



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN  
UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL  
II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018**

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

**AUTOR**

**GONZALES QUIÑONES, JERALDIN ISUMI**

**ORCID: 0000-0002-8890-0972**

**ASESOR**

**VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA**

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

**CHIMBOTE - PERÚ**

**2020**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTOR**

Gonzales Quiñones, Jeraldin Isumi

ORCID: 0000-0002-8890-0972

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

GUILLÉN Salazar, Leda María

ORCID: 0000-0003-4213-0682

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

**HOJA DE FIRMA DE JURADO Y ASESOR**

DRA, ENF. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA

**PRESIDENTE**

MGTR. GUILLÉN SALAZAR, LEDA MARÍA

**MIEMBRO**

MGTR. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO

**MIEMBRO**

DRA, ENF. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

**ASESOR**

## DEDICATORIA

A Dios: Por darme la vida, por permitir, conducir mis pasos, por brindarme conocimiento y sabiduría para poder culminar con éxito mi profesión.

A mi hija Luciana Rojas, por ser mi inspiración y motivo de seguir adelante día a día y así poder luchar para un futuro mejor, fue la luz que me guió en este camino, dedicarle con todo mi corazón este proyecto de investigación que he logrado con mucho esfuerzo gracias a ti mi Lucianita.

A mis padres: Segundo Gonzales y Jaqueline Quiñones, a quienes los amo mucho, por ser muy importantes en mi vida, por estar siempre a mi lado en todo momento, por su apoyo incondicional y por sus consejos maravillosos durante mi formación profesional.

## AGRADECIMIENTO

A agradezco a Dios por la vida que me brinda día tras día, por guiarme en el camino y por darme las fuerzas de lograr culminar mi profesión.

A mis padres: quienes con mucho esfuerzo, apoyo y dedicación han permitido brindarme una profesión, siempre recordare esas hermosas palabras de aliento y motivación de seguir a delante hasta cumplir mis sueños, gracias por confiar en mi persona, me siento muy orgullosa de tener unas podres muy buenos y humildes.

Agradezco a la Universidad Uladech Católica por permitirme ser parte de unos de los estudiantes Universitarios, por ser acreditada y por la dedicación de formar profesionales competentes en el campo de la salud.

## RESUMEN

El presente estudio es de tipo cuantitativo y con diseño descriptivo correlacional, tuvo como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la Escuela Profesional de Contabilidad del II Ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. La muestra estuvo conformada por 120 universitarios, a quienes se les aplicó los instrumentos; Escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales, utilizando la técnica de la entrevista y la observación. Los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel, para luego ser exportados a un software SPSS/info/ versión 18.0. Se presentaron los datos en tablas simples y de doble entrada para luego elaborar sus respectivos gráficos, para establecer la relación entre variables de estudio se utilizará la prueba de independencia de criterio Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y con significancia de  $P < 0.05$  . Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: La mayoría tiene un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo estilo de vida saludable. En los factores biosocioculturales la totalidad de los universitarios tienen las edades entre 20 a 35 años. La mayoría tiene estado civil soltero. Más de la mitad son de sexo femenino y religión católica, Menos de la mitad tienen un ingreso económico menor de S/400 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.

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

## ABSTRACT

The present study is of a quantitative type and with a correlational descriptive design, its general objective was to determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in university students of the Professional School of Accounting of the II Cycle. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. The sample consisted of 120 university students, to whom the instruments were applied; Lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors, using the technique of interview and observation. The data were processed in a Microsoft Excel database, to later be exported to a SPSS / info / version 18.0 software. The data were presented in simple and double-entry tables to later elaborate their respective graphs. To establish the relationship between study variables, the Chi-square criterion independence test will be used with 95% reliability and with significance of  $P < 0.05$ . Arriving at the following results and conclusions: The majority have an unhealthy lifestyle and a significant percentage have a healthy lifestyle. In the biosociocultural factors, all the university students are between 20 and 35 years old. Most have single marital status. More than half are female and Catholic. Less than half have an economic income of less than S / 400 soles. When performing the Chi-square test, we found that there is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors: sex, religion and do not meet the conditions to apply the Chi-square test, more than 20% of the expected frequencies are less than 5 between lifestyle and marital status and income.

**KEYWORDS:** University, Lifestyle and biosociocultural fact

## ÍNDICE

	Pág.
<b>1. TÍTULO DE LA TESIS.....</b>	<b>i</b>
<b>2. EQUIPO DE TRABAJO.....</b>	<b>ii</b>
<b>3. HOJA DE FIRMA DE JURADO Y ASESOR .....</b>	<b>iii</b>
<b>4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA.....</b>	<b>iv</b>
<b>5. RESUMEN Y ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>6. CONTENIDO .....</b>	<b>viii</b>
<b>7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS .....</b>	<b>ix</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. REVISIÓN DE LITERATURA</b>	
2.1. Antecedentes.....	18
2.2. Bases teóricas.....	24
<b>III. HIPÓTESIS DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>32</b>
<b>IV. METODOLOGÍA.....</b>	<b>33</b>
4.1. Diseño de la Investigación:.....	33
4.2. Población y Muestra:.....	34
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	34
4.4. Técnicas e instrumentos de la recolección de datos:.....	38
4.5. Plan de Análisis .....	40
4.6. Matriz de consistencia.....	42
4.7. Principios éticos.....	43
<b>V. RESULTADO</b>	
5.1 Resultados.....	44
5.2 Análisis de resultados.....	51
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>67</b>
<b>ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....</b>	<b>68</b>
<b>REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS.....</b>	<b>69</b>
<b>ANEXO.....</b>	<b>81</b>



## ÍNDICE DE TABLAS

pág.

### **TABLA 1:**

ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD  
II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....**37**

### **TABLA 2:**

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS UNIVERSITARIOS DE LA  
ESCUELA DE CONTABILIDAD II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....**38**

### **TABLA 3:**

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA EN LOS UNIVERSITARIOS DE  
LA ESCUELA DE CONTABILIDAD II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018....**42**

### **TABLA 4:**

FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA  
ESCUELA DE CONTABILIDAD II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....**42**

### **TABLA 5:**

FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA  
ESCUELA DE CONTABILIDAD II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....**43**

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pág.

### **GRÁFICOS 1**

ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....37

### **GRÁFICOS 2**

SEXO EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....39

### **GRÁFICOS 3**

EDAD DE LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....39

### **GRÁFICOS 4**

RELIGIÓN EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....40

### **GRÁFICOS 5**

ESTADO CIVIL EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....40

### **GRAFICO 6**

INGRESO ECONÓMICO EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018.....41

## I. INTRODUCCIÓN

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), 2019. Se dan conocer las distintas investigaciones que se han realizado en universitarios en relación a los estilos de vida y salud alrededor del mundo con énfasis en América Latina y en especial en Guatemala y como estas son relacionadas con enfermedades no transmisibles y síndrome metabólico. más del 80% no llegan al nivel mínimo recomendado de una hora de actividad física al día. Entre los beneficios para la salud que aporta un estilo de vida físicamente activo durante la adolescencia cabe mencionar la mejora de la capacidad cardiorrespiratoria y muscular, la salud ósea y cardiometabólica, y efectos positivos sobre el peso. Las Enfermedades No Transmisibles (ECNT) representan el 71% de las casusas de muertes que se producen en el mundo, produciendo cerca de 41 millones de muertes por año. (1)

La Salud en el Mundo es el panorama mundial denota un incremento en las conductas sedentarias, incluso en los estudiantes universitarios; se han reportado cifras preocupantes sobre los hábitos de vida: solo el 13,6% de los jóvenes universitarios tienen una alimentación adecuada y el otro gran segmento presenta dietas con alto consumo en colesterol y sal, o la ingesta de una sola comida al día. En Inglaterra, el 70% de los estudiantes no realizan ejercicio y el 56% reconoce un alto consumo de alcohol (2).

