtuvo que un estilo de vida saludable está presente en la mayor parte que es el 75% de estudiantes, que tienen un aprendizaje regularmente logrado y solo un 10.5% también con practica de estilo saludable tienen un aprendizaje logrado. Mientras que de aquellos alumnos que practican un estilo de vida no saludable el 60% ha logrado un aprendizaje regular y un 19.1% un aprendizaje logrado. Concluyendo con la investigación anterior, comparte una gran similitud en sus relaciones con las variables, que al tener un estilo de vida saludable presentan un rendimiento académico regular.

Chambi, A., Cienfuego, J., Espinoza. (2020), en su artículo titulado, estilos de aprendizaje y rendimiento académico en internos de enfermería de una universidad pública peruana, tiene como objetivo evaluar los estilos de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico, en internos de enfermería de una universidad nacional del Perú. Es un estudio transversal, cuantitativo, correlacional; realizado en 70 internos de enfermería durante el 2018, se aplicó el cuestionario validado de Hoyen-Alonso para estilos de aprendizaje, diseñado para que el estudiante identifique su estilo preferido de aprendizaje, y récord de notas para rendimiento académico, los datos fueron sometidos a estadística descriptiva e inferencial, utilizando el SPSS 26.0. Con resultados que entre 20 a 25 años, con estilos de aprendizaje reflexivo 80%, seguido del teórico 75%, pragmático 66% y activo 57%. El promedio ponderal del rendimiento académico fue de 15,84, con porcentaje del 62,86% presentaron un rendimiento bueno, y el 32,86% un rendimiento excelente. Concluyendo que el rendimiento académico de los internos de enfermería fue principalmente bueno y excelente.

Según Uriarte y Vargas (2019), en su investigación hecha en Lima, tiene como objetivo determinar los estilos de vida de los estudiantes. Para ello, se utilizó el método, de enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. Para la realización del estudio se tuvo una población de 4394 estudiantes de los cuales se usó una muestra fue de 188. Los resultados muestran que el 51% presentó un estilo de vida no saludable y el 49% un estilo de vida saludable. En la dimensión de alimentación, se evidenció que el 52.6% tiene un estilo de vida saludable y el 47.4% un estilo de vida no saludable; en la actividad física, el 33.50% mostró un estilo de vida saludable y el 66.50% un estilo de vida no saludable, por último, en la psicológica, se constató que el 54.1% tiene un estilo de vida no saludable y el 45.9% un estilo de vida saludable. Finalmente, se concluyó que en los estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Norbert Wiener predomina el estilo de vida no saludable.

Caldas y Sudario (2020), realizaron su tesis en Huacho, considerada para optar licenciatura en trabajo social, plantearon determinar el nivel de los estilos de vida de los universitarios. Proponen un método no experimental, descriptivo y cuantitativo, presenta un muestreo de 179 estudiantes, como instrumento realizaron su propio cuestionario. Como resultados, de 179 (100%) estudiantes de trabajo social, 37% presentan un alto estilo vida, 62% presentan un estilo de vida medio y el 1% presentan un bajo estilo de vida. En conclusión, los estilos de vida de la gran mayoría de los estudiantes de trabajo social se mantienen es un estilo de vida medio.

Carquín. (2019), en su tesis titulada; Actividad física y sedentarismo en la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión - 2019; que tiene como objetivo determinar qué tipo de actividad física y sedentarismo existe en los estudiantes de la escuela profesional de enfermería durante el año 2019. El estudio es de diseño

no experimental, corte transversal, enfoque cuantitativo prospectivo y tipo de estudio descriptivo, la población estuvo conformada por 322 estudiantes de la escuela profesional de enfermería y la muestra por 176 estudiantes, la técnica de recolección de datos fue una encuesta con el instrumento de actividad física (GPAQ, 2000), validez con R de FINN 0.70 y confiabilidad de 0.86 K Richardson, el instrumento de sedentarismo de clasificación (Pérez-Rojas-García) con una validez de R de FINN 0.80 y confiabilidad de 0.93 K-Richardson. Los resultados obtenidos fueron, que, de los 176 estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, presentan en mayor porcentaje una actividad física moderada con un 69%, mientras que el sedentarismo fue moderado con un 65%. Al final se concluyó que los estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión presentan en su mayoría una actividad física y sedentarismo moderado.

2.3.1 Bases teóricas

Estilo de vida.

Estilos de vida en estudiantes universitarios. En los estudiantes universitarios, los estilos de vida se relacionan con la presencia de problemas sociales que tienen mucha relevancia e influencia sobre su calidad de vida y estado de salud; entre estos problemas se encuentran el contagio por infecciones de transmisión sexual, los accidentes de tránsito, abortos, embarazos no deseados, incluyendo también los trastornos relacionados a la conducta alimentaria y la práctica del sedentarismo (Albino, 2019).

Clasificación de los estilos de vida.

Estilo de vida saludable: Son las características, actitudes o comportamientos de las personas, que se encargan de satisfacer las necesidades humanas básicas y poder formar un estilo

saludable de manera responsable, lo que ayudará a prevenir enfermedades infecciosas y así mantener la calidad de vida, el cual nos guiará para prevenir diversas enfermedades a futuro.

Además, debemos considerar llevar una vida saludable, por ello mencionaremos las siguientes conductas saludables.

Hacer ejercicio en forma regular y controlar el peso.

No fumar.

No tomar mucho alcohol y evitarlo por completo en caso de tener antecedentes de alcoholismo.

Utilizar los medicamentos recetados por su proveedor de atención médica según las instrucciones.

Consumir una dieta saludable y equilibrada.

Cuidar los dientes y limpieza bucal

Controlar la hipertensión arterial y enfermedades cardiovasculares

Seguir buenas prácticas de seguridad

Estilo de vida no saludable. Son actitudes inadecuadas que llevan en sus estilos de vida que desencadenan grandes posibilidades de enfermarse, dañar el organismo, generar problemas psíquicos y de su entorno (Uriarte & Vargas, 2019).

Las prácticas de estilos de vida no saludable son:

Sedentarismo

Inadecuado hábito en la ingesta de alimentos.

Cuadro de violencia familiar.

Estado de vulnerabilidad que se genera por consecuencia del estrés a la persona.

Incumplimiento terapéutico debido a que no tienen conciencia de la gravedad de su enfermedad

Hábito inadecuado de salud que favorece la aparición de patologías. (hipertensión, diabetes, problemas respiratorios, etc.)

Dimensiones del estilo de vida según Nola pender. Nola Pender diseño y validó un instrumento útil que permite identificar el compromiso de las personas con la realización de conductas saludables en aquellas dimensiones donde es urgente intervenir que son:

La dimensión nutrición, actividad física, manejo del estrés, relaciones interpersonales, crecimiento espiritual o autoactualización y responsabilidad de la salud. (Guevara, 2022)

La dimensión nutrición. Que está relacionado con la cantidad y periodicidad del consumo de alimentos que se consideran esenciales para el desarrollo y el bienestar de la persona. La recomendación para una alimentación saludable es: consumir productos lácteos como la leche, el queso o yogurt mínimo una vez al día; incorporar en la dieta diaria cereales, arroz, etc.; carnes blancas como el pollo o pescado y carnes rojas solamente dos fracciones al día; las menestras deben incluirse en la alimentación al menos dos veces por semana; diariamente consumir frutas y verduras y beber 2 litros de agua. Reemplazar los aceites por el aceite de oliva, procurar consumir alimentos con bajo contenido de grasa, sal y azúcar (Guevara, 2022).

La dimensión de actividad física. Que se refiere a la práctica de ejercicio, su intensidad y duración. García y Fonseca mencionan que la actividad física y el deporte son las principales actividades extraacadémicas que tienen un impacto positivo en la parte cognitiva, la capacidad de socialización y el rendimiento académico de la persona, de tal manera que la condición física y

mental durante el periodo universitario está garantizado cuando el estudiante se encuentra activo físicamente (Pender, 2019).

La dimensión del manejo del estrés. Relacionado con las técnicas de relajación y reducir la tensión eficazmente. Benjamín Stora define el estrés que es causado por el instinto del cuerpo de protegerse a sí mismo. Actualmente, el estrés es considerado como un factor entre la persona y el ambiente, es una interacción entre los factores ambientales y fisiológicos que ponen en peligro el bienestar de la persona (Uriarte & Vargas, 2019).

Para controlar el estrés se debe realizar técnicas de relajación o meditación, ejercicio físico, actividades recreativas constructivas. Es importante cuidar el sueño, el cual debe darse en las mejores condiciones (antes de dormir procurar tener pensamientos agradables y estar relajado) y en la cantidad suficiente para que este sea reparador permitiendo al organismo un funcionamiento adecuado, como mínimo de 7 a 8 horas. Es necesario modificar las situaciones que causan el estrés para que los individuos permanezcan sanos, y si no lo puede hacer uno mismo entonces se debe buscar ayuda profesional (Guevara, 2022).

