

---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES  
EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL  
DE EDUCACION INICIAL DEL I - IV CICLO. ULADECH\_  
CHIMBOTE, 2019**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

SANCHEZ ALFARO, RUDDY CHRISTIE

**ORCID:** 0000-0002-6373-295X

**ASESOR**

VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

**ORCID:** 0000-0001-5412-2968

**CHIMBOTE - PERÚ**

**2020**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTOR**

**Sanchez Alfaro, Ruddy Christie**

**ORCID:** 0000-0002-6373-295X

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,  
Chimbote - Perú

### **ASESOR**

**Vílchez Reyes, María Adriana**

**ORCID:** 0000– 0001– 5412 – 2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias de la  
salud, Escuela profesional de Enfermería, Chimbote – Perú

### **JURADO**

**Urquiaga Alva, María Elena**

**ORCID:** 0000-0002-4779-0113

**Guillen Salazar, Leda María**

**ORCID:** 0000-0003-4213-0682

**Ñique Tapia, Fanny Rocío**

**ORCID:** 0000-0002-1205-7309

**HOJA DE FIRMA DEL JURADO**

**DRA. URQUIAGA ALVA MARIA ELENA**

**PRESIDENTE**

**MGTR. GUILLEN SALAZAR LEDA MARÍA**

**MIEMBRO**

**MGTR. ÑIQUE ROCIO FANNY ROCIO**

**MIEMBRO**

**DRA. VÍLCHEZ REYES MARÍA ADRIANA**

**ASESOR**

## **DEDICATORIA**

A DIOS por haberme permitido llegar hasta este punto para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi madre y familia por ser los pilares fundamentales en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por creer en mí y por su incondicional apoyo mantenido a través del tiempo.

Son muchas las personas especiales a las que me gustaría agradecer, por su apoyo y ánimo. Sin importar en donde estén o si alguna vez llegaran a leer esta dedicatoria quiero darles las gracias por todo lo que me han brindado.

Y por último: Deseo dedicar este momento tan importante e inolvidable, a mí misma, por no dejarme vencer, ya que en ocasiones el principal obstáculo se encuentra dentro de uno mismo.

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar, agradezco a DIOS por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

A mi madre por apoyarme en todo momento, por los valores que me ha inculcado y por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida, sobre todo por haberme dado su fuerza y apoyo incondicional que me han ayudado y llevado hasta donde estoy ahora.

A mi asesora de tesis, Dra. María Adriana Vílchez Reyes por su esfuerzo y dedicación, quien, con sus conocimientos, su experiencia, su paciencia y su motivación ha logrado en mí que pueda terminar mis estudios con éxito.

## INDICE DE CONTENIDOS

|  |           |
|--|-----------|
| 1. Título de la tesis .....  | i         |
| 2. Hoja de firma del jurado y asesor .....                         | ii        |
| 3. Hoja de agradecimiento y/o dedicatoria (opcional).....          | iii       |
| 4. Resumen y abstract.....   | v         |
| 5. Contenido... ..   | x         |
| 6. Índice de gráficos, tablas y cuadros .....                      | vii       |
| <br>   |           |
| <b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>                                       | <b>1</b>  |
| <b>II. REVISIÓN DE LITERATURA .....</b>                            | <b>11</b> |
| <b>III. METODOLOGÍA .....</b>                                      | <b>27</b> |
| 3.1 Diseño de la investigación... ..                               | 27        |
| 3.2 Población y muestra .....                                      | 28        |
| 3.3 Definición y operacionalización de variables indicadores ..... | 28        |
| 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....          | 29        |
| 3.5 Plan de análisis .....   | 30        |
| 3.6 Matriz de consistencia .....                                   | 36        |
| 3.7 Principios éticos .....  | 37        |
| <b>IV. RESULTADOS .....</b>  | <b>39</b> |
| 4.1 Resultados .....   | 39        |
| 4.2 Análisis de resultados .....                                   | 47        |
| <b>V. CONCLUSIONES .....</b>                                       | <b>63</b> |
| ASPECTOS COMPLEMENTARIOS .....                                     | 64        |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....                                   | 65        |
| ANEXOS .....   | 66        |

## ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

### TABLA 1

ESTILO DE VIDA DEL UNIVERSITARIO DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION INICIAL DEL I - IV CICLO.

ULADECH\_CHIMBOTE,

2019.....39

### TABLA 2

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO.

ULADECH\_CHIMBOTE, 2019... 40

### TABLA 3

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO.

ULADECH\_CHIMBOTE, 2019... 40

### TABLA 4

FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO.

ULADECH\_CHIMBOTE, 2019... 44

### TABLA 5

FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO.

ULADECH\_CHIMBOTE, 2019... 45

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|  | Pág. |
|--|------|
| GRÁFICO 1  |      |
| ESTILO DE VIDA DEL UNIVERSITARIO DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION INICIAL DEL I - IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019... .. | 39   |
| GRÁFICO 2  |      |
| FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019... ..      | 41   |
| GRÁFICO 3  |      |
| SEGÚN EDAD DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019.....                        | 41   |
| GRÁFICO 4  |      |
| RELIGION DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019.....                          | 41   |
| GRÁFICO 5  |      |
| ESTADO CIVIL DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019.....                      | 42   |
| GRÁFICO 6  |      |
| INGRESO ECONOMICO DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I– IV CICLO. ULADECH_CHIMBOTE, 2019... ..                 | 43   |

## RESUMEN

El presente informe de investigación titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019” de tipo cuantitativo, retrospectivo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional tiene como objetivo general: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los estudiantes universitarios y como objetivos específicos: Valorar el estilo de vida e identificar los factores biosocioculturales edad, sexo, grado de instrucción estado civil, ocupación , religión y los ingresos económicos , la población estuvo constituida por 150 estudiantes universitarios. Los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel y fueron exportados a SPSS/info/software versión 18.0, los datos fueron procesados en cuadros simples de doble entrada para su respectivo procesamiento. Para establecer la relación entre variable se utilizó la prueba de independencia de criterio CHI – cuadrado con el 95 % de confiabilidad y significancia de  $P < 0.05$ . Llegando así a las siguientes conclusiones y resultados la mayoría tiene un estilo de vida saludable y un porcentaje significativo estilo de vida no saludable, en los factores biosocioculturales la totalidad de los jóvenes universitarios tienen como edad de 20 a 35 años, casi la totalidad son de sexo femenino, la mayoría profesa la religión católica y estado civil soltero y tienen un ingreso económico de 650 a 850 soles, al realizar la prueba del Chi – cuadrado encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: el sexo, religión y no cumplen las condiciones para aplicar la prueba de Chi – cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 entre el estilo de vida y el estado civil e ingreso económico.

**Palabras clave:** Estudiantes Universitarios, Estilo de vida y factores biosocioculturales.

## ABSTRACT

The present research project entitled "Lifestyles and biosocioculturales factors of the professional school of initial education of the I - IV cycle. Uladech\_Chimbote, 2019 "of a quantitative, retrospective, cross-sectional type with descriptive correlational design has as a general objective to determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in university students and as specific objectives to assess lifestyle and identify factors biosocioculturales age, sex, educational level marital status, occupation, religion and economic income, the population will be constituted by 150 university students to whom will apply the instruments of scale of lifestyles and questionnaire on the biosocioculturales factors, using the technique In addition, the data will be processed in a Microsoft Excel database and then exported to the SPSS / info / software version 18.0 package. They will be submitted for processing. The data will be presented in simple and double entry boxes to elaborate their respective graphs. To establish the relationship between study variables, the criterion independence test CHI - square with 95% reliability and significance of  $P < 0.05$  will be used. Concluding that according to the lifestyle most have a healthy lifestyle, almost all are female, more than half are of Catholic religion and single marital status, almost all of their occupation are students and most of their income economic is 650 to 850soles.

**Keywords:** University Students, Lifestyle and biosociocultural fact

## **I. INTRODUCCION**

A nivel del mundo en todos los países subdesarrollados de gran potencia los estilos de la vida de los estudiantes universitarios son poco saludables por lo que causan en su gran mayoría la prevalencia de enfermedades. Aumente. Cada ser estudiante tiene su manera de vivir y de ver las cosas en sus años previos de su juventud nunca se cuidan y nunca realizan deportes, por lo que sus alimentos son deficientes y todos sus hábitos nocivos tendrá problemas en toda la adultez y de ahí proviene la importancia de las actividades y programas de promoción en la salud (1).

En los países Sub Americanos los estudiantes universitarios y las enfermedades de toda clase y las enfermedades crónicas degenerativas, son las primeras causas de muerte en la mayoría de los países y las tasas de morbi-mortalidad siguen en aumento en la población y están subiendo por todo el hemisferio. Se estima que en América el número de estudiantes con diabetes casi se multiplicada cada día más conforme pasan los días y el tiempo pasando de cuarenta y cinco millones a ochenta y cuatro millones en el dos mil veinticinco(2).

En España el no realizar actividades físicas en los estudiantes universitarios está causando de fallecimientos cada año, pero todo ello es responsabilidad por no saber llevar una vida sana y sin ejercicio está causando porcentajes elevados de enfermedades crónicas en todo el mundo. (2).

En la última Encuesta Nacional de Salud (ENS) en el 2019 en los estudiantes universitarios muestran un significativo aumento en relación a sobrepeso y obesidad se observó incremento de 37,8 a 39,3% y en obesidad de 23,2 a 25,1% siendo mayor en los hombres en condición de sobrepeso y mayor en el caso de las mujeres en condición de obesidad. En el caso de consumo de tabaco, quienes se consideran fumadores diarios a nivel nacional responden afirmativamente 40,6% de los encuestados, siendo menor el porcentaje en mujeres, y mayor el problema en la población que señala tener estudios >12 años (50,3%) (2).

En Francia las conductas que cada estudiante universitario tome sobre su salud se ven influenciados por distintos factores de ya sea personal o social y/o ambiental. La alimentación adecuados yel deporte de manera regular nos ayudara de manera significativa y alejara de estas enfermedades crónicas que han ido aumentando cada día (3).

En Guatemala los estudiantes universitarios se a podido lograr un poco de progresó en los últimos años, pero sigue habiendo porcentajes múltiples que aún no mejora, su mejorar la calidad de vida de sus estudiantes universitarios, especialmente en la educación, la salud y el empleo. Sin embargo, México se compara favorablemente con otros países en el Índice de mejor vida solo después de algunas medidas de calidad de vida. Sus valores son superiores a la media en las áreas de compromiso civil y bienestar subjetivo, pero están por debajo de la media en términos de empleo, la salud, el medio ambiente, la vivienda, los ingresos, las relaciones sociales, el

equilibrio entre la vida laboral, el bienestar subjetivo, la seguridad y la educación. (4).

En Brasil los estudiantes universitarios en los últimos años sus incidencias de trastornos metabólicos han aumentado de manera alarmante se ha constituido como un factor de preocupación constante en la sociedad civil pero no se ve ningún programa para poder cambiar eso y a la vez se ven en menor vez que en la vida de la niñez y en el futuro pueden provocar posibles consecuencias negativas y las enfermedades no transmisibles en los estudiantes universitarios no solo deben ser una preocupación para el estado, si no por nosotros mismos intención nuestra, ya que depende de nosotros si mejoramos o no (5).

En Chile los estudiantes universitarios los ritmos de vida que llevan cada vez es más estresante, por lo cual muchos ahorran tiempo consumiendo lo que les resulte más fácil, sencillo y disponible. Este tipo de conducta ocasiona que las personas estén en riesgo de alimentarse con productos de baja calidad (ricos en triglicéridos, altos en colesterol y azúcar, etc.). Los estudiantes universitarios piensan que son capaces de llevar una forma de vida más saludable, como es el caso de los estudiantes del área de ciencias de la salud, pero no es así (5).

En la población de los estudiantes peruanos sus estilos de vida son de muy importantes para el desarrollo personal e intelectual. Los estudiantes tienen que lidiar con una vida universitaria agitada, generando cambios en el autocuidado personal relacionado a los hábitos personales y grupo de la alimentación, tipo de actividad física, adicciones, conductas peligrosas entre

otras que pueden limitar el desarrollo humano o reducir las oportunidades de salud en el individuo. Asimismo, entre los niveles de autoestima y estilos de vida. Es importante que las universidades públicas y/o privadas mantengan el compromiso de promover la educación para la salud, como una estrategia que favorezca a los estudiantes, contribuyendo en su formación personal y profesional (6).

En el Perú la salud de los estudiantes universitarios es un reflejo de su realidad social: se ha alcanzado una importante mejora en algunos indicadores de salud del país, sin embargo, las grandes diferencias que enmascaran los promedios nacionales ocultan las inequidades existentes en la salud. La mayor o menor probabilidad de muerte y enfermedad está en función de factores como el estrato socioeconómico, 4 la condición de ruralismo, el género y el nivel educativo en que se encuentren las personas y las comunidades (7).