Según los datos del Instituto Nacional de Estadísticas (INE), 2019. En el Perú existen 8 millones 441 mil jóvenes de 15 a 29 años de edad, de los cuales 4 millones 275 mil son hombres y 4 millones 165 mil mujeres. el 17.6% no estudian ni trabajan, por lo cual se encuentran en una situación de mayor vulnerabilidad el 35.8% de jóvenes peruanos cuenta con educación superior, de los cuales 21.5% con educación superior universitaria y 14.3% con superior no universitaria. La juventud ha sido

tradicionalmente considerada como una etapa de mayor riesgo, en la que aumenta la incidencia de embarazos precoces, infecciones de transmisión sexual (ITS), trastornos de la conducta alimentaria, en esta etapa el modo de alimentación de los jóvenes produce cambios como, su alimentación que lo hacen fuera de casa y la disponibilidad de alimentos menos saludables, vivir de manera independiente (3).

De acuerdo a la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), del 2019 se registraron que el 37.3% de los individuos mayores de 15 años muestran sobrepeso situación que se incrementó en comparación con el año anterior. Según sexo, el 37.5% de la población masculina, el 37.1% de la población femenina tenía sobrepeso. Según región natural, la mayor prevalencia de sobrepeso se encontró en la Región Costa el 38.6%, seguido de Selva con 36.4% y finalmente Sierra con 34.5%. Del mismo modo se encontró que padecen de obesidad, con un 22.7% siendo mayor la prevalencia al año anterior. Según el sexo, la población femenina es más susceptible con un 26.0% y la población masculina obtuvo un 19.3% (3).

En México, 2019. Se reportó el 83,6 % de los participantes fueron de sexo femenino, frente a un 16,4 % de sexo masculino. En cuanto al estado civil se encontró que el 88,7 % son solteros, se encuentran cifras por encima del 50% en el uso de cigarrillo, comportamientos particulares tales como el consumo de alcohol o cigarrillo, mala alimentación y sedentarismo, se requiere conocer un indicador global de estilo de vida que agrupe los comportamientos, que dé cuenta de manera general acerca del estilo de vida, además de conocer cómo se agrupan estudiantes universitarios acorde con dicho indicador (4).

En Brasil 2019, Se observó un total de estudiantes se verificó que 80,8% eran de sexo masculino; 52,2% con edad hasta 20 años y 92,9% eran no fumadores, en cuanto al estilo de vida según de Bienestar se constató. Los resultados indicaron que

56,3% de los universitarios su estilo de vida saludables, mientras que 66% presentaron indicadores presentan un estilo de vida sedentario. Pero existen otros tipos de problemas que agravan la mortalidad de jóvenes adultos. Hay estudios que indican que 47,5% de los universitarios conducen en estado de ebriedad o bajo la influencia del alcohol; 7% hace uso esporádico de algunos tipos de drogas como cocaína, inhalantes y LSD; 66% no utiliza preservativos en relaciones sexuales (5).

Se ha observado que, en Ecuador, 2019. Hay una tendencia de crecimiento de las enfermedades ocasionadas por el consumo de alimentos nocivos, el sedentarismo, las ITS, el VIH, el embarazo precoz y factores asociados al estrés, de acuerdo a los reportes de los organismos nacionales e internacionales de la salud pública, demuestran que la prevalencia de sobrepeso y obesidad es mayor en las mujeres (65,5%) que en los hombres (60%) y el mayor índice se presenta en la cuarta y quinta década de vida, con prevalencia superiores a 73%. En relación con la actividad física, los hombres con un 64,9%, realizan mediana o alta actividad física en relación con las mujeres con el 48,2%. Ante el descontrol de estos estilos de vida, las enfermedades crónicas como: diabetes, hipertensión, síndrome metabólico, van aumentando a medida que avanza en edad de la población (6).

En Perú el 2019, un estudio realizado, se encontró que el 32.1% presentaba hábitos alimenticios inadecuados, el 41,6 % estaba en proceso y el 26,1% tenía hábitos alimenticios adecuados. De igual manera en la Universidad de Huancavelica se evidencio que el 43,4% de estudiantes tenía hábitos alimenticios adecuados y 56,6% inadecuado. Estos resultados relacionados son totalmente preocupantes en el sector salud, ya que muestra el incremento de porcentaje en estudiantes universitarios con malnutrición por exceso o carencia, siendo éstos factores de riesgo para

numerosas enfermedades crónicas, entre las que se incluye la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. (7).

En Ancash, 2018. Los jóvenes de 17 a 24 años viven bajo condiciones de pobreza, el 2,16% alcanzó el nivel de educación superior universitaria. los casos más recurrentes son ansiedad (82 %), estrés (79 %) y violencia (52%), También se señala la presencia de trastornos de sueño (13,3 %), jóvenes que les gusta la fiesta (45%). Por último, en cuanto a su estado de salud, el 78,6% de la muestra considera su salud como buena y muy buena, sin embargo, contradictoriamente se encontró que el 37,3% fuma cigarrillos, el 63,1% consume bebidas alcohólicas y el 4,9% consume otras drogas. (8)

Los estilos de vida de los estudiantes universitarios que demuestran un estilos de vida poco saludables, además se ha postulado que la etapa universitaria es una de las que se abandonan ciertos hábitos saludables. Actualmente, está ampliamente demostrado que determinadas conductas de riesgo sus estilos de vida y su proyecto de vida, aparecen relacionados con problemas sociales de relevancia, falta de actividad física, alcoholismo, con trastornos de la conducta alimentaria, a causa del sedentarismo, ausencia de una dieta balanceada y falta de programas educativos sobre sexualidad responsable que incide en embarazos tempranos o no deseados (9).

Los estilos de vida saludables son patrones de conductas relacionadas con la salud que se ven influenciados por múltiples factores de índole personal, social y ambiental. Los hábitos alimentarios adecuados y la actividad física regular son una parte importante de esos estilos de vida y se han asociado a una disminución en los riesgos de desarrollar enfermedades. Por el contrario, el consumo de sustancias tóxicas y adictivas, principalmente tabaco y alcohol, constituyen un creciente problema con un impacto social y sanitario considerable. La salud de los estudiantes

y la alimentación en los Campus universitarios no ha suscitado un verdadero interés hasta hace poco tiempo ya que se consideraba que la vida universitaria se desarrollaba fundamentalmente en las aulas y en las bibliotecas universitarias; sin embargo, un buen rendimiento universitario depende mucho del estilo de vida, la alimentación y la salud física y mental de los estudiantes. (10).

Asimismo los estudiantes de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, con sede en la ciudad de Chimbote, Provincia del Santa, Departamento de Ancash fue creada por Ley N° 24163 de fecha 12 de Junio de 1985, como persona jurídica de derecho privado sin fines de lucro, organizada por la asociación Civil Promotora de la Universidad, iniciando sus actividades académicas el 1 de Octubre de 1985. Desde su creación hasta el primer semestre, septiembre 1996 - I, estuvo a cargo de autoridades designadas por la entidad promotora. Realizada la creación de la Escuela Profesional de Contabilidad se da con la promulgación de la Ley 24163, por tal motivo la Escuela Profesional de Contabilidad es la primera creada en el Departamento de Ancash (11).

El presente trabajo de investigación es de gran importancia, ya que los estilos de vida son fundamentales para los profesionales, debido a que día a día es más frecuente que sufran de enfermedades por falta de estilos de vida saludable, por lo cual es importante conocerlos y adoptarlos desde la vida universitaria. Para las instituciones de salud, los resultados serán relevantes, ya que contribuirán a conocer el estilo de vida que practica el futuro profesional y que llegará a laborar en estas instituciones, lo cual permitirá adoptar medidas apropiadas para fortalecer las conductas saludables y modificar las conductas que dañan la salud y así contribuir con mejores profesionales para la sociedad.