La dimensión de relaciones interpersonales. Que está relacionado con la comunicación y cercanía con los demás, que se refiere el hecho de compartir y expresar pensamientos y sentimientos a través de la comunicación verbal y no verbal. El soporte interpersonal se entiende por la capacidad que tiene el individuo de relacionarse e interactuar con otras personas en los distintos ámbitos, estas interrelaciones pueden basarse en emociones y sentimientos como: el amor, el gusto artístico, las actividades sociales, etc.

La comunicación lo es todo en las relaciones interpersonales, puesto que se genera una sensación de confianza y cercanía con las demás personas, donde surge intercambio de ideas y sentimientos a través de mensajes verbales y no verbales. Además, nos hacen mejores en todas

las facetas de la vida dándonos sentimientos de satisfacción. La solución de los problemas, facilita actitudes positivas ante la vida, ya sea en el trabajo que permite el desarrollo de habilidades sociales y estimula la empatía con las demás personas además que favorece actitudes y valores para afrontar los conflictos, fracasos, frustraciones; y en definitiva ayuda a generar climas de bienestar social y mantener estilos de vida saludable (Guevara, 2022).

Por el contrario, las dificultades que se pueda presentar en las relaciones interpersonales, pueden incitar a sentimientos de rechazo, aislamiento, así como hostilidad o rebeldía, llegando a modificar su calidad de vida (Guevara, 2022).

La dimensión de crecimiento espiritual o autoactualización. Que comprende el desarrollo de los recursos internos para estar en armonía, la felicidad y el planteamiento de objetivos. Y finalmente la dimensión de responsabilidad en salud que se refiere al sentido de ser responsable del propio bienestar (Chavez, 2020).

En términos ordinarios, Maslow define la autoactualización como "el uso pleno y la explotación de los talentos, las capacidades, las potencias, etc." La autoactualización no es un estado estático, más bien es un proceso continuo en el que se utilizan las propias capacidades de manera plena, creativa y gozosa. Las personas auto actualizadas ven la vida con claridad, son menos emocionales y más objetivas que pocas veces permiten que las esperanzas, los temores o los mecanismos defensivos del yo, distorsionen sus observaciones. Las cuales poseen las siguientes características realismo, aceptación de sí mismo, espontaneidad, autonomía, sensación de aprecio permanentemente y sentimientos de afinidad hacia los demás (Saez, 2022).

La dimensión de responsabilidad de Salud. Es la capacidad de las personas de responder por su propia salud, esto implica decidir sobre alternativas saludables en vez de aquellas que pueden ser un riesgo para la salud, lo que permitirá reconocer que tenemos la

habilidad para modificar los riesgos inherentes a nosotros mismos y al ambiente social (Seminario, 2019).

La responsabilidad en salud en pocas palabras es la gestión del autocuidado, donde las teoristas Taylor y Orem lo definen como la práctica de actividades que las personas realizan para el mantenimiento de su propia vida, salud y bienestar. Así mismo cuando hablamos de el autocuidado, nos referimos a un conjunto de decisiones y acciones adoptadas por los jóvenes para ejercer un mayor control sobre sus estilos de vida, forjando un futuro más saludable a través de tres principios: autocuidado, ayuda mutua y entornos sanos (Seminario, 2019).

Tabón refiere que, se incorporan como prácticas de autocuidado: la actividad física y recreación, alimentación equilibrada y de acuerdo a las necesidades, la capacidad de socialización de las personas, la resolución de conflictos interpersonales y la habilidad del manejo del estrés (Seminario, 2019).

Rendimiento académico.

El rendimiento académico es un medidor de eficacia en la educación superior, estudiar como los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, permite valorar el estado en que se encuentran, saber sus deficiencias en conocimientos, determinar sus competencias y cualidades (Zambrano, 2021).

Según Puche, define al rendimiento académico como un desarrollo de varias disciplinas donde intervienen la cuantificación y cualificación del estudio en el progreso cognitivo, sentimental y actitudinal del estudiante ante el desarrollo de problemas relacionados con las metas propuestas (León, 2019).

En cambio, los autores como Sánchez y Pírela, definen al rendimiento académico como el progreso obtenido por los estudiantes en base a las metas programadas. La calificación

obtenida por el alumno es medida por números que pueden ir entre uno y veinte, determinando la calificación mínima para aprobar de diez. El rendimiento es cuantitativo porque se fundamenta con las calificaciones alcanzadas por el estudiante determinadas por evaluaciones, y es cualitativo por los cambios que se producen en la conducta en términos de acciones, procesos y operaciones, en el que el estudiante construye sus pensamientos en base a ideas críticas para resolver problemas y encontrar soluciones (Zambrano, 2021).

La evaluación es el proceso mediante el cual se mide el rendimiento académico del alumno, este debe ser continuo, integral y cooperativo, con la finalidad de expresar el alcance de los objetivos educativos. Por este motivo las evaluaciones deben ser registradas de manera permanente, en un proceso continuo, debido a que se realiza en varias fases y operaciones que tienen como objetivo terminar las acciones educativas, tomando en cuenta la personalidad del estudiante, el proceso de aprendizaje y cooperativa. La evaluación permite identificar el potencial del estudiante, el progreso de aprendizaje, facilitando una visión del rendimiento académico del proceso estudiantil (Zambrano, 2021).

2.3.2 Bases Filosóficas.

Teoría del modelo de promoción de la salud. El Modelo de promoción de la salud propuesto por Nola Pender, es ampliamente utilizado por los profesionales de enfermería, ya que permite comprender comportamientos humanos relacionados con la salud, y a su vez, orienta hacia la generación de conductas saludables (Seminario, 2019).

Nola Pender propuso su modelo para evitar que las personas lleguen al hospital por complicaciones y desarrolló este modelo teórico de prevención de enfermedades; es decir, concientizar a las personas de llevar una vida saludable forma de evitar que contraigan cualquier tipo de enfermedad, garantizando así su bienestar (Seminario, 2019).

Según este estudio que toma como una de sus teorías a la teórica Nola Pender, indica que los factores cognitivos y perceptivos de los estudiantes, pueden ser cambiados por motivo de la relación interpersonal de cada persona, y por lo tanto tienen conductas que favorecen la salud se entienden como esas creencias y pensamientos que sirvan para su propio bien, y tengan una buena salud (Carquin, 2019).

Asimismo, Vara menciona que la teoría de Nola Pender es un comportamiento impulsado por el deseo de mantener, fortalecer o lograr la felicidad, por lo que le interesa sentar las bases para estudiar cómo los individuos toman decisiones sobre su propia salud, el estilo de vida y sus determinantes se descomponen en perceptual y factores cognitivos, los cuales se entienden como creencias, conceptos e ideales de la propia salud de los individuos. El objetivo principal es lograr las aspiraciones de salud, y los beneficios percibidos de las conductas se utilizan como factores para promover la salud y percibir obstáculos, definir y percibir el control de la salud (Vara, 2020).

Nola Pender elaboró un instrumento junto con Walker y Sechrist en 1987, teniendo como base una escala psicométrica formulada por las mismas autoras: promoción de la salud, estilo de vida, comportamiento de salud y estrategia de comunicación, posteriormente se realizó la validación de su versión en español en 1990. El instrumento comprende las siguientes dimensiones:

Responsabilidad en salud: Alude a un sentido activo de responsabilidad por el bienestar de uno mismo. Esto implica que un individuo preste atención a su salud, a la educación de la salud y al ejercicio de informarse y buscar ayuda sanitaria (Vara, 2020).

Ejercicio: Incluye la participación de forma regular en actividades físicas ligeras, moderadas y/o vigorosas (Pender, 2019).

Esto puede ocurrir dentro de dos contextos: el primero por un programa planificado y controlado y el segundo como parte de la vida diaria o actividades de ocio (Broncano, 2018, pág. 28).

Nutrición: Incluye la selección, conocimiento y consumo de alimentos que son esenciales para la salud y el bienestar general. En este sentido implica la elección de una dieta diaria saludable (Pender, 2019).

Autoactualización: Esta dimensión se refiere al desarrollo de los recursos internos, que se logra a través de conceptos:

Trascender: Lo cual nos da la “posibilidad de crear nuevas opciones para llegar a ser algo más allá de quién y qué somos” (Pender, 2019).

Conexión: Es la “sensación de armonía, plenitud, y la conexión con el universo”.
Desarrollo: que implica “maximizar el potencial humano para el bienestar a través de la búsqueda de sentido, la búsqueda de un sentido de propósito, y trabajar hacia las metas de la vida” (Pender, 2019).

Soporte interpersonal: Alude al uso de la comunicación para obtener una sensación de intimidad y cercanía significativa con los demás. Ello constituye el intercambio de ideas y sentimientos mediante mensajes verbales y no verbales (Pender, 2019).

Manejo del estrés: Constituye la utilización de recursos psicológicos y físicos para controlar y reducir la tensión (Pender, 2019).

Teoría del aprendizaje social. El psicólogo Albert Bandura propone que el proceso cognitivo está relacionado con el aprendizaje que se da en un entorno social, y se desarrolla a través de los siguientes métodos: observación, orientación directa y / o refuerzo (Ruiz, 2021).

Asimismo (Vergara, 2021) menciona que unió una parte de la teoría del aprendizaje tradicional con los métodos cognitivos porque se centra en cómo los factores psicológicos participan en el aprendizaje.

