



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión
Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Secundaria
Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

Estilo de vida saludable y evaluación de los aprendizajes en estudiantes del cuarto año de secundaria de la Institución Educativa Pública INEI 34-Chancay, 2025

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Educación Nivel Secundaria
Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

Autora

Aracely Ostos Balvaceda

Asesora

Dra. Carmen del Pilar Alvarez Quinteros


DRA. ALVAREZ QUINTEROS CARMEN DEL PILAR
DOCENTE
DNU: 383

Huacho – Perú

2026



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)

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Secundaria

Especialidad: Biología, Química y Tecnología de los Alimentos

METADATOS

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Aracely Ostos Balvaceda	72279427	20 de mayo del 2026
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Carmen del Pilar Alvarez Quinteros	15600961	https://orcid.org/0000-0001-6997-4290
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CODIGO ORCID
Dra. Adriana María Castillo Corzo	15842593	https://orcid.org/0000-0003-0786-6029
Dr. Regulo Conde Curiñaupa	10177373	https://orcid.org/0000-0002-9869-4818
Dra. Fiorella Victoria Luperdi Rios	45639625	https://orcid.org/0000-0001-7038-6488

Aracely Ostos Balvaceda 2026-021921

ESTILO DE VIDA SALUDABLE Y EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES EN ESTUDIANTES DEL CUARTO AÑO DE SEC...

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN FE-PREGRADO 2026

UNIDAD DE INVESTIGACIÓN DE LA FE-2026

Facultad de Educación

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3511449831

78 páginas

Fecha de entrega

19 mar 2026, 9:44 a.m. GMT-5

17.835 palabras

91.335 caracteres

Fecha de descarga

19 mar 2026, 2:18 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESTIS_OSTOS_BALVACEDA_-_UI.pdf

Tamaño del archivo

1.5 MB



Página 2 de 66 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3511449831

19% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de fuentes excluidas

Fuentes principales

- 17% Fuentes de Internet
- 12% Publicaciones
- 12% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a Dios, fuente inagotable de luz y fuerza, quien me acompañó a lo largo de cada paso de este arduo recorrido. Por concederme la claridad para tomar decisiones, la calma para superar los obstáculos y la determinación para no rendirme hasta alcanzar este logro importante en mi vida profesional.

A mis amados padres, Obed Ostos y Gladis Balvaceda, quienes son el motor de mi vida. Gracias por su amor infinito, dedicación constante y cada sacrificio que hicieron para que hoy pueda alcanzar este logro. incondicional.

A mi querido hermanito Jhalmar, por ser mi inspiración y mi alegría diaria. Tu cariño y entusiasmo me motivaron a continuar cuando el camino se hacía difícil.

A mi abuelo, por su ejemplo de vida, su sabiduría y cariño, que me acompañaron a lo largo de micrecimiento personal y académico.

A mis docentes, por transmitir sus saberes y trayectoria, aportando de manera valiosa al desarrollo de mi crecimiento como profesional académico. Gracias por motivarme a dar siempre lo mejor de mí y por inspirarme a alcanzar este importante objetivo.

Dedico este trabajo a esa persona especial, que estuvo a mi lado en los momentos más desafiantes de este **proceso**. Gracias por tu apoyo emocional, tu comprensión y tu motivación constante.

Este logro es el resultado del amor, la fe y el apoyo de quienes estuvieron presentes y fueron parte de mi camino a lo largo de estos años.

Aracely Ostos Balvaceda

AGRADECIMIENTO

Deseo expresar mi más sincero reconocimiento a la Dra. Carmen Del Pilar Álvarez Quinteros, quien accedió sin reservas a acompañarme en este proceso hasta la culminación de mi trabajo de investigación. Asimismo, a todas aquellas personas que contribuyeron de una u otra manera a hacer posible el desarrollo de este hallazgo.

Aracely Ostos Balvaceda

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN.....	xiii
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	1
1.2. Formulación del problema	2
1.2.1 Problema general	2
1.2.2 Problema específico.....	2
1.3. Objetivo de la investigación	3
1.3.1 Objetivo general	3
1.3.2 Objetivo específico.....	3
1.4 Justificación de la población.....	4
1.5 Delimitación de estudio	5
1.6 Viabilidad de estudio.....	5
II. MARCO TEÓRICO	6
2.1 Antecedentes de la investigación.....	6
2.1.1 Investigaciones Internacionales.....	6
2.1.2 Investigaciones Nacionales	8
2.2 Bases Teóricas	11
2.3 Definición de términos básicos.....	19
2.4 Hipótesis de la investigación	22
2.4.1 Hipótesis general	22
2.4.2 Hipótesis específica	22
2.5 Operacionalización de las variables	23

III.	METODOLOGÍA.....	25
3.1	Diseño metodológico.....	25
3.1.1	Tipo de Investigación	25
3.1.2	Diseño.....	25
3.1.3	Enfoque.....	25
4.1	Población y Muestra	25
4.1.1	Población	25
4.1.2	Muestra	25
3.3	Técnica de recolección de datos	26
3.4	Técnica para el procedimiento de la información	27
IV.	RESULTADOS	29
4.1	Resultados descriptivos	29
4.1.1	De la variable: Estilo de vida.....	29
4.1.2	De la variable: Evaluación de los aprendizajes	32
4.2	Resultado inferenciales.....	33
4.2.1	Contrastación de hipótesis general	33
4.2.1	Contrastacion de las hipótesis específicas	35
V.	DISCUSION.....	47
VI.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	49
6.1	Conclusiones	49
6.2	Recomendaciones	50
VII.	REFERENCIA	52
5.1	Fuentes bibliográficas.....	52
5.2	Fuentes electrónicas.....	52
VIII.	ANEXO	55
	Matriz de Consistencia	57

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1	29
Tabla 2	29
Tabla 3	31
Tabla 4	32
Tabla 6	33
Tabla 7	34
Tabla 8	35
Tabla 9	36
Tabla 10	37
Tabla 11	38
Tabla 12	39
Tabla 13	40
Tabla 15	42
Tabla 16	43
Tabla 17	43
Tabla 18	45
Tabla 19	45

ÍNDICE DE FIGURA

Figura 1	29
Figura 2	30
Figura 3	32
Figura 4	34
Figura 5	36
Figura 6	38
Figura 7	40
Figura 8	42
Figura 9	44
Figura 10	46

RESUMEN

Problema general: ¿De qué manera el estilo de vida saludable se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34 Chancay, 2025? **Objetivo general:** Establecer la relación del estilo de vida y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025. **Metodología:** Un estudio aplicado, de alcance correlacional con una orientación de carácter cuantitativo, empleando un diseño no experimental de corte transversal.; el universo poblacional comprendió 347 estudiantes distribuidas en 11 secciones del 4to. Año de nivel secundaria, Contando con una muestra conformada por 120 estudiantes. Los datos fueron recabados a través de un cuestionario relacionado con los hábitos de vida saludable, el cual estuvo compuesto por 25 ítems, mientras que la información correspondiente a la segunda variable fue obtenida a partir de los registros de calificaciones **Resultados:** El 87.5% de los docentes practican, estilo de vida no saludable, solo el 12.5% practican un estilo de vida saludable. El 85.8% practican una mala alimentación, no practican actividad física el 71.7%, falta de descanso un 70%, el 79.2% poco manejo de estrés y el mismo porcentaje débil apoya interpersonal. **Conclusiones:** Se indicó la presencia de una correlación positiva entre los estilos de vida y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.473$). Esto significa que, a mejores estilos de vida, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Palabras clave: Estilo de vida saludable, evaluación de los aprendizajes, alimentación.

ABSTRACT

General problem: How does a healthy lifestyle relate to the assessment of learning in fourth-year secondary school students at I.E.P. INEI N° 34 Chancay, 2025? **General objective:** To establish the relationship between lifestyle and learning assessment in fourth-year secondary school students at I.E.P. N° 34-Chancay, 2025. **Methodology:** This is an applied study, with a correlational level and a quantitative approach. A non-experimental cross-sectional design was applied; The population universe comprised 347 students distributed in 11 sections of the 4th year of secondary school, with a sample of 120 students. The information was collected through a questionnaire on healthy lifestyle consisting of 25 questions and the second variable was obtained through grade records. **Results:** 87.5% of students practice an unhealthy lifestyle, while only 12.5% practice a healthy lifestyle. 85.8% have poor diets, 71.7% do not engage in physical activity, 70% lack rest, 79.2% have poor stress management skills, and the same percentage have weak interpersonal support. **Conclusions:** A positive correlation was demonstrated between lifestyles and learning outcomes ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$) in fourth-year secondary school students at I.E.P. No. 34 in Chancay. The correlation coefficient obtained is of moderate strength ($\rho = 0.473$). This means that better lifestyles tend to be associated with better learning outcomes, and vice versa.

Keywords: Healthy lifestyle, learning assessment, nutrition.

INTRODUCCIÓN

En el ámbito educativo, cada vez se comprende mejor que el rendimiento y los logros escolares de los alumnos no puede explicarse únicamente mediante factores pedagógicos o capacidades cognitivas, sino que es necesario adoptar una perspectiva integral que incluya elementos vinculados con la salud física y mental del alumnado. Múltiples investigaciones han evidenciado conexiones importantes entre los hábitos de vida saludables y los resultados escolares, indicando que elementos tales como una alimentación equilibrada, el ejercicio físico constante, un descanso nocturno apropiado y el manejo adecuado de situaciones estresantes pueden tener efectos positivos en funciones cognitivas esenciales como la capacidad de atención, el almacenamiento de información, el nivel de concentración y las habilidades para solucionar problemas.

Los alumnos del cuarto grado de educación secundaria atraviesan una etapa especialmente compleja en su recorrido escolar. Entre los 15 y 16 años de edad, deben responder a requisitos académicos progresivamente más rigurosos, prepararse para exámenes determinantes que influirán en su ingreso a estudios superiores y, al mismo tiempo, lidiar con las fuertes tensiones características de la adolescencia intermedia. En este contexto, numerosos adolescentes desarrollan prácticas perjudiciales para su salud, tales como la ingesta de productos alimenticios altamente procesados, el estilo de vida inactivo relacionado con el tiempo prolongado frente a pantallas digitales, la reducción de las horas de descanso debido a la acumulación de tareas o sesiones de estudio en horarios nocturnos, y el enfrentamiento a altos niveles de tensión académica sin contar con técnicas apropiadas para manejarla.

La evaluación de los aprendizajes, entendida como las fases sistemáticas de valoración de los saberes, destrezas y capacidades desarrolladas por los educandos, representa un indicador fundamental de la efectividad del proceso educativo. Sin embargo, los resultados de estas evaluaciones no reflejan únicamente las capacidades intelectuales o el esfuerzo dedicado al estudio, sino que pueden estar mediados por múltiples factores contextuales y personales, entre los cuales los hábitos de vida ocupan un lugar destacado. La evidencia científica sugiere que déficits nutricionales, la inactividad física y el sueño insuficiente pueden comprometer la función cerebral y, consecuentemente, afectar negativamente el rendimiento en las evaluaciones académicas.

El hallazgo nace a partir de lo imprescindible de comprender integralmente cómo los estilos de vida saludables se relacionan con la evaluación de los aprendizajes en estudiantes de cuarto año del nivel secundaria, con el propósito de generar evidencia empírica que permita fundamentar intervenciones educativas y promocionales orientadas a fortalecer el bienestar físico y el desempeño escolar de los jóvenes estudiantes. El estudio pretende aportar conocimientos valiosos para docentes, autoridades educativas, profesionales de la salud y familias, que permitan diseñar estrategias integrales de acompañamiento a los estudiantes durante esta etapa crucial de su formación.

En el primer capítulo, se examina la problemática de estudio, además se plantean las interrogantes de investigación, los propósitos y se establece su justificación. También se delimita el estudio desde distintas perspectivas y finalmente se indica su viabilidad.

El segundo capítulo perfecciona el marco teórico, iniciando con el análisis de los presentes previos y anteriores del estudio, seguido de las bases teóricas, los fundamentos filosóficos y la conceptualización de términos. Además, se presentan los supuestos de investigación y la definición operacional de las variables.