**Por lo antes mencionado consideré adecuado la realización de la investigación planteado en el siguiente problema**

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los universitarios de la escuela profesional de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018?

**Para responder el problema de la investigación consideré el siguiente objetivo general.**

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los universitarios de la escuela profesional de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018.

**Para poder lograr los objetivos generales, consideré los siguientes Objetivos específicos.**

Valorar el estilo de vida biosocioculturales de los universitarios de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018.

Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, religión, estado civil e ingreso económico de los universitarios de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018.

En el presente trabajo de investigación se busca estudiar, los diferentes estilos de vida y biosocioculturales, en los universitarios de la escuela profesional de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote. 2018. Teniendo en cuenta que, desde la perspectiva mundial, los jóvenes están enfrentados a diferentes riesgos para la salud los cuales han sido provocados por cambios en la vida diaria, lo cual así se convierte en un tema de interés ya que la juventud se está enfrentando a



problemas ligados con la sexualidad, drogadicción, violencia, alcoholismo o enfermedades causadas por desórdenes alimenticios que amenazan a la población juvenil.

Es importante tener buenos estilos de vida para desempeñar de manera correcta los retos diarios en contextos educativos y laborales, así cada persona se convierte en el principal responsable de mantener su salud equilibrada cuidando a diario su cuerpo y mente. Los estilos de vida saludables son importantes en el desarrollo humano, ya que por medio de estos se puede lograr un crecimiento positivo en el ámbito personal, generar autocuidados es parte fundamental para tener una buena salud y por tanto una vida con bienestar. Sin embargo, en la actualidad encontramos diversidad de elementos que contribuyen o perjudican al hombre y a su salud, pero cada individuo es libre de construir sus propios hábitos día a día, teniendo en cuenta que estos se presentan en la vida cotidiana y en la forma que cada sujeto adopta para mantener una vida saludable.

En la actualidad los jóvenes están sometidos a conductas de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas, alcohol o cigarrillo lo cual se ha convertido en uno de las conductas a las que se afrontan los jóvenes desde la etapa de la universidad ya que esta conducta de estilos de vida en universitarios día a día se ha incrementado perjudicando el futuro de la juventud y convirtiéndose en una vía de escape a la realidad, por otro lado encontramos la sexualidad como riesgo al tener como resultado embarazos no deseados o ITS en la población juvenil, buscamos inducir a una toma de conciencia en los universitarios de la escuela profesional de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018 respecto a sus actitudes saludables y poco saludables, promoviendo la adopción de factores

protectores de la salud, a través de la comprensión, conocimiento y compromiso de prácticas que propicien a un de estilos de vida saludables.

La presente investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones más de la mitad tienen estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales la totalidad son adultos jóvenes, mayoría tiene un estado civil soltero, la mitad son de sexo femenino y religión católica, menos de la mitad tienen un ingreso económico menor de S/400 nuevos soles.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes de la investigación

Se hallaron las siguientes investigaciones relacionados al presente estudio

#### A Nivel Internacional

**Carrero S, Sandoval C, (12).** Realiza una investigación titulada: “Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia 2016”. Objetivo Generales: Identificar estilos de vida saludables en universitarios. Tipo de investigación descriptivo. Concluye que, se encuentra en delgadez, 73,4% en peso normal, actividad física, el 43,1%, el 87,2% de los estudiantes ingiere frutas, verduras, granos y alimentos sin procesar, El 38,5% de los estudiantes cuentan con estilo de vida saludable. Discusión, el 95% y 88%, de los estudiantes de la Universidad Javeriana de Cali y de la Universidad Autónoma manifestaron estilos de vida saludable, el 87,2% de los estudiantes ingiere frutas y verduras, lo cual coincide con los datos reportados en un estudio nutricional.”

**Según veliz T, (13).** Realiza una investigación titulada. “Estilos de vida y salud de los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud, Universidad de San Carlos de Guatemala. Barcelona, 2017”. Como Objetivo General: Analizar el consumo de drogas, la actividad física, el consumo de alimentos y la conducta sexual que conforman los estilos de vida de los estudiantes. Tipo de investigación descriptivo y exploratorio. En la que concluye que la anemia afecta al 74% de mujeres y 26% de hombres. el 20% son consumidores activos de cigarro y 46% consumen bebidas alcohólicas, el 81% realizan poca o ninguna actividad física. Discusión, En los estudiantes manifiestan conductas

sedentarismo, conductas de vida no saludables, al consumo de las adicciones lícitas e ilícitas (bebidas alcohólicas, consumo de tabaco.”

**Tamayo J, Rodríguez K, Escobar K, Mejía A, (14).** Realiza una investigación titulada: “Estilos de Vida de Estudiantes de Odontología. Hacia promoción de la salud, Colombia, 2015”. Como Objetivo General: Identificar y describir los estilos de vida de estudiantes universitarios Tipo de investigación descriptivo transversal. En la que concluye, Las prácticas más riesgosas fueron: habilidades interpersonales 73,5%, sueño 72,2% y consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales 70,6% y la práctica más saludable de los estudiantes de odontología fue actividad física 30,8%. Discusión, Las mujeres realizan actividad física más saludable que los hombres, pero, presentan prácticas más riesgosas en el consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales y la alimentación.

**Según Uriarte Y, Vargas A, (15).** Realiza una investigación titulada: “Estilos De Vida De Los Estudiantes De Ciencias De La Salud De La Universidad Norbert Wiener, Lima, 2018”. Como Objetivo General, Determinar los estilos de vida de los estudiantes de Ciencias de la Salud. Tipo de investigación, cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. En la que concluye, el 51% (99) presentó un estilo de vida no saludable, el 67% son de sexo femenino, el 33,50% en la actividad física, 51% eficiente de alimentación. Discusión se encontró que el 49% (95) un estilo de vida saludable, el 44% tenía un estilo de vida medio, el 29,1% alto y el 26,9% bajo.

**Según Alvarez G, Vanegas J (16).** Realiza una investigación Titulada: “Estilos De Vida Saludable En Los Estudiantes Internos De Enfermería De La

Universidad De Guayaquil. Ecuador, 2015”. Como Objetivos General, Determinar el estilo de vida saludable en los estudiantes de enfermería. Tipo de investigación de tipo cuantitativa con modelos explicativos y descriptivos. En la que concluye, el 70% en el rango de 19 a 30 años de edad, el 50% casi siempre consumen comida chatarra, el 60% realiza ejercicio como la caminata, que 63% de estudiantes internos con sobrepeso, el 30% muestra una actitud agresiva. Discusión, se asocian mayormente en el consumo de comida chatarra y gaseosas, con una dieta escasa de nutrientes. con ejercicios de bajo impacto como caminatas.

### **A Nivel Nacional**

**Según Riquez M, Pérez R, (17).** Realiza una investigación titulada: “Conocimientos sobre síndrome metabólico y estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la universidad de Lima Metropolitana, 2016”. Como Objetivo General: Comparar síndrome metabólico y los estilos de vida de los estudiantes universitarios de enfermería. Tipo de investigación cuantitativa de corte transversal. En la que concluye que el 26,5 % de la UAP tiene manejo de estrés poco saludable; 32,4% presentan alimentación poco saludable, 34,1% tuvieron actividad física poco saludable, el 75,8% tiene estilos de vida poco saludable. Discusión, jóvenes universitarios se encuentran expuestos a una serie de factores que determinan un mayor riesgo para el desarrollo de futuras enfermedades crónicas, un conjunto de alteraciones físicas y metabólicas, el 25,9% de la UAP presentan descanso y sueño.