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar en el 2019 - ENDES muchos de estos estilos de vida incluyen fundamentalmente una alimentación adecuada, promoción de la actividad física, la calidad y el disfrute de la comida son relativamente poco importantes, mientras que los estudiantes de humanidades, ciencias sociales y ciencias nutricionales entienden la comida como una experiencia placentera compartida y son conscientes de la salud. (8).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática - INEI los hábitos alimentarios en la mayoría de los jóvenes universitarios ingieren algo a media mañana o media tarde y lo hacen consumiendo snacks (patatas fritas,

chocolatinas, etc.), bollería, bebidas azucaradas, café, etc. que reflejan un consumo inadecuado de alimentos en la edad juvenil, las comidas cocinadas y los servicios de entrega también son mucho más populares entre los estudiantes varones que entre sus compañeras de clase: más del doble de los hombres varones que recogen la comida o la colocan en el microondas para la comida. (9).

En la Región Ancash los estilos de vida hacen referencia, a los comportamientos habituales y cotidianos que caracterizan el modo de vida de un individuo y que suelen ser permanentes en el tiempo. En el campo de la salud del joven, los estilos de vida aparecen relacionados con problemas sociales de gran relevancia tales como, el desequilibrio en la dieta, el sedentarismo, el consumo de tabaco y de alcohol, el estilo de vida juega un papel importante en la nutrición de los estudiantes

Aquí, la proporción de auto cocción es la más alta. Esta proporción es la más baja para los encuestados con interés en las compras o el estilo de vida. (10).

El Ministerio De Salud manifiesta que los factores de riesgo de los estudiantes universitarios son más frecuentes en la vida moderna son: el tabaquismo, el estrés, los malos hábitos alimentarios y el sedentarismo, los cuales afectan a la mayoría de la población cada día más evidente. Para conseguir una vida satisfactoria con una buena calidad de vida es importante modificar los estilos de vida insanos por estilos saludables. La salud es una condición primordial para el desarrollo integral. En ese sentido, el Ministerio

de Salud viene implementando el Programa de vida Saludables, en el marco de los Lineamientos de Política del Sector Salud (11).

En Chimbote el estilo de vida en los universitarios se ve reflejado en su alimentación y tiempo libre de manera negativa en la que se no tienen buenos hábitos a la hora de dormir y se sienten, no pueden controlar su estrés y la gran mayoría se siente impotente y enojado, agresivo, hasta llegar al punto de deprimirse, tienen una mala alimentación y tienen un alto consumo de bebidas alcohólicas junto a bebidas altas en cafeína por el ritmo de vida que tienen (12).

A esta realidad problemática no escapan, los estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Educación que inicia sus actividades académica y administrativa el 09 de setiembre de 1997 con cinco estudiantes. En 1998, su institucionalización, va logrando el nombramiento de sus Órganos de gobierno y la estabilización en la vida institucional de cada una de sus unidades académicas. En el año 2014, obtuvimos la acreditación de la Carrera Profesional de Educación. Asimismo, cuenta con 611 estudiantes en la facultad de educación (13)

Frente a lo expuesto se considera pertinente la realización de la presente investigación planteando el siguiente problema:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019?

### **Objetivos de la investigación:**

#### **Objetivo General**

- Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.

### **Objetivos Específicos**

- Valorar el estilo de vida del biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.
- Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.

En la actualidad el Perú no es ajeno a los diferentes cambios que se realizan en el mundo como es por ejemplo el aumento demográfico, el crecimiento de las ciudades, el cambio de ritmo de vida y el avance tecnológico, que han generado en la población peruana cambios en su estilo de vida; los trabajos que ocupan la mayor parte del día y con énfasis en el manejo de computadoras han hecho que se incremente el sedentarismo, la ingesta elevada de comidas rápidas y consumo de sustancias nocivas. Este estudio busca determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales para ayudar a revertir la problemática.

La investigación es importante, porque los resultados van a contribuir a en los estudiantes Universitarios de la escuela profesional de educación del I al IV ciclo, elevar la eficiencia del programa preventivo promocional de la salud del adulto a reducir los factores de riesgo y mejorar el estilo de vida.

Para la profesión de Enfermería es útil porque pueden posibilitar programas estratégicos que promuevan el estilo de vida saludable en los usuarios, así de este

modo desde una perspectiva educativa y preventiva fortalecerá su rol de liderazgo dentro del equipo de salud.

También permitirá que las instituciones formadoras de profesionales de la salud como la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, socialicen los resultados y que desde los primeros ciclos se incorporen contenidos sobre estilo de vida, para garantizar la formación de profesionales con una visión preventiva promocional.

Es conveniente realizar la investigación para que autoridades regionales y municipales en el campo de la salud en el Perú, así como para la población de estudio identifique sus factores de riesgo y se motiven a incorporar cambios en sus conductas tendientes a la promoción de la salud, ya que al conocer el estilo de vida de las personas se podrá disminuir el riesgo de padecer enfermedad y favorecerla salud y el bienestar de la población; así como mejorar la calidad de vida.

La investigación correlacional es un estudio de tipo cuantitativo que son aquellas que pueden ser medidas en términos numéricos y de corte transversal y está constituida por una población de 150 estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo

## **II. REVISION DE LITERATURA**

### **Antecedentes de la investigación:**

#### **Investigación actual en el ámbito extranjero:**

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

Loría M, (14). Realizo una investigación titulada” Los estilos de vida, nivel de actividad física y prevalencia de obesidad en la población estudiantil de la sede de Occidente, 2016”. Cuyo objetivo es describir y analizar los estilos de vida, el nivel de actividad física y la prevalencia de obesidad de los y las estudiantes para la construcción del mejoramiento de los estilos de vida de los mismos. Esta investigación se plantea de tipo descriptivo y exploratorio.

Resultado que el 80% de estudiantes hombres y mujeres son sedentarios. Concluyendo que las actividades que realizan hombres y mujeres en tiempo libre en una semana principalmente son: estudiar, navegar por internet y ver televisión., sin embargo, los estilos de vida sedentarios son un riesgo importante para el aumento de estos valores a niveles de sobrepeso u obesidad.

Quintero J, (15). Realizo una investigación titulada “Hábitos alimentarios, estilos de vida saludables y actividad física en neojaverianos del programa nutrición y dietética del primer periodo, 2016”. Cuyo objetivo es identificar los los estilos de vida saludables y el nivel de actividad física en neojaverianos del programa nutrición y dietética. Estudio de tipo descriptivo y de corte transversal. Resultado que el 10% está en sobrepeso. Los alimentos más consumidos son carne 42%, arroz 31% y los alimentos rechazados son verduras (58%). El (13%) son fumadores , el 50% se encuentra en un nivel de actividad física moderado, Concluyendo que sus hábitos alimentarios y consumo de bebidas alcohólicas afectan a su salud de manera significativa.

Laguado E, Gomez M, (16). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida saludable en universitarios de enfermería en la Universidad

Cooperativa de Colombia, 2016”. Cuyo objetivo es determinar los estilos de vida saludable en estudiantes de Enfermería mediante el instrumento HLPII de Nola Pender que cuenta con seis dimensiones. Estudio descriptivo transversal. Resultado que el género predominante fue el femenino con un 85,7% (132). Los comportamientos que alcanzan rutinariamente considerada como saludable, se dan en la dimensión espiritual y en la de relaciones. Concluyendo en el estudio, los hábitos saludables no son realizados de forma rutinaria, considerándose estos como no saludable, sin embargo, los datos encontrados potencian las conductas de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles.

Bastías E, (17). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida de estudiantes universitarios Iberoamericanos, 2015”. Cuyo objetivo es indagar respecto al concepto de estilo de vida y los estilos de vida de estudiantes universitarios iberoamericanos según la evidencia disponible. Estudió de tipo observacional, descriptivo. Resultado que el 90% de estudiantes son una preocupación para la población por su estilo de vida deficiente. Concluyendo que son una población vulnerable que en algunos aspectos presentan mayores problemas que la población general, situación preocupante si consideramos que en este grupo existen personas que poseen los conocimientos necesarios para llevar a cabo adecuadas conductas pero que, aparentemente, no perciben el riesgo, siendo quienes menos conductas saludables realizan.

Álvarez G, Andaluz J, (18). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida saludable en los estudiantes universitarios de enfermería de la Universidad de Guayaquil, 2015”. Cuyo objetivo es determinar el estilo de vida saludable en los estudiantes internos de enfermería en el desarrollo de sus actividades académicas y laborales. Estudio de tipo cuantitativa con modelos explicativos y

descriptivos, y ejes transversales. Resultado que el 50 % de internos de enfermería se ven afectados económicamente y en la alimentación. Concluyendo que sus hábitos alimenticios inadecuados se ven afectados por factor tiempo, económico, el estrés laboral o académico cambien su habitud alimenticia sana y produzca el consumo de comida chatarra siendo esta su primera opción para satisfacer su necesidad, los malos hábitos alimenticios, la carencia de práctica de un deporte, el manejo del estrés, la irresponsabilidad de no usar protección en una sexualidad activa.

### **Investigación actual en nuestro ámbito**

Gutiérrez M, Mirando L, (19). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida y hábitos de estudio en universitarios de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego, 2016”. Cuyo objetivo es determinar la relación entre los estilos de vida y los hábitos de estudio en las alumnas de enfermería del 3° y 4° ciclo. Estudio es no experimental, de tipo correlacional. Resultado que el 62.7% de las alumnas de enfermería del 3° y 4° ciclo tuvieron adecuados estilos de vida y el 37.3% inadecuados estilos de vida; en cuanto a los hábitos de estudio se obtuvo un 53.7% adecuados y un 46.3% inadecuados. Concluyendo que sus estilos de vida inadecuados pueden generar estrés y enfermedades no transmisibles a largo plazo.

Becerra S, (20). Realizo una investigación titulada “Estilos en el rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios, 2015”. Cuyo objetivo es investigar el estilo en el rol del afrontamiento en la relación entre el estrés percibido y las conductas de salud en estudiantes universitarios. Participaron 155 estudiantes. Resultado que en la mayoría de estudiantes se refugien en el alcohol. Concluyendo los análisis

indican el afrontamiento centrado en la emoción que afecta desfavorablemente a los hábitos del consumo de alcohol y otras drogas, el del sueño y el autocuidado. La religión y búsqueda de soporte social por razones emocionales fueron predictores positivos sobre algunas conductas de salud, mientras que la de uso de drogas fue adversa, sin embargo, estas conductas afectan en sus habilidades necesarias para llegar a ser un adulto autónomo.

Gonzales A, (21). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida y salud percibida en estudiantes universitarios de un programa de odontología, 2017”. Cuyo objetivo es relacionar los estilos de vida de los estudiantes de odontología en las dimensiones de alimentación, actividad física, sueño, consumo de alcohol, tiempo de ocio. Estudio cuantitativo, con un diseño no experimental transaccional correlacional. Resultado que los estudiantes presentan prácticas saludables en tres de las seis dimensiones de los estilos de vida y además los jóvenes universitarios no predicen la percepción que tienen con respecto a su salud. Concluyendo, sin embargo, la percepción de los universitarios es indispensable para su salud y su estilo de vida.

Cuadros G, Quispe T, (22). Realizo una investigación titulada “Estilo de vida y estrés académico en estudiantes universitarios de primero a cuarto año de la facultad de enfermería, Arequipa, 2015”. Cuyo objetivo es determinar la relación entre el estilo de vida y el nivel de estrés académico en estudiantes de primero a cuarto año de la Facultad de Enfermería. Estudio de tipo descriptivo, de diseño correlacional y de corte transversal. Resultado que el 67% de

estudiantes tienen un estilo de vida saludable. Concluyendo que los estudiantes que presentaron un estilo de vida saludable, moderadamente saludable y no saludable presentaron a su vez un estrés académico moderado.

Noguera C, (23). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida en universitarios que padecen diabetes mellitus tipo 1, 2015”. Cuyo objetivo es describir los estilos de vida e impacto de la diabetes durante la etapa universitaria de jóvenes insulino dependientes. Estudio semi- estructurados realizadas con el programa ATLAS. Resultado que los jóvenes tienen un claro conocimiento de los adecuados cuidados que requiere su condición, Concluyendo que los factores del contexto no permiten llevar un estilo de vida saludable además muestran mayor autonomía para llevar su tratamiento haciendo uso de lo aprendido durante la etapa escolar y las experiencias propias de su diagnóstico.

Deceno M, (24). Realizo una investigación titulada “Estilo de vida en estudiantes Universitarios de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote,2015”. Cuyo objetivo es describir los niveles de estilos de vida en estudiantes universitarios de la facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote. Diseño descriptivo-transversal. Resultado que los estudiantes presentan un estilo de vida bueno con 40% y el 60 % un estilo de vida malo. Concluyendo que, según indicador de los estilos de vida por escuela, tengo con quien hablar de las cosas importantes para mí, disfruto de mi tiempo libre, yo me siento satisfecho con mis actividades, sin embargo, sus estilos de vida les beneficia en un mejor rendimiento académico y una buena salud.

Meléndez E, (25). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad San Pedro Chimbote,2015”. Cuyo objetivo es describir el Estilo de Vida, los indicadores del instrumento y estilo de vida según edad y escuelas académicas profesionales en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad San Pedro. Estudió de investigación fue no experimental, el diseño transversal y descriptivo. Resultado que 67% de los estudiantes presentan un estilo de vida excelente. Concluyendo según el estilo de vida casi siempre todas las escuelas excepto enfermería, poseen una alimentación balanceada y enfermería a veces. Ninguna escuela fuma cigarrillos por día, sin embargo, mantener un estilo de vida adecuado les beneficia a su salud y a su rendimiento universitario.