A menos que el proceso cognitivo esté actuando, el aprendizaje observacional no ocurrirá, cómo una intervención del desarrollo del aprendizaje para precisar si se debe obtener un nuevo resultado, si se debe observar la conducta (estímulo) e imitar los factores psicológicos de la misma (reacción)el individuo no observa automáticamente el acto del modelo y lo imita (Vergara, 2021).

Propuso Bandura 4 procesos para el aprendizaje:

Atención. Ocurre cuando una persona se concentra en aprender algo, uno aprende menos cuando está distraída, cansada, enferma, nerviosa, o cuando se asocia con las características del modelo, los colores son brillantes y dramáticos, pero si el modelo es atractivo, prestará más atención (Ruiz, 2021).

Retención. Luego de prestar atención, debes guardar la información y recordar dónde se almacenan las imágenes y el lenguaje para que podamos expresarlos en nuestras acciones (Ruiz, 2021).

Reproducción. Aquí se va a plasmar cuál es el comportamiento real, pero debemos tener la capacidad de reproducir el comportamiento involucrado, o imaginarlo antes de hacerlo, lo que mejorará las habilidades prácticas (Vergara, 2021).

Motivación. Para completar el aprendizaje observacional, debes tener una razón o motivación para hacer algo, experimentar estas motivaciones será muy efectivo, también puedes observar a otras personas experimentando algún tipo de refuerzo o castigo (Vergara, 2021).

2.3.3 Definición De Términos.

Estilo de vida. Es un estudio social que se encarga del interés, opinión, actitud y comportamiento de las personas, por lo tanto, uno se debe preocupar por su bienestar y así pueda tener una elección correcta (Levy, 2020).

Actividad física. El musculo esquelético se mantiene por los movimientos físicos, seguido del consumo de energía, la actividad física se relaciona a todos los ejercicios e incluso en el pasatiempo libre, ir a ciertos lugares o como parte del trabajo del individuo (Organizacion Mundial de la Salud, 2022).

Hábitos alimentarios. Son actitudes que adquieren los individuos, debido a la repetición de comportamientos relacionados con la selección, elaboración y consumo de alimentos lo cual tienen influencia por las culturas y del entorno (Levy, 2020).

Estudiantes universitarios. Son aquellos que quieren potenciar su crecimiento personal a través de actitudes emprendedoras, de manera de despertar su interés por la mejora y una visión amplia de futuro, que les permita reconocer la realidad y repensar (Vega & Lòpez, 2020).

Rendimiento académico. El rendimiento académico es un medidor de eficacia en la educación superior, estudiar como los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, permite valorar el estado en que se encuentran, saber sus deficiencias en conocimientos, determinar sus competencias y cualidades (Zambrano, 2021).

2.4 Hipótesis de la investigación

2.4.1 Hipótesis General

Existe influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023

2.4.2 Hipótesis Específicos

El estilo de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023, no son saludables

El estilo de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023, son saludables

El rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023, es aceptable

El rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023, no es aceptable

2.4.3 Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TECNICA E INSTRUMENTO
VARIABLE INDEPENDIENTE: Estilo de vida	Son comportamientos, costumbres relacionado con la salud condicionado a un modo relativamente estable de vivir. (Caldas & S, 2020)	Comportamientos de los estudiantes de enfermería que inician sus clases en relación a sus dimensiones.	Nutrición	-Tipo de alimentación - Frecuencia	Saludable: 121-192 No saludable: 48-120	Encuesta, Perfil de estilos de vida (PEPS-I)
			Actividad física	- Tipo de actividad física - Frecuencia		
			Responsabilidad en salud	- Cantidad de tiempo. - Visita a un médico - Se realiza chequeos médicos - Asiste a programas educativos		
			Soporte interpersonal	- Expresa lo que piensa y siente - Se reúne con amigos		
			Manejo de estrés	- Reconoce fuentes de tensión - Control de estrés		
			Autoactualización	- Entusiasta - Optimista - Crecimiento personal - Tiene un propósito		

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	TECNICA E INSTRUMENTO
VARIABLE DEPENDIENTE: Rendimiento Académico	El rendimiento académico es un medidor de eficacia en la educación superior. (Zambrano, 2021)	Permite valorar el estado en que se encuentran, saber sus deficiencias en conocimientos, determinar sus competencias y cualidades.	Muy bueno	16.50-20	Aprobado	Encuesta
			Bueno	13.50-16.49	Aprobado	
			Aceptable	10.50-13.49	Aprobado	
			Deficiente	00-10.49	Reprobado	

CAPITULO III. METODOLOGIA

3.1 Diseño metodológico

Tipo de Investigación

Es un estudio observacional ya que no hubo intervención por parte de los investigadores (solo se recolectó la información) (Arias, 2021).

Es de tipo descriptivo porque se observará, se describirá y fundamentará lo que ocurre con el fenómeno en el estudio en condiciones naturales. Se describirá las variables de estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de Enfermería (Arias, 2021).

Nivel de investigación

Es de tipo correlacional porque se observará cómo se comporta una variable con otra variable. Buscará medir el grado de relación entre dos o más variables, en este caso se medirá la relación entre estilo de vida y el rendimiento académico (Arias, 2021).

Enfoque

El estudio se encuentra dentro del enfoque cuantitativo porque “usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Hernandez-Sampieri, 2019).

Diseño de la investigación

El diseño es no experimental las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, no se tiene control directo sobre dichas variables ni se puede influir en ellas, porque ya sucedieron, al igual que sus efectos (Arias, 2021) . Es de tipo transversal porque se recogerá los datos en un solo momento y una sola vez (Arias, 2021).

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

La población está compuesta por 222 estudiantes de enfermería del semestre académico 2022-II, comprendido desde el 3° a 8° ciclo, ya que registros académicos nos indica que no hay alumnos matriculados en el semestre académico del 1ro y 2do ciclo

CICLO	N.º ESTUDIANTES MATRICULADOS
III	40
IV	58
V	40
VI	17
VII	31
VIII	36
TOTAL	222

Fuente: *Alumnos matriculados de la escuela de enfermería en el semestre 2022-2 de la Universidad de Huacho 2023.*

3.2.2 Muestra

Para hallar la muestra de la población, se empleó un muestreo probabilístico aleatorio estratificado, se encargó de representar pequeñas agrupaciones específicas y seleccionar sujetos de cada estrato de manera proporcional (Godoy, 2020).

La muestra fue de 141 estudiantes, siendo la población total de 222 estudiantes de enfermería entre 3° a 8° ciclo.

La fórmula es la siguiente:

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q \cdot z^2}{(N - 1)(E^2) + p \cdot q \cdot z^2} = \frac{222(0.5)(0.5)(1.96^2)}{(222 - 1)(0.05)^2 + (0.5)(0.5)(1.96)^2} = 141$$

El nivel de coeficiente:

$$K = n/N = 141/222 = 0.63513514$$

Considerando 8 estratos el tamaño de muestra 141 se aplicó el muestreo aleatorio estratificado:

Para hallar los estratos se aplicó la siguiente fórmula:

$$n_i = n * N_i \div N$$

CICLO	ALUMNOS	ESTRATOS
III	40	25
IV	58	37
V	40	25
VI	17	11
VII	31	20
VII	36	23
POBLACION	222	141

Fuente: *Estratos de los alumnos de la escuela de enfermería en el semestre 2022-2 de la Universidad de Huacho 2023.*

Criterios de inclusión.

Estudiantes que están registrado en la matrícula de la escuela de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, en el semestre 2022-2.

Estudiantes de enfermería de tercero a octavo ciclo, en el semestre 2022-2

Estudiantes de enfermería que desean participar en llenar la encuesta.

Criterios de exclusión.

Estudiantes con reserva de matrícula de enfermería, en el semestre 2022-2

Estudiantes de enfermería de noveno y décimo ciclo, que cursan el internado en centros de Salud y Hospitales.

Estudiantes de enfermería de primer y segundo ciclo, ya que no se encuentra alumnos matriculados en el año 2023.

Estudiantes de enfermería que no desean participar en la encuesta.

3.3 Técnicas de recolección de datos***Técnicas a emplear.***

Se utilizará una encuesta que se aplicara en modalidad online por medio de Google Forms; es una herramienta de Google, que nos ayudara recopilar la información de manera rápida en una fecha y tiempo determinado (Gusmán, 2021).

Descripción de los instrumentos.

Se utilizó dos instrumentos para la recolección de datos:

Variable: Estilo de vida; Cuestionario PEPS-I.

Cuestionario 1: Para medir la variable estilos de vida se utilizará el cuestionario de estilo de vida saludable (PEPS-I) de Pender, conformado por 48 ítems y 6 dimensiones, tipo Likert con un patrón de respuesta en 4 criterios (nunca: 1 punto, a veces: 2 puntos, frecuentemente: 3 puntos, siempre: 4 puntos). (Guevara, 2022)

Evalúa 6 dimensiones:

Nutrición: 1, 5, 14, 19, 26, 35

Actividad física: 4, 13, 22, 30, 38

Responsabilidad en salud: 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 41, 43, 46

Soporte interpersonal: 10,18, 24, 25,31,39,47

Manejo del estrés: 6,11,27,36, 40,42,45

Autoactualización: 3,8,9,12,16, 17,21,23,29,34,37,44,48

La variable estilos de vida será medida de la siguiente manera:

Tipo de Estilo de vida	
Estilos de vida saludables	121 – 192
Estilos de vida no saludables	48 – 120

Fuente: *Clasificación de estilo de vida según cuestionario PEPS-I -Guevara 2022.*

Variable: Rendimiento Académico; Registro de promedios por ciclo.