Capítulo tercero expone la metodología del estudio, comenzando por determinar el tipo, nivel, enfoque, diseño y modalidad del hallazgo. También se detalla el universo de estudio y el grupo seleccionado.

Capitulo cuarto se presentan los resultados derivados de los hallazgos y la verificación de los supuestos planteados.

Capitulo quinto aborda la polémica del estudio, confrontando los hallazgos encontrados en la presente tesis que contienen las conclusiones de los antecedentes investigativos.

El sexto capítulo muestra las conclusiones y sugerencias derivadas de estos hallazgos.

El séptimo capítulo está conformado por la bibliografía que sirvieron como fundamento para la elaboración de este trabajo.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

En los centros educativos de nivel secundario, especialmente en estudiantes de cuarto año, se observa con creciente preocupación la existencia de hábitos y conductas desfavorables para la salud, manifestados en hábitos alimenticios inadecuados, escasa actividad física, deficiente higiene del sueño y altos niveles de estrés. Estas prácticas impactan directamente en los procesos cognitivos y metacognitivos que sostienen los aprendizajes escolares (WHO, 2020).

Diversos estudios señalan que una alimentación deficiente y el sedentarismo afectan negativamente capacidades cognitivas como la retención de información, la concentración y la capacidad para dar solución a situaciones complejas, elementos esenciales para el rendimiento y desenvolvimiento escolar (Taras, 2005; Gómez & León, 2018). Sin embargo, la escuela, pese a su rol formador, no siempre desarrolla estrategias integrales para promover estilos de vida saludables ni para evaluar cómo estas condiciones influyen en los aprendizajes (MINEDU, 2022).

En el contexto peruano, informes del Minsa (2023) advierten el incremento de sobrepeso, fatiga escolar y consumo alimentario poco nutritivo entre estudiantes adolescentes. Paralelamente, diversas UGEL reportan bajos niveles de logro en áreas como matemática, comunicación y ciencia, lo cual evidencia que los aprendizajes no solo dependen de los enfoques pedagógicos o los instrumentos de evaluación, sino también del estado físico, emocional y nutricional del estudiante (Cueto & León, 2010).

Además, investigaciones como las de Hernández (2019) y Vega (2021) sostienen que la incorporación de hábitos y prácticas favorables para el bienestar repercute en la

motivación académica, la asistencia regular a clases y una mejor disposición hacia el aprendizaje. No obstante, se evidencia una distancia entre lo planteado conceptualmente y lo que se lleva a cabo en la realidad: la escuela evalúa los aprendizajes, pero pocas veces considera las condiciones biosociales que los determinan.

Por ello, se presenta una problemática que combina factores individuales y educativos: los estudiantes mantienen un estilo de vida no saludables que podrían estar limitando su rendimiento y la evaluación objetiva de sus aprendizajes. Esta situación exige ser investigada para identificar relaciones, vacíos y oportunidades de intervención desde una perspectiva pedagógica y socioeducativa.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera el estilo de vida saludable se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34 Chancay, 2025?

1.2.2 Problema específico

¿De qué manera la alimentación se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?

¿De qué manera la actividad y ejercicio se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025?

¿De qué manera el manejo de estrés se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?

¿De qué manera el apoyo interpersonal se relaciona la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?

¿De qué manera el descanso se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?

¿De qué manera la responsabilidad en salud se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- ¿Chancay, 2025?

1.3. Objetivo de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Establecer la relación del estilo de vida y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025.

1.3.2 Objetivo específico

Establecer la relación de la alimentación y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

Establecer la relación de la actividad, ejercicio y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

Establecer la relación del manejo del estrés y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

Establecer la relación del apoyo interpersonal y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

Establecer la relación del descanso y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025

Establecer la relación de la responsabilidad en salud y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025

1.4 Justificación de la población

Este hallazgo propine lo siguientes: **Justificación Teórica:** Este estudio permitirá ahondar en la relación existente entre los hábitos de vida saludable y la evaluación de los aprendizajes, tema poco abordado de manera articulada. Autores como Pender (2011) y Bisquerra (2012) resaltan que la salud física y emocional constituye un componente central del desarrollo educativo integral. Al relacionar hábitos saludables con el desempeño evaluado, se fortalecerá el marco conceptual que conecta bienestar, cognición y rendimiento académico. **Justificación Práctica:** La investigación ofrecerá evidencia útil para docentes, directivos y familias, aportando insumos para diseñar estrategias de promoción de la salud escolar que tengan impacto en el rendimiento académico. Según Ortega y Del Castillo (2020), las intervenciones saludables en estudiantes mejoran significativamente la asistencia, el enfoque en clase y los resultados de evaluación. **justificación educativa:** a evaluación de los aprendizajes no puede comprenderse solo desde la medición del rendimiento académico. Como señala Ausubel (2002), el aprendizaje significativo requiere condiciones biopsicológicas favorables. En consecuencia, comprender cómo el estilo de vida influye en la evaluación permitirá reformular prácticas pedagógicas, diseñar programas preventivos y orientar políticas educativas inclusivas.

1.5 Delimitación de estudio

La investigación se realizará en la Institución Educativa Pública INEI 34-Chancay, teniendo en cuenta el cuarto año de secundaria, durante el año académico del 2025

1.6 Viabilidad de estudio

El presente trabajo resulta realizable y sostenible, puesto que se dispone de fuentes bibliográficas y documentales suficientes para su ejecución. Del mismo modo, se cuenta con los recursos humanos, materiales y financieros necesarios para llevar a cabo el proceso investigativo.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Investigaciones Internacionales

Cano Cañada, Tapia Serrano, Llanos Muñoz, Rubio Morales, Lobo Triviño y Sánchez Oliva (2024), en España, realizaron un estudio titulado Influencia de los estilos de vida saludables en el compromiso hacia los estudios y el rendimiento académico en los adolescentes. El objetivo fue examinar la relación entre el estilo de vida saludable con el compromiso hacia los estudios y el rendimiento académico en adolescentes. Se desarrolló una investigación de corte transversal con una muestra compuesta por 359 adolescentes de entre 13 y 20 años, en la que se analizaron variables como la actividad física, el tiempo de exposición a pantallas en reposo, las horas de descanso nocturno y el seguimiento a una alimentación de tipo mediterráneo, todo ello a través de cuestionarios de autoreporte. Adicionalmente, los participantes proporcionaron información sobre su nivel de implicación en sus estudios, y el rendimiento académico fue determinado calculando el promedio de calificaciones obtenidas en las materias de lengua, inglés, matemáticas y educación física. Los hallazgos evidenciaron que los estudiantes con niveles más elevados de actividad física y mayor apego a una alimentación de tipo mediterráneo demostraron un mayor involucramiento hacia sus estudios, en tanto que quienes respetaron los límites recomendados de uso de pantallas y mantuvieron dicho patrón alimenticio lograron un mejor desempeño en sus calificaciones académicas. La investigación destacó la relevancia de fomentar la práctica de ejercicio físico y la adopción de una alimentación mediterránea como estrategias para fortalecer la motivación hacia el aprendizaje y elevar el rendimiento escolar en la población adolescente.

Vaíl Ramírez (2024), en Guatemala, desarrolló la investigación titulada Estilo de vida saludable de los estudiantes del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa Huitán (I.M.E.B.H), del municipio de Huitán, Quetzaltenango, 2024, cuyo objetivo fue determinar el estilo de vida de los estudiantes del instituto. El estudio fue de carácter descriptivo y con un diseño de corte transversal, contando con una población conformada por 155 estudiantes. Para la obtención de la información se utilizó un cuestionario integrado por 22 ítems de opción múltiple. Los hallazgos evidenciaron que, en el aspecto relacionado con la alimentación, el 4% de los estudiantes consume comida rápida diariamente; en la dimensión física, el 11% rehúye cualquier tipo de actividad física; en la dimensión sueño, el 15% descansan seis horas y el 3% duerme durante el día; y en la dimensión social, el 4% se relaciona regularmente con sus compañeros y el 1% no lo hace. Asimismo, se identificaron factores que afectan los hábitos y prácticas orientados al bienestar integral, tales como la ingesta de líquidos energizantes, la obesidad, el sobrepeso, las comidas rápidas, el alcohol y el tabaco. En cuanto al uso de sustancias perjudiciales para la salud, el 5% las ingiere en contextos de socialización, mientras que el 3% lo hace durante los fines de semana y el 3% todos los días; además, el 5% consume cigarrillos diariamente y el 3% una vez por semana. Respecto a las bebidas energizantes, el 58% las consume todos los días y el 28% una vez a la semana. Se concluye que las dimensiones físicas, sueño y relaciones sociales se encuentran afectadas y que el consumo de bebidas nocivas es considerable; se recomiendan acciones educativas dirigidas a docentes y personal de salud para fortalecer los hábitos de vida saludable en los estudiantes.

Casagallo María (2024), realizó un estudio titulado Hábitos de estilo de vida saludable para un mejor rendimiento académico de los estudiantes de secundaria, cuyo objetivo fue analizar la influencia de los hábitos de vida saludable en el rendimiento académico de los estudiantes del Bachillerato General Unificado en Ecuador. El estudio examinó tres ejes fundamentales: los hábitos alimenticios saludables, la práctica de ejercicio físico y el descanso, así como el bienestar emocional y la gestión del estrés. Con un enfoque cuantitativo descriptivo y correlacional, se aplicó un cuestionario estructurado a una muestra de 300 estudiantes de secundaria. Los hallazgos revelaron que los hábitos de alimentación y los patrones de sueño guardan una relación considerable con el desempeño escolar, con promedios de 3.8 y 3.4 respectivamente. No obstante, la práctica de ejercicio físico fue señalada como un aspecto a fortalecer, dado que únicamente el 30% de los estudiantes lo realizaba de manera regular. Asimismo, la gestión del estrés y el acompañamiento emocional se revelaron como elementos clave e influyentes para la concentración y el desempeño escolar. En conclusión, el estudio evidencia que la adopción de hábitos de vida saludables, que comprendan una nutrición equilibrada, un descanso apropiado y una adecuada gestión del estrés, incide de manera directa en el desempeño académico. Se recomienda implementar estrategias de formación e instrucción dirigidas a fortalecer estos hábitos entre los educandos, con el propósito de favorecer tanto su calidad de vida como sus resultados académicos.

Investigaciones Nacionales

Lipa Añacata y Valencia Guevara (2024) realizaron un estudio titulado Estilos de vida saludable y rendimiento académico de estudiantes de 5° de

secundaria de una I.E. de Leoncio Prado, desarrollado en la Universidad César Vallejo. El estudio tuvo como objetivo establecer el vínculo entre los estilos de vida activos y el desempeño escolar en alumnos de nivel secundario pertenecientes a la Institución Educativa Emblemática "Gómez Arias Dávila", ubicada en el distrito de Rupa Rupa, provincia de Leoncio Prado, en la región Huánuco. Se aplicó una encuesta para evaluar los estilos de vida activos y se revisaron los registros de evaluación como instrumento para valorar el desempeño escolar. La muestra estuvo conformada por 157 estudiantes de 5° de secundaria. Los resultados evidenciaron una relación directa de intensidad media entre los hábitos de vida saludable y el desempeño escolar, demostrando la importancia de promover hábitos de vida saludables en el contexto escolar.