**Según Ortiz K, Sandoval C, (18).** Realiza una investigación titulada: "Estilos de Vida Saludable en Estudiantes del Servicio Nacional de Adiestramiento en Trujillo, 2015". Como Objetivo General: Determinar la relación entre índice de masa corporal y práctica de estilos de vida saludable en estudiantes universitarios. Tipo de investigación descriptivo, correlacional de corte transversal. En la que concluye que los estudiantes cumplieron con los criterios de inclusión un total de, 4,5% presenta delgadez, existe un porcentaje de 68,5% que presenta un índice de masa corporal dentro de los valores normales, 23,6% de estudiantes presenta sobrepeso, un 3,4% obesidad y un 4,9% un estilo de vida saludable. Discusión, los resultados prevalencias altas de sobrepeso-obesidad, lo cual denota un estilo de vida aparentemente no saludable.

**Según Cabana E, (19).** Realiza una investigación titulada: "Hábitos Alimentarios, Patrón de Alimentación y Estilos de Vida, de Estudiantes de la universidad De Puno, 2016". Como Objetivo General: Determinar los hábitos alimentarios y estilos de vida, de los estudiantes Universitarios. Tipo de investigación transversal, descriptivo y analítico. En la que concluye que sus horarios son irregulares en el desayuno y almuerzo, no consumen drogas que representa el 93,5%. Actividad física nivel moderado con un 51,6%, no realizan el ejercicio activo por 30 minutos a la semana que fue 34,4% y la actividad ligera o inactivo fue de 40,9%. Discusión, La prevalencia de uso del consumo de drogas legales fue 45,1%, es una etapa importante que acceden la Universidad en el que van modificándose los hábitos de los estudiantes.

**Según Reynaga M, (20).** Realiza una investigación titulada: "Estilos De Vida La Escuela Académico Profesional De Ingeniería Industrial De La

Universidad Nacional Hermilio Valdizan Huánuco, 2016”. Como objetivo General: Determinar los estilos de vida que practican los estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Ingeniería Industrial. Tipo de investigación descriptivo. En la que concluye, Los estilos de vida que practican los estudiantes son poco saludables demostrando que tanto la actividad física y la alimentación saludable lo practican a veces un 41,8%, y el consumo de alcohol y tabaco un 47,1%. Discusión los estudiantes universitarios son pocos saludables, el 20% el consumo de sus alimentos es el comedor y un 25% no practican actividad física.

**Según Losa S, Valera E, (21).** Realiza una investigación Titulada: “Estilo de Vida en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica 2017”. Como Objetivo General: Determinar el estilo de vida en los estudiantes de la Universidad. Tipo de investigación descriptivo. En la que concluye, el 41% tienen la edad entre 20- 23 años, 64% no tienen horarios fijos para poder consumir sus alimentos, 86,5% consume menos de 5 frutas al día, 57,7% (239) no realizan ejercicio físico, 74,6% consumen bebidas alcohólicas entre varones y mujeres. Discusión los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica encontramos que la mayor proporción de estudiantes mantienen hábitos alimenticios inadecuados, del mismo modo propician hábitos sociales poco saludables dentro de su vida cotidiana.

#### **A Nivel Local.**

**Según Rodríguez J, (22).** Realiza una investigación titulada: Formación integral de los estudiantes de la facultad de educación y humanidades de la universidad católica los ángeles de Chimbote, 2015 . Como Objetivo General: Determinar la relación entre el respeto de la dignidad de la persona humana y el

proceso de formación integral de los estudiantes universitarios. Tipo de investigación descriptivo. En la que concluye que un (58%), de los universitarios tienen un nivel bueno, Un (60%) tienen un nivel muy bueno de liderazgo académico, un (93%), tienen responsabilidad social universitaria, un (87%), tienen la enseñanza-aprendizaje muy bueno. Discusión. Se deduce que la mayoría de estudiantes de la Facultad de Educación y Humanidades asume la investigación educacional.

**Según Días L, (23).** Realiza una investigación titulada: Afrontamiento Del Estrés, Estudiantes Universitarios De La Escuela De Contabilidad De La Universidad San Pedro - Chimbote, 2016. Como objetivo general: Describir los modos de afrontamiento del estrés en los estudiantes universitarios de la escuela de contabilidad. Tipo de investigación descriptivo. En la que concluye conductas inadecuadas con 68,6%, supresión de las actividades con un 90% y aceptación con 77,1%, apoyo social con 65,0% y búsqueda de soporte emocional con 40%. Discusión mayor frecuencia de empleo dependiendo las circunstancias es: supresión de las actividades con un 100% en el género femenino y con un 92,1% el modo de aceptación en el género masculino.



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

La OMS, Organización Mundial de Salud, fue creada con el fin de asesorar y ofrecer ayuda a todos los ciudadanos en el ámbito de la Salud Pública. Según la OMS, la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades, así como de intentar dar solución a los problemas más urgentes de la comunidad (24).

Marc Lalonde en 1929, es un destacado abogado y político que sirvió a su País, desempeñaba el cargo de Ministro de Salud Pública de Canadá, luego de un estudio epidemiológico de las causas de muerte y enfermedad de los canadienses. En 1974 Lalonde, publico entonces un informe que fue aclamado internacionalmente por su enfoque orientado a la promoción de la salud y prevención de las enfermedades. Por lo que proporciono un moderno marco conceptual para analizar los problemas y determinar las necesidades de salud, así como elegir los medios que puedan satisfacerlas. Dicho marco se basa en la división de cuatro grandes determinantes de la Salud, que marcaron un hito importante para la atención de la salud tanto individual como colectiva (25).

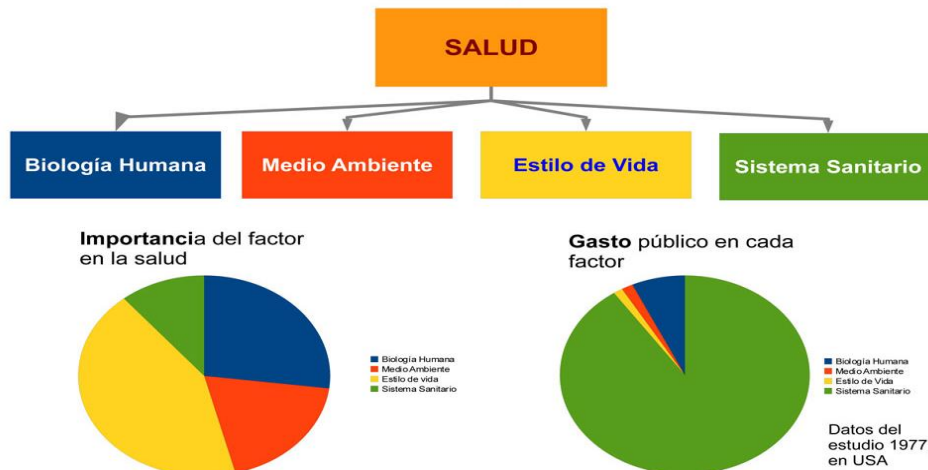
Lalonde M, en 1986 tuvo lugar en Canadá la primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud donde se elaboró la Carta de Ottawa integrando en ella la importancia de las personas y las organizaciones en elecciones de vida saludables. Los determinantes de la salud son un conjunto de factores, sociales, personales, culturales, ambientales y económicos que determinan el estado de salud de los individuos o poblaciones (25).

La atención sanitaria se cree que de esa manera se solventan los problemas de salud de la sociedad. A lo largo del tiempo, se observó que no era el principal

determinante sobre el que se debían destinar los recursos, que los más influyente son el medio ambiente y estilo de vida. Aunque hoy se siguen destinando la mayoría de los recursos a la asistencia sanitaria. Se demostró que las enfermedades causadas por los estilos de vida inadecuados, ocasionaban un gran coste económico por lo que se opinó que se deberían de priorizar los recursos hacia la promoción y prevención sanitaria, modificando los estilos de vida no saludables, en lugar de emplearlos en el tratamiento de enfermedades (26).