Cuestionario 2: Para evaluar la segunda variable de rendimiento académico, se consultará de manera individual a través del cuestionario que se aplicará a los alumnos de enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión en el semestre 2022-2. (Mazuelos, 2019)

Nivel de rendimiento académico	
Muy bueno	16.50- 20
Bueno	13.50 - 16.49
Aceptable	10.50-13.49
Deficiente	00-10.49

Fuente: *Registro de promedios por ciclo de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión – 2019*

Confiabilidad del instrumento. En la universidad de Jaén, se realizó una prueba piloto de 20 estudiantes universitarios de enfermería con características similares a la muestra,

estimándose un coeficiente Alfa de Cronbach, de 0.85 indicando que el instrumento tiene alta confiabilidad. (Guevara, 2022)

Validación del instrumento. El instrumento de Estilos de vida (PEPS-I) fue validado en Colombia por Laguado y Gómez, con un coeficiente alfa para la escala total de 0.93 con una validez de contenido con puntuaciones entre 0.80 y 1.00 en la “V” de Aiken. (Guevara, 2022)

3.4 Técnicas para el procesamiento de la información

Después de la recolección de datos serán analizados en el programa Excel.

Usaremos una hoja de cálculo, facilitando el vacceo de los resultados de la encuesta (Loya, 2021).

Para el análisis de datos emplearemos un software estadístico SPSS versión 26.0.

Después de la recolección de información, los datos estadísticos se analizarán. Posteriormente se utilizará la prueba estadística de Pearson para la correlación de las variables (Molina, 2021).

Rango de Valores r_{xy}	Interpretación
$0.00 \leq r_{xy} < 0.10$	Correlación nula
$0.10 \leq r_{xy} < 0.30$	Correlación débil
$0.30 \leq r_{xy} < 0.50$	Correlación moderada
$0.50 \leq r_{xy} < 1.00$	Correlación Fuerte

Fuente: *interpretación del coeficiente de R Pearson según Hernández Sampieri 2019*

CAPITULO IV. RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

Tabla 1

Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023

			Variable 2: Rendimiento académico				Total
			Aceptable	Bueno	Deficiente	Muy bueno	
Variable 1: Estilo de vida	Saludable	Frecuencia	40	26	6	1	73
		Porcentaje	23%	20%	8%	1%	52%
	No saludable	Frecuencia	30	30	4	4	68
		Porcentaje	20%	19%	5%	4%	48%
Total		Frecuencia total	70	56	10	5	141
		Porcentaje total	43%	39%	13%	5%	100,0 %

Fuente: Resultados obtenidos de la encuesta “Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”, aplicados a los estudiantes de la escuela de enfermería del III al VIII ciclo en el año 2023.

De acuerdo a la tabla 1, en la relación con la variable 1: estilo de vida y la variable 2: rendimiento académico; se aprecia que los que tienen estilo de vida saludable son el 52% (73) en donde presentan un rendimiento académico, entre ellos aceptable con 23% (40), bueno con 20% (26), deficiente 8% (6) y muy bueno 1% (1). En cambio, los que muestran estilo de vida no saludable son el 48% (68) en donde poseen a su rendimiento académico como aceptable de 20% (30), bueno 19% (30), deficiente de 5% (4) y muy bueno con 4% (4). En conclusión, la muestra estratificada de los alumnos de la escuela de enfermería del 3° a 8° ciclo manifiestan un alto porcentaje en estilo de vida saludable y un rendimiento académico aceptable (23%).

Tabla 2

*Estilos de vida que se hallaron en los estudiantes de enfermería de la
Universidad de Huacho 2023*

Variable	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Estilo de vida	Saludable	73	52%
	No saludable	68	48%
Total		141	100

Fuente: Resultados obtenidos de la encuesta “Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”, aplicados a los estudiantes de la escuela de enfermería del III al VIII ciclo en el año 2023.

De acuerdo a la tabla 2, en la variable 1: estilo de vida; se aprecia que los que tienen estilos de vida saludable bueno son el 52% (73) en cambio, los que muestran estilo de vida no saludable son el 48% (68). En conclusión, la muestra estratificada de los alumnos de la escuela de enfermería del 3° a 8° ciclo, más de la mitad de los 141 encuestados presentan un estilo de vida saludable.

Tabla 3

Rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la Universidad de Huacho 2023.

Variable	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Rendimiento Académico	Aceptable	70	43%
	Bueno	56	39%
	Deficiente	10	13%
	Muy bueno	5	5%
Total		141	100

Fuente: *Resultados obtenidos de la encuesta “Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”, aplicados a los estudiantes de la escuela de enfermería del III al VIII ciclo en el año 2023. Rendimiento académico en estudiantes de enfermería aplicados a los estudiantes de la escuela de enfermería del III al VIII ciclo en el año 2023.*

De acuerdo a la tabla 3, en la variable 2: rendimiento académico, se aprecia que los que estudiantes tienen un rendimiento académico como aceptable el 43% (70), bueno con el 39% (56), deficiente con el 13% (10) y muy bueno con el 5% (5). En conclusión, la muestra estratificada de los alumnos de la escuela de enfermería del 3° a 8° ciclo, la mayoría presentan un rendimiento académico aceptable.

4.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 4

Correlación de R de Pearson		
		Rendimiento Académico
Estilo de vida	Correlación de Pearson	,450 *
	Sig. (bilateral)	,0593
	N	141

Fuente: Datos extraído del programa SPS

De acuerdo a la tabla 4, la relación entre la variable estilo de vida y rendimiento académico que se obtuvo mediante la prueba no paramétrica de R de Pearson, cuyo valor es de 0.450 que califica como una correlación significativa moderada (Hernández-Sampieri, 2019).

Por lo tanto, se puede afirmar, que entre la variable estilo de vida tiene una correlación directa moderada con la variable rendimiento académico. Es decir, existe relación significativa directa entre ambas variables.

CAPITULO V. DISCUSIÓN

5.1. Discusión de resultados

En la presente investigación encontramos que los estudiantes de la escuela de enfermería de la universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión de Huacho (tabla 2), algo más de la mitad (52%) tiene un estilo de vida saludable, resultado que es parecido al realizado por Uriarte y Vargas (2019), (51%), estudio peruano, realizado a los estudiantes de la ciencia de salud de la universidad Norbert Wiener, donde se encontró un porcentaje similar; sin embargo, ambos estudios difieren con la investigación de: Endo et al. (2021) y Zambrano (2021), ambos realizados en Santiago de Cali - Ecuador, en cuyos estudios la mayoría de estudiantes universitarios de ciencias de la salud presentaron que el 92% y el 63% respectivamente, tuvieron un estilo de vida saludable.

Debemos considerar entonces que, en el Perú, los estilos de vida saludable solo son practicado por el 50% de los estudiantes, lo que puede traer consecuencias negativas en el porcentaje restante de estudiantes que se relacionan con un estilo de vida no saludable. En la tabla 3, los resultados obtenidos en la variable del rendimiento académico, la mayoría tienen un rendimiento aceptable (43%), en cambio la minoría presentan un rendimiento académico muy bueno (5%). Comparando con el estudio peruano realizado por Ramírez, L. (2019) donde la mayor parte (75%) tienen un aprendizaje regularmente logrado, comparando en el estudio que realizo León (2019) realizado a estudiantes de enfermería, nos indica que el mayor porcentaje (48.6%) presentan un rendimiento académico aceptable, por lo tanto, no existe semejanza en ambas investigaciones, puesto que en los porcentajes no son iguales pero son parecidos en la etiqueta de descripción del resultado de la variable donde la mayoría presentan un rendimiento

académico aceptable con el estudio realizado en la ciudad de Huacho a los estudiantes de enfermería de la casa mayor universitaria.

Al relacionar las variables estilos de vida y rendimiento académico (tabla 1) se observó que los estudiantes encuestados poseen un estilo de vida saludable con el 52% (73) y un rendimiento académico aceptable con el 43% (70). Comparando con el estudio peruano realizado por Ramírez (2019), nos muestra que el 75% presentan un estilo de vida saludable y un rendimiento académico muy bueno y otro estudio realizado por Zambrano (2021) en la ciudad de Ecuador, Sede Esmeralda, nos dice que el 50 % presentan rendimiento académico bueno y un estilo vida saludable. Por lo tanto, no existe semejanza en la evaluación porcentual de los resultados de la variable de estilo de vida realizado por Ramírez, comparando con el estudio de Zambrano (2021), donde existe semejanza en los resultados porque ambas investigaciones representan el 50% en la primera variable, pero en la segunda variable del rendimiento académico no encontramos algún signo de parentesco. Puesto que ambas investigaciones presentan la mayor parte en estilo de vida saludable, pero difieren con el resultado en la segunda variable del rendimiento académico, ya que la gran mayoría en la universidad de Huacho presentan un rendimiento académico aceptable.