Calderón J, (26). Realizo una investigación titulada “Estilos de vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad San Pedro-Chimbote, 2015”. Cuyo objetivo es describir el Estilo de Vida y sus indicadores según: genero, edad en los estudiantes de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad San Pedro. Estudio de tipo de investigación fue no experimental, el diseño transversal y descriptivo. Resultado que respecto a su estilo de vida consumen comidas chatarras, al alcohol el 88.9% toma bebidas alcohólicas, sueño y estrés el 58% y el 60.5%. Concluyendo que la mayoría de jóvenes universitarios tienen un mal estilo de vida.

## **2.1. Bases teóricas y conceptuales de la investigación**

El presente trabajo de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilo de vida de Marc Lalonde y Nola Pender, en relación a los factores

biosocioculturales de la persona se consideró los utilizados en el ministerio de salud (MINSA) y en el Instituto nacional de estadística e informática (INEI).

Lalonde es un destacado abogado que sirvió en su país, Canadá, como Ministro de Salud y Bienestar Social y que en la actualidad es miembro de la Asamblea Legislativa de Ontario representando el Partido de Liberales de Ontario. Su labor liderando estas políticas públicas en su país, ha tenido una fuerte influencia en todo el hemisferio. En 1974 publicó "Nuevas Perspectivas sobre la Salud de los canadienses," Partió de la base de que la salud y/o la enfermedad no estaban relacionadas simplemente con factores biológicos o agentes infecciosos, de hecho, enfatizaba que la mayoría de las enfermedades tenían una base u origen marcadamente socioeconómico

Lalonde M, en 1974 propone un modelo explicativo de los determinantes de la salud, en que se reconoce el estilo de vida en diferentes grupos socioeconómicos, como el estilo de vida que es modificable mediante actividades relacionado a las drogas, estrés, falta de ejercicio, junto a la biología humana que sirve para la prevención de enfermedades hereditarias, Sistema sanitario un enfoque que menos influya en la salud y por último el medio ambiente: contaminación del aire, del agua, del suelo que representa el conjunto de decisiones que toma el individuo con respecto a su salud y sobre las cuales ejerce cierto grado de control (27).

Los factores por Lalonde y otros, quedan diagramadas en donde explica cómo las inequidades en salud son resultado de las interacciones entre distintos niveles de condiciones causales, desde el individuo hasta las comunidades. explica cómo las desigualdades sociales en salud son el resultado de los diferentes niveles de las

condiciones, de lo individual a las comunidades a nivel de las políticas nacionales de salud (28).



Según los individuos están dotados de factores de riesgo como: la edad, el sexo y genéticos que, sin duda, influyen en su potencial para la salud final, también influyen las conductas personales y estilos de vida. Las personas con una situación económica desfavorable tienden a exhibir una mayor prevalencia de factores de comportamiento, como el tabaquismo y la mala alimentación (29).

Las influencias sociales influyen en los comportamientos personales ya sea de forma positiva o negativa. También hacen mención a factores relacionados con el trabajo, los suministros de alimentos y el acceso a las instalaciones y servicios esenciales. Consideran que las pobres condiciones de vivienda, la exposición a un trabajo más peligroso, condiciones estresantes y los más pobres el acceso a los servicios crean riesgos diferenciales para las personas socialmente desfavorecidos (30).

Las condiciones económicas, culturales y ambientales prevalentes en la sociedad en su conjunto, así como la situación económica del país y condiciones del mercado laboral, tienen una influencia en todos los aspectos antes mencionado.

El nivel de vida alcanzado en una sociedad, puede influir en la elección de un individuo de la vivienda, el trabajo social y interacciones, así como los hábitos de comer y beber. Del mismo modo, las creencias culturales sobre el lugar de la mujer en la sociedad o las actitudes dominantes en las comunidades de minorías étnicas pueden influir en su estándar de vida y posición socioeconómica (31).

Existen tres modelos principales de los determinantes sociales de la salud. En primer lugar, esta los estructurales, que producen las inequidades en salud, condiciones de trabajo, incluye vivienda, acceso a servicios, resulta de las influencias sociales y comunitarias, las cuales pueden promover apoyo a los miembros de la comunidad en condiciones desfavorables, pero también pueden no brindar apoyo o tener efecto negativo y los terceros los proximales, es la conducta personal y las formas de vida que pueden promover o dañar la salud. Los individuos son afectados por las pautas de sus amistades y por las normas de su comunidad (32).

Pender N, (33). Nació en 1941 en Lansing, Michigan, EE. UU y fue hija única de unos padres defensores acérrimos de la educación de la mujer.

A los 7 años vivió la experiencia de ver como su tía recibía cuidados de enfermería, lo que creó en ella “una gran fascinación por el trabajo de enfermería” su idea de enfermería era cuidar de ayudar a otras personas a cuidar de sí mismas. Experimentó una desviación en su pensamiento que la llevó a definir el objetivo de la enfermería como la salud óptima del individuo.



Los determinantes de la promoción de la salud y los estilos de vida, están divididos en factores cognitivos-perceptuales, entendidos como aquellas concepciones, creencias, ideas que tienen las personas sobre la salud que la llevan o inducen a conductas o comportamientos determinados, que en el caso que nos ocupa, se relacionan con la toma de decisiones o conductas favorecedoras de la salud. Así como la cultura, entendida como el conjunto de conocimientos y experiencias que se adquieren a lo largo del tiempo, la cual es aprendida y transmitida de una generación a otra.

Pender reconoce en el individuo factores cognitivo-perceptuales, que son cambiados por las características situacionales, personales e interpersonales, lo cual da como resultado la colaboración en conductas favorecedoras de la salud, cuando existe una pauta para la acción. No se limita a explicar la conducta preventiva de la enfermedad, sino que se amplía para abarcar las conductas que favorecen la salud (34).

Los estilos de vida saludables son los procesos sociales, cultura, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar de la vida, objetivos de vida y plan de acción (35).

Las dimensiones del estilo de vida consideradas son las siguientes:

**Alimentación saludable:** La alimentación es una cadena de hechos que comienzan con el cultivo, selección y preparación del alimento hasta las formas de presentación y el consumo de un grupo de ellos, se logra combinando varios alimentos en forma equilibrada, lo cual satisface las necesidades nutritivas para un correcto crecimiento y desarrolla las capacidades físicas e intelectuales. Una buena alimentación es una forma excelente de ayudar a tu cuerpo a mantenerse fuerte y saludable (36).

Una dieta saludable en un sentido científico, una dieta en la que todos los ingredientes necesarios están contenidos en cantidades suficientes y las necesidades energéticas humanas están suficientemente cubiertas (37).

**Actividad y ejercicio:** La actividad física es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo. Caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga y trabajar en la huerta o el jardín son unos pocos ejemplos de actividad física. produce efectos positivos en muchas partes del cuerpo (38).

Conforme envejecemos existen pocas demandas energéticas y nutritivas de las anteriores, siendo estas necesidades sensiblemente menores en relación con el peso corporal, y dependen, entre otros factores, de la edad, el sexo, actividad que realiza el adulto, (fuerte, mediana, delgada), metabolismo y el grado de actividad física (39).

**Responsabilidad en Salud:** Es un sentido social y personal, racional, justo y moral, que integra fines, medios y valores humanamente aceptables,

incorporado por la socialización como convicción moral interna, que se manifiesta en actitudes y comportamientos ante situaciones que no podemos estar seguros de su buen de cursar por si solas, ya que conllevan riesgos, peligro, daño o ayuda solidaria, por lo que indican que hay que valorar circunstancias, consecuencias y excepciones. Ante la incertidumbre, la responsabilidad es la cualidad necesaria de la personalidad, o de la moral del grupo para enfrentarla. La Responsabilidad tanto del individuo como de la comunidad ante la salud, la enfermedad, la rehabilitación y la minusvalía, es esencial. Lo mismo sucede con el equipo de salud y se extiende a las instituciones sociales (40).

**Autorrealización:** La autorrealización es la satisfacción de haber alcanzado y cumplido una o más metas personales que forman parte del desarrollo y habilidades o talentos a fin de ser y hacer aquello que se quiere. Es decir, se refiere al logro de un objetivo personal por medio del cual se puede contemplar la felicidad, consiste en desarrollar todo nuestro potencial para convertirnos en todo lo que somos. Es llegar a ser uno mismo en plenitud (41).

**Redes de apoyo social:** Se refieren al conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permiten mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional, con el fin de evitar el deterioro real que podría generarse cuando el adulto mayor enfrenta dificultades, crisis o conflictos. En las redes sociales como una especie de sistema de seguridad social, tanto formal como informal, que ayuda a que una persona según su grupo etario encuentre el soporte que necesita en la medida que envejece (42).

**Manejo del estrés:** Todos nos sentimos estresados en algún momento u otro. Es una reacción normal y saludable a un cambio o desafío. Pero el estrés que continúa por más de unas cuantas semanas puede afectar su salud. Evite que el estrés lo enferme aprendiendo maneras saludables para manejarlo (43).

En la etapa de desarrollo humano se establecen múltiples transacciones entre ambos contextos y se establecen patrones adaptativos de conducta, anteriormente denominados hábitos de vida (44).

**Características biológicas:** El ser humano como parte del ecosistema, es un ser complejo y está conformado como un yo integral que para su desarrollo homeostático requiere de autoestima que le faculte para satisfacer necesidades básicas y de crecimiento de desarrollar todo su potencial que le conlleve hacia la autorrealización y plenitud en su salud, productividad y creatividad (45).

**Características sociales y económicas:** Muchos estudios se relacionan la salud con aspectos socioeconómicos. Los factores sociales que han sido considerados como los más importantes, entre los cuales merecen destacarse población y vivienda, salud pública, educación, tecnología agrícola, mano de obra y tenencia de la tierra. No es tan determinante el hecho de tener unos ingresos concretos como el hecho de que existan diferencias acentuadas perceptibles en un mismo entorno. Dicho de otro modo, para nuestra salud es más negativo “sentirse pobre” que “ser pobre” (47).

**Nivel educativo:** El nivel educativo es el nivel de educación más alto que una persona ha terminado. Las personas con más educación normalmente ganan más que las personas con menos educación. Las personas con más educación tienen más probabilidades de tener mejor salud y vivir más tiempo. Estudios han encontrado que las comunidades con personas con mayor educación están menos

contaminadas. Las personas con menor educación tienen más problemas de salud relacionados con la contaminación. Son más propensos a morir por los efectos de la contaminación del aire (48).

### **Hipótesis general**

Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.

## **III. METODOLOGÍA**

### **3.1. Tipo y nivel de investigación**

Estudio cuantitativo: Son aquellas que pueden ser medidas en términos numéricos (49).

Corte transversal: Estimación de la magnitud y distribución de una enfermedad en un momento dado (49).

### **3.2. Diseño de la investigación**

Descriptivo: Especificaciones, propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población (50).

Correlacional: Una correlación es una medida del grado en que dos variables se encuentran relacionadas. (50). **3.3. Población y muestra:**

#### **3.3.1. Universo Muestral**

El universo muestral estuvo constituida por 150 estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo

#### **3.3.2. Unidad de análisis**

Cada estudiante universitario de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo que forma parte de la muestra y responde a los criterios de la investigación

### **3.4. Criterios de Inclusión**

- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I- IV ciclo matriculados.
- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I- IV ciclo que asista regularmente a sus clases.
- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I- IV ciclo de ambos sexos.
- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I- IV ciclo que acepta participar en el estudio.

### **3.5 Criterios de Exclusión:**

- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo que presente problemas de comunicación.
- En universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo con alguna alteración patológica.

### **3.6. Definición y Operacionalización de variables**

#### **ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS**

##### **Definición Conceptual**

Conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal (51).

### **Definición Operacional**

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 -100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 -74 punto

## **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS**

### **Definición conceptual**

Son factores que influyen indirectamente sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivo - perceptual. Estos factores pueden ser: la edad, sexo, educación procedencia e ingreso económicos (52).

## **FACTOR BIOLÓGICO**

### **Edad**

#### **Definición Conceptual.**

Se establece a la cantidad de años adquiridos por una persona cronológicamente a lo largo de su vida. (53).

#### **Definición Operacional**

Escala nominal.

|                      |          |
|----------------------|----------|
| Universitario Joven. | 20 –35   |
| Universitario Maduro | 36 –59   |
| Universitario Mayor  | 60 a más |

### **Sexo**

#### **Definición Conceptual**

Es un proceso de combinación y mezcla de rasgos genéticos a menudo dando por resultado la especialización de organismos en variedades femenina y masculina (conocidas como sexos) (54).

### **Definición Operacional**

Se utilizó escala nominal

- Masculino
- Femenino

## **FACTORES CULTURALES**

### **Religión**

#### **Definición Conceptual**

Es un elemento de la actividad humana que suele componerse de creencias y practicas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural (55).