Lalonde M, Ministro canadiense de Salud, un modelo de salud pública explicativo, en que se reconoce el estilo de vida de manera particular, conducta se forma por decisiones personales y por influencias de nuestro entorno y grupo social. Entre ellos la inadecuada alimentación, consumo de sustancias nocivas, el sedentarismo, conductas de riesgo en sexualidad. Los hábitos de vida sanos o insanos son uno de los principales condicionantes en el proceso de salud-enfermedad. La mejora de los mismos debe conducir a una mejora en el estado de salud de los individuos y por ende de la población. Se basa en la división de la salud en cuatro elementos generales: factores biológicos humanos, medio ambiente; estilos de vida y sistemas de asistencia sanitaria (25).

# Determinantes para la salud



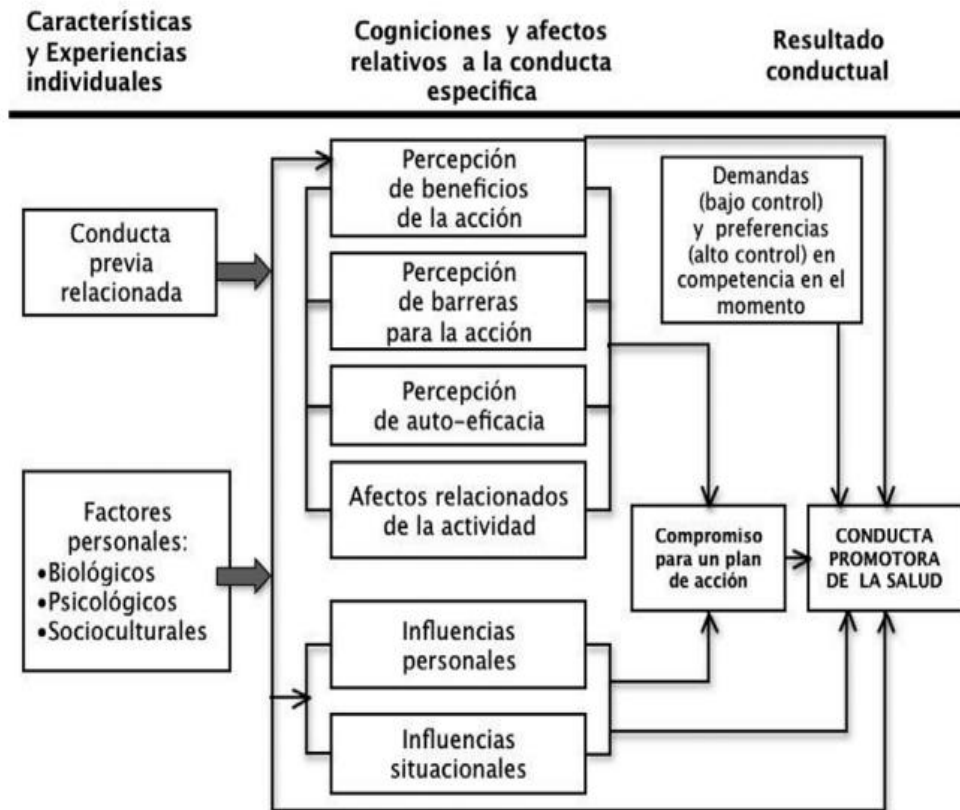
Se define los determinantes sociales en tres grandes grupos. Se define un estado de equilibrio, bienestar y social, las cuales viven y trabajan las personas, características del contexto que influyen en la salud y vías en que las condiciones sociales afectan la salud, siendo los siguientes (27).

- **Determinantes estructurales:** Las condiciones socioeconómicas, culturales y del medio ambiente que determinan las condiciones de vida y del trabajo entre los cuales incluye el desempleo, la educación, la vivienda, los servicios de salud, saneamiento básico. El ser humano costa de una posición socioeconómica, atreves de la educación, la ocupación y el ingreso económico.
- **Determinantes intermediarios:** Las redes comunitarias y de apoyo social distribuyen la estratificación social y la vulnerabilidad a las condiciones perjudiciales para la salud. Las principales categorías de determinantes de la salud son las circunstancias materiales, psicosociales, los factores conductuales y biológico, la cohesión social y el propio sistema de salud. Según la posición socioeconómica, la equidad genera un impacto en el bienestar y salud.

- **Determinantes proximales:** De esta forma las preferencias individuales y en los estilos de vida, tienen también sus macro determinantes en el nivel de acceso a servicios básicos, educación, empleo, vivienda, e información económica y en la manera como la sociedad tolera, respeta, y celebra la diversidad de género, culto y opinión.

**Nola Pender** nació en la localidad de Lansing, estado de Michigan, Estados Unidos, en 1941. En 1964 obtuvo su licenciatura en Ciencias en Enfermería, en la Universidad Estatal de Michigan, luego recibió su maestría de la misma universidad. Se convirtió en enfermera terapeuta. Posteriormente comenzó a trabajar en su teoría, el modelo de promoción de la salud, en 1972. Esta teoría fue presentada en su libro Promoción de la salud en la práctica de enfermería Define la salud como un estado dinámico positivo en lugar de simplemente la ausencia de enfermedad. La promoción de la salud está dirigida a aumentar el nivel de bienestar del paciente (28).

**Pender N,** Define sobre estilo de vida saludable un modelo conceptual de conducta para la salud preventiva, identifica factores influido en la toma de decisiones y las acciones de los individuos para prevenir las enfermedades. Los cuales son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales y son entendidos. Como aquellas concepciones, creencias e ideas que tienen las personas sobre la salud. Esto las lleva o induce 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 (28).



### Metaparadignas de Nola Pender:

- **Salud:** Estado altamente positivo.
- **Persona:** Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona está definida de una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables.
- **Entorno:** Representado en las interacciones entre los factores cognitivo perceptuales de conductas promotoras de la salud.
- **Enfermería:** El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal.

Estilo de vida Los estilos de vida se relacionados con los patrones del individuo en la alimentación, actividad física, descanso, en especial consumo de alcohol, recreación,, drogas y otras actividades relacionadas y el riesgo ocupacional, comportamientos saludables o factores protectores de la calidad de vida como prefieran llamarlos, que al asumirlos responsablemente ayudan a prevenir desajustes biosicosociales espirituales y mantener el bienestar para generar calidad de vida, satisfacción de necesidades y desarrollo humano (29).

**Estilo de vida**, es definido por la Organización Mundial de la Salud, como una forma general de vida, basada en la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales. El estilo de vida, incorpora una estructura social, definida por un conjunto de valores, normas, actitudes, hábitos y conductas.

**Universitarios**, es ser protagonista de su propia carrera, es decir conducir las riendas de su formación superior, elabora su propio conocimiento. Un estudiante universitario se nutre de sus profesores, de buena bibliografía, del mundo que lo rodea y pregunta y se pregunta, para poder encontrar sus propias respuestas que lo satisfagan.

**Alimentación:** en los estudiantes universitarios a través de todo su ciclo vital. Los principales problemas alimentarios se vinculan como buenos o malos hábitos de alimentación, siendo así la gran mayoría de los estudiantes universitarios consumen bajo de frutas, verduras, leguminosas, pescados y lácteos y alto consumo de alimentos industrializados, que generalmente contribuyen a un aporte excesivo de calorías, grasas, azúcar y sal, la alimentación se basa en sus efectos directos en la calidad de vida de las personas, por su fuerte asociación con

enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo 2, hipertensión arterial, enfermedades osteoarticulares y algunos tipos de cáncer (30).