Y para finalizar, la contrastación de hipótesis, realizamos la prueba no paramétrica del coeficiente R de Pearson donde existe una relación significativa moderada con valores de 0.450 realizado en la universidad de Huacho, dando la relación significativa entre ambas variables; comparando con el estudio peruano realizado por Villavicencio & Falcón (2020) en la Universidad de Huánuco, nos indica que existe una relación significativa débil 0.24.

Por lo tanto, no existe una similitud del resultado con nuestra investigación realizada en la universidad de Huacho donde se obtienen una relación significativa moderada y en la investigación de la universidad de Huánuco tienen una relación significativa débil.

CAPITULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

Los estudiantes que tienen estilo de vida saludable y un rendimiento académico aceptable son el 23% (40), y los estudiantes que tienen estilo de vida no saludable y rendimiento académico aceptable son el 20% (30).

Los estudiantes que tienen estilos de vida saludable bueno son el 52% (73) en cambio, los que muestran estilo de vida no saludable son el 48% (68).

En cuanto al rendimiento académico los estudiantes presentan un promedio aceptable el 43% (70) y bueno el 39% (56).

Concluimos que el perfil del estudiante de enfermería, tanto su estilo de vida como su rendimiento académico van a ir relacionado, es decir que cuando uno de estas dos áreas muestra carencia con lleva a que tenga alguna deficiencia, ya sea perjudicando su estado de salud o su aprendizaje, es por eso que se concluye que mientras se tenga un buen estado de salud y un estilo de vida saludable, el rendimiento académico será muy bueno.

6.2 Recomendaciones

La presente investigación, con base comunitaria deberá mantener alternativas de solución para futuras investigaciones, dándose la autorización para su utilización en futuros estudios, seguir haciendo trabajos experimentales a las investigaciones futuras para poder mejorar las practicas sobre un buen estilo de vida saludable

A la Universidad José Faustino Sánchez Carrión que, a través de los resultados de esta investigación, se tiene casi la mitad de los alumnos que salieron con estilos de vida no saludables (68%), lo cual se tomen las medidas necesarias en cuanto a mejorar, estableciendo un plan de

acción para que promoviendo con un trabajo monitoreado a fin de emprender futuras acciones de mejoramiento que contribuyan a promover estilos de vida saludables.

A las autoridades de la escuela de enfermería, a implementar más cursos electivos recreacionales muy aparte de las tres que existen en la actual malla curricular. Así mismo, deberían de proponer la implementación del curso de tutoría, donde los estudiantes de diferente ciclo participen y los docentes a cargo brinden ayuda y orientación necesaria.

Para el manejo del estrés se sugiere que los docentes de la escuela de enfermería como líderes que son, incentiven a los futuros profesionales de enfermería a aprender y practicar ejercicios de relajación y también a como disponer sus horas libres con algún pasatiempo de su agrado.

Promover también porque es importante la práctica de actividad física para reducir el sedentarismo en nuestros alumnos. Esto se puede realizar a través de un curso de estudio en el marco de un plan de estudios o a través de un programa continuo a lo largo de cinco años de estudio, cuyo objetivo es promover la actividad física, promover un estilo de vida saludable en nuestros estudiantes universitarios.

Implementar campañas de salud en el bienestar físico y mental en los estudiantes de enfermería como medidas de prevención.

Sensibilizar a los estudiantes sobre los estilos de vida, las consecuencias de no tener unos hábitos saludables adecuados, por ejemplo, proporcionándoles programas educativos que les informen y orienten adecuadamente.

Educar a los estudiantes de enfermería sobre la nutrición adecuada para un estilo de vida óptimo, como tomar un desayuno completo, un buen almuerzo y una buena cena, las tres comidas muy importantes del día.

CAPITULO VII. REFERENCIAS

7.1 Fuentes documentales

- Albino, E. (2019). *Estilos de vida y uso del tiempo libre de los estudiantes de enfermería de la universidad de Huànuco 2017*. Obtenido de http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1069/T_047_76828940_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Broncano, R. (2018). *Estilo de vida de los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo. Abril-Agosto 2018*. Riobamba. Recuperado el 06 de 02 de 2023, de estilo de vida de los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Nacional de Chimborazo. Abril-Agosto 2018: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/5063/1/UNACH-EC-FCS-ENF-2018-0027.pdf>
- Caldas, & S. (2020). *Estilos de vida de los estudiantes de trabajo social*. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4076/CALDAS%20ORDO%c3%91EZ%20y%20SUDARIO%20CALIXTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Carquin, R. (2019). *Actividad física y sedentarismo en la escuela profesional de enfermería, Universidad Nacional Jose Fausrino Sanchez Carrion*. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3481/CARQUIN%20VARGA%20S%20c%20ROSA%20DAYANNA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cienfuego, J. E. (2020). *Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en internos de enfermería de una universidad pública peruana*. Lima: revs Scielo. Recuperado el 02 de 03 de 2023,

de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312020000100043&script=sci_arttext

Chavez, Y. (2020). *Estilo de vida saludable en los estudiantes de enfermería del IX y X ciclo de la Universidad Privada San Juan Baustista Octubre 2019*. Lima. Obtenido de <http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/2752/T-TPLE%20-YOSSELINE%20MONICA%20CHAVEZ%20HUAYTAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Escobedo, L. (2018). *Relación entre los estilos de vida saludable y los hábitos de estudio en pregrado de la facultad de ingeniería industrial de la universidad Alas Peruanas de Arequipa año 2017*. Perú. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de https://repositorio.uap.edu.pe/jspui/bitstream/20.500.12990/9648/1/Tesis_Estilos_H%C3%A1bitos_Estudiantes.pdf

Espinoza. (2020). *Intervencion educativa en el conocimiento preventivo de la Hipertension arterial en los trabajadores de la empresa minera Vicus-Supe. 2019-2020*. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3956/JAZMIN%20ESPINOZA%20-%20ENFERMERIA%2013.pdf?sequence=1>

Galeano, J. (2019). *Estilos de vida en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria de la Institucion Educativa Julio C. Tello, Hualmay*. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/3753/TESIS%20GALEANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Guevara, A. (2022). *Autoestima y estilos de vida en estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Cajamarca filial Jaén*. Recuperado el 31 de 01 de 2023, de <file:///C:/Users/Recepcion/Desktop/STEFANY/TESIS%20AUTOESTIMA%20Y%20ES>

TILOS%20DE%20VIDA%20EN%20ESTUDIANTES%20DE%20ENFERMERIA%20DE%20LA%20UNC%20LISTO.pdf

Laguado, E. G. (2014). *Estilos de vida saludables en estudiantes de enfermería en la Universidad Cooperativa de Colombia*. colombia. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v19n1/v19n1a06.pdf>

León, E. (2019). *Afectacion del rendimiento academico por estilo de vida en los estudiantes de enfermeria en la Universida Tecnica del Norte Ibarra*. Ecuador: Horizontes de enfermería. doi:<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>

Ramirez, L. (2019). *Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la escuela de nutrición de la universidad nacional de Tumbes, 2019*. Trujillo. Recuperado el 21 de 02 de 2023,de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37442/ramirez_nl.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sanchez, D. (2020). *Estilo de vida en los estudiantes de la escuela de enfermeria de la universidad particular de Chiclayo 2019*. Chiclayo. Obtenido de http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/991/1/T044_48060507%20%28TESIS%29.pdf

Seminario, R. (2019). *Estilos de vida, segun la teoria de Nola Pender en los estudiantes de enfermeria de la universidad nacional Federico Villarreal*. Obtenido de http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV_Julcamoro_Acevedo_Betsy_Marlin_Titulo_Profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Uriarte, Y., & Vargas, A. (2019). *Estilos de vida de los estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Norbert Wiener*. Lima. Obtenido de

<http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2390/TITULO%20-%20URIARTE%20-%20VARGAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vara, K. (2020). *Estilo de vida segun características sociodemograficas en estudiantes de enfermería en una universidad pública*. Obtenido de https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11687/Vara_ck.pdf?sequence=1

Zambrano, G. (2021). *Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería*. Ecuador. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/2738/1/Zambrano%20Ruano%20Gabriela%20Stefania.pdf>

7.2 Fuentes bibliográficas

Arias, J. (2021). Diseño y Metodos. En A. G. Jose, *Diseño y metodología de la Investigacion* (pág. 72). Lima: Enfoques Consulting EIRL. doi:ISBN: 978-612-48444-2-3

Pender, N. M. (2019). *Health Promotion in Nursing Practice*.-1996. EE.UU: Fifth.