#### **Definición Operacional**

##### **Escala nominal**

- Católico
- Evangélico
- Otros

## **FACTORES SOCIALES**

### **Estado Civil**

#### **Definición Conceptual**

El estado civil es la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes(56).

### **Definición Operacional**

#### **Escala nominal**

- Soltero(a)
- Casado
- Conviviente
- Separado
- Viudo

### **Ingreso Económico**

#### **Definición Conceptual**

Es la cantidad de dinero que una persona percibe mensualmente producto de su trabajo. El término ingresos se relaciona tanto con diversos aspectos económicos, pero también sociales ya que la existencia o no de los mismos puede determinar el tipo de calidad de vida de una familia o individuo (58).

### **Definición Operacional Escala de**

#### **intervalo**

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles

- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

### **3.7 Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:**

#### **Técnicas**

En el presente informe de investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

#### **Instrumentos**

En el presente informe de investigación se utilizaron 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

#### **Instrumento No 01**

##### **Escala del Estilo de vida**

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N (21), modificado por Delgado, R; Díaz, R;

Reyna, E. (40), para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones:

alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01)

Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización.

Alimentación: Items 1,2,3,4,5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto.

Actividad y Ejercicio: Items 7y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto.

Manejo del Estrés: Items 9,10,11,12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés.

Apoyo Interpersonal: 13,14,15,16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto y le proporcionan apoyo.

Autorrealización: 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.

Responsabilidad en Salud: 20,21,22,23,24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto para favorecer su salud

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F =3

SIEMPRE: S =4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

## **Instrumento N° 02**

### **Cuestionario sobre factores biosocioculturales**

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. (40), modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 02) Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de los universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I - IV ciclo entrevistados (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

#### **Control de Calidad de los datos:**

##### **Validez externa:**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos (59).

(Anexo 3)

##### **Validez Interna**

Para realizar la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (59).

##### **Confiabilidad**

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach (59).

(Anexo 4)

### **3.8. Procedimiento y análisis de los datos**

#### **3.8.1. Procedimiento para la recolección de datos:**

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se considerará los siguientes aspectos:

- Se informó y pidió el consentimiento de los universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los universitarios de la escuela profesional de educación del I-IV ciclo su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada universitario de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo.
- Se realizó la lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

### **3.8.2. Procesamiento y Análisis de datos:**

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentarán los datos en tablas simples y de doble entrada luego elaborar sus respectivos gráficos.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ .

### 3.8.3 Matriz de consistencia:

| <b>TITULO</b>             | <b>ENUNCIADO DEL PROBLEMA</b>       | <b>OBJETIVO GENERAL</b> | <b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b>  | <b>METODOLOGIA</b>   |
|---------------------------|-------------------------------------|-------------------------|---|--|
| ESTILO DE VIDA Y FACTORES | ¿Existe relación entre el estilo de |                         | Valorar el estilo de vida del biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019. | <b>TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN</b><br><b>Estudio cuantitativo:</b> |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
| <p>BIOSOCIOCULTURAL<br/>ES EN<br/>UNIVERSITARIOS DE<br/>LA ESCUELA<br/>PROFESIONAL DE<br/>EDUCACION DEL I -IV<br/>CICLO. ULADECH_<br/>CHIMBOTE, 2019</p> | <p>vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019?</p> | <p>Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.</p> | <p>Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo, Chimbote, 2019.</p> | <p>Son aquellas que pueden ser medidas en términos numéricos.</p> <p><b>Corte transversal:</b></p> <p>Estimación de la magnitud y distribución de una enfermedad en un momento dado.</p> <p><b>Población y muestra:</b></p> <p>El universo muestral estuvo constituida por 150 estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación del I - IV ciclo.</p> |
|--|--|--|--|--|

### **3.9. Principios éticos**

#### **Protección a las personas**

El investigador tiene la responsabilidad fundamental de proteger a todas las personas que participan en la investigación y de colocar el bienestar de los participantes por encima de los intereses de la ciencia y la sociedad. El investigador debe considerar esta responsabilidad no sólo como un requisito regulador o jurídico, sino también como una exigencia para llevar a cabo la investigación de conformidad con las normas y los principios éticos universales (60).

#### **Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad**

El investigador que involucra al medio ambiente, plantas y animales, deben de tener en cuenta medidas para evitar daños. Los investigadores deben respetar la dignidad de los animales y el cuidado del medio ambiente incluido las plantas, por encima de los fines científicos, para ello, deben tomar medidas para evitar daños y planificar acciones para disminuir los efectos adversos y maximizar los beneficios (60).

#### **Privacidad**

Toda la información recibida en el presente estudio se mantendrá en secreto y se evitará ser expuesto respetando la intimidad de los estudiantes, siendo útil solo para fines de la investigación (60).

### **Honestidad, beneficencia y no maleficencia**

Se debe de asegurar el bienestar de las personas que participan en las investigaciones. No ha de entenderse como caridad o piedad, ya que se desarrolla entre seres humanos autónomos con derecho a decidir. Se informó al adulto los fines de la investigación, cuyos resultados se encontrarán plasmados en el presente estudio (60).

### **Consentimiento libre, protección y derecho a estar informado**

Solo se trabajó con los estudiantes Universitarios que acepten voluntariamente participar en el presente trabajo (60) (Ver anexo N° 05).

## IV. RESULTADOS

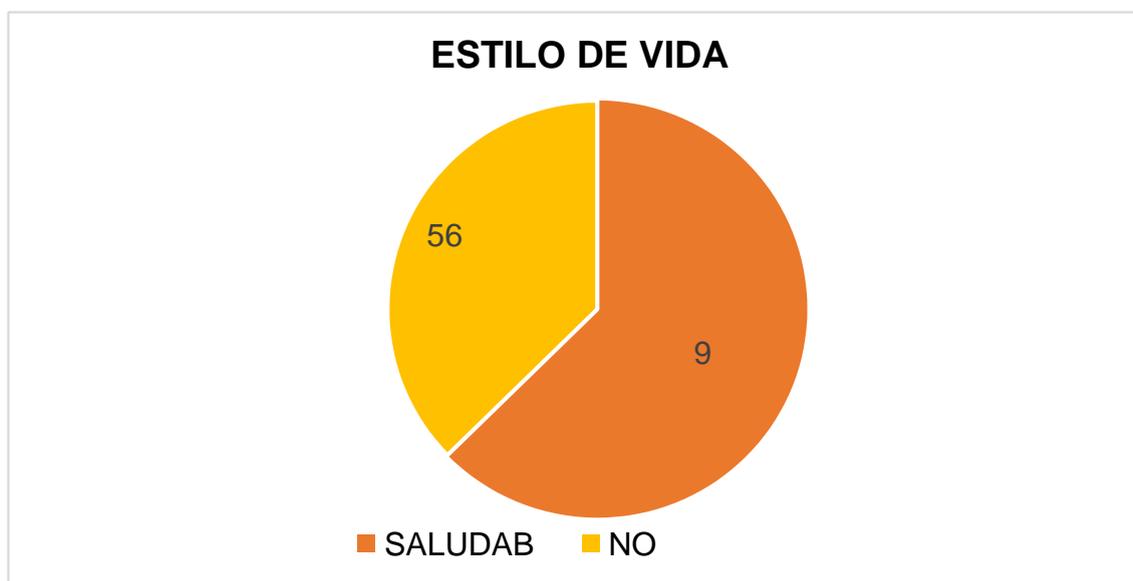
### 5.1. Resultados

**TABLA 1**  
*ESTILO DE VIDA DEL UNIVERSITARIO DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION INICIAL DEL I - IV CICLO. ULADECH\_ CHIMBOTE, 2019*

| Estilo de vida | Frecuencia | Porcentaje |
|----------------|------------|------------|
| Saludable      | 94         | 62,7       |
| No saludable   | 56         | 37,3       |
| Total          | 150        | 100,0      |

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbte, 2019

**GRAFICO 1**



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019.

**TABLA 2**

*FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2019*

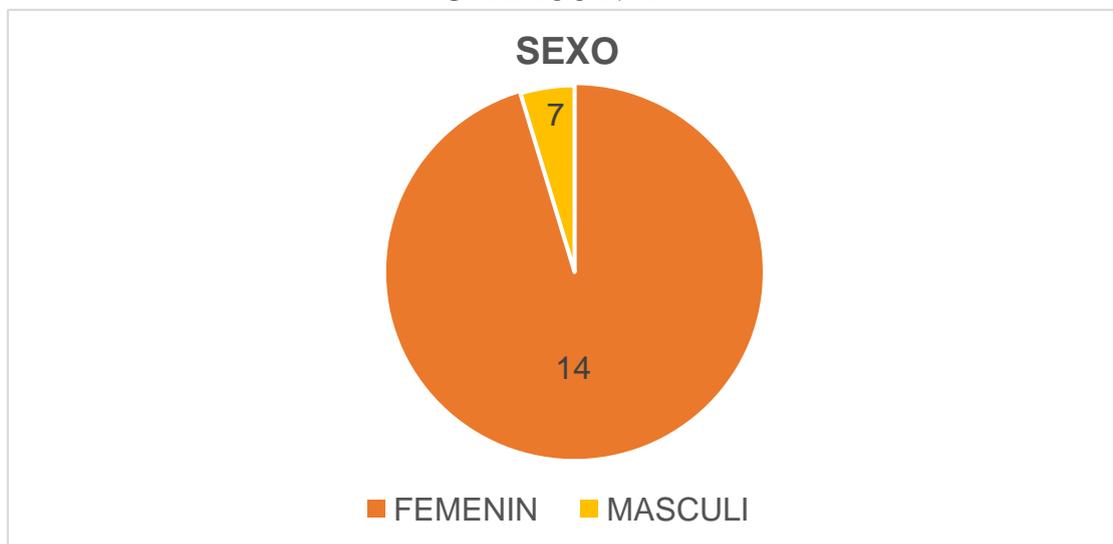
| <b>FACTOR BIOLÓGICO</b>          |          |           |
|----------------------------------|----------|-----------|
| <b>Sexo</b>                      | <b>N</b> | <b>%</b>  |
|                                  |          | Masculino |
|                                  | 7        | 4,7       |
| Femenino                         | 143      | 95,33     |
| <b>Total</b>                     | 150      | 100,0     |
| <b>FACTORES CULTURALES</b>       |          |           |
| <b>Religión</b>                  | <b>N</b> | <b>%</b>  |
| Católico(a)                      | 116      | 77,3      |
| Evangélico(a)                    | 28       | 18,67     |
| Otras                            | 6        | 4,0       |
| <b>Total</b>                     | 150      | 100,0     |
| <b>FACTORES SOCIALES</b>         |          |           |
| <b>Estado civil</b>              | <b>N</b> | <b>%</b>  |
| Soltero(a)                       | 112      | 74,67     |
| Casado(a)                        | 9        | 6,0       |
| Viudo(a)                         | 0        | 0,0       |
| Conviviente                      | 18       | 12,0      |
| Separado(a)                      | 150      | 7,3       |
| <b>Total</b>                     |          | 100,0     |
| <b>Ingreso económico (soles)</b> | <b>N</b> | <b>%</b>  |
| Menor de 400                     | 20       | 13,37     |
| De 400 a 650                     | 102      | 12,0      |
| De 650 a 850                     | 10       | 68,0      |
| De 850 a 1100                    | 0        | 0,0       |
| Mayor de 1100                    | 150      | 100,0     |
| <b>Total</b>                     |          |           |

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I – IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

### **GRAFICOS DE LA TABLA 2**

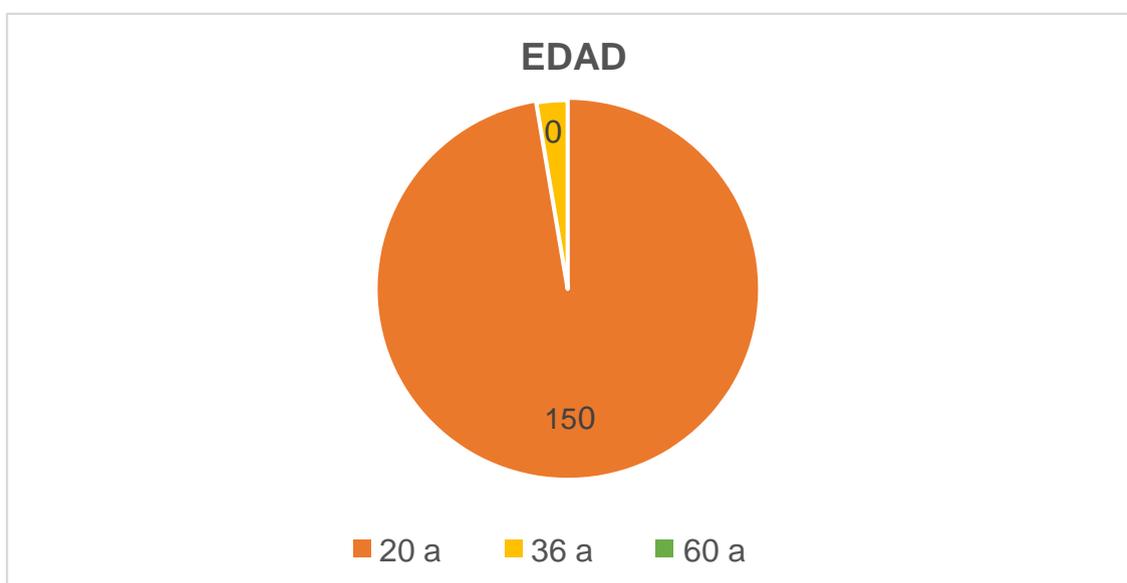
*FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2019*