Vera Gil (2022) realizó un estudio titulado Estilos de vida de los profesionales de salud del C.S La Flor, Carabayllo - Lima 2022, desarrollado en la Universidad César Vallejo. El propósito fue identificar y caracterizar los hábitos de vida de los profesionales de la salud pertenecientes al Centro de Salud La Flor. La investigación fue de tipo básico, de alcance descriptivo, con un diseño no experimental, orientación cuantitativa y una perspectiva de corte transversal. Se consideró la totalidad del universo por su reducido tamaño, compuesta por 42 profesionales del área de salud, empleándose la técnica de encuesta a través del cuestionario de Perfil de Estilo de Vida Promotor de Salud (HPLP II) de Nola Pender, adaptado y validado por Julcamoro Acevedo. (2019). Tras aplicar los criterios de exclusión, el grupo definitivo de participantes quedó conformado por 38 sujetos. Los hallazgos evidenciaron que el 87% de los participantes mantiene hábitos de vida

favorables para su salud, mientras que el 13% restante no los practica. En cuanto a las dimensiones evaluadas, se identificó que en el ámbito de la responsabilidad en salud, el 76% de los sujetos presentó un estilo de vida poco saludable., en actividad física el 68% no saludable en el ámbito de la alimentación equilibrada, el 79% demostró conductas favorables para su bienestar nutricional., en crecimiento espiritual el 100% saludable, n el área de las relaciones interpersonales el 79% mostró prácticas adecuadas, y en lo referente a la gestión del estrés el 74% evidenció conductas favorables para su bienestar.. Se determinó que los profesionales exhiben hábitos de vida desfavorables en las dimensiones de responsabilidad en salud y actividad física, mientras que en las demás dimensiones evaluadas se evidenciaron prácticas adecuadas para su bienestar

Palomino Orizano, J. y colb. (2021). *“Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios”*. El presente estudio tuvo como finalidad analizar la vinculación entre los hábitos de vida saludables y el rendimiento académico en una muestra de 157 estudiantes pertenecientes a la Facultad de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, en el Perú. El método utilizado fue de naturaleza descriptivo-correlacional con un abordaje de corte transversal. Para la recopilación de información se utilizó el instrumento de Arrivillaga, Salazar y Gómez (2002) sobre prácticas y creencias relacionadas con estilos de vida, mientras que los datos del desempeño académico provinieron de los registros oficiales de calificaciones proporcionados por la dependencia encargada del Registro y los Servicios Académicos de la institución. Los hallazgos principales revelaron que: El 85.99% de los participantes evidenciaron

prácticas de vida moderadamente saludables, y el 67.50% demostró un desempeño académico intermedio o un logro de aprendizaje moderado, sugiriendo que mantener estilos de vida parcialmente saludables contribuye de manera moderada al rendimiento estudiantil. Se identificó una asociación directa de intensidad media mediante el coeficiente Rho de Spearman ($r=0.6529$) entre ambas variables, evidenciando que cuando los estudiantes universitarios adoptan hábitos de vida más saludables, tienden a alcanzar mejores resultados académicos y logros de aprendizaje superiores.

2.1 Bases Teóricas

Estilo de vida saludable

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define y caracteriza los estilos de vida saludables como un modo integral de vivir, resultado de la interacción entre las condiciones generales del entorno y los comportamientos propios de cada individuo, los cuales se encuentran condicionados por factores de índole sociocultural y por las particularidades propias de cada persona.

Las prácticas y conductas orientadas a un estilo de vida saludable (EVS) se asocian directamente con el concepto de bienestar, dado que comprenden un conjunto de actitudes y comportamientos vinculados con la salud, los cuales contribuyen de manera favorable al equilibrio físico, psicológico y social de la persona que los adopta (Ministerio de Educación de Chile [Mineduc], 2014, p. 46).

Asimismo, **Lalonde** indica que el estilo de vida saludable alude a la serie de elecciones, decisiones y comportamientos adoptados por una persona que influyen directamente en su estado de salud y bienestar, incluyendo aspectos tales

como la nutrición, el ejercicio físico, el reposo y el manejo de las situaciones de tensión.

Beneficio de un estilo de vida saludable

Las ventajas vinculadas a la incorporación de hábitos de vida saludables se manifiestan tanto a nivel interno como externo del individuo, destacándose entre ellos los efectos positivos más relevantes en el bienestar físico, mental y social. De acuerdo con la información de la Organización Mundial de la Salud (OMS), 2004, mantener prácticas beneficiosas como una dieta balanceada, la realización constante de ejercicio físico y la disminución de comportamientos de riesgo contribuye significativamente a la reducción del riesgo de enfermedades de carácter crónico no transmisible, entre ellas la diabetes, la presión arterial elevada y las afecciones del sistema cardiovascular.

De igual manera, Castrillón (2016) sostiene que un estilo de vida saludable fortalece el sistema inmunológico, mejora la calidad del sueño y favorece el bienestar emocional, al reducir los niveles de estrés y ansiedad. Por su parte, Pérez y Rivera (2018) destacan que las personas que practican hábitos saludables presentan un mayor rendimiento académico y laboral, así como una mejor adaptación social, lo que influye de manera favorable en su crecimiento tanto individual como comunitario.

Dimensiones:

La organización mundial de la salud (OMS) en 2024, sugiere que, para mantener hábitos de vida saludable, tener en cuenta lo siguiente:

- Alimentación

Mantener una alimentación equilibrada constituye un pilar esencial de un modo de vida orientado al bienestar. La diversidad alimentaria es un aspecto clave, por lo que se recomienda incluir en la dieta diaria una variedad de verduras, frutas, legumbres, frutos secos y granos integrales, junto con otras fuentes de nutrientes que contribuyan al adecuado funcionamiento del organismo. Asimismo, es indispensable aplicar medidas de higiene y conservación adecuadas, tales como la limpieza minuciosa de los alimentos, su almacenamiento a temperaturas seguras y la verificación de las fechas de vencimiento de los productos adquiridos.

En cuanto a los componentes críticos de la dieta, se aconseja limitar la ingesta de cloruro de sodio un máximo consumo diarios de 5 gramos y reducir la ingesta de azúcares añadidos a menos del 5 % del aporte energético total, con el fin de proteger la salud bucal y mantener un peso corporal saludable. Además, es fundamental asegurar una hidratación adecuada, priorizando el consumo de agua hervida o tratada como fuente principal de líquidos

- Actividad y ejercicios

Mantener el cuerpo activo y en constante movimiento, evitando el sedentarismo, constituye un factor determinante para promover la salud integral del organismo. La elección del tipo de actividad física o deporte a realizar debe considerar variables como el estado de salud, la edad, así como el nivel de estado físico de cada persona, ya que estos aspectos permiten establecer la duración, la intensidad y la frecuencia más adecuadas del ejercicio.

De acuerdo con las recomendaciones de la OMS, 2020, se sugiere cumplir con un mínimo de 150 minutos de ejercicio moderado cada semana, los cuales pueden

incluir caminatas, trotar, andar en bicicleta, nadar o practicar alguna disciplina deportiva, con el propósito de cuidar y potenciar el bienestar físico y emocional.

- Manejo de estrés

Es común experimentar **estrés** ante situaciones percibidas como amenazantes, complejas o dolorosas, especialmente cuando se considera que no se cuenta con los recursos o estrategias necesarias para afrontarlas adecuadamente, como ocurre durante los exámenes u otras circunstancias de presión. En tales casos, el organismo responde con una activación fisiológica caracterizada por el incremento de los latidos del corazón y la producción de sudor, la respiración acelerada y una sensación de ansiedad o preocupación intensa.

Para regular estos niveles de estrés y favorecer el bienestar emocional, se recomienda implementar diversas estrategias, entre ellas la meditación, la terapia psicológica y la realización de actividad física aeróbica, las cuales han demostrado ser eficaces para mejorar la autorregulación emocional y reducir la tensión psicológica.

- Apoyo interpersonal

Además del autocuidado, resulta fundamental fomentar relaciones saludables con nuestro entorno para promover el bienestar emocional. Compartir experiencias cotidianas, dificultades y preocupaciones con personas de confianza o que hayan vivido situaciones similares contribuye a encontrar soluciones y disminuir la sensación de aislamiento. Por esta razón, se recomienda destinar tiempo de calidad a familiares y amigos, así como cultivar nuevas amistades, lo cual permite establecer un intercambio mutuo de apoyo emocional.

- Descanso

El reconocimiento de la importancia del sueño es fundamental para asegurar un desempeño eficiente en las actividades diarias y favorecer un elevado nivel de bienestar. La falta de descanso adecuado se ha vinculado con múltiples efectos adversos sobre la salud mental y el equilibrio general del organismo. Por ello, garantizar un tiempo de sueño suficiente constituye un elemento clave de un estilo de vida saludable. Las pautas recomendadas sugieren que la duración óptima del sueño se sitúa entre siete y nueve horas por noche, aunque esta puede ajustarse según factores individuales como la edad, el sexo, condición de salud y las prácticas de vida.

Responsabilidad en salud

La adolescencia constituye una etapa caracterizada por un acelerado desarrollo físico, cognitivo y psicosocial, lo cual repercute directamente en cómo las personas interpretan sus emociones, elaboran pensamientos, toman decisiones y se relacionan con su entorno.

Si bien esta fase de la vida suele considerarse un periodo de relativa salud, también se asocia con una incidencia significativa de enfermedades, lesiones y mortalidad. No obstante, gran parte de estos problemas pueden prevenirse o tratarse oportunamente mediante controles médicos periódicos, como el chequeo anual. Durante este periodo, los adolescentes consolidan patrones de conducta que influyen en su salud presente y futura, entre ellos los vinculados con la alimentación, la práctica de la práctica de ejercicio y el consumo de compuestos psicoactivos como el alcohol, la cafeína, la nicotina, el cannabis y algunos fármacos. analgésicos.

Evaluación de los aprendizajes

El MINEDU, 2016 desde la mirada formativa, la evaluación constituye un proceso sistemático orientado a la recopilación y valoración de información significativa sobre el el grado de desarrollo de las competencias logradas por cada

estudiante, con el objetivo de contribuir de manera oportuna al fortalecimiento de sus aprendizajes. Facilita el proceso de elegir entre diversas opciones pertinentes y oportunas que favorecen el perfeccionamiento constante de los procesos de enseñanza y aprendizaje Su finalidad principal es promover la formulación de competencias y, y, por lo tanto, el cumplimiento de los aprendizajes previstos en el perfil de egreso de la Educación Básica. Durante la evaluación es fundamental recopilar datos que permitan evidenciar y contrastar los aprendizajes. efectivamente alcanzados por los docentes en un instante determinado con aquellos que se espera logren en el futuro para cada competencia.

Según la UNESCO (2023), En el contexto del sistema educativo, la evaluación del aprendizaje es un medio importante que permite analizar, valorar y promover mejoras en la calidad y la equidad educativa. este procedimiento se sostiene en la obtención, el estudio, la divulgación y el aprovechamiento de información proveniente de distintas fuentes sobre los conocimientos de los docentes, las habilidades que demuestran con lo aprendido, los factores que inciden en su aprendizaje y la manera en que las competencias se distribuyen entre distintos grupos de educandos. Este proceso se integra dentro de las acciones de seguimiento y evaluación del sistema educativo, cuyo propósito es identificar en qué grado se logran los aprendizajes previstos. . La información obtenida a través de estas evaluaciones proporciona un sustento firme para la elaboración de políticas y acciones estratégicas. más eficaces, dirigidas a optimizar el currículo, las prácticas pedagógicas, los recursos educativos y las condiciones asociadas, Con la finalidad de mejorar los resultados educativos de acuerdo con la visión y las necesidades de cada nación

A nivel personal, los profesores evalúan durante las clases, modulo o curso la comprensión, las necesidades de aprendizaje y el progreso académico de los dicentes, con el propósito de recolectar información detallada que permita mejorar la enseñanza y el aprendizaje de manera simultánea (evaluación formativa). Asimismo, esta evaluación puede efectuarse al término de un periodo de instrucción determinado —como un proyecto, módulo, semestre, programa o año académico— con el fin de valorar los avances y logros alcanzados en el aprendizaje.

Características de los estudiantes del VII ciclo

Los estudiantes que se hallan en esta etapa atraviesan múltiples transformaciones a nivel físico, emocional, psicológico, social y cognitivo, las cuales influyen de manera significativa en sus procesos de aprendizaje, en la forma en que construyen el conocimiento y en sus interacciones con los demás.

Intereses y habilidades de los estudiantes del VII ciclo

En este periodo, los adolescentes consolidan su identidad y rasgos personales en función de sus intereses, reconociendo cada vez más su futura transición al mundo adulto., donde deberá asumir decisiones trascendentales relacionadas con su futuro académico o laboral. Asimismo, comienza a reflexionar críticamente diversas áreas de su vida: personal, familiar, social y educativo.

En el ámbito cognitivo, desarrolla y fortalece su pensamiento crítico y sus capacidades metacognitivas mediante el progreso del razonamiento abstracto y contextual, lo que le permite reflexionar y analizar las consecuencias de sus acciones. valorar sus consecuencias y construir un sentido ético más sólido.