**Actividad física:** de los estudiantes universitarios es menor, sobre todo en las mujeres, en medidas en relación a los hombres son más altas de actividad física en los dominios del trabajo y del tiempo libre. Debido a la estrecha relación entre práctica regular de actividad física y percepción de salud, así como a los bajos índices de práctica, puede considerarse el universitario para promover la práctica deportiva e intentar evitar el abandono de la actividad (31).

**Descanso:** favorece la capacidad nuevos conocimientos. Las horas de sueño son más importantes, pues el cerebro necesita sus 8 horas diarias para estar en plenas condiciones. En los estudiantes universitarios suele producir errores evitables y que pueden perjudicarlos el estilo de vida. Como mucho de los casos los universitarios no descansan como debe ser, preocupación en los estudios o trabajos, acumulación de tareas y exámenes que demandan extensas jornadas de estudio, son y seguirán siendo los factores que vulneran gran parte de nuestro buen dormir (32).

**Alcoholismo:** es el consumo exagerado de alcohol, que ocasiona al bebedor problemas físicos, mentales, emocionales, laborales, familiares, económicos y sociales. El consumo de alcohol por parte de jóvenes universitarios ocurre a la vista de todos, sin que la cuestión aparezca con mucha frecuencia en las discusiones públicas. Los individuos se vuelcan al alcohol, las drogas y el tabaco y padecen por su uso, pero el uso está influenciado a en jóvenes de manera extendiendo a tal punto que está afectando los comportamientos y decisiones (33).

**Recreación:** la satisfacción de esta pulsión; es durante el tiempo libre de ocupaciones (trabajo, estudio, consumo), que tiene la oportunidad de ser y sentirse verdaderamente el mismo, los estudiantes universitarios hacen una distribución de su tiempo libre disponiendo en realizar actividades recreativas, practicar deportes, descanso, conversar con amigos, estudiar, actividades bailables, ver televisión, escuchar música, leer, practicar deportes, el campismo y los juegos de mesas (34).

Siendo los factores de riesgos en los jóvenes universitarios se presentan riesgos para la vida que favorecen o afectan la capacidad durante el desarrollo de la vida. Concentra a más de la mitad de los jóvenes universitarios de la entidad. Por otro lado, el perfil epidemiológico que más impacta a los jóvenes de nuestro país por adicciones, violencia social, accidentes de tránsito. Se identifica un alto riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual (ITS), La prevalencia de sobrepeso y obesidad, conductas de riesgo para desarrollar trastornos de la alimentación, consumo de bebidas alcohólicas, y embarazos no deseados (35).

El papel que cumple la enfermera en los estudiantes Universitario, en la Promoción de la Salud, es fomentar un estilo de vida saludable ya que su principal misión es mejorar o garantizar la salud de muchos estudiantes, desde la Educación para la Salud, hasta la detección y prevención de riesgos. Los aspectos de la salud sobre los que se debe incidir son: la alimentación, la actividad física, el consumo de tabaco y alcohol, la seguridad en el entorno y el bienestar emocional. Las enfermeras, son las encargadas de asumir estas tareas, cada uno en el ámbito y área del conocimiento que le corresponde (25).



### III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

- Existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018
- No existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_ Chimbote, 2018

## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Tipo y diseño de la investigación:

**Estudio cuantitativo:** Es una forma estructurada de recopilar y analizar datos obtenidos de distintas fuentes. Implica el uso de herramientas informáticas, estadísticas, y matemáticas para obtener resultados (36).

**Corte transversal:** Consiste en datos de una o más variables recogidos en el mismo momento del tiempo (37).

**Descriptivo:** Es un método científico que implica observar y describir el comportamiento de un sujeto sin influir sobre él de ninguna manera (38).

**Correlacional:** Estudian las relaciones entre variables dependientes e independientes, ósea se estudia la correlación entre dos variables (39).

### 4.2. Población y muestra:

#### Universo Muestral

El universo muestral estuvo constituido por 120 universitarios de la escuela profesional de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018.

#### Unidad de análisis

Cada universitario de la escuela profesional de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. Formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

#### Criterios de Inclusión:

- Cada universitario de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. Que estuvieron matriculados.

- Cada universitario de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. De ambos sexos.
- Cada universitario de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018. Que aceptaron participar en el estudio.

**Criterios de Exclusión:**

- Cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018. Que tenga algún trastorno mental.
- Cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo ULADECH Católica \_Chimbote, 2018. Que presentaron problemas de comunicación.
- Cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo, ULADECH Católica \_Chimbote, 2018. Con alguna alteración patológica.

**4.3. Definición y Operalización de variables e Indicadores**

**ESTILO DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**

**Definición Conceptual:**

Es una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales (40).

**Definición Operacional**

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos

## **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS UNIVERSITARIOS**

### **Definición conceptual**

Están constituidos por las interacciones que se dan entre las personas, están comprendidas por el nivel socioeconómico, la ocupación, el estado civil la procedencia y el tipo de familia del que procede el individuo (41).

## **FACTOR BIOLÓGICO**

### **Edad**

#### **Definición Conceptual**

Es el tiempo de existencia transcurrido desde el nacimiento de un individuo a su vez cada uno de los periodos en que se considera dividida la vida humana (42).

#### **Definición Operacional**

Escala nominal:

- Adulto joven 20 - 35
- Adulto maduro 36 - 59
- Adulto Mayor 60 a más.

## **SEXO**

### **Definición Conceptual.**

Está relacionado a una serie de variantes que conducen a la diferenciación de sexo, carácter que se le inserta a una especie de manera específica estas son femeninos y masculinos (37).

### **Definición Operacional**

Se utilizará escala nominal

- Masculino
- Femenino

## **FACTORES CULTURALES**

### **Religión**

#### **Definición Conceptual**

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) (32).

#### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otros

#### **Definición Operacional**

## **FACTORES SOCIALES**

### **Estado Civil**

#### **Definición Conceptual**

Es la situación de la persona determinada por sus relaciones de familias, provenientes del patrimonio o del parentesco, la condición de la persona puede variar de un estado civil, (soltero casado, viudo, divorciado, conviviente, separado) (29).

### **Definición Operacional**

Escala nominal

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

### **Ingreso Económico**

#### **Definición Conceptual**

Son ganancias que ingresan al conjunto total del presupuesto de una entidad, ya sea pública o privada, individual o grupal. Los ingresos son los elementos tanto monetarios como no monetarios que se acumulan y que generan como consecuencia un círculo de consumo-ganancia (31).

### **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

#### **4.4. Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:**

##### **Técnicas**

En el presente trabajo de investigación se utilizaron la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

##### **Instrumentos**

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

##### **Instrumento N° 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, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E, 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: Ítems 1, 2, 3, 4, 5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume los universitarios de la escuela de contabilidad.

Actividad y Ejercicio: Ítems 7y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realizan los estudiantes universitarios de la escuela profesional de contabilidad.

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 los universitarios de la escuela de contabilidad y le proporcionan apoyo.

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

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realizan los universitarios de la escuela de contabilidad 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 No 02**

### **Cuestionario sobre factores biosocioculturales del adulto.**

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. (43), modificado por; Reyna E, 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 de contabilidad (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil y el ingreso económico (3 ítems).

**Control de Calidad de los datos: Validez externa:**

Se asegurará 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.

(Anexo 3)

**Validez Interna**

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

**Confiabilidad**

Será medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach.

(Anexo 4)

**4.5. Plan de análisis**

**4.5.1 Procedimiento para la recolección de datos:**

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

- Se informó y se solicitó el consentimiento del universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente

confidenciales.

- Se coordinó con los universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procesó a aplicar los instrumentos a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos se aplicaron en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

#### **4.5.2 Procesamiento y Análisis de datos:**

Los datos se procesaron en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaron los datos en tablas simples y de doble entrada, con 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  $p < 0.05$ .