7.3 fuentes hemerográficas

Arnedo, J. (2019). Los horarios de clase no están favoreciendo el aprendizaje de los estudiantes. EE.UU. Illinois : *El Espectador*. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de <https://www.elespectador.com/educacion/los-horarios-de-clase-no-estan-favoreciendo-el-aprendizaje-de-los-estudiantes-article-747558/>

Bonifaz, I. T. (2017). Estilos de vida y su relación con las calificaciones escolares: estudio en Ecuador. Cuba. Habana: *Rev Cubana Invest*. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000400006

- Cara, R. C. (2021). *Hábitos de vida y rendimiento académico en periodo evaluativo en estudiantes de enfermería*. España: *Rev Cuba Enf*. Recuperado el 02 de 03 de 2023, de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=105108>
- Endo, N., Arevalo, A., Cruz, F., Valencia, Y., Pelaez, D., & Rosero, J. (2021). Estilos de vida en estudiantes universitarios de un programa académico de salud. Colombia: *Rev Enfermeria investiga*. Recuperado el 18 de 02 de 2022, de <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/download/1199/1052/>
- Mazuelos, M. (2019). Resolución del consejo universitario N° 0144-2019-CU-UNJFSC. Huacho. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de <https://unjfsc.edu.pe/archivos/DIRECTORIO%20DE%20DESCARGAR/VICERRECTO RADO%20ACADEMICO/213ae21e49d3e54e12622eda9aadfd67e3c6c116.pdf>
- Mousavi N, H. M. (2018). Assessment of health-promoting lifestyle among medical students of mashhad university of medical sciences in 2018-2019. Iran: *Journal of Education and Health Promotion*. Recuperado el 09 de 02 de 2023, de http://goums.ac.ir/jorjanijournal/browse.php?a_id=863&slc_lang=en&sid=
- Palomino, J. Z. (2021). Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Rev Delectus*, 4(1), págs. 82-92. doi:<https://doi.org/10.36996/delectus.v4i1.103>
- Villavicencio, M., & Falcon, I. D. (2020). Estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de una Facultad de Enfermería en Perú. Huanuco: *Rev. Conrado*. Recuperado el 21 de 02 de 2023, de <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1340>

7.4 Fuentes electrónicas

Godoy, C. (2020). Obtenido de <https://tesisdeceroa100.com/muestreo-estratificado-ejemplo-explicado-paso-a-paso/>

Gusmán, J. (2021). 1. Obtenido de <https://juansguzman.com/que-es-google-forms-y-para-que-sirve/>

Hernández R, F. C. (2014). *Metodología de la investigación*. (Vol. 6). Mexico: Mc Graw-Hill.

Obtenido de

<https://drive.google.com/file/d/1XBig1bU9MJIIpQSkhtO9VZyJmBm4oAdj/view>

Levy, J. (2020). *COUSI*. Obtenido de <https://blog.bancompara.mx/cousi/qu%C3%A9-significa-estilo-de-vida>

Loya, J. (2021). *Universidad Continental*. Obtenido de <https://blog.continental.edu.pe/uc-virtual/una-herramienta-que-nos-ayudara-con-las-encuestas/>

Molina, M. (2021). *Prueba de la t de student para muestras independientes*. Obtenido de

<https://anestesiario.org/2021/paso-a-paso-prueba-de-la-t-de-student-para-muestras-independientes/>

Organizacion Mundial de la Salud. (16 de 09 de 2022). (w. 2023, Productor) Recuperado el 01 de 03 de 2023, de <https://www.who.int/es/news-room/fact->

Ruiz, L. (18 de 08 de 2021). *Albert Bandura: biografía y aportaciones a la psicología*. Obtenido

de <https://www.psyciencia.com/albert-bandura-biografia-y-aportaciones-a-la-psicologia/>

Vergara, C. (2021). *Bandura y la teoría del aprendizaje social*. Obtenido de

<https://www.actualidadenpsicologia.com/bandura-teoria-aprendizaje-social/>

ANEXOS

**ANEXO 01. CARTA DIRIGIDA A LA JEFA DE GRADOS Y TITULOS PARA LA
AUTORIZACION DE LA APLICACIÓN DE LOS CUESTIONARIO**



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

Unidad de Grados y Títulos

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Huacho, 03 de mayo 2023

CARTA N°0055- 2023-UGyT/FMH-UNJFSC

Dra. OSCUVILCA TAPIA, ELSA CARMEN

Decana de la Facultad de Medicina Humana de la UNJFSC

Presente. –

Es grato dirigirme a usted para saludarla muy cordialmente y expresarle que los tesisistas: **STEFANY MILAGROS CURE MENDOZA** con DNI 76429020 y **BRANDON HUMBERTO ZEGARRA ROMERO** con DNI 72961877, bachilleres en Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho, desarrollan el siguiente trabajo titulado: **"INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD DE HUACHO 2023"**

Por lo que solicitamos a Ud. se le concedan, facilidades para realizar una encuesta en los estudiantes del III - VIII ciclo de la escuela profesional de enfermería, consideramos que la investigación es nuestra mejor arma para mejorar la calidad de vida de las personas.

Agradeciendo la atención al presente, así como su contribución en la investigación y apoyo para exponer la realidad socio sanitaria de nuestra región, quedo de usted.

Atentamente;



**ANEXO 02. CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE LAS ENCUESTA A LOS
ESTUDIANTES, POR PARTE DEL DELEGADO GENERAL DE LOS ESTUDIANTES
DE LA ESCUELA DE ENFERMERIA**



**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

CONSTANCIA

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Huacho, 03 de mayo 2023

SRTA. JENNIFER BARRON MARTINEZ
DELEGADA GENERAL DE LA ESCUELA DE ENFERMERIA DE LA
UNJFSC
Presente. –

Es grato dirigirme a usted para saludarla muy cordialmente y expresarle que los tesisistas: STEFANY MILAGROS CURE MENDOZA con DNI 76429020 y BRANDON HUMBERTO ZEGARRA ROMERO con DNI 72961877, bachilleres en Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión – Huacho, desarrollan el siguiente trabajo titulado: "INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD DE HUACHO 2023"

Por lo que solicitamos a Ud. Nos conceda una constancia que acredite que hemos realizado dicha encuesta a los estudiantes del III – VIII ciclo de la Escuela de Enfermería.

Agradeciendo la atención al presente, así como su contribución en la investigación y apoyo para exponer la realidad socio sanitaria de nuestra región, quedo de usted.

Atentamente;

Jennifer Gilio Barrón Martínez
DNI: 72941564

Asimismo, Declaro conocer la Directiva N° 001-2020-UPyR (R.R. 0001-2020-UNJFSC) sobre Uso del Servicio de Correo electrónico Institucional y las Disposiciones dadas sobre Envío Virtual, Recepción y Trámite de Documentos; por lo que LA CONFIRMACIÓN de RECIBIDO CONFORME.

ANEXO 03. CONSENTIMIENTO INFORMADO

INFLUENCIA DE ESTILOS DE VIDA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD DE HUACHO 2023

Bachilleres:

Cure Mendoza, Stefany Milagros y Zegarra Romero, Brandon Humberto

Estimado estudiante continuación se le informara que se está haciendo una investigación coordinando con la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión cuyo objetivo principal es analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.

Por lo cual estamos solicitando a Ud. Su cooperación y se agradece su participación de antemano.

PROPÓSITO

El presente estudio pretende demostrar resultados acerca sí existe una relación entre los estilos de vida y el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.

BENEFICIOS

Con tu participación colaborarás para desarrollar esta investigación, y los resultados de la investigación contribuirán a la pedagogía de las instituciones educativas.

CONFIDENCIALIDAD

La información que proporcionas es absolutamente confidencial y anónima.

Firma:

.....

Fecha:

ANEXO 04. CUESTIONARIO DE PERFIL DE ESTILO DE VIDA (PEPS-I)

1. Presentación		
<p>Estimados compañeros ,estudiantes de la carrera profesional de Enfermería de la UNJFSC, somos los bachilleres Cure Mendoza, Stefany Milagros y Zegarra Romero, Brandon Humberto ; estamos realizando una investigación lo cual buscamos obtener datos con el objetivo de “Identificar los estilos de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”, la información es anónima, esperamos que respondan las preguntas con sinceridad dado que los resultados solo serán con el fin expuesto. De ante mano le agradecemos la participación.</p> <p>El cuestionario contiene 48 preguntas, para contestar cada pregunta usted deberá responder con lo que considere más adecuado, marque con una equis (X) dentro del paréntesis.</p>		
DATOS PERSONALES:		
EDAD:	SEXO: F () M ()	CICLO:
<p>Instrucciones:</p> <p>a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vive en relación a sus hábitos personales actuales.</p> <p>b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir. Por favor no dejar preguntas sin responder.</p> <p>c) Marca con una X el número que corresponde a la respuesta.</p> <p>1 = Nunca 2= A veces 3= Frecuentemente 4= Siempre</p>		

Nº	ENUNCIADO	1	2	3	4
1	Toma algún alimento al levantarse por la mañana				
2	Relata al médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud				
3	Se quiere a sí misma (o)				
4	Realiza ejercicios para relajar sus músculos al menos 3 veces a la semana				
5	Selecciona alimentos que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos.				
6	Toma tiempo cada día para relajarse				
7	Conoce el nivel de colesterol en sangre (miligramos en sangre)				
8	Es entusiasta y optimista con referencia a su vida				
9	Cree que está creciendo y cambiando personalmente en dirección positiva				
10	Discute con personas cercanas sus preocupaciones y problemas personales				
11	Es consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida				
12	Se sientes feliz y contento(a)				
13	Realiza ejercicio vigoroso por 30 minutos al menos tres veces a				
14	Come tres comidas al día				
15	Lee revistas o folletos sobre cómo cuidar su salud				
16	Es consciente de sus capacidades y debilidades personales				
17	Trabaja pensando en metas relacionadas con su vida a largo plazo				
18	Elogia fácilmente a otras personas por sus éxitos				