Desde una perspectiva socioafectiva, el adolescente se encuentra en un continuo interés por ser reconocido y pertenecer a un colectivo., enfrentando distintos

contextos que le exigen tomar decisiones importantes. Del mismo modo, reevalúa las relaciones que establece con su entorno, cuestiona las figuras de autoridad y experimenta sus emociones y vínculos afectivos con gran intensidad.

Escala Literal para evaluación de los aprendizajes

La institución gubernamental encargada de la educación. informó que, a partir del año 2023, se pondrá en marcha La disposición que establece los lineamientos para la evaluación de las competencias de los docentes de la Educación Básica. Dicha norma establece el uso de una escala literal (AD, A, B y C), conforme a lo dispuesto De acuerdo con lo establecido en el Currículo Nacional de Educación Básica, con el objetivo de informar los niveles de desempeño logrados por los docentes tras la evaluación realizado.

De esta forma, el nivel de logro “AD” indica que el estudiante evidencia aprendizajes superiores a los previstos para su grado o edad. En cambio, alcanzar el nivel de logro “A” indica que el estudiante demuestra el dominio previsto, mostrando un desempeño satisfactorio en todas las actividades planteadas y dentro del tiempo establecido para su ejecución. El nivel de logro “B” señala que el estudiante se encuentra próximo a alcanzar el desempeño esperado, por lo que necesita un acompañamiento pedagógico durante un periodo razonable para consolidar sus aprendizajes. Por su parte, el nivel “C” refleja que el estudiante refleja un desarrollo incipiente de la competencia. correspondiente, requiriendo un mayor tiempo de apoyo e intervención docente para lograr los estándares establecidos.

La promoción de grado ocurre cuando el estudiante ha alcanzado los niveles de desarrollo de competencias establecidos o se encuentra muy próximo a lograrlos. En contraste, “permanece en el grado” Corresponde al estudiante que, a pesar de

las estrategias aplicadas por la comunidad educativa, demanda mayor tiempo y oportunidades educativas para consolidar sus competencias. necesarias que le posibiliten continuar su progreso en grados superiores.

Dimensiones:

El plan de estudios de la educación secundaria organiza sus áreas curriculares en función de las competencias que se espera que los estudiantes desarrollen, así como de las experiencias de aprendizaje pertinentes. Indica el MINEDU (2016).

Evaluación de los aprendizajes en el área de ciencias Se tendrá en cuenta las siguientes áreas:

- Matemáticas
- Ciencia Tecnología y Ambiente
- Educación para el trabajo

Evaluación de los aprendizajes en el área de letras Se considerará las siguientes áreas:

- Comunicación
- Inglés
- Arte y cultura
- Ciencias Sociales
- Educación Física
- Educación Religiosa
- Desarrollo personal
- Ciudadanía y cívica

2.2 Definición de términos básicos

- **Vida saludable**

Hace alusión al conjunto de hábitos, conductas y actividades que los individuos desarrollan de forma cotidiana con la finalidad de conservar en buen estado su cuerpo y su mente durante todas las etapas de la vida.

Estas conductas favorecen el bienestar integral de las personas y el desarrollo de una vida de mayor calidad., reducen la presencia de dolencias y discapacidades, disminuyen la carga de enfermedades y contribuyen a alcanzar una mayor longevidad.

- **Aprendizaje**

No se restringe exclusivamente en obtenciones información; por el contrario, es el propio estudiante quien, mediante su experiencia y la interacción con los demás, elabora nuevos saberes y los integra con los conocimientos previos que posee.

- **Alimentación**

Se trata del proceso de adquirir del medio que nos rodea de productos naturales o elaborados llamados alimentos, que poseen sustancias conocidas como nutrientes. Instituyendo; así una acción de carácter voluntario.

- **Ejercicios físico**

Se refiere a una modalidad particular de actividad física caracterizada por movimientos corporales estructurados, planificados y repetitivos, cuya finalidad es mejorar o conservar diversos aspectos de la aptitud física, la cual representa la capacidad del organismo para funcionar de manera eficiente en las tareas cotidianas, laborales y recreativas. Entre los principales componentes destacan la capacidad cardiorrespiratoria, la flexibilidad. o fuerza muscular.

- **Actividad física**

Se refiere a cualquier movimiento del cuerpo generado por el aparato locomotor que implica un gasto de energía superior al que se produce en estado de reposo.

Estrés

Es una reacción habitual que experimentamos cuando nos encontramos ante situaciones de presión o sentimos que no podemos manejarlas adecuadamente.

Una cantidad moderada de estrés puede ser beneficiosa, ya que actúa como un estímulo para alcanzar metas, como rendir un examen o realizar una exposición. Sin embargo, cuando el estrés se vuelve excesivo y escapa a nuestro control, puede impactar de manera negativa en el estado de ánimo, la salud física y mental, así como en las relaciones interpersonales.

- **Sueño**

Se considera un proceso biológico complejo, dado que durante el sueño las funciones cerebrales y corporales continúan funcionando para contribuir al mantenimiento de la salud del organismo.

Evaluación

- Consiste en determinar las capacidades previas que el docente necesita tener antes de iniciar un proceso de aprendizaje y en organizar a los alumnos de acuerdo con rasgos vinculados a sus estilos de aprender.

- **Estudiante**

Se concibe como un sujeto que construye activamente su propio conocimiento y que, como aprendiz, posee un conjunto de saberes previos que influyen en sus acciones y en su forma de actuar.

2.4 Hipótesis de la investigación

2.4.1 Hipótesis general

El estilo de vida saludable se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025.

2.4.2 Hipótesis específica

La alimentación se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

La actividad y ejercicio se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

El manejo de estrés se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

El apoyo interpersonal se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

El descanso se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

La responsabilidad en salud se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

2.5 Operacionalización de las variables

Variable 1 Estilo de vida saludable

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
Estilo de vida saludable	Alimentación	Horario de comida Nutrientes Agua Comida rápida Etiquetado	1,2,3,4,5 ,6	Likert
	Actividad y ejercicios	Ejercicios Actividad	7,8	Likert
	Manejo del estrés	Preocupación Relajación	9,10,11, 12	Likert
	Apoyo interpersonal	Relación con las personas	13,14,15, 16	Likert
	Descanso	Sueño	17,18. 19	Likert
	Responsabilidad en salud	Salud Sustancias nocivas	20, 21, 22, 23, 24,25	Likert

Variable 2 Evaluación de los aprendizajes

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION
	Evaluación de los aprendizajes en el área de ciencias	Matemáticas Ciencia Tecnología y Ambiente Educación para el trabajo	Desempeños Por Áreas:

Evaluación de los aprendizajes	Evaluación de los aprendizajes en el área de letras	Comunicación Inglés Arte y cultura Ciencias Sociales Educación Física Educación Religiosa Desarrollo personal Ciudadanía y cívica	C: INICIO B: EN PROCESO A: LOGRADO AD: DESTACADO
--------------------------------	---	--	--

III. METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

3.1.1 Tipo de Investigación

El hallazgo se ubica en el nivel correlacional, puesto que tiene como propósito identificar la relación existente entre las dos variables analizadas.

3.1.2 Diseño

El hallazgo adopta un diseño no experimental y de corte transversal para el desarrollo del estudio

3.1.3 Enfoque

La investigación se enmarca dentro del enfoque cuantitativo, dado que se aplicarán encuestas como técnica de recolección de datos para obtener resultados precisos.

4.1 Población y Muestra

4.1.1 Población

La población de estudio está constituida por todos los docentes que cursan el cuarto año de secundaria conformada por 11 secciones del A hasta la J perteneciente a la I.E. Pública INEI 34 ubicada en Chancay., siendo un total de 347 estudiantes.

4.1.2 Muestra

Para determinar el tamaño de muestra para una población conocida

La Muestra está conformada por:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1) \cdot E^2 + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

n= Tamaño de muestra

N= Población = 347

Z= 1.96

p= 0.5

q= 0.5

E= 0.05

Al sustituir los datos en la fórmula, se obtiene:

$$= \frac{(1.96)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5) \cdot (347)}{(347 - 1) \cdot 0.05^2 + 1.96^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}$$

$$n = 183$$

Ajustamos muestra:

$$n = \frac{no}{1 + \left(\frac{no - 1}{N}\right)}$$

Donde:

no= Tamaño de muestra obtenida = 183

N= Población = 347

Al aplicar los datos en la fórmula, se obtiene el siguiente resultado:

$$n = \frac{183}{1 + \left(\frac{183 - 1}{347}\right)}$$

$$n = 120$$

La muestra es estratificada, Se integra por 120 alumnos que cursan el cuarto año de secundaria en la I.E. Publica INEI 34-Chancay.

3.3 Técnica de recolección de datos

Para la muestra de estudio, se utilizaron la muestra estratificada aleatoria. Se tomó esta técnica, ya que se divide la población total de los docentes del cuarto año de secundaria en clases homogéneas, llamadas estratos.

Se emplea para la recolección de datos mediante una encuesta utilizando como herramienta un cuestionario de 25 preguntas, teniendo la finalidad la obtención de información sobre de la vida saludable correspondiente a la primera variable.

Para la segunda variable se obtendrá de las actas del año académico 2025 de cada curso que desarrolla el estudiante con una calificación literal de C, B, A,

AD. Instrumento que identifica la evaluación de los aprendizajes de los estudiantes.

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA “ESTILOS DE VIDA”

Alfa de Cronbach	N de elementos
.940	25

3.4 Técnica para el procedimiento de la información

el criterio de cualificación de la primera variable será:

Para la tabulación, se asignan los valores: 1 para Nunca (N), 2 para A veces (V), 3 para Frecuentemente (F) y 4 para Siempre (S).

Observación: En los ítems 18 y 25, la puntuación se aplica de manera inversa:

N = 4, V = 3, F = 2, S = 1.

La puntuación total prevista es de 100 puntos.

Puntajes asignados al instrumento:

Se obtiene el puntaje acumulado sumando cada ítem, de acuerdo con la escala que se presenta a continuación:

PUNTAJE	CATEGORÍA
75 a 100 puntos	Saludable
25 a 74 puntos	No saludable

PUNTAJE	SALUDABLE	NO SALUDABLE
Alimentación	18 -24	6 -17
Ejercicios y actividad	6 – 8	2 -5
Manejo de estrés	12 -16	4 -11
Relaciones interpersonales	12 -16	4 -11
Descanso	9 - 12	3 - 8

Responsabilidad de la salud	18 -24	6 -17
-----------------------------	---------------	--------------

La información será procesada mediante las herramientas Excel y SPSS, versión 29.0.