**GRAFICO N° 2**



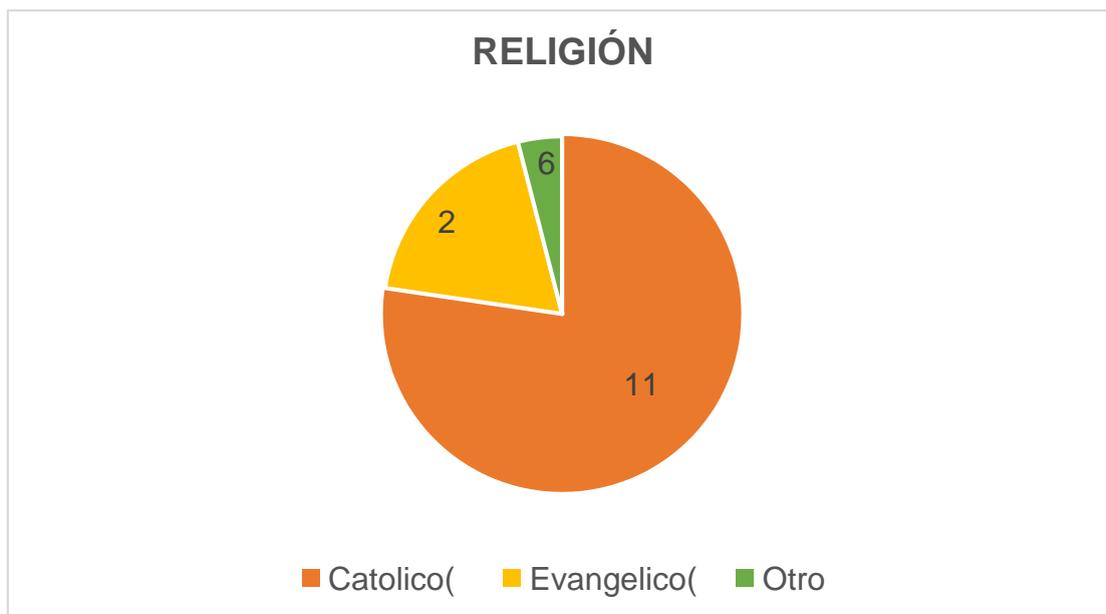
**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

**GRAFICO 3**



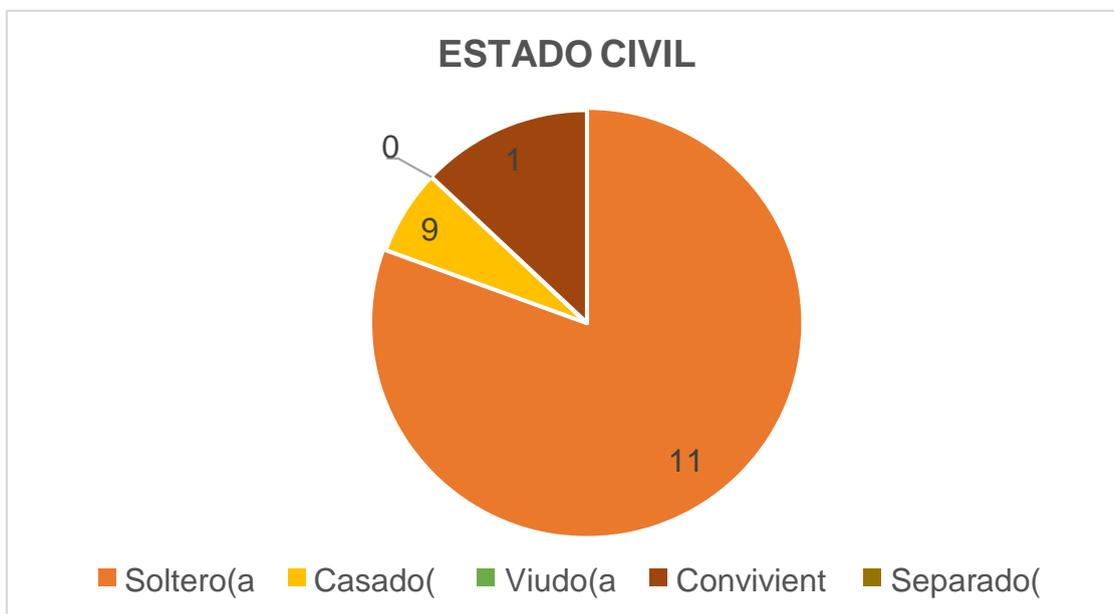
**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

**GRAFICO 4**



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

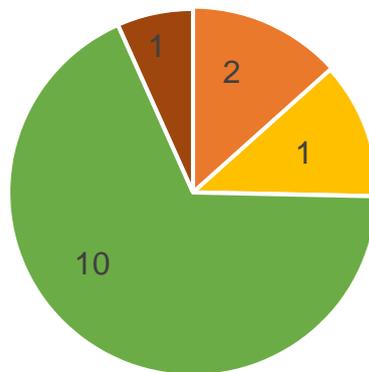
**GRAFICO 5**



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2018

**GRAFICO 6**

## INGRESO ECONOMICO



■ Menos de 400 soles ■ De 650 850 soles ■ De 650 850 soles ■ De 850 a 1100 ■

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I- IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2019**

**TABLA 3**

**FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2019**

| Sexo      | Estilo de vida |      |              |      | Total |       | $X^2=0,961; gl=1; p=0,327 > 0,05$                                      |
|-----------|----------------|------|--------------|------|-------|-------|--|
|           | Saludable      |      | No saludable |      | n     | %     |  |
|           | n              | %    | n            | %    |       |       |  |
| Masculino | 106            | 70,7 | 37           | 24,7 | 143   | 95,3  | No existe relación estadísticamente significativa entre las variables. |
| Femenino  | 4              | 2,7  | 3            | 2,0  | 7     | 4,7   |  |
| Total     | 110            | 73,3 | 40           | 26,7 | 150   | 150,0 |  |

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I – IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019.

**TABLA 4**

**FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2019**

| Religión      | Estilo de vida |      |              |      | Total |       | $X^2 = 0,299; gl=1; p = 0,584 > 0,05$                                  |
|---------------|----------------|------|--------------|------|-------|-------|--|
|               | Saludable      |      | No saludable |      | n     | %     |  |
|               | N              | %    | n            | %    |       |       |  |
| Católico      | 83             | 55,3 | 33           | 22,0 | 116   | 77,3  | No existe relación estadísticamente significativa entre las variables. |
| Evangélico(a) | 22             | 14,7 | 6            | 4,0  | 28    | 18,7  |  |
| Otros         | 5              | 3,3  | 1            | 0,7  | 6     | 4,0   |  |
| Total         | 110            | 73,3 | 40           | 26,4 | 150   | 150,0 |  |

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I – IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

**TABLA 5**

**FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL DEL I – IV CICLO.**

ULADECH\_CHIMBOTE, 2019

| Ingreso Económico (Soles) | Estilo de vida |      |              |      | Total |       |   |
|---------------------------|----------------|------|--------------|------|-------|-------|---|
|                           | Saludable      |      | No saludable |      | N     | %     |   |
|                           | N              | %    | N            | %    | N     | %     |   |
| Menor de 400              | 19             | 12,7 | 1            | 0,7  | 20    | 13,3  | No cumple la condición para aplicar la prueba del Chi – cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5. |
| De 400 a 650              | 11             | 7,3  | 7            | 4,7  | 18    | 12,0  |   |
| De 650 a 850              | 71             | 47,3 | 31           | 20,7 | 102   | 68,8  |   |
| De 850 a 1110             | 9              | 6,0  | 1            | 0,7  | 10    | 6,7   |   |
| Total                     | 110            | 73,3 | 52           | 38,2 | 150   | 150,0 |   |

| Estado Civil | Estilo de vida |      |              |      | Total |       |   |
|--------------|----------------|------|--------------|------|-------|-------|---|
|              | Saludable      |      | No saludable |      | N     | %     |   |
|              | N              | %    | n            | %    | N     | %     |   |
| Soltero(a)   | 83             | 53,3 | 29           | 19,3 | 112   | 74,7  | No cumple la condición para aplicar la prueba del Chi – cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5. |
| Casado(a)    | 6              | 4,0  | 3            | 2,0  | 9     | 6,0   |   |
| Conviviente  | 15             | 10,0 | 3            | 2,0  | 53    | 39,0  |   |
| Separado(a)  | 6              | 4,0  | 5            | 3,3  | 11    | 7,3   |   |
| Total        | 110            | 73,3 | 40           | 26,7 | 150   | 150,0 |   |

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los estudiantes universitarios de la escuela profesional de Educación del I – IV ciclo. Uladech\_Chimbote, 2019

**VI. Análisis de resultados:**

**TABLA 1**

Del 100% (100) de estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación del I- IV ciclo, según el estilo de vida el 62,7%(94) tiene un estilo de vida saludable y el 37,3%(56) tiene un estilo de vida no saludable.

Bastías E, (61). Realizo una investigación en Brasil en los jóvenes universitarios sobre su estilo de vida en el cual el 46% de ellos trabaja durante sus estudios cada vez más jóvenes tienen un pequeño trabajo en paralelo con sus estudios. Más del 17% cree que esto tiene un "impacto negativo" en sus resultados y en uno de cada tres esta actividad es "fuente de estrés, tensión nerviosa". Según la investigación podemos diferenciar y analizar que los jóvenes universitarios estudian y trabajan para poder solventar sus gastos en su familia lo que les ocasiona en la mayoría estrés, no duermen bien y se sienten mal humorados y sienten que no rinden lo suficiente en sus estudios.

Schölling M, (62). Realizo un estudio en el 2017 en Alemania en estudiantes universitarios en la que concluyo que la mayoría de ellos no tienen un estilo de vida saludable producto de una mala alimentación, bebidas alcohólicas, drogas y libertinaje. Según los resultados obtenidos en la investigación podemos manifestar que más de la mitad de estudiantes universitarios si tienen un estilo de vida saludable y un porcentaje menor no tiene un estilo de vida saludable debido a su alimentación y el ritmo de vida que llevan ya que les gusta tomar bebidas alcohólicas, consumir comidas rápidas y no duermen bien.

Louis L, (63). Realizo una investigación en donde los estudiantes tienen un estilo de vida deficiente debido al deterioro de las perspectivas profesionales. Para los estudiantes de las clases superiores, esto se traduce, según él, por la sustitución del trabajo remunerado por el tiempo de estudio. En un enfoque de la economía educativa, destaca un ajuste por parte de los estudiantes de la rentabilidad de su

inversión educativa con respecto a las salidas previsibles. Comparando con la investigación podemos manifestar que actualmente el problema que concierne a los estudiantes universitarios en particular son los problemas económicos por eso en su gran mayoría trabajan y estudian.

Lapeyronnie M, (64). En una investigación realizada en jóvenes universitarios en donde concluye que los estudiantes no reciben apoyo institucional del estado y se ve reflejado en su vida diaria tanto en su salud, como alimentación, etc. Según los resultados obtenidos en la investigación podemos diferenciar que los jóvenes universitarios se ven afectados de igual manera con los problemas de salud, obesidad, mala alimentación y sedentarismo, ya que no existen programas de salud que les ayude a poder prevenir y/o realizarse chequeos médicos a medida de prevención.

En el año 2017 en Brasil, alrededor de 19,000 estudiantes participaron en la encuesta, la encuesta reveló que en su gran mayoría los estudiantes tenían un estilo de vida bueno producto de una buena alimentación porque aproximadamente el 82% de los encuestados se cocinan ellos mismos. Por otro lado, el 18% de los estudiantes usan comidas preparadas (65)

Bergara S, (66). En una investigación concluye que existe porcentajes significativos en lo que los estudiantes universitarios no toman en cuenta su salud perjudicando su estilo de vida de distintas maneras y que priorizan otro tipo de actividades lo que les hace vulnerables a distintas enfermedades. Según obtenidos los resultados de la investigación podemos diferenciar que en su mayoría los jóvenes prefieren realizar actividades que dañen su salud como el consumo de bebidas alcohólicas, el sedentarismo, etc.

La asociación de estudiantes para la Promoción y Defensa de los Estudiantes (PDE) acaba de publicar un resumen de las condiciones de vida de los jóvenes universitarios en que la observación es edificante. La precariedad, las condiciones de vivienda, pero también el estado de salud de la población estudiantil no es digno de un gran país industrializado, ningún funcionario de educación superior puede aceptar el fracaso de un estudiante que está obligado a trabajar veinte horas a la semana durante todo el año en una cadena de comida rápida, además de clases y trabajo personal (67).

La alimentación saludable del estudiante universitario es la que contiene todo el grupo de alimentos de origen para su desarrollo físico y mental (68). Según los resultados obtenidos de la investigación la mayoría de estudiantes universitarios tiene una alimentación deficiente en cuanto a todos los grupos de alimentos en los que se verían afectados en sus necesidades nutritivas para un correcto crecimiento y desarrolla las capacidades físicas e intelectuales.