19	Lee las etiquetas de los alimentos empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, grasas saturadas, sodio o sal.				
20	Le pregunta a otro médico o busca otra opción cuando no está de acuerdo con lo que el médico le recomienda para cuidar su salud.				
21	Mira hacia el futuro				
22	Participa en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión				
23	Es consciente de lo que le importa en la vida				
24	Le gusta expresar y que personas cercanas le expresen cariño.				
25	Mantiene relaciones interpersonales que le dan satisfacción				
26	Incluyes en su dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)				
27	Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación				
28	Discute con profesionales calificados sus inquietudes respecto al cuidado de su salud				
29	Valora sus éxitos				
30	Controla su pulso durante el ejercicio físico				
31	Pasa tiempo con amigos cercanos				
32	Hace medir su presión arterial y sabe el resultado				
33	Asiste a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vive				
34	Ve cada día como interesante y desafiante				
35	Escoge comidas que incluyan los cuatro grupos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas)				
36	Relaja conscientemente sus músculos antes de dormir				
37	Encuentra agradable y satisfactorio el ambiente que le rodea				
38	Realiza actividades físicas como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo				
39	Expresa fácilmente interés y calor humano hacia otros				
40	Se concentra en pensamientos agradables a la hora de dormir				
41	Pide información a los profesionales para cuidar de su salud				
42	Encuentra maneras positivas para expresar sus sentimientos				
43	Observas al menos cada mes su cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro				
44	Es realista en las metas que se propone				
45	Usa métodos específicos para controlar el estrés				
46	Asiste a programas educativos sobre el cuidado de la salud Personal				
47	Le gusta mostrar y que le muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que le importan (papás, familiares, profesores)				
48	Cree que su vida tiene un propósito				

ANEXO 05. CUESTIONARIO DE RENDIMIENTO ACADÉMICO

1. Presentación		
<p>Estimados compañeros ,estudiantes de la carrera profesional de Enfermería de la UNJFSC, somos los bachilleres Cure Mendoza, Stefany Milagros y Zegarra Romero, Brandon Humberto ; estamos realizando una investigación lo cual buscamos obtener datos con el objetivo de “Determinar el rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023”, la información es anónima, esperamos que respondan las preguntas con sinceridad dado que los resultados solo serán con el fin expuesto. De ante mano le agradecemos la participación. El cuestionario contiene 02 preguntas, para contestar cada pregunta usted deberá responder con lo que considere más adecuado, marque con una equis (X) dentro del paréntesis.</p>		
DATOS PERSONALES:		
EDAD:	SEXO: F () M ()	CICLO:
<p>Instrucciones: Marca con una X el número que corresponde a la respuesta. Por favor no dejar preguntas sin responder.</p>		

RENDIMIENTO ACADEMICO

¿Cuál fue tu promedio en el primer módulo 2022-1?	Muy bueno 16.50-20	Bueno 13.50 -16.49	Aceptable 10.50- 13.49	Deficiente 00-10.49
¿Cuál fue tu promedio en el segundo módulo 2022-1?	Muy bueno 16.50-20	Bueno 13.50 -16.49	Aceptable 10.50- 13.49	Deficiente 00-10.49
¿Cuál fue tu promedio en el tercer módulo 2022-1?	Muy bueno 16.50-20	Bueno 13.50 -16.49	Aceptable 10.50- 13.49	Deficiente 00-10.49
¿Cuál fue tu promedio general en el semestre anterior?	Muy bueno 16.50-20	Bueno 13.50 -16.49	Aceptable 10.50- 13.49	Deficiente 00-10.49

¡Muchas gracias!

ANEXO 06. PRUEBA DE FIABILIDAD

Se realizó una prueba piloto de 20 estudiantes universitarios en la universidad de Jaén de enfermería con características similares a la muestra, estimándose un coeficiente Alfa de Cronbach, de 0,85 α Cronbach.

Cuestionario	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Perfil de estilos de vida	0.85	48

ANEXO 07. PRUEBA DE VIABILIDAD

Cuestionario sobre el Perfil de estilos de vida (PEPS-1) en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial Jaén.

Fue validado en Colombia por Laguado y Gómez, con un coeficiente alfa para la escala total de 0,93 α Cronbach.

CUESTIONARIO	ALFA DE CRONBACH
Perfil de estilos de vida	0.93

ANEXO 08. PROCESAMIENTO DE DATOS EN EXCEL

Ilustración 1

Procesamiento de datos en Excel

DATOS GENERALES				DATOS GENERALES				PRE																	
	EDAD	CODIGOS	Nº	%	Nº	A	B	C	TOTAL	Nº	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
A	16-18	1	2	3.4483	1	2	1	6	9	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
	19-21	2	36	62.069	2	3	2	6	11	2	2	1	3	2	1	2	1	3	2	3	2	3	2	3	1
	22-24	3	14	24.138	3	4	1	8	13	3	3	1	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3
	25-mas	4	6	10.345	4	3	1	8	12	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3
	TOTAL		58	100%	5	2	1	6	9	5	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	1
						6	3	1	4	8	6	4	2	3	2	1	2	1	3	3	2	2	3	1	3
B	SEXO	CODIGOS			7	4	1	7	12	7	2	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2
	Femenino	1	50	86.207	8	2	1	6	9	8	4	2	4	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
	Masculino	2	8	13.793	9	2	1	7	10	9	2	2	1	1	1	3	1	2	2	2	4	2	1	3	2
TOTAL		58	100%	10	2	1	5	8	11	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3
C	CICLO	CODIGOS			11	2	1	6	9	12	4	2	4	2	1	2	1	4	4	1	1	2	3	1	3
	III	3	6	10.345	12	2	1	7	10	13	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	
	IV	4	8	13.793	13	4	1	3	8	14	3	2	2	1	2	1	3	1	1	1	2	2	2	2	
	V	5	15	25.862	14	2	2	6	10	15	3	4	4	4	4	1	4	4	3	4	3	2	3	2	3
	VI	6	11	18.966	15	3	1	7	11	16	4	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2
	VII	7	11	18.966	16	2	1	7	10	17	2	2	2	4	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3
	VIII	8	7	12.069	17	3	1	8	12	18	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4
	TOTAL		141	100%	18	3	1	5	9	19	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
						19	3	1	8	12	20	3	4	3	2	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3
					20	2	1	5	8	21	2	3	4	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	
					21	3	1	5	9	22	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	
					22	4	1	8	13	23	1	2	4	1	2	2	3	4	4	2	3	3	2	3	
					23	2	1	4	7	24	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	4	3	3	3	
					24	2	1	5	8	25	1	2	2	2	1	3	1	2	3	2	2	2	1	3	
					25	2	2	3	7	26	2	2	4	2	4	2	3	4	2	1	2	4	3	3	
					26	3	2	5	10	27	2	1	1	1	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	
					27	2	1	5	8	28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	
					28	2	1	4	7	29	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	4	4	1	3	
					29	1	1	4	6	30	2	2	2	1	2	1	4	3	3	3	3	3	3	3	
					30	2	1	7	10	31	2	2	3	3	2	4	2	4	2	2	2	3	4	4	
					31	2	1	5	8	32	2	3	2	3	1	4	3	2	2	4	1	2	3	3	
					32	2	1	5	8	33	3	2	3	3	1	4	3	3	3	2	2	1	3	3	
					33	2	1	3	6	34	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	3	4	4	
					34	2	1	3	6	35	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	
					35	2	2	3	7	36	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	
					36	4	1	4	9	37	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	
					37	1	1	3	5	38	2	1	3	2	1	2	1	3	2	3	2	3	1	3	
					38	2	2	5	9	39	3	1	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	2	3	
					39	2	1	5	8	40	4	3	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	1	3	