Para mostrar los datos, se emplearán cuadros y tablas con estadísticas descriptivas.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

4.1.1 De la variable: Estilo de vida

Tabla 1

Baremo de la variable estilo de vida

Dimensiones y variable	Número de ítems	Intervalos	Categorías
Alimentación	6	6 – 17 18 – 24	No saludable Saludable
Actividad y ejercicios	2	2 – 5 6 – 8	No saludable Saludable
Manejo del estrés	4	4 – 11 12 – 16	No saludable Saludable
Apoyo interpersonal	4	4 – 11 12 – 16	No saludable Saludable
Descanso	3	3 – 8 9 – 12	No saludable Saludable
Responsabilidad en salud	6	6 – 17 18 – 24	No saludable Saludable
Estilo de vida	25	25 - 74 75 – 100	No saludable Saludable

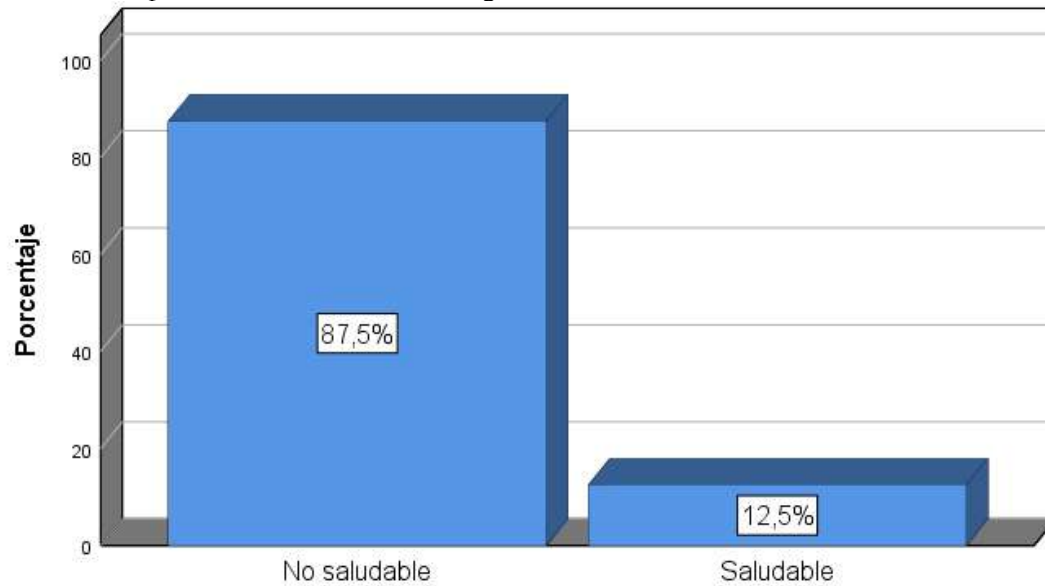
Tabla 2

Distribución de frecuencias y porcentaje, según estilo de vida

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	105	87.5%
Saludable	15	12.5%
Total	120	100.0%

Figura 1

Distribución porcentual de estudiantes según estilo de vida



En la figura 1, se observa que, de una muestra de 120 estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Pública INEI 34 de Chancay, la mayoría de ellos representados por el 87.5% de ellos presentan estilos de vida no saludables (mala alimentación, poca actividad física, falta de descanso, malas relaciones interpersonales y poca responsabilidad a su salud). Por otro lado, se encontró también que solo el 12.5% presentan estilos de vida saludables.

Figura 2

Estilos de vida según dimensiones

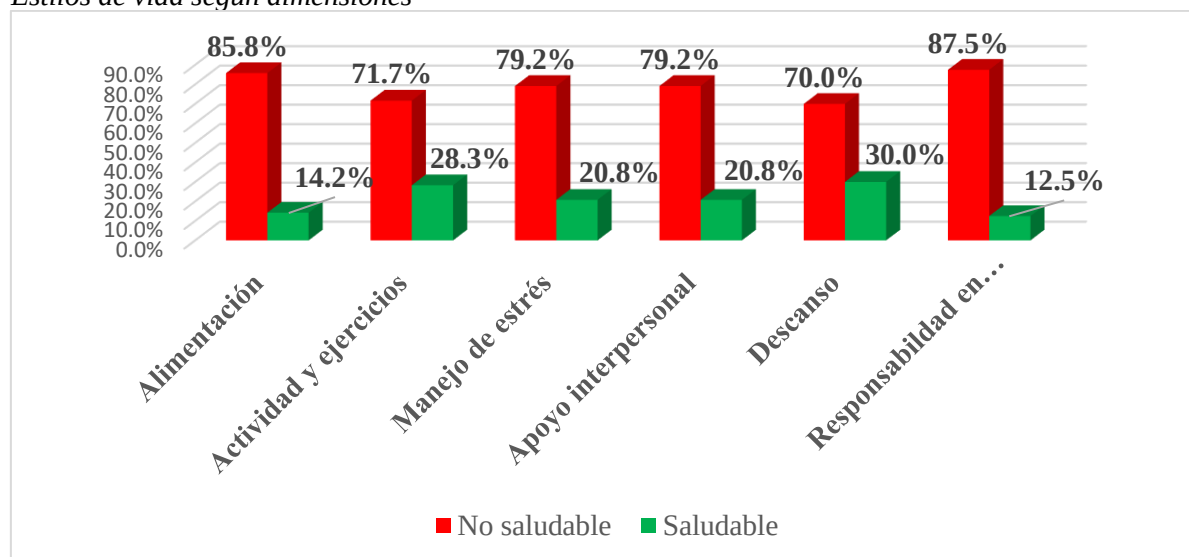


Tabla 3*Estilos de vida según dimensiones*

Alimentación	Frecuencia	%
No saludable	103	85.8
Saludable	17	14.2
Total	120	100.0
Actividad y ejercicios	Frecuencia	%
No saludable	86	71.7
Saludable	34	28.3
Total	120	100.0
Manejo de estrés	Frecuencia	%
No saludable	95	79.2
Saludable	25	20.8
Total	120	100.0
Apoyo interpersonal	Frecuencia	%
No saludable	95	79.2
Saludable	25	20.8
Total	120	100.0
Descanso	Frecuencia	%
No saludable	84	70.0
Saludable	36	30.0
Total	120	100.0
Responsabilidad en salud	Frecuencia	%
No saludable	105	87.5
Saludable	15	12.5
Total	120	100.0

De la figura 2 y tabla 3, se observa un predominio muy marcado hacia conductas no saludables en todas las dimensiones evaluadas, lo que infiere un perfil de riesgo en salud en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Pública INEI 34 de Chancay. Existen conductas no saludables, más del 70% presenta hábitos alimentarios inadecuados, actividad física insuficiente e incluso sedentarismo, dificultades en la regulación emocional y afrontamiento del estrés, debilidades en la comunicación

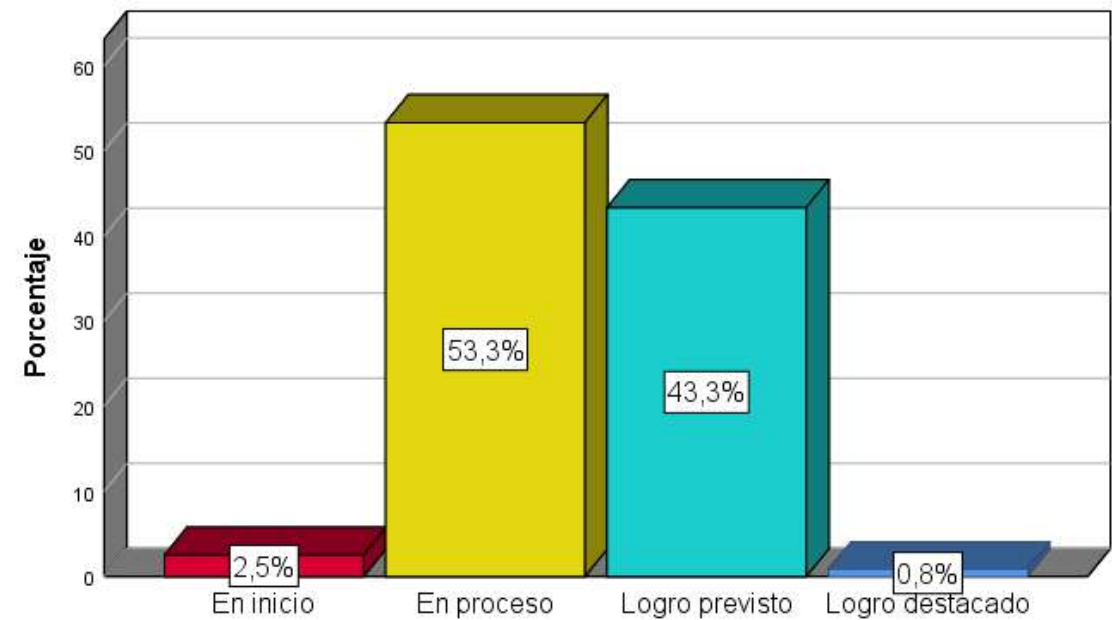
interpersonal, no cumplen con patrones adecuados de sueño y muestran escasa conductas preventivas en salud.

4.1.2 De la variable: Evaluación de los aprendizajes

Tabla 4
Baremo de la variable evaluación de los aprendizajes

Dimensiones y variable	Escala	Niveles
Evaluación de los aprendizajes en el área de ciencias	C	En inicio
	B	En proceso
	A	Logro previsto
	AD	Logro destacado
Evaluación de los aprendizajes en el área de letras	C	En inicio
	B	En proceso
	A	Logro previsto
	AD	Logro destacado
Evaluación de los aprendizajes	C	En inicio
	B	En proceso
	A	Logro previsto
	AD	Logro destacado

Figura 3
Distribución de alumnos según nivel de aprendizaje



En la figura 3, se observa de una muestra de 120 estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa Pública INEI 34 de Chancay, la mayoría de los estudiantes

(53.3%) se ubica en un nivel “En proceso”, lo cual indica que este grupo de estudiantes ha logrado parcialmente los aprendizajes y que están cerca de cumplir las expectativas. El 43.3% se ubica en un nivel de “Logro previsto”, esto significa que han alcanzado las competencias y aprendizaje esperado para dicho grado. El 2.5% se ubica en un nivel “En inicio” el cual indica que este grupo de estudiantes demuestra aprendizajes muy básicos para su grado. Finalmente, un 0.8% se ubica en un nivel de logro destacado, esto significa que su aprendizaje sobrepasó lo esperado y muestra la aplicación de sus conocimientos de manera autónoma y creativa.

4.2 Resultado inferenciales

4.2.1 Contrastación de hipótesis general

Ha: El estilo de vida saludable se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025.

Ho: El estilo de vida saludable no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025.

Tabla 5
Prueba de normalidad estilo de vida y evaluación de los aprendizajes

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Estilos de vida	,053	120	,200*
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 6, se observa que las puntuaciones de la variable estilos de vida se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} > 0.05$), mientras que las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que una de las variables no presentó normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman.

Tabla 6
Correlación estilos de vida y evaluación de los aprendizajes

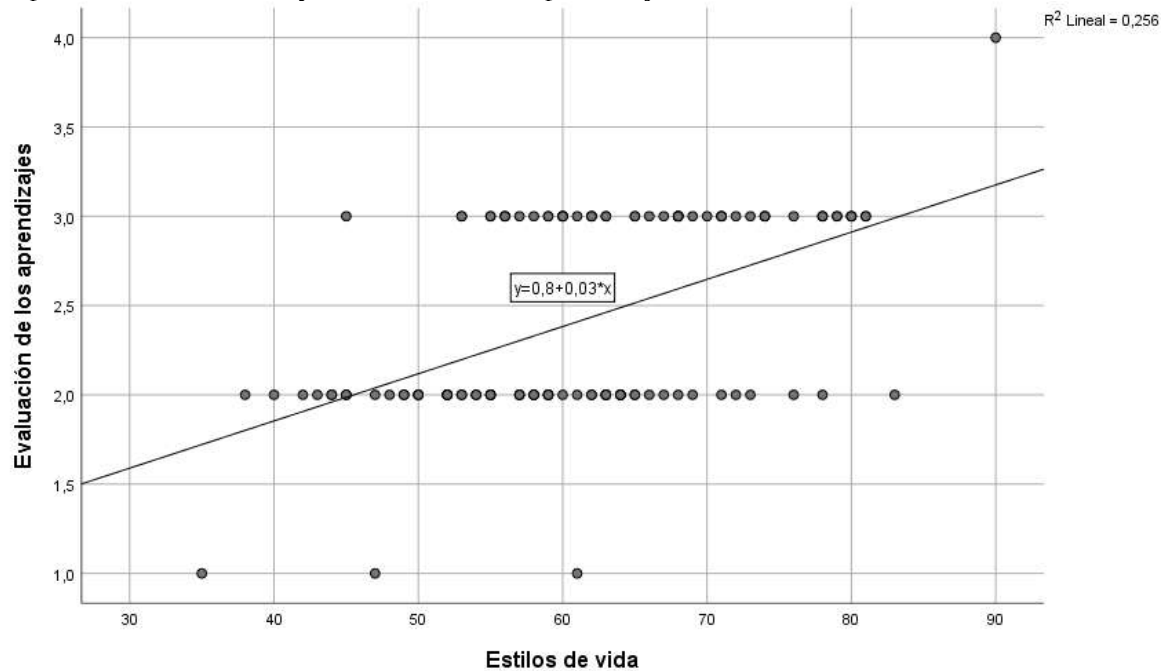
			Estilos de vida	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Estilos de vida	Coeficiente de correlación	1,000	,473**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	120	120
	Evaluación de los aprendizajes	Coeficiente de correlación	,473**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	120	120