La actividad física es todo movimiento del cuerpo como: caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga y produce efectos positivos en muchas partes del cuerpo (69). Según los resultados obtenidos de la investigación en su mayoría de los estudiantes universitarios no realizan actividad física por el tiempo limitado y manifestaron que se dedican más a sus estudios y trabajos lo que les afecta en el peso corporal y entre otros factores.

Responsabilidad en salud es un sentido social y personal, racional, justo y moral, que integra fines, medios y valores humanamente aceptables, que se manifiesta en actitudes y comportamientos (70). Según los resultados obtenidos los estudiantes universitarios si mantienen interés ante su salud y la de su comunidad y están atentos

ante posibles ante situaciones que conllevan riesgos, peligro, daño o ayuda solidaria, por lo que indican que hay que valorar circunstancias, consecuencias y excepciones y en la que la universidad tampoco brinda un programa preventivo en la que ellos puedan identificar alguna enfermedad.

La autorrealización es la satisfacción de haber alcanzado y cumplido una o más metas personales que forman parte del desarrollo y del potencial humano, se exponen al máximo sus capacidades, habilidades o talentos a fin de ser y hacer aquello que se quiere (71). Según los resultados obtenidos los estudiantes universitarios manifestaron según sus logros personales sentir felicidad y que querían desarrollar todo su potencial para convertirnos en todo lo que querían.

Redes de apoyo social es el conjunto de relaciones interpersonales que integran a una persona con su entorno social y le permiten mantener o mejorar su bienestar material, físico y emocional (72). Según los resultados obtenidos los estudiantes universitarios no cuentan en su mayoría con redes de apoyo lo que se verían afectados en el deterioro que podría generarse al enfrentar dificultades, crisis o conflictos en las redes sociales como una especie de sistema de seguridad social, tanto formal como informal.

Manejo del estrés todos nos sentimos estresados en algún momento u otro. Es una reacción normal y saludable a un cambio o desafío (73). Según los estudiantes universitarios la mayoría manifiesta sentir mucha carga de estrés en lo laboral y estudios lo que podría generarles un conflicto de emociones y en sus hábitos de vida que se ve afectado en sus estudios, cuerpo, horas de sueño, etc.

Características biológicas el ser humano como parte del ecosistema, es un ser complejo y está conformado como un yo integral (74). Según los estudiantes

universitarios presentan distintas características biológicas lo que les hace a cada uno de ellos diferentes que para su desarrollo homeostático requiere de autoestima que le faculte para satisfacer necesidades básicas y de crecimiento.

Características sociales y económicas muchos estudios se relacionan la salud con aspectos socioeconómicos (75). Según los estudiantes universitarios tienen distintos valores socioeconómicos y algunos de ellos trabajan para solventar a sus familias ya que ellos son responsables de su vivienda, educación, alimentación, vestimenta, etc.

El nivel educativo es el nivel de educación más alto que una persona ha terminado (76). Según los estudiantes universitarios manifiestan sus ganas de culminar su nivel universitario ya que tienen muchas ganas de independizarse por sí solos y poder ayudar a sus familias.

## **TABLA 2**

Del 100% (100) de estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación del I- IV ciclo, el 95,3% (143) son de sexo femenino, el 100% (150) son universitarios de 20 a 35 años, el 77,3% (116) son de religión católica, el 74,6% (112) su estado civil es soltero(a), el 68%(102) su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles.

El sexo o género es una variable biológica y genética que divide a los seres humanos en dos posibilidades solamente: mujer u hombre. En el estudio realizado según los estudiantes universitarios el 95,3% (143) son de sexo femenino y el 4,7% (7) son de sexo masculino (78).

La edad es el tiempo que ha vivido una persona u otro ser vivo contando desde su nacimiento. En el estudio realizado según los estudiantes universitarios el 97,3% (147) son universitarios de 20 a 35 años y el 2,67% (4) de 36 a 59 años (79).

La religión son el conjunto de creencias religiosas, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses) (80). En el estudio realizado según los estudiantes universitarios en la mayoría son de religión católica en la que influye de manera positiva en su vida espiritual y sus creencias sin dañar su salud.

Estado civil es la condición según el registro civil en función de si tiene o no pareja y su situación legal respecto a esto (81). En el estudio realizado según los estudiantes universitarios la mayoría tienen un estado civil de solteros y eso les permite realizar sus distintas actividades sin distracciones enfocándose en sus metas de vida.

El ingreso económico son todas las ganancias que ingresan al conjunto total del presupuesto de una entidad, ya sea pública o privada, individual o grupal (82). En el estudio realizado según los estudiantes universitarios su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles y según sus manifestaciones se sentían muchas veces frustrados por los gastos que demandaban ellos y se ve influenciado en una mala alimentación, horas de sueño yestrés.

Castañeda A, (83). Manifiesta que un estudiante universitario está más expuesto a enfermedades, son vulnerables al estrés sin importar su edad y sexo, su estrato social o sus comportamientos. Según la investigación los jóvenes universitarios viven una doble marginalidad; por un lado, la marginalidad propia del modelo de moratoria que los condena a aplazar su potencial hasta “llegar a ser”, de acuerdo con el plan que el adulto les ha trazado; y por otro, la marginalidad de los estudios culturales y comprensivos que al considerarlos incluido e incluida, no los ven como sujetos clave de comprensión en los procesos de investigación.

Olson D, & Barnes H, (84). Los estilos de vida es un proceso dinámico, complejo e individual, es decir, es la percepción física, psicológica, social y espiritual que tiene la persona frente a un evento y el grado de satisfacción o insatisfacción que va a influir en el bienestar de su vida.

Buvinic M, (85). Plantea la existencia de la pobreza en el contexto de la vida del estudiante universitario, en donde se observa un creciente número de jóvenes desempeñan un papel económico y son jefes de familia, además de las jóvenes madres, lo que genera una perjudicial espiral de empobrecimiento y degradación ambiental. De acuerdo a los resultados obtenidos presentan un ingreso económico bajo y analizando las investigaciones de los distintos nos manifiestan que los estilos de vida se enfocan en la percepción social, económica, grado de instrucción, económica, por lo cual existe un creciente aumento en la pobreza a nivel mundial y por otro lado, la ocupación es el oficio o profesión (cuando se desempeña en ésta) de una persona, independiente del sector en que puede estar empleada, o del tipo de estudio que hubiese recibido. Generalmente se define en términos de la combinación de trabajo, tareas y funciones desempeñadas.

**TABLA 3:** Con respecto a los factores biológicos relacionando con sexo se tiene que 70,7% (106) pertenecen al sexo masculino presentan estilo de vida saludable y el 24,7 % (37) presentan estilo de vida no saludable

La aplicación de la prueba estadística de independencia de criterios mostro un  $X^2=0,961$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,327 > 0,05$ , determinando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de sexo y el estilo de vida en los jóvenes universitarios en el estudio.

Méndez J, (87). Realizo una investigación en estudiantes universitarios en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de

independencia de criterios un  $X^2=0,890$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,302 > 0,05$  en la que manifestaban que al hombre les gustaba realizar más deporte que a las mujeres en sus tiempos de ocioso. Al analizar las investigaciones podemos comparar de igual manera que la mayoría de femeninas no les gusta realizar actividad física en su tiempo libre por falta de interés y tiempo.

La actividad física ha establecido efectos protectores en la salud, y sus beneficios potenciales abarcan la prevención, el manejo y el tratamiento de la enfermedad cardiovascular en universitarios han ido en aumento conforme han pasado los años hasta la actualidad (88). En la investigación actual podemos analizar que los jóvenes universitarios no les gusta realizar actividad física lo que se afectado en su salud y el aumento de peso lo que también se debe a que no llevan una buena alimentación y prefieren comer comidas rápidas.

Jiménez D, (89). Realizo una investigación en estudiantes universitarios sobre el estilo de vida de los estudiantes en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,340$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,702 > 0,05$  se encontró que los estudiantes de sexo masculino tienden a tener una buena responsabilidad en salud, el manejo del estrés, nutrición y la realización de ejercicios. Al analizar las investigaciones podemos manifestar que existen malos hábitos en su estilo de vida en las jóvenes de sexo femenino que ocasiona que a futura ellas puedan ser propensas a distintas enfermedades cardiovasculares o degenerativas producto de una mala alimentación y el sedentarismo.

Bazar A, (90). Manifestó en una investigación que los comportamientos sedentarios en las jóvenes universitarias en donde obtuvieron los siguientes

resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,690$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,702 > 0,05$  que representan una preocupación y se define comúnmente por estar en una posición sentada que son causas y el riesgo de mortalidad de obesidad que ha ido atenuándose gradualmente. Al analizar las investigaciones podemos comparar que los jóvenes universitarios tienen como prioridad otro tipo de actividades durante su tiempo de ocio y se ve reflejado en su aumento de peso, como también manifestaron la falta de tiempo no les permitía ya que algunas son madres de familia.

Aldave A, (91). Refiere que la nutrición inadecuada afecta la salud de los estudiantes y el éxito académico en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,490$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,902 > 0,05$  Según la investigación la mayoría de los estudiantes tienen conocimiento sobre los requisitos nutricionales; sin embargo, la transición a la vida universitaria les da más libertad para elegir el tipo y la cantidad de alimentos que comen ya que manifestaron que en su campus tienen cafetín en donde no les ofrecen alimentos saludables lo que conlleva a establecer conductas alimentarias malas. Al analizar ambas investigaciones podemos enfocar como un problema de salud la falta de conciencia que tienen al elegir el tipo de comida ya que la mayoría consume alimentos procesados como papas fritas, galletas y cereales, según su conveniencia.

Muñoz M, (92). Realizo una investigación sobre estilos de vida en universitarios en Bolivia en la que concluyo que la prevalencia del estilo de vida saludable, con discrepancias entre prácticas y creencias, en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,203$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,568 > 0,05$  por ello podemos analizar que

las creencias son muy influyentes en su vida diaria de la mayoría de chicos prefieren llevar un ritmo de vida más saludable en cosas proactivas y otras de manera negativa. Al analizar ambas investigaciones podemos manifestar que de igual manera muchos de los jóvenes universitarios tienen diferentes creencias en cuanto a su alimentación y tiempo de ocio ya que algunos ocupan su tiempo libre de manera beneficiosa para su salud y otros prefieren salir a fiestas, comer comida chatarra y etc.

Los resultados en la investigación coinciden con lo obtenido por Ponte M, (93). Realizo una investigación en estilos de vida de universitarios de la universidad San Marcos, en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,535$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,277 > 0,05$  y concluye que los estudiantes de Enfermería tienen un estilo de vida saludable; según dimensiones: predomina en lo saludable; nutrición saludable, crecimiento espiritual y relaciones interpersonales. Al analizar ambas investigaciones podemos ver y comparar que hay relación respecto a la vida del estudiante universitario, ya que viven en constante sedentarismo y no les gusta practicar deporte, pero tienen una amplia vida social como principal objetivo en sus vidas, viven en constante estrés por problemas económicos y estudios, mala alimentación al comer comidas rápidas lo que es un problema para su salud porque se ve reflejado en el sobre peso y enfermedades.

Por ello la vida del estudiante universitario es tan compleja y según la OMS manifiesta que para el 2025 más del 25 % de víctimas jóvenes morirán por las enfermedades no transmisibles crece la preocupación por la extensión de los problemas de salud vinculados al tabaquismo, el abuso del alcohol, el sedentarismo o la comida basura; íntimamente ligados a las epidemias del siglo XXI: la obesidad, la diabetes o la hipertensión (94).

**TABLA 4:** Con respecto al factor cultural de religión se observa que del 150,0 % (150) el 116 % (77,3) son católicos, el 83 % (55,3) tienen un estilo de vida saludable y mientras el 33 % (22) son no saludables.

La aplicación de la prueba estadística de independencia de criterios mostro un  $X^2=0,299$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,584 > 0,05$  determinando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables para aplicar la prueba del Chi – cuadrado entre las variables de religión y el estilo de vida en los jóvenes universitarios en el estudio.

Pérez M, (95). En una investigación realizada en los jóvenes universitarios en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,890$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,302 > 0,05$  manifestó que se su religión y creencias influye en su estilo de vida ya que se ve reflejado en las carencias nutricionales y/o libertinaje, ya que no ponen en práctica su religión católica u otra. Al analizar ambas investigaciones encontramos que la religión se encarga de relacionar los comportamientos, experiencias, expectativas, en cuanto a un esquema mental y emocional de los universitarios y que la religión católica no influye en su estilo de vida del universitario ya que no daño su salud o no la pone en riesgo.

Uriarte V, (96). En una investigación realizada en los estilos de vida de los estudiantes universitarios en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,975$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,352 > 0,05$  se encontró que en los estudiantes predomina el estilo de vida no saludable. Al analizar ambas investigaciones podemos manifestar que el estilo de vida depende de muchos factores y no necesariamente de su religión porque

hay estudiantes que tienen factores bajos en el ingreso, la educación, la riqueza, etc. y se ve perjudicada su salud.