Fuente: Programa Excel 2010

Ilustración 2

Procesamiento de datos

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	TOTAL	
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	136
3	1	3	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3	105
4	2	4	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	1	2	2	1	3	2	2	3	1	3	3	4	2	1	3	3	120
2	1	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	124
3	3	4	3	4	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	139
3	1	3	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	1	2	3	100
3	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	127
4	2	4	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	116
1	1	4	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	4	1	3	1	4	2	84	
4	2	4	3	4	4	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	144
2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	176
2	3	3	4	3	4	2	2	2	2	3	1	4	2	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	3	4	2	4	3	123
3	1	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	97
1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	4	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	4	2	2	3	88	
3	1	3	3	3	3	2	2	4	1	4	1	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	132
4	1	3	2	1	3	2	1	1	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	1	1	2	1	1	2	2	97	
3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	4	3	1	128	
2	4	4	4	4	4	2	2	3	3	1	3	2	2	3	4	3	2	4	2	3	4	2	3	4	4	2	2	2	140
4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	2	156
3	2	4	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	129
4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	133
2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	3	4	130
4	2	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	3	3	3	1	3	3	2	2	134
3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	1	4	2	129
2	1	1	3	2	2	3	1	3	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	2	87
2	1	4	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	1	2	4	2	2	3	2	4	3	4	2	1	1	3	1	121	
2	1	2	3	4	4	2	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	2	3	2	3	4	2	123
4	1	1	4	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	1	1	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	141
2	3	1	2	4	3	2	3	1	2	2	4	2	4	1	2	3	1	2	4	3	2	4	3	2	3	1	2	2	109
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	138
3	1	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	4	4	2	2	3	1	1	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	104
2	2	1	2	2	4	1	4	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	2	1	4	2	2	1	3	1	2	3	122	
2	3	1	1	4	4	2	2	3	2	1	2	4	3	3	2	2	3	1	1	4	4	4	2	2	3	2	1	2	116
4	2	1	1	3	2	2	2	2	1	3	3	3	4	3	1	4	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	3	3	121
2	2	1	1	3	4	2	2	4	1	3	2	3	4	3	1	2	4	1	4	3	2	2	3	3	1	3	4	117	
3	2	1	3	3	3	3	2	1	1	3	2	4	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	3	2	125
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	136
3	1	3	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	105
4	2	4	2	3	2	2	2	3	1	3	2	1	2	2	1	3	2	2	3	1	3	3	4	2	1	3	3	3	121
2	1	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	124

Fuente: Programa Excel 2010

ANEXO 09. PROCESAMIENTO DE DATOS EN SPSS

Ilustración 3

Procesamientos de las variables en sps

RENDIMIEN TP ACADEMICO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	EDAD	Númerico	8	0		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
2	SEXO	Cadena	9	0		Ninguna	Ninguna	9	Izquierda	Nominal	Entrada
3	CICLO	Cadena	6	0		Ninguna	Ninguna	2	Izquierda	Nominal	Entrada
4	MODULO1	Númerico	40	0	¿Cuál fue tu pr...	{1, APROB...	Ninguna	23	Derecha	Escala	Entrada
5	MODULO2	Númerico	23	0	¿Cuál fue tu pr...	{1, APROB...	Ninguna	23	Derecha	Escala	Entrada
6	MODULO3	Númerico	23	0	¿Cuál fue tu pr...	{1, APROB...	Ninguna	23	Derecha	Escala	Entrada
7	MODULO...	Númerico	23	0	¿Cuál fue tu pr...	{1, APROB...	Ninguna	23	Derecha	Escala	Entrada
8	MODULON_1	Númerico	7	0	MODULON_1	{1, APROB...	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
9	MODULON_2	Númerico	8	0	MODULON_2	{1, APROB...	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
10	MODULON_3	Númerico	8	0	MODULON_3	{1, APROB...	Ninguna	11	Derecha	Ordinal	Entrada
11	MODULON...	Númerico	8	0	MODULON_ANT	{1, APROB...	Ninguna	13	Derecha	Ordinal	Entrada
12	REN_AC	Númerico	8	2		Ninguna	Ninguna	10	Derecha	Escala	Entrada
13	REN_F	Númerico	8	0	REN_F	{1, DEFICIN...	Ninguna	10	Derecha	Nominal	Entrada
14	SEPARACI...	Númerico	8	2		Ninguna	Ninguna	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	P1	Númerico	8	0	EST_VD	{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
16	P2	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
17	P3	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
18	P4	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
19	P5	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
20	P6	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
21	P7	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
22	P8	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
23	P9	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
24	P19	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
25	P11	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
26	P12	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
27	P13	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
28	P14	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
29	P15	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
30	P16	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
31	P17	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
32	P18	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
33	P_19	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
34	P20	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
35	P21	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada
36	P22	Númerico	8	0		{1, NUNCA}...	Ninguna	8	Derecha	Escala	Entrada

Fuente: Programa IBM SPSS Statistics 26.0

Ilustración 4

Procesamiento del rendimiento académico en sps

RENDIMIEN TP ACADEMICO.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

	MODULON_1	MODULON_2	MODULON_3	MODULON_ANT	REN_AC	REN_F
1	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
2	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
3	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
4	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	9,00	ACEPTABLE
5	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	7,00	DEFICINTE
6	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
7	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
8	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
9	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
10	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
11	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
12	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
13	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	7,00	ACEPTABLE
14	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
15	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
16	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
17	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
18	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	7,00	ACEPTABLE
19	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
20	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
21	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
22	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
23	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	7,00	DEFICINTE
24	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	9,00	ACEPTABLE
25	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
26	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
27	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
28	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
29	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
30	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	9,00	ACEPTABLE
31	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	7,00	ACEPTABLE
32	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
33	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE
34	APROBADO	APROBADO	APROBADO	APROBADO	8,00	ACEPTABLE

Vista de datos Vista de variables

Fuente: Programa IBM SPSS Statistics 26.0

ANEXO 10. CARACATERISTICA DEMOGRAFICAS

Tabla 5

Sexualidad de los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huacho 2023

Variable	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Femenino	114	79.2%
	Masculino	27	18.8%
Total		141	100

FUENTE: resultados obtenidos de la aplicación del instrumento hacia los estudiantes de Enfermería de 3° a 8° ciclo en el semestre 2022-2

En la tabla 5 se observa que hay mayor incremento en el sexo femenino con 79.2% (114) a diferencia del sexo masculino con el 18.8% (27), de un total de 141 estudiantes encuestados. Por lo tanto, en la escuela de Enfermería, en los ciclos de 3° a 8° ciclo, hay mayor proporción en el sexo femenino a comparación del sexo masculino.

Tabla 6*Ciclo de los estudiantes de Enfermería de la universidad de Huacho semestre 2022*


Variable	Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Ciclo	3°	25	17.4%
	4°	37	26.4%
	5°	25	17.4%
	6°	11	7.6%
	7°	20	13.9%
	8°	23	17.3%
Total		141	100

FUENTE: *resultados obtenidos de la aplicación del instrumento hacia los estudiantes de Enfermería de 3° a 8° ciclo en el semestre 2022-2*

En la tabla 6 se observa que hay mayor cantidad de alumnos en el 4° ciclo 26.4% (37) a comparación de los demás ciclos como, el 3° y el 5° ciclo tiene porcentaje similares de 17.4% (25), seguido del 8° ciclo con 17.3% (23), el 7° ciclo tiene el 13.9% (20) y por último el 6° presenta el 7.6% (11). Por lo tanto, existe más población en el 4° ciclo, puesto que se dividen en dos secciones A y

ANEXO 11. MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	SUBDIMENSIONES	MÉTODO
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>➤ ¿Cómo influye los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023?</p> <p>PROBLEMA ESPECÍFICO:</p> <p>➤ ¿Cuáles son los estilos de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023?</p> <p>➤ ¿Cuáles es el rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>✓ Analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023</p> <p>OBJETIVO ESPECÍFICO:</p> <p>✓ Identificar los estilos de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.</p> <p>✓ Determinar el rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL:</p> <p>Existe influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.</p> <p>Ho: No existe influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.</p> <p>Hi: Si Existe influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023.</p> <p>HIPÓTESIS ESPECÍFICO:</p> <p>*El estilo de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023, no son saludables</p> <p>*El estilo de vida que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023, son saludables.</p> <p>*El rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023, es aceptable.</p> <p>*El rendimiento académico que presentan los estudiantes de enfermería de la universidad de Huacho 2023, no es aceptable.</p>	<p>VARIABLE INDEPENDIENTE</p> <p>E</p> <p>Estilo de vida</p>	<p>Nutrición</p> <p>Actividad física</p> <p>Responsabilidad en salud</p> <p>Soporte interpersonal</p> <p>Manejo del estrés</p> <p>Auto actualización</p>	<p>Estilo de vida Saludable: 121-192</p> <p>Estilo de vida No saludable:48-120</p>	<p>TIPO:</p> <p>Descriptivo</p> <p>Correlacional</p> <p>ENFOQUE:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>DISEÑO:</p> <p>No experimental de tipo Transversal</p> <p>POBLACION:</p> <p>Está compuesta por 222 estudiantes de 3° - 8° Enfermería del semestre 2022-2</p> <p>MUESTREO:</p> <p>Muestreo probabilístico</p> <p>Muestreo estratificado</p> <p>141 por estratos</p>
			<p>VARIABLE DEPENDIENTE</p> <p>Rendimiento Académico</p>	<p>Muy bueno</p> <p>Bueno</p> <p>Aceptable</p> <p>Deficiente</p>	<p>Aprobado: 16.50-20</p> <p>Aprobado:13.50-16.49</p> <p>Aprobado:10.50-13.49</p> <p>Desaprobado:00-10.49</p>	



Olga Benicia Caceres Estrada

M^{ra} CACERES ESTRADA OLGA BENICIA
Presidente



Frida Georgina Bruno Malpica

M^{ra} BRUNO MALPICA FRIDA GEORGINA
Secretaria



Milagros del Pilar Herrera

LIC. MARCELO HERRERA MILAGROS DEL PILAR
Vocal

Edgar Ivan Vergara

M.C. VALLADARES VERGARA EDGAR IVAN
Asesor