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

De la tabla 7, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre los estilos de vida y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.473$). Esto significa que, a mejores estilos de vida, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Figura 4

Dispersión estilos de vida y evaluación de los aprendizajes



4.2.1 Contratación de las hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

H_a: La alimentación se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025

H₀: La alimentación no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025

Tabla 7

Prueba de normalidad alimentación y evaluación de los aprendizajes

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Alimentación	,079	120	,065
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 8, se observa que las puntuaciones de la dimensión alimentación se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} > 0.05$), mientras que las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que las puntuaciones de la dimensión alimentación no presentó normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman

Tabla 8
Correlación alimentación y evaluación de los aprendizajes

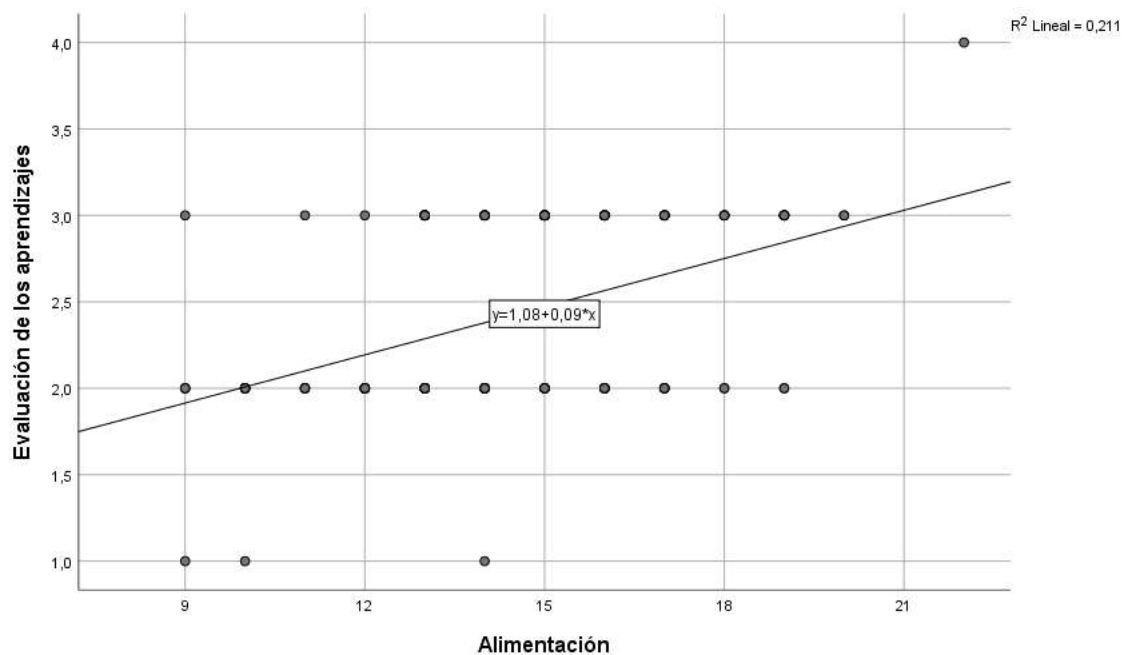
		Alimentación	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Alimentación	Coeficiente de correlación	de
		Sig. (bilateral)	
		N	
	Evaluación de los aprendizajes	Coeficiente de correlación	de
		Sig. (bilateral)	
		N	

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

De la tabla 9, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre la alimentación y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.426$). Esto significa que, a una mejor alimentación, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Figura 5

Gráfico de dispersión alimentación y evaluación de los aprendizajes



Hipótesis específica 2

Ha: La actividad y ejercicio se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

H₀: La actividad y ejercicio no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

Tabla 9

Prueba de normalidad actividad y ejercicios – evaluación de los aprendizajes

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Actividad y ejercicios	,184	120	,000
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 10, se observa que las puntuaciones de la dimensión actividad y ejercicios no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$), así mismo las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que las puntuaciones en ambos casos no presentaron normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman.

Tabla 10

Correlación actividad y ejercicios – evaluación de los aprendizajes

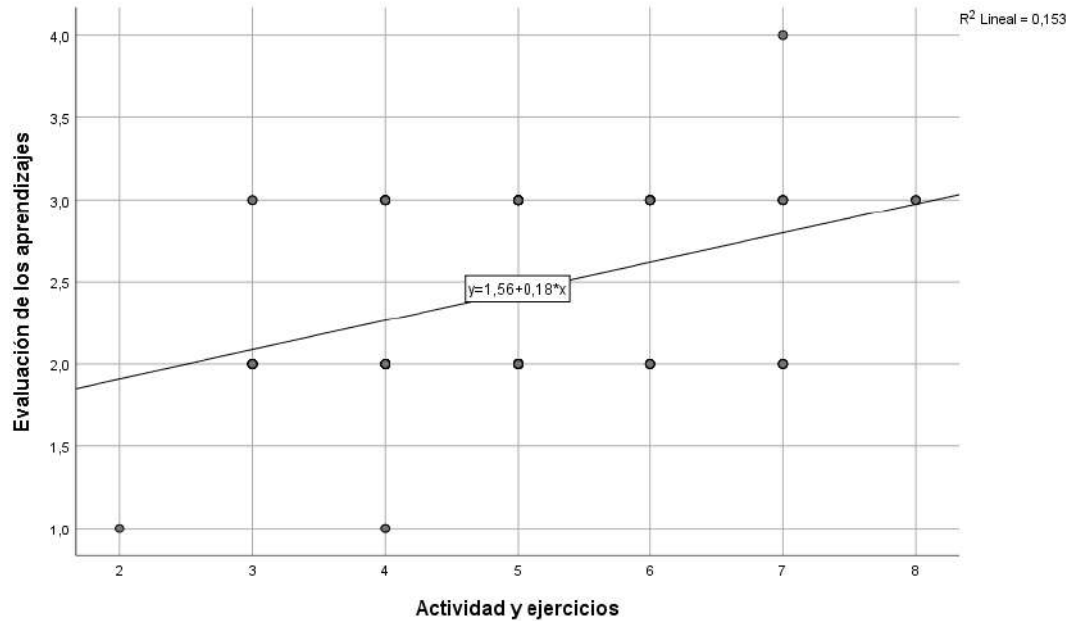
		Actividad y ejercicios	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Actividad y ejercicios	1,000	,367**
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	120	120
	Evaluación de los aprendizajes	,367**	1,000
	Coeficiente de correlación		
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	120	120

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

De la tabla 11, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre la actividad - ejercicios y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad baja ($p = 0.367$). Esto significa que, a una mayor actividad y ejercicios, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Figura 6

Gráfico de dispersión actividad – ejercicios y evaluación de los aprendizajes



Hipótesis específica 3

Ha: El manejo de estrés se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

H₀: El manejo de estrés no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

Tabla 11

Prueba de normalidad manejo del estrés y evaluación de los aprendizajes

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Manejo del estrés	,129	120	,000
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 12, se observa que las puntuaciones de la dimensión manejo del estrés no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$), así mismo las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que las puntuaciones en ambos casos no presentaron normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman

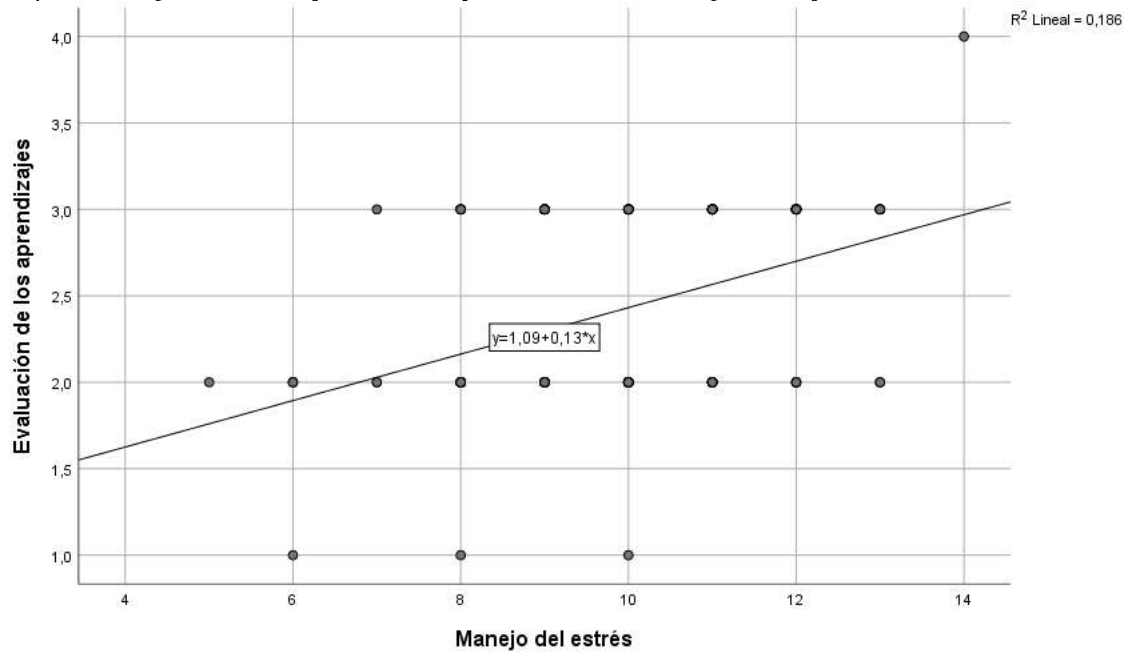
Tabla 12
Correlación manejo del estrés y evaluación de los aprendizajes

		Manejo del estrés	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Manejo del estrés	Coeficiente de correlación	de 1,000
		Sig. (bilateral)	,410**
		N	,000
			120
	Evaluación de los aprendizajes	Coeficiente de correlación	de ,410**
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	,000
			120

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

De la tabla 13, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre el manejo del estrés y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.410$). Esto significa que, a un mejor manejo del estrés, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Gráfico de dispersión manejo del estrés y evaluación de los aprendizajes



Hipótesis específica 4

Ha: El apoyo interpersonal se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

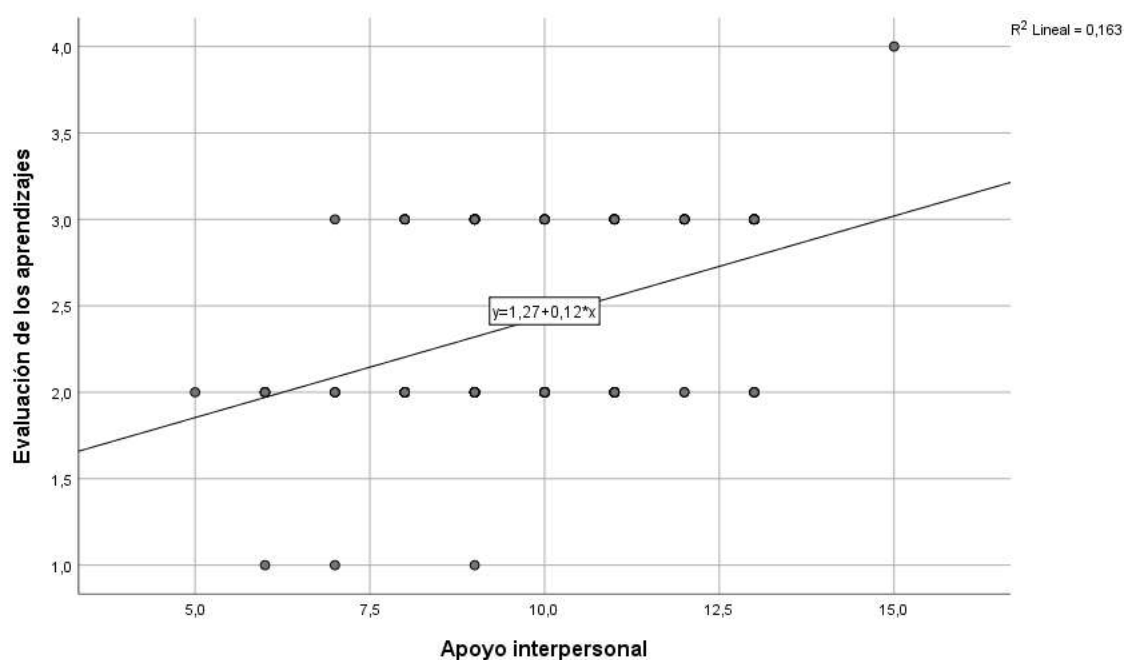
H₀: El apoyo interpersonal no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

Tabla 13*Correlación apoyo interpersonal y evaluación de los aprendizajes*

			Apoyo interpersonal	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Apoyo interpersonal	Coefficiente de correlación	1,000	,346**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	120	120
	Evaluación de los aprendizajes	Coefficiente de correlación	,346**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	120	120

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

De la tabla 15, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre el apoyo interpersonal y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad baja ($\rho = 0.346$). Esto significa que, a un mayor apoyo interpersonal, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa

Figura 8*Gráfico de dispersión apoyo interpersonal y evaluación de los aprendizajes*

Hipótesis específica 5

Ha: El descanso se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

H₀: El descanso no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025.