#### 4.6. Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGIA
<p>Estilo de vida y los factores biosocioculturales en los universitarios de la escuela profesional de Contabilidad del II ciclo. ULADECH - Chimbote, 2018</p>	<p>¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los universitarios de la escuela profesional de Contabilidad del II ciclo? ULADECH - Chimbote, 2018?</p>	<p>Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los universitarios de la escuela profesional de contabilidad del II ciclo. ULADECH - Chimbote, 2018.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar el estilo de vida del biosocioculturales de los universitarios de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH_Chimbote, 2018.</li> <li>• Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los universitarios de la escuela de Contabilidad del II ciclo. ULADECH_Chimbote, 2018.</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Estudio cuantitativo y corte transversal.  <b>DISEÑO</b> Descriptivo y correlacional  <b>Muestra:</b> 120 universitarios de la escuela de contabilidad</p>

#### **4.7. Principios éticos**

En toda investigación que se va a llevar a cabo, el investigador previamente deberá valorar los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles (44)

##### **Anonimato**

Se aplicó el cuestionario a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018, que la investigación será anónima y que la información obtenida será solo para fines de la investigación.

##### **Privacidad**

Toda la información que se obtuvo en el presente estudio se mantiene en secreto y se evitará ser expuesto respetando la intimidad de cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018, siendo útil solo para fines de la investigación.

##### **Honestidad**

Se informó a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica \_Chimbote, 2018 los fines de la investigación, cuyos resultados se encontrarán plasmados en el presente estudio.

##### **Consentimiento**

Solo se trabajó con cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote,2018 que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo. (Ver anexo N° 05)

## V. RESULTADOS

### 5.1 Resultados:

**TABLA 1**

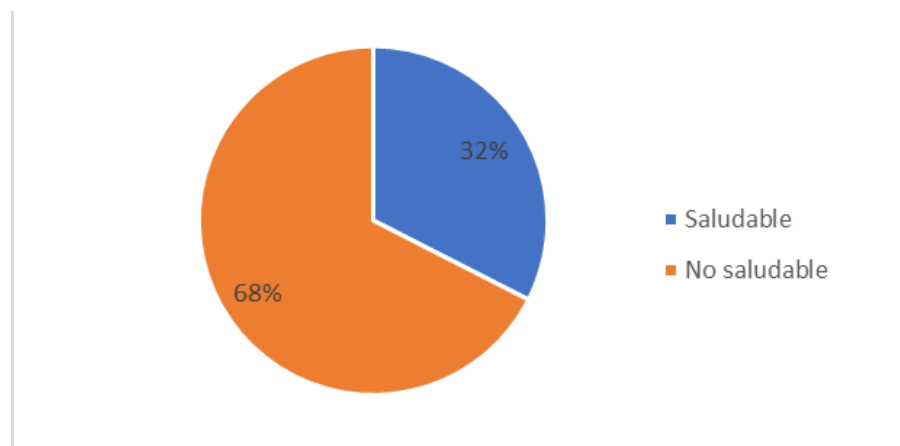
***ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018***

ESTILO DE VIDA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Saludable	39	32,5
No saludables	81	67,5
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela de Contabilidad del II ciclo Uladech Catolica\_Chimbote, 2018

**GRAFICO 1**

***ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018***



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela de Contabilidad del II ciclo Uladech Católica\_Chimbote, 2018

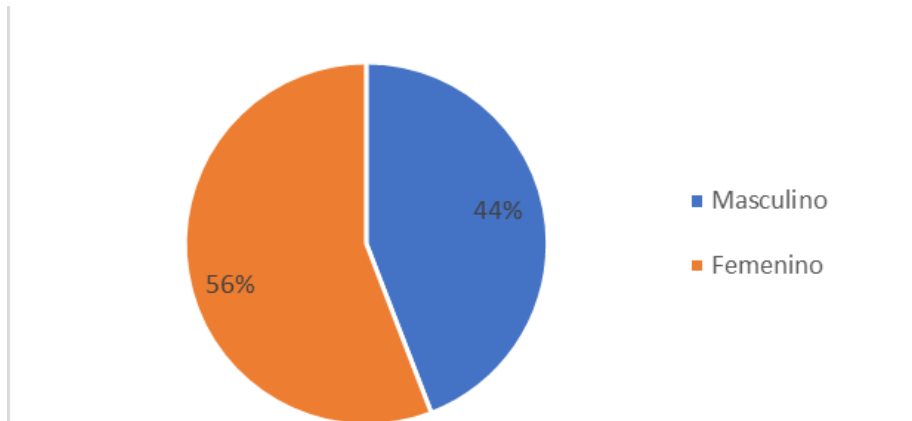
**TABLA 2****FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018**

<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>SEXO</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
Masculino	53	44,0
Femenino	67	56,0
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100</b>
<b>Edad (años)</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
20 a 35 años	120	100,0
36 a 39 años	0	0,0
De 60 a mas	0	0,0
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100</b>
<b>Religión</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
Católicos	69	57,0
Evangélicos	26	22,0
Otras	25	21,0
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100</b>
<b>FACTORES SOCIALES</b>		
<b>Estado civil</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
Soltero (a)	99	83,0
Casado (a)	5	4,0
Viudo(a)	0	0,0
Conviviente	16	13,0
Separado (a)	0	0,0
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100</b>
<b>Ingreso económico (soles)</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
Menor de S/400	53	44,0
De S/400 a 650.	14	12,0
De S/650 a 850.	33	27,0
De S/850 a 1100.	13	11,0
Mayor de S/1100.	7	6,0
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>100</b>

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo ULADECH Católica\_Chimbote, 2018.

## GRAFICO 2

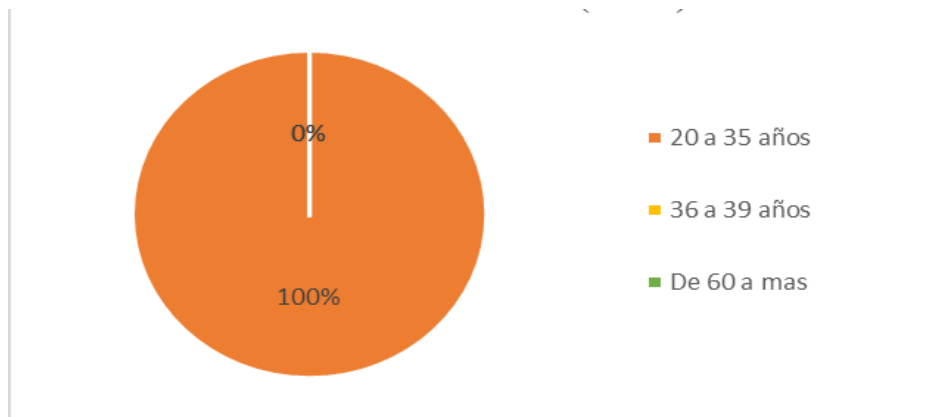
### ***SEXO DE CADA UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018***



**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica\_Chimbote, 2018

## GRAFICO 3

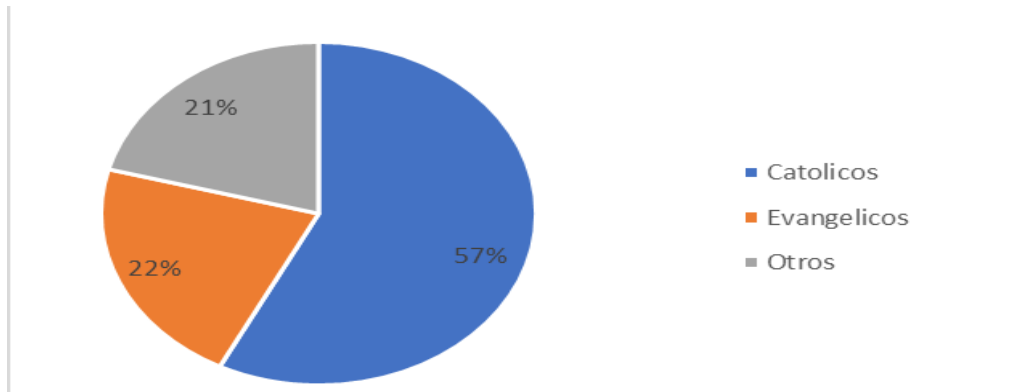
### ***EDAD DE CADA UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018***