Hernández S, (97). En una investigación realizada en los estilos de vida de los estudiantes universitarios en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,675$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,232 > 0,05$  se encontró un alto porcentaje de participantes sin estilos de vida saludables de religión católica. Ya que tienen distintos hábitos nutricionales, actividades académicas y patrones de sueño y descanso, los cuales interfieren en el intento por mantener una vida saludable. Al analizar ambas investigaciones se encuentra similitudes en sus hábitos de vida ya que, al no dormir bien, producto del estrés y una mala actividad física produce un riesgo en la mayoría de las enfermedades no transmisibles a largo plazo.

Loayza J, (98). En una investigación realizada en los estilos de vida de estudiantes universitarios donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,769$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,962 > 0,05$  se encontró que la mayoría de los estudiantes universitarios no aplican sus conocimientos en sus propios estilos de vida (alimentación, actividad física y etc). Al igual que en nuestra investigación podemos diferir que son personas que constantemente están informadas de enfermedades, etc. pero no cumplen al tomar consciencia y mejorar sus hábitos de vida llevándolo como practica de su vida diaria lo que es perjudicial ya que ellos están constantemente tratando de concientizar a las personas y población en general, pero no se preocupan por ellos.

Lorenzini R, (99). Realizo una investigación sobre estilos de vida en universitarios respecto a su religión y estilo de vida en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,340$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,122 > 0,05$  los jóvenes de religión católica representaron el 88.87% con sobrepeso y obesidad reflejándose en un elevado valor de la presión arterial y los jóvenes de religión cristiana un 48.34% con sobre peso y se pudo atribuir a malos hábitos alimentarios como el hecho de no realizar el desayuno, así como dedicarle poco tiempo al consumo de alimentos, adquiriendo comida rápida y bebidas alcohólicas. Según nuestra investigación también encontramos que su alimentación se ve deteriorada ya que no toman conciencia el daño que se están generando en su organismo al no comer de manera adecuada y que les está produciendo enfermedades que tendrán que liderar a largo plazo.

Lara Y, (100). Realizo una investigación sobre estilos de vida en universitarios en donde obtuvieron los siguientes resultados en la prueba estadística de independencia de criterios un  $X^2=0,895$ ;  $gl=1$ ;  $p=0,232 > 0,05$  concluyendo que la variable religión junto a las creencias les llegan a limitar sugestionándose a que no pueden lograrlo, dudando de sus capacidades para enfrentar los retos y a las exigencias de la sociedad. Según podemos analizar ambas investigaciones encontramos similitudes en los mismos factores ya que hoy en día los estudiantes universitarios se dejan influenciar por sus creencias de sus familiares dudando de sus capacidades e imitan y eso les obliga a tomar malas decisiones en su vida ya que no solo se ve reflejado en su salud.

**TABLA 5:** Se evidencia la distribución porcentual de los estudiantes universitarios según factor social, indica que ellos tienen un estado civil, son solteros, del cual el 55,3% (83) tiene un estilo de vida saludable, mientras el 19.3 % (23) tienen un estilo no saludable. En cuanto al ingreso económico el 68% (102) tienen un ingreso menor de 650 y un 71% (47,2) tiene un estilo de vida saludable, el 20,7 % (31) un estilo de vida no saludable. Al relacionar las variables factor social, estado civil e ingreso económico con el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia, muestra que no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Rizzatto N, (101). Apuntando sobre los servicios públicos esenciales, entiende que todo servicio público, simplemente por ser público, posee naturaleza esencial. En este escenario, entiende la corriente capitaneada por el autor antes mencionado que la sociedad no podría subsistir sin el suministro mínimo de esos servicios. Por ello en la investigación actual se ve reflejado su ingreso económico en su estilo de vida ya que debido a un ingreso económico bajo no pueden tener una buena alimentación, están en constante estrés y debido al trabajo no duermen bien.

Cozzubo A, (102). Análisis “La dinámica de pobreza en el Perú”. En la que concluye que los hogares del país siguen un proceso de “puerta resolvente”, pues cerca del 10 % de ellos cae en pobreza anualmente, además que resultan necesarias políticas diferenciadas de alivio según el tipo de pobreza para continuar con la reducción de hogares en esta situación de manera eficiente. En la investigación actual se muestra una gran deficiencia de ingresos

laborales, la afiliación a seguros de salud y la jefatura de los hogares por mujeres, así como su presencia como cónyuges del jefe influyen de manera positiva y significativa en la probabilidad de que los hogares escapen de la pobreza y se mantengan fuera de ella.

De acuerdo a los resultados obtenidos en universitarios se encuentra que los universitarios pueden llegar a tener una vida saludable, pero dependería de los factores biosocioculturales y los medios en los que se rodean y el consumo de bebidas alcohólicas, las comidas rápidas o chatarras, estrés en el que se ve reflejado su día a día que afecta a su salud mental y física.

Por ellos podemos analizar que los estudiantes universitarios, prefieren el libertinaje, las fiestas, el alcohol que es una de las sustancias psicoactiva más consumida ya que en su mayoría los jóvenes cada fin de semana la consumen en distintos lugares como en el hogar (bares, pubs y discotecas) y en segundo lugar quedan sus estudios, el realizar deporte o pasar tiempo con su familia.

Ruíz A, (103). En donde se obtuvieron los siguientes resultados al aplicar la prueba Chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 y análisis que los universitarios más de la mitad duermen de 6 a 8 horas, más de la mitad la actividad física que realizan es caminar y llevan una alimentación balanceada de acuerdo a su economía y lo que esté más barato menos de la mitad consumen carne 3 o más veces por semana. Al analizar la investigación podemos manifestar que los estilos de vida saludable en universitarios tienen un gran predominio en lo que es su alimentación ya que son poco saludables al parecer por consumo de comidas rápidas irregularidad y el sedentarismo están apoderándose de sus vidas ocasionando un mal estilo de vida.

## **V. CONCLUSIONES**

- En los estilos de vida biosocioculturales de los universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I – IV ciclo, la mayoría tiene un estilo de vida saludable y un porcentaje significativo tiene un estilo de vida no saludable.
- En relación entre los factores biosocioculturales de los estudiantes universitarios de la escuela profesional de educación inicial del I– IV ciclo, la totalidad tienen como edad de 20 a 35 años, casi la totalidad son de sexo femenino, la mayoría profesa la en la religión católica, en su mayoría son solteros y tienen un ingreso familiar económico de 650 nuevos soles a 850soles.
- Al realizar la prueba del Chi – cuadrado encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: el sexo, religión y no cumplen las condiciones para aplicar la prueba de Chi – cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5 entre el estilo de vida y el estado civil e ingreso económico.

### **ASPECTOS COMPLEMENTARIOS**

#### **Recomendaciones**

- Dar a conocer los resultados de la investigación a las autoridades locales; así como a las autoridades universitarias como a las autoridades de su comunidad, para que en conjunto proyecten actividades de promoción y prevención para mejorar los estilos de vida de la población estudiada.

- Recomendar a las autoridades para que proyecten actividades para mejorar los determinantes biosocioeconómico de los adolescentes y que tengan posibilidades de tener un mejor estilo de vida, asimismo fomentar la implementación del programa de universitarios tomando en consideración los factores que condicionan al estilo de vida de los adolescentes (protectores o de riesgo), con la finalidad de mejorar el estilo de vida, brindando así una atención integral.
- El personal de salud debe focalizar a los adolescentes de alto riesgo y vulnerables a enfermar por las condiciones socioeconómicas, culturales y ambientales e intervenir intersectorialmente con las diferentes organizaciones sociales tales como la municipalidad distrital, región y Ministerio de Vivienda a fin de mejorar el entorno y condiciones de vida

#### **REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:**

1. Scielo - Scientific electronic library online. Concytec – Perú. 197 - San Borja Lima - Perú. [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#)):
2. Navarro, O. Factores de riesgo cardiovascular su repercusión sobre infarto de miocardio y la mortalidad. Instituto de cardiología del Caribe. [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
3. Montero A.; Úbeda N. Evaluación de los hábitos alimentarios de una población de estudiantes universitarios en relación con sus conocimientos nutricionales. Nutrición Hospitalaria, 2016, 21(4):466-473.
4. Saldaña M. Estilo de vida, auto concepto y trastornos emocionales en estudiantes universitarios obesos. Revista electrónica de psicología Iztacala, [Citado el 16 de mayo del 2018]. 20(3), 1009.
5. Lema S.; Salazar K. Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios:

- satisfacción con el estilo de vida. Pensamiento psicológico. [Citado el 16 de mayo del 2018]. 5(12).
6. Fhon J. Estilo de vida asociado a autoestima y variables demográficas en estudiantes de enfermería. Revista científica de ciencias de la salud. [citado el 16 de mayo del 2018]. 9(2).
  7. Ministerio De Salud. Orientaciones técnicas para la promoción de alimentación y nutrición saludable. [citado el 16 de mayo del 2018]. [05 Páginas] Disponible en ([link](#))
  8. Bardález C. La salud en el Perú. [Documento En Internet]. Consorcio de investigación económica y social. [citado el 16 de mayo del 2018]. [09 Páginas]. Disponible en ([link](#))
  9. Lema S. Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. Pensamiento psicológico, 2009 (5):12.
  10. Durá T. Análisis nutricional del desayuno y almuerzo en una población universitaria. Nutrición hospitalaria, 2016, 28(4):1291-1299.
  11. Almond, L. Estilo de vida de jóvenes: un estudio comparativo. Revista de educación física: renovar la teoría y práctica, 1999 (76):5-10
  12. Ministerio De Salud. [Internet]. Perú. Estilo de vida saludable del Perú. [Citado el 16 de mayo del 2016]. Disponible en ([link](#))
  13. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. [Internet]. Chimbote, Perú. Facultad de ciencias y humanidades. [citado el 10 de junio del 2009]. Disponible en ([link](#))
  14. Loria M. Tesis de licenciatura. Los estilos de vida, nivel de actividad física y prevalencia de obesidad en la población estudiantil de la sede de occidente, de la universidad de costa rica: aporte para un plan de intervención. [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))

15. Quitero J. Tesis de maestría. Hábitos alimentarios, estilos de vida saludables y actividad física en neojaverianos del programa nutrición y dietética de la PUI primer periodo. [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#)):
16. Laguado E, Gomez M. Tesis de maestría. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la universidad cooperativa de Colombia. [Citado el 13 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
17. Gutiérrez M, Mirando L. Tesis de licenciatura. Estilos de vida y hábitos de estudio en las alumnas de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego. [Citado el 23 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
18. Becerra S. Tesis de maestría. Rol de estrés percibido y su afrontamiento en las conductas de salud de estudiantes universitarios. [Citado el 23 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
19. Gonzales G. Tesis de maestría. Estilos de vida y salud percibida en estudiantes de un programa de Odontología. [Citado el 13 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
20. Deceno M. Tesis de pregrado. Estilo de vida en estudiantes universitarios de la facultad de educación y humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote. [Citado el 23 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
21. Melendez E. Tesis de pregrado. Estilos de vida en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud, Universidad San Pedro Chimbote. [citado el 23 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
22. Ávila M. Hacia una nueva salud pública: determinantes de la salud. Acta Médica Costarricense, 51(2), 71-73.
23. Elejalde M. Principales enfoques que han dominado la promoción de salud y su influencia en la práctica de enfermería comunitaria. [Artículo en internet]. [Citado el 31 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))

24. Meriño J. El Cuidado Nola Pender. [Documento en internet]. Chimbote, 2016.  
[Citado el 31 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
25. Maya L. Los estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida.  
[Documento en internet]. Colombia; 2001. [Citado 31 de mayo del 2018].  
[Alrededor De 3 Pantallas]. Disponible en ([link](#))
26. Leingnadier J. Los estilos de vida en la salud. [Documento en internet]. [citado el  
16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#)):
27. Izquierdo A. Alimentación saludable. Revista Cubana de enfermería, 2014.  
20(1), 1-1.
28. Escalante Y. "Actividad física, ejercicio físico y condición física en el ámbito de  
la salud pública." (2011):325-328.
29. Sánchez A. "Responsabilidad, ley, salud mental. Reflexiones en torno al nuevo  
código penal." Revista de la asociación española de neuropsiquiatría. 20.73  
(2000):109-126.
30. Iriondo A. El proyecto de autorrealización. Cambio, curación y desarrollo.  
Editorial club universitario, 2007.
31. Peña R. "Redes Sociales, apoyo social y salud." Periferia. Revista de investigación  
información en antropología (2005):48-63.
32. Lazarus, S. "Estrés y emoción." Manejo e implicaciones en nuestra salud(2000).
33. Burrows, R, Et Al. "Características biológicas, familiares y metabólicas de la  
obesidad infantil y juvenil." Revista médica de Chile (2001):1155 1162.
34. Cueva A. "Características sociales y familiares."(2005)
35. Artigue M. "¿Qué se puede aprender de la investigación educativa en el nivel  
universitario?" Boletín de la asociación matemática venezolana 10.2 (2003): 117-  
134.
36. Hernández R. Metodología de la investigación. [Artículo en internet]. México:

- Editorial Mc Graw Hill; 2015. [Citado 2018 junio 19]. Disponible en ([link](#))
37. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2014.  
[Citado 2018 junio 19]. [44 Páginas]. Disponible en ([link](#))
38. Nawas M. El Estilo de vida [Internet]. Bogotá: Fundación zuniversitariakonrad lorenz; 2009. [Citado 2018 junio 19].
39. Macías R. Factores culturales y desarrollo cultural comunitario. Reflexiones desde la práctica [Internet]. La Habana: B - Universidad de las Tunas; 2010. [Citado 2018 junio 19].
40. Capítulo 27. Factor Biológico. En: Enciclopedia de la OIT [Internet]. Buenos Aires: D - INSHT (Instituto Nacional de seguridad e higiene en el trabajo); 2012. [Citado 2018 junio 19].
41. Marx K. Religión [Internet]. Córdoba: El Cid Editor; 2004. [Citado 2018 junio 19].
42. Bengochea R. Grado de instrucción: habilidades de los estudiantes de América Latina y el Caribe [Internet]. Santiago de Chile: B - UNESCO; 2010. [Citado 2018 junio 19].
43. Cruz L. El Silogismo de la ciudadanía: Civil y estado [Internet]. Santiago De Chile: D - Universidad de Chile; 2014. [Citado 2018 Junio19].
44. Bennett C. Nota Técnica: series de ahorro e ingreso por agente económico [Internet]. Madrid: Red Estudios de Economía; 2005. [Citado 2018 junio19].
45. La ocupación explicada con ejemplos [Internet]. Madrid: Editorial Reus; 2013. [Citado 2018 junio 19].
46. González M. Diseños experimentales de investigación. [Monografía en internet]. España; 2010. [Citado 2018 junio 19]. Disponible en ([link](#))
47. Cristopher M. Validez y confiabilidad del instrumento. [BibliotecaVirtual].