Tabla 14

Prueba de normalidad descanso y evaluación de los aprendizajes

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Descanso	,143	120	,000
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 16, se observa que las puntuaciones de la dimensión descanso no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$), así mismo las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que las puntuaciones en ambos casos no presentaron normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman.

Tabla 15

Correlación descanso y evaluación de los aprendizajes

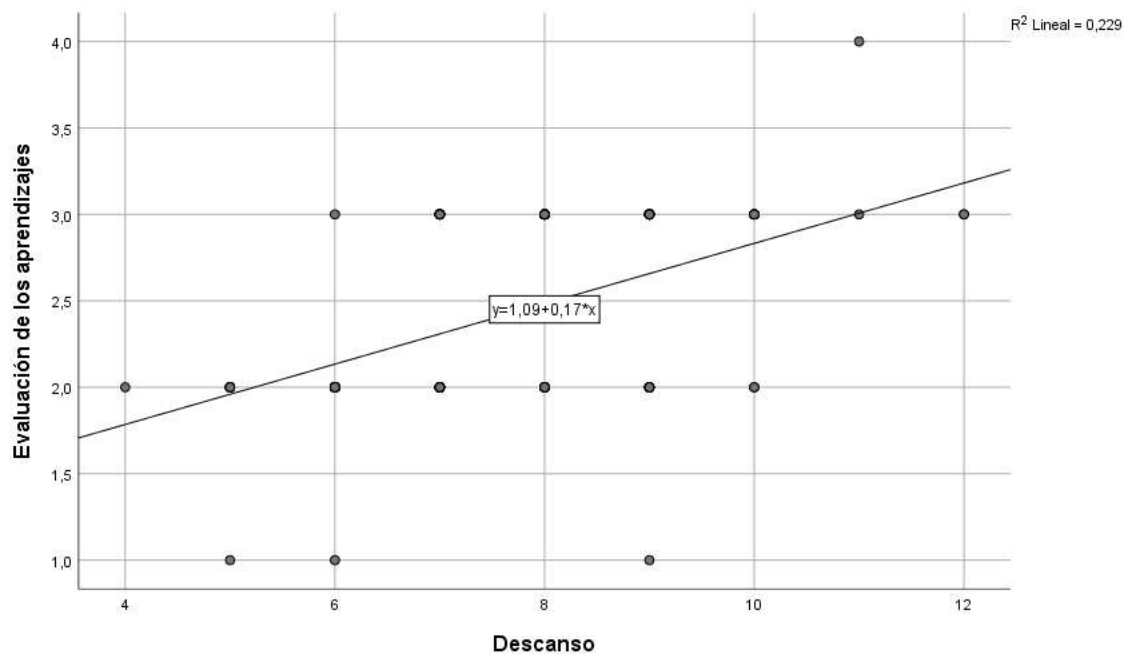
		Descanso		Evaluación de los aprendizajes	
Rho de Spearman	de Descanso	Coefficiente de correlación	de	1,000	,468**
		Sig. (bilateral)		.	,000
		N		120	120
	Evaluación de los aprendizajes	Coefficiente de correlación	de	,468**	1,000
		Sig. (bilateral)		,000	.
		N		120	120

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

De la tabla 17, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre el descanso y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.468$). Esto significa que, a un mayor descanso, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Figura 9

Gráfico de dispersión descanso y evaluación de los aprendizajes



Hipótesis específica 6

Ha: La responsabilidad en salud se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

H₀: La responsabilidad en salud no se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34-Chancay, 2025.

Tabla 16*Prueba de normalidad responsabilidad en salud y evaluación de los aprendizajes*

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Responsabilidad en salud	,091	120	,016
Evaluación de los aprendizajes	,334	120	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la tabla 18, se observa que las puntuaciones de la dimensión responsabilidad en salud no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$), así mismo las puntuaciones de la variable evaluación de los aprendizajes no se distribuyen en forma normal ($p\text{-valor} < 0.05$). Debido a que las puntuaciones en ambos casos no presentaron normalidad. Para la comprobación de la hipótesis de correlación se empleó la prueba Rho de Spearman

Tabla 17*Correlación responsabilidad en salud y evaluación de los aprendizajes*

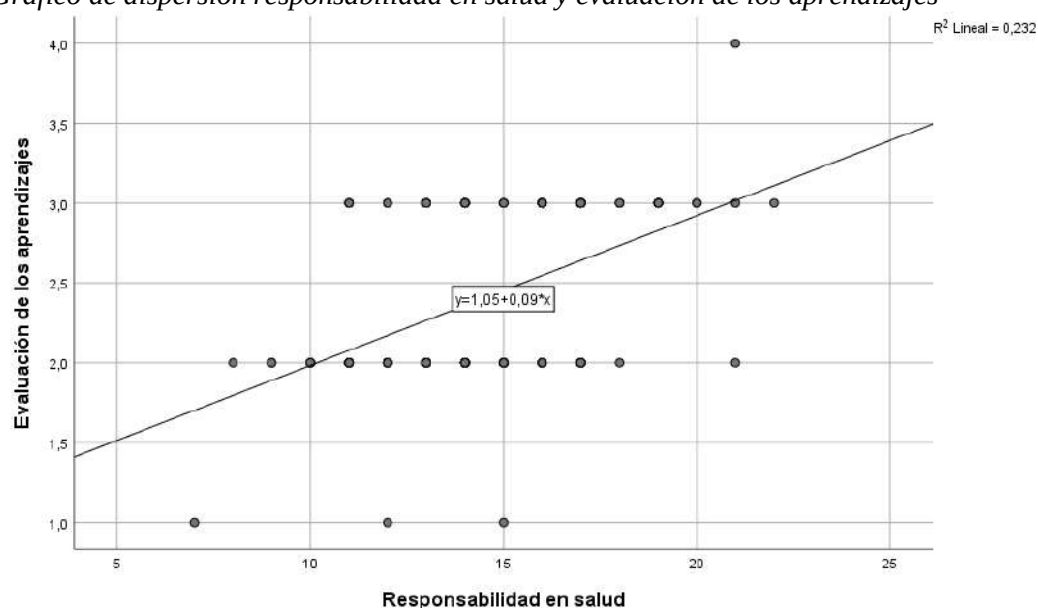
				Responsabilidad en salud	Evaluación de los aprendizajes
Rho de Spearman	de Responsabilidad en salud	Coeficiente de correlación	de	1,000	,461**
				Sig. (bilateral)	,000
				N	120
	Evaluación de los aprendizajes	Coeficiente de correlación	de	,461**	1,000
				Sig. (bilateral)	.
				N	120

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

De la tabla 19, el resultado permite afirmar que existe una correlación positiva entre la responsabilidad en salud y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.461$). Esto significa que, a una mayor responsabilidad en salud, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

Figura 10

Gráfico de dispersión responsabilidad en salud y evaluación de los aprendizajes



V. DISCUSION

5.1 Discusión de resultados

El hallazgo realizado titulado “Estilo de vida saludable y evaluación de los aprendizajes en docentes del cuarto año de secundaria de la institución educativa publica INEI 34-chancay, 2025”, se demostró la existencia de Se identifica una asociación positiva entre los estilos de vida y los resultados de aprendizaje. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.473$). Esto significa que, a mejores estilos de vida, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa. Los hallazgos son consistentes con los de la investigación de Lipa Añacata y Valencia Guevara (2024) realizaron un estudio titulado Estilos de vida saludable y rendimiento académico de estudiantes de 5° de secundaria de una I.E. de Leoncio Prado, desarrollado en la Universidad César Vallejo. El producto demostró una correlación positiva moderada entre los estilos de vida saludable y el rendimiento académico.

Referente a las dimensiones de responsabilidad de salud y actividad física se determinó que su estilo de vida no es saludable en estas dos dimensiones por el 71.7% de estudiantes realizan poca actividad física y 87.5% no son responsables de su salud, estos resultados parecidos al hallazgo de Vera Gil (2022) titulado Estilos de vida de los profesionales de salud del C.S La Flor, Carabayllo - Lima 2022, Se concluyó que los profesionales presentan estilos de vida no saludables en las dimensiones responsabilidad en salud y actividad física.

En la dimensión de Alimentación y manejo de estrés se obtuvo el 85.8% de los alumnos no tienen una adecuada alimentación y el 79.2% no manejan adecuadamente el estrés.

Sobre la dimensión apoyo interpersonal y descanso, se mostró que el 79.2% de alumnos tiene un mal apoyo interpersonal, el 70 % de estudiantes no descansa correctamente

resultado parecido al hallazgo de Vial Ramírez (2024), en Guatemala, desarrolló la investigación titulada Estilo de vida saludable de los estudiantes del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa Huitán (I.M.E.B.H), del municipio de Huitán, Quetzaltenango, 2024, Se concluye que las dimensiones físicas, sueño y relaciones sociales se encuentran afectadas.

Con respecto a la variable 2, el 53% de estudiantes se encuentra en “En proceso”, lo cual señala que este grupo de estudiantes ha logrado parcialmente los aprendizajes y que están cerca de cumplir las expectativas, es similar a la investigación de Palomino Orizano, J. y colb. (2021). *“Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios”* donde determina el 67.50% demostró un desempeño académico intermedio o un logro de aprendizaje moderado.

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

PRIMERA: Se demostró la objetividad de una correlación positiva entre los estilos de vida y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.473$). Esto significa que, a mejores estilos de vida, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

SEGUNDA: Se demostró la existencia de una correlación positiva entre la alimentación y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.426$). Esto significa que, a una mejor alimentación, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

TERCERA: Se manifestó la existencia de una correlación positiva entre la actividad - ejercicios y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad baja ($\rho = 0.367$). Esto significa que, a una mayor actividad y ejercicios, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

CUARTA: Se demostró la existencia de una correlación positiva entre el manejo del estrés y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.410$). Esto significa que, a un mejor manejo del estrés, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

QUINTA: Se demostró la existencia de una correlación positiva entre el apoyo interpersonal y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto

año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad baja ($\rho = 0.346$). Esto significa que, a un mayor apoyo interpersonal, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

SEXTA: Se demostró la existencia de una correlación positiva entre el descanso y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.468$). Esto significa que, a un mayor descanso, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

SÉPTIMA: Se demostró la existencia de una correlación positiva entre la responsabilidad en salud y los aprendizajes ($p\text{-valor} = 0,000 < 0,05$) en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34 de Chancay. El coeficiente de correlación obtenido es de una intensidad moderada ($\rho = 0.461$). Esto significa que, a una mayor responsabilidad en salud, tienden a presentarse mejores niveles de aprendizaje, y viceversa.

6.2 Recomendaciones

PRIMERA: Debe realizar capacitaciones para los profesores referente a la trascendencia sobre patrones de vida saludable con la finalidad que puedan incorporar esta perspectiva en su práctica pedagógica diaria. Se recomienda que los educadores funcionen como

modelos de hábitos saludables y promuevan activamente el autocuidado entre sus estudiantes.

SEGUNDA: Se recomienda a las instituciones educativas de nivel secundario integrar la promoción de estilos de vida saludables como un eje transversal del proyecto educativo institucional, sugiriendo que el bienestar emocional y físico de los alumnos constituye un factor determinante para el logro de aprendizajes significativos.