**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo Uladech Católica\_Chimbote, 2018

#### GRAFICO 4

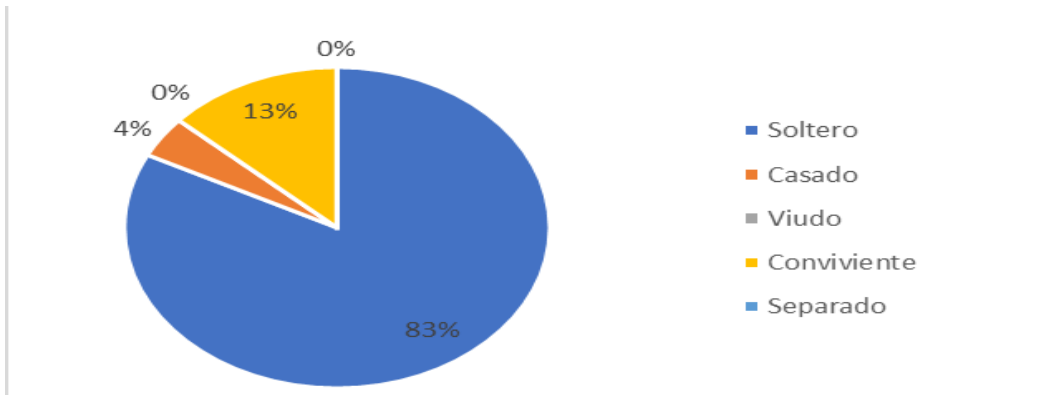
##### **RELIGIÓN DE CADA UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018**



**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo Uladech Católica \_Chimbote, 2018

#### GRAFICO 5

##### **ESTADO CIVIL DE CADA UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA\_CHIMBOTE, 2018**

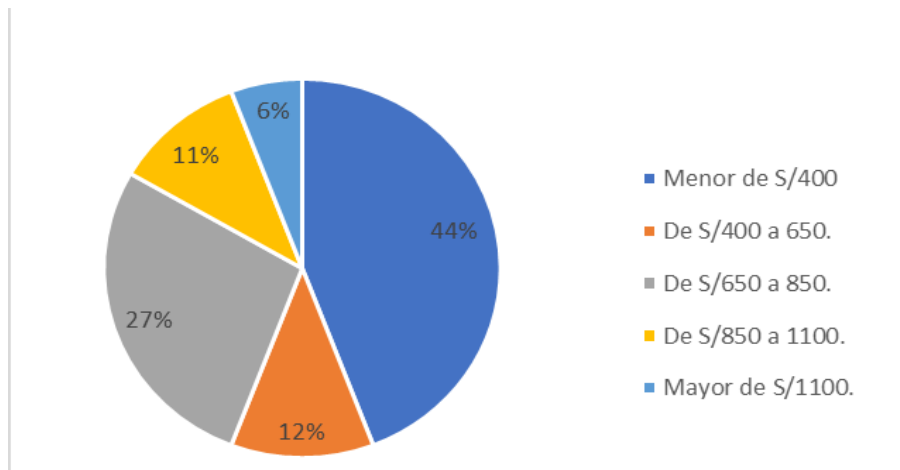


**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo Uladech Católica \_Chimbote, 2018



## GRAFICO 6

### *INGRESO ECONÓMICO DE CADA UNIVERSITARIO DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA \_CHIMBOTE, 2018*



**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada niversitarios de la Escuela Contabilidad del II ciclo ULADECH Católica \_Chimbote, 2018

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA EN LOS UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA \_CHIMBOTE, 2018**

**TABLA 3**

**FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA \_CHIMBOTE, 2018**

Edad	Estilo de Vida				Total		Más del 20% de la frecuencia esperada son menores que 5, por lo cual no se cumplen condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Adulto joven	33	27,5	75	62,5	108	90	
Adulto maduro	6	5	6	5	12	10	
<b>Total</b>	39	32,5	81	67,5	120	100	

Sexo	Estilo de Vida				Total		Más del 20% de la frecuencia esperada son menores que 5, por lo cual no se cumplen condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Masculino	15	12,5	38	31,6	53	44,0	
Femenino	24	20	43	35,8	67	56,0	
<b>Total</b>	39	32,5	81	67,5	120	100	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitario de la Escuela Profesional de Contabilidad del II ciclo ULADECH Católica\_Chimbote, 2018

**TABLA 4****FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA \_CHIMBOTE, 2018**

Religión	Estilo de Vida				Total		$X^2= 1,912, gl=2 \quad p= 16,7 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Católico	27	22,5	42	35	69	57,5	
Evangelista	7	5,8	19	15,8	26	21,6	
Otras	5	4,16	20	16,6	25	20,8	
<b>Total</b>	39	32,5	81	67,5	120	100	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado cada universitario de la Escuela de Contabilidad del II ciclo Uladech Católica\_Chimbote, 2018.

**TABLA 5****FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH CATÓLICA \_CHIMBOTE, 2018**

Estado civil	Estilo de Vida				Total		Más del 20% de la frecuencia esperada son menores que 5, por lo cual no se cumplen condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado.
	Saludable		No saludable				
	n	%	N	%	N	%	
Soltero(a)	31	25,8	65	54,16	96	80	
Casado (a)	4	3,3	4	3,3	8	6,6	
Viudo (a)	0	0	0	0	0	0	
Conviviente	4	3,3	12	3,3	16	13,3	
Separado(a)	0	0	0	0	0	0	
<b>Total</b>	39	32,5	81	67,5	120	100	

Ingreso Económico	Estilo de Vida				Total		$X^2= 18,122$ , gl= 4 $p= 20,0 >0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	N	%	
Menor de 400 Nuevos Soles	20	16,6	33	27,5	53	44,1	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
De 400 a 650 Nuevos Soles	4	3,3	10	8,3	14	11,6	
De 650 a 850 Nuevos Soles	11	9,1	22	18,3	33	27,5	
De 850 a 1100 Nuevos Soles	3	2,5	10	8,3	13	2,5	
Mayor de 1100 Nuevos Soles	1	0,8	6	5	7	5,8	
Total	39	32,5	81	67,5	120	100	

**Fuente:** Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a cada universitarios de la Escuela de Contabilidad del II ciclo Uladech Católica \_Chimbote, 2018

## 5.2. Análisis de Resultado.

### TABLA 1:

Se muestran que del 100%, (120) universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica, 2018, el 67,5 % de (81) tienen un estilo de vida no saludables y un 32,5 % (39) tienen un estilo de vida saludables.

Estos resultados se asemejan a una investigación por Barbaran S, (45). En la que concluye, que el 28,4 % (20) presento un estilo de vida saludables, el 61,5% (80) de estudiantes se ubica en la valoración, no saludable. Así mismo se asemejan a los estudios de estos resultados obtenidos por Arce E y Puma L, (46). Se encontró que el 52,8% refleja estilo de vida no saludable y el 30,2% estilo de vida saludable. Así mismo se muestra los resultados obtenidos que similar de Velandia M., Arenas J., Ortega N, (47). En la que concluye que el 30,1% presentó estilos de vida saludable y el 59% un estilo de vida no saludable.

Los resultados en la investigación realizada en universitarios de contabilidad del II ciclo. Uladech Católica, evidencian que la mayoría