- España. [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
48. Contextoético de la investigación social. Rev. Invest. Educ. [Artículo en internet].Perú.  
2007. 11(19). [Citado el 16 de mayo del 2018]. Disponible en ([link](#))
49. Estilos de vida infirmiers. Paris: Editions Seli Arslam; 1998. [Citado 24 de mayo del  
2019]. Disponible en ([link](#))
50. La salud. Argentina. Universidad nacional De Entre Ríos, 2014. [Citado 24 de  
mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
51. Servicios de salud. Gestionado con WordPress. Publicado: 2014. Actualizado:  
2016. [Citado 24 de mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
52. Enfermería. [Artículo en internet]. 2014. [Citado 24 de mayo del 2019].  
Disponible en ([link](#))
53. Redondo P. Introducción a la Educación para la Salud. Costa Rica. Universidad de  
Costa Rica De La Facultad De Medicina, 2014. [Citado 24 de mayo del 2019].  
Disponible en ([link](#))
54. Enfermería. Madrid. Revista de Trabajo. 2009. [Citado 24 de mayo del 2019].  
Disponible en ([link](#))
55. Llanos L.” Teorías de enfermería”. Estado de México. Universidad Autónoma  
Chapingo, 2014. [Citado 24 de mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
56. Fernández A. Cuidados de enfermería. Barcelona, ESPAÑA: Editorial UOC,  
2015. [Citado 24 de mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
57. Mosso L. Adolescencia y salud comunitaria. Buenos Aires, AR: Editorial Maipú,  
2004. [Citado 24 de mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
58. Salud Integral de enfermería. Lima.1ra edición, 2005. [Citado 24 de mayo del

- 2019]. Disponible en ([link](#))
59. Ciencias de la Salud. 4ª Ed. México: Ed. Interamericano – Mc. Graw-Hill;2000.  
[Citado 24 de mayo del 2019]. Disponible en ([link](#))
60. Salud de enfermería en universitarios. [Artículo en internet]. México: Editorial  
Mc Graw Hill; 2003. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en([link](#))
61. Bastias. Estilos de vida en universitarios. [Artículo en internet]. Brasil: Editorial  
Mc  
Graw Hill; 2017. [Citado 15 de junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
62. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico de adolescentes. [Monografía en  
internet].  
2004. [Citado 18 de Junio del 2019]. [44 paginas]. Disponible en([link](#))
63. Canales, F y Alvarado, E. Metodología de la Investigación durantela adolescencia.  
20ava. Reimpresión, México: Ed. Limusa; 2004.
64. Eusko Jaurlaritz. Instituto Vasco de estadística oficial de la C.Ade Euskady. San  
Sebastián 2004 Rol de enfermeria. Disponible en ([link](#))
65. Ballares M; Estudio de investigación . Fundación latinoamericana de innovación  
social.  
Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM).: Mexico; 2011.  
Disponible en ([link](#))
66. Citep. Glosario de los términos básicos de las Estadísticas en Salud. Lima – Perú.  
2015.
67. Rodriguez J. Definicion de grado de instrucción. EditorialWordPress.2016.  
[Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
68. Merino M. Definición De Ingresos. Editorial WordPress.2016. [Citado 24 de Junio  
del  
2019]. Disponible en ([link](#))

69. Gardey A. Definición de ocupación. Editorial WordPress. 2016. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
70. Porto J. Definición de vivienda. Editorial WordPress.2013. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
71. Consumoteca. Estilo de vida. Editorial ONG.2015. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
72. Ciencia y Salud. Significado de Alimentación. 2013. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
73. Ministerio de salud. Redes Comunitarias. Buenos Aires. 2013.[Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
74. Coneval. Acceso de servicios de salud. Peru.2010. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
75. Buvinic, M. Pobreza en estudiantes universitarios. Washington D.C.: Foreign Policy. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
76. Olson D., & Barnes, H. (1982). Principios éticos. (paper). [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
77. Blog. Significado de Ingresos. [Artículo en internet]. Brasil: Editorial CM Graw Hill; 2012. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
78. Instituto nacional de estadística y economía. [Artículo en internet]. Perú:Editorial EG; 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
79. Buvinic Pobreza a nivel mundial. [Artículo en internet]. Colombia: Estud. FG.; 2016. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))

80. Pasternak S. Habitación y vivienda. [Artículo en internet]. Brasil: Estud. av.; 2016. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
81. Instituto Nacional de Estudios Estadísticos y Económicos. Definición de hogar. [Artículo en internet]. Estud. Ac.; 2016. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
82. La constitución federal. Servicios básicos. [Artículo en internet]. Brasil, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
83. Rizzatto N. Servicios básicos y vivienda. [Artículo en internet]. Brasil, 2013. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
84. Cozzubo A, Pobreza en el Perú. [Artículo en internet]. Peru, 2017. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
85. Ruiz A. Determinantes de la salud de los adolescentes en la institución Educativa Jesús Nazareno [Artículo en internet]. Morropón, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
86. Damián A. Estilos de vida saludable en universitarios. [Artículo en internet]. Perú, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
87. Federación del consumo de alcohol. Alcoholismo en universitarios. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
88. Bergeret G. Estilos de vida de universitarios. [Artículo en internet]. Perú, 2014. [Citado 24 de oct del 2018]. Disponible en ([link](#))
89. Selosse L. Violencia universitario. [Artículo en internet]. Argentina, 2014. [Citado 24 de junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
90. Jimenez O. Estudiantes universitarios [Artículo en internet]. Bogotá, 2015. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
91. Estudiantes universitarios en la actualidad. [Artículo en internet]. Francia, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))

92. Instituto nacional de Estadística e Informática. Estudiantes universitarios. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
93. Muñoz. Estilos de vida de universitario. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2016. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
94. Ponte, Estilos de vida del universitario. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2015 [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
95. OMS. Consecuencias en vida joven. [Artículo en internet] 2019. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
96. Redhead R. Calidad de vida de estudiantes. Miguel Grau. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
97. Estudiantes juveniles. [Artículo en internet]. Perú-Lima, 2014. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
98. Najera M. Delincuencia, inseguridad, dispersión comunitaria y emergencia. [Artículo en internet]. Chile, 2018. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
99. Hernández O. Hábitos de vida universitaria. [Artículo en internet]. Colombia, 2017. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
100. Lorenzini R. Estilos de vida en universitarios y nutrición. [Artículo en internet]. 2018. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
101. Estilos en universitarios de Ciencias de la salud. [Artículo en internet]. Perú, 2017. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))
102. Cuzzdo A. Estudiantes universitarios. Dinámica de pobreza [Artículo en internet]. Perú, 2017. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))

103. Ruiz A. Atención universitaria. [Artículo en internet]. Perú, 2017. [Citado 24 de Junio del 2019]. Disponible en ([link](#))



## ANEXOS

### ANEXO 01

#### UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

#### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008)

|                              | <b>CRITERIOS</b>   |   |   |   |   |
|------------------------------|--|---|---|---|---|
| <b>ALIMENTACIÓN</b>          |  |   |   |   |   |
| 1                            | Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.  | N | V | F | S |
| 2                            | Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos. | N | V | F | S |
| 3                            | Consume de 4 a 8 vasos de agua al día  | N | V | F | S |
| 4                            | Incluye entre comidas el consumo de frutas.  | N | V | F | S |
| 5                            | Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.                               | N | V | F | S |
| 6                            | Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.                  | N | V | F | S |
| <b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b> |  |   |   |   |   |
| 7                            | Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semanas.  | N | V | F | S |
| 8                            | Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.  | N | V | F | S |
| <b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>     |  |   |   |   |   |
| 9                            | Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupaciones en su vida.  | N | V | F | S |
| 10                           | Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.  | N | V | F | S |
| 11                           | Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupaciones.   | N | V | F | S |
|                              | Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales   | N | V | F | S |

como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de  
 12 respiración.

### **APOYO INTERPERSONAL**

- 13 Se relaciona con los demás.            N     V     F     S
- 14 Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.    N     V     F  
     S
- 15 Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.    N     V     F  
     S
- 16 Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.    N     V  
     F     S

### **AUTORREALIZACION**

- 17 Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.    N     V  
     F     S
- 18 Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.    N     V  
     F     S
- 19 Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.        N     V     F  
     S

### **RESPONSABILIDAD EN SALUD**

- Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud    N   V   F   S  
 20 para una revisión médica.
- 21 Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.    N     V  
     F     S
- 22 Toma medicamentos solo prescritos por el médico.            N     V     F     S
- Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de    N   V   F   S  
 23 salud.
- Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas,    N   V   F   S  
 24 campañas de salud, lectura de libros de salud.
- 25 Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.        N     V     F  
     S

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

**NUNCA N =1            A VECES:=2**

**FRECUENTEMENTE F = 3 SIEMPRE: S=4**

**El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje esal**

**contrario N= 4 V=3 F=2 S=1 PUNTAJE**

**MÁXIMO: 100 puntos**



**ANEXO 02**

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL  
ESTUDIANTE UNIVERSITARIO**

**Reyna E (2013)**

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:**

---

**A) FACTORES BIOLÓGICOS**

**1. Marque su sexo?**

a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

**2. Cuál es su edad?**

a) 20-35 años    b) 36-59 años            c) 60 a más

**B) FACTORES CULTURALES:**

**3. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

a) Analfabeto (a)    b) Primaria    c) Secundaria    d) Superior

**4. ¿Cuál es su religión?**

a) Católico(a)    b) Evangélico    c) Otras    **C) FACTORES**

**SOCIALES:**

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

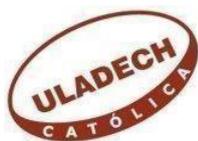
- a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

- a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante e) Otros

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

- a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles  
 c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles  
 e) Mayor de 1100 nuevos soles



**ANEXO N° 03**

**VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA**

**ESTILO DE VIDA**

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

**R-Pearson**

|         |      |     |
|---------|------|-----|
| Items 1 | 0.35 |     |
| Items 2 | 0.41 |     |
| Items 3 | 0.44 |     |
| Items 4 | 0.10 | (*) |
| Items 5 | 0.56 |     |
| Items 6 | 0.53 |     |
| Items 7 | 0.54 |     |
| Items 8 | 0.59 |     |
| Items 9 | 0.35 |     |

|          |      |     |
|----------|------|-----|
| Items 10 | 0.37 |     |
| Items 11 | 0.40 |     |
| Items 12 | 0.18 | (*) |
| Items 13 | 0.19 | (*) |
| Items 14 | 0.40 |     |
| Items 15 | 0.44 |     |
| Items 16 | 0.29 |     |
| Items 17 | 0.43 |     |
| Items 18 | 0.40 |     |
| Items 19 | 0.20 |     |
| Items 20 | 0.57 |     |
| Items 21 | 0.54 |     |
| Items 22 | 0.36 |     |
| Items 23 | 0.51 |     |
| Items 24 | 0.60 |     |
| Items 25 | 0.04 | (*) |

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.

(\*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.



## ANEXO N° 04

### CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

#### Resumen del procesamiento de los casos

|               | N  | %     |
|---------------|----|-------|
| Casos Válidos | 27 | 93.1  |
| Excluidos(a)  | 2  | 6.9   |
| Total         | 29 | 100.0 |

A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

#### Estadísticos de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| 0.794            | 25             |



## ANEXO 05

**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO:**

**TÍTULO**

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES  
EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE  
EDUCACION INICIAL DEL I - IV CICLO. ULADECH\_  
CHIMBOTE, 2019**

Yo, ..... Acepto

participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas planteadas.

La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.