TERCERA: Se sugiere implementar programas integrales de salud escolar que aborden de manera sistemática La ingesta de alimentos, el ejercicio, el sueño y y la regulación del estrés.

CUARTA: Se sugiere realizar hallazgos, utilizando diseños experimentales o cuasi-experimentales que permitan evaluar el impacto sobre el rendimiento académico, diseñadas para promover estilos de vida saludables en el contexto escolar.

VII. REFERENCIA

5.1 Fuentes bibliográficas

Vega, C. (2021). Estilos de vida, motivación y rendimiento escolar en adolescentes. *Educare*, 25(4), 1–14.

World Health Organization (WHO). (2020). Global school health initiatives: Achieving health and education outcomes. WHO.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). Salud y bienestar en adolescentes: Informe mundial. OMS.

Pérez, L., & Rivera, J. (2018). *Estilos de vida y bienestar psicológico en población adulta*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 50(3), 215–226.

5.2 Fuentes electrónicas

Cano-Cañada, E., Tapia-Serrano, M. Ángel, Llanos-Muñoz, R., Rubio-Morales, A., Lobo-Triviño, D., & Sánchez-Oliva, D. (2024). Influencia de los estilos de vida saludables en el compromiso hacia los estudios y el rendimiento académico en los adolescentes. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, 438(1), 1–12.
<https://doi.org/10.55166/reefd.v438i1.1116>

Casagallo María, O. D. (2024). Hábitos de estilo de vida saludable para un mejor rendimiento académico de los estudiantes de secundaria. *Revista Multidisciplinaria Unnival*.
<https://doi.org/10.70577/unnival.v2i4.53>

Lipa Añacata, C. C., & Valencia Guevara, N. M. (2024). *Estilos de vida saludable y rendimiento académico de estudiantes de 5° de secundaria de una I.E. de Leoncio Prado* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional Universidad César Vallejo.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/160829>

Ministerio de Educación (2023), *la evaluación de los aprendizajes en el centro de educación básica especial (cebe). Guía de orientaciones*, Lima- Perú

<https://www.minedu.gob.pe/educacionbasicaespecial/pdf/guia-evaluacion-de-los-aprendizajes.pdf>

Ministerio de Educación (2023), oficina de prensa “Colegios utilizarán este año escala literal para calificar a estudiantes”, Lima-Perú

<https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/880490-colegios-utilizaran-este-ano-escala-literal-para-calificar-a-estudiantes>

Ministerio de Educación (2016), “Currículo nacional de la educación básica regular”
Lima –Perú

<https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>

Pajuelo López, L. F., Mendoza Saldaña, Y. H., & Medina Corcuera, G. A. (2021). Estilo de vida saludable y mejora del aprendizaje en estudiantes del séptimo ciclo de la Institución Educativa República Argentina, 2021. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 365-380.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1504

Torres. J y col (2019). Artículo científico” *Hábitos de vida saludable como indicador de desarrollo personal y social: discursos y prácticas en escuelas*”.
Revista SciELO.

https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-45652019000100357

Undesco (2023), artículo: Evaluación para mejorar los resultados del aprendizaje,

<https://www.unesco.org/es/learning-assessments>

Unicef. Ong (2025)” *Salud mental*”

<https://www.unicef.org/parenting/es/salud-mental/que-es-estres>

Vaíl Ramírez, S. N. (2024). *Estilo de vida saludable de los estudiantes del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa Huitán (I.M.E.B.H), del municipio de Huitán, Quetzaltenango, 2024* [Tesis].

<https://tesariofeccs.com/wp-content/uploads/2025/05/santiago-neftaly-vail-ramirez.pdf>

Vera Gil, L. A. (2022). *Estilos de vida de los profesionales de salud del C.S La Flor, Carabayllo - Lima 2022* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].

Repositorio Institucional Universidad César Vallejo.

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/119029>

VIII. ANEXO



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión ESCUELA DE PREGRADO

ENCUESTA SOBRE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Se solicita contestar las preguntas con honestidad y confianza, garantizando que la información proporcionada será anónima y confidencial. Gracias por su cooperación y disposición

INSTRUCCIONES:

Señale con una X la opción que considere apropiada.

Código de respuestas: N (Nunca), V (A veces), F (Frecuentemente), S (Siempre).

ESTILO DE VIDA SALUDABLE					
I. Alimentación		Enunciado			
		N	V	F	S
1.	Come Ud. Tres veces al día: desayuno, almuerzo y cena				
2.	Todos los días, Ud. Consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
3.	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día.				
4.	Incluye entre comidas el consumo de frutas.				
5.	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
6.	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes				
II. Actividad y ejercicios		Enunciado			
		N	V	F	S
7.	Hace Ud. Ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
8.	Diariamente Ud. Realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.				
III. Manejo del estrés		Enunciado			
		N	V	F	S
9.	Ud. Identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.				
10.	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.				
11.	Ud. Plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación				
12.	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.				
IV. Apoyo interpersonal		Enunciado			
		N	V	F	S
13.	Se relaciona con los demás.				

14.	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.				
15.	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.				
16.	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.				
V. Descanso		Enunciado			
		N	V	F	S
17.	Duermo regularmente al menos 7 horas diarias				
18.	Trasnocho con cierta frecuencia.				
19.	Guarda los dispositivos electrónicos una hora antes de acostarte.				
VI. Responsabilidad en Salud		Enunciado			
		N	V	F	S
20.	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.				
21.	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.				
22.	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.				
23.	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.				
24.	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
25.	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.				

Autor: Walker, Sechrist, Pender ; Modificado por: Días, R; Marquez, E; Delgados, R (2008)

Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
PROBLEMA GENERAL: ¿De qué manera el estilo de vida saludable se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025? PROBLEMAS ESPECIFICOS: ¿De qué manera la alimentación se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025? ¿De qué manera la actividad y ejercicio se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025? ¿De qué manera el manejo de estrés se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025? ¿De qué manera el apoyo interpersonal se relaciona la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?	OBJETIVO GENERAL: Establecer la relación del estilo de vida y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34-Chancay, 2025. OBJETIVOS ESPECIFICOS: Establecer la relación de la alimentación y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 Establecer la relación de la actividad, ejercicio y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 Establecer la relación del manejo del estrés y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 Establecer la relación del apoyo interpersonal y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025	HIPOTESIS GENERAL: El estilo de vida saludable se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. N° 34- Chancay, 2025. HIPOTESIS ESPECIFICOS: La alimentación se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 La actividad y ejercicio se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 El manejo de estrés se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 El apoyo interpersonal se relaciona de manera	VARIABLE X Estilo de vida saludable DIMENSIONES - Alimentación - Actividad y ejercicios - Manejo de estrés - Apoyo interpersonal - descanso - Responsabilidad en salud	NIVEL DE INVESTIGACION: correlacional DISEÑO DE LA INVESTIGACION No experimental TIPO DE INVESTIGACION aplicada ENFOQUE DE LA INVESTIGACION: Cuantitativo POBLACION: Un total de 347 estudiantes, distribuidos en 11 secciones del 4to. Año de secundaria. MUESTRA: 120 estudiantes ESTADISTICO DE PRUEBA: Spss TECNICA: Encuesta INSTRUMENTOS: Cuestionario
			VARIABLE Y Evaluación de los aprendizajes DIMENSIONES - Evaluación de los aprendizajes en el área de ciencias - Evaluación de los aprendizajes en el área de letras	

¿De qué manera el descanso se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025? ¿De qué manera la responsabilidad en salud se relaciona con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025?	Establecer la relación del descanso y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 Establecer la relación de la responsabilidad en salud y la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025	significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025. El descanso se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025 La responsabilidad en salud se relaciona de manera significativa con la evaluación de los aprendizajes en los estudiantes del cuarto año de secundaria de la I.E.P. INEI N° 34- Chancay, 2025		25 preguntas para medir la variable X Actas de notas para medir la variable Y
---	---	--	--	---

BASE DE DATOS

ESTUDIANTE	ESTILOS DE VIDA																									APRENDIZAJES
	ALIMENTACIÓN						ACTIVIDAD Y EJERCICIOS		MANEJO DEL ESTRÉS				APOYO INTERPERSONAL				DESCANSO			RESPONSABILIDAD EN SALUD						EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	LOGROS
E1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2	En proceso
E2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	En proceso
E3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	Logro previsto
E4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	Logro previsto
E5	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	En proceso
E6	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	Logro previsto
E7	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	En proceso
E8	2	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	Logro previsto
E9	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	En proceso
E10	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	Logro previsto
E11	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	En proceso
E12	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	3	En proceso
E13	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	En proceso
E14	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	En proceso
E15	1	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	1	En proceso
E16	3	2	1	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	3	En proceso
E17	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	En proceso
E18	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	En proceso
E19	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	En proceso
E20	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	En proceso
E21	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	Logro previsto
E22	3	3	2	3	3	2	1	3	1	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	En proceso
E23	2	1	1	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	En proceso
E24	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	En proceso
E25	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	1	En proceso
E26	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	Logro previsto
E27	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	En proceso

E28	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	En proceso		
E29	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	En proceso		
E30	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	En proceso		
E31	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	1	2	3	2	1	Logro previsto		
E32	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	Logro previsto	
E33	2	3	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	En inicio	
E34	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	En proceso	
E35	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	En proceso	
E36	1	2	1	2	1	3	2	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	En inicio	
E37	3	3	1	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	En proceso
E38	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	En proceso
E39	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	En proceso	
E40	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	Logro previsto	
E41	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	Logro previsto	
E42	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	Logro previsto	
E43	3	3	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	En proceso	
E44	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	En proceso	
E45	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	En proceso	
E46	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	En proceso	
E47	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	En proceso	
E48	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	Logro previsto	
E49	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	Logro previsto	
E50	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	En proceso	
E51	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	En proceso	
E52	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	1	3	3	2	2	1	2	2	2	2	Logro previsto	
E53	2	2	1	2	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	En proceso	
E54	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	Logro previsto	
E55	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	En proceso	
E56	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	Logro previsto	
E57	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	En proceso	
E58	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	En proceso	
E59	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	Logro previsto	
E60	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	Logro previsto	
E61	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	Logro previsto	
E62	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	Logro previsto	
E63	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	En proceso	

E64	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	En proceso	
E65	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	En proceso	
E66	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	Logro previsto	
E67	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	En proceso	
E68	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	Logro previsto	
E69	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	Logro previsto	
E70	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	Logro previsto	
E71	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	En proceso
E72	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	Logro previsto	
E73	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	Logro previsto	
E74	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	Logro previsto	
E75	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	En inicio	
E76	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	En proceso		
E77	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	Logro previsto	
E78	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	En proceso	
E79	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	En proceso	
E80	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	En proceso	
E81	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	1	3	3	2	3	En proceso	
E82	3	3	2	4	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	Logro previsto	
E83	3	3	2	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	Logro previsto	
E84	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	Logro previsto	
E85	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	En proceso	
E86	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	En proceso	
E87	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	Logro previsto	
E88	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	3	Logro previsto	
E89	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	Logro previsto	
E90	4	3	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	Logro previsto	
E91	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	Logro previsto	
E92	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	En proceso	
E93	2	2	1	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	Logro previsto	
E94	2	2	2	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	Logro previsto	
E95	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	Logro previsto	
E96	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	Logro previsto	
E97	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	En proceso	
E98	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	En proceso	
E99	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	En proceso	

E100	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	Logro previsto
E101	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	En proceso
E102	1	3	2	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	Logro previsto
E103	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	Logro previsto
E104	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	En proceso
E105	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	1	3	2	Logro previsto
E106	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	En proceso
E107	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	Logro previsto
E108	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	Logro previsto
E109	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	Logro previsto
E110	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	En proceso
E111	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	En proceso
E112	2	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	3	2	2	2	2	3	3	3	En proceso
E113	2	3	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	En proceso
E114	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	Logro destacado
E115	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	En proceso
E116	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	Logro previsto
E117	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	Logro previsto
E118	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	En proceso
E119	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	Logro previsto
E120	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	Logro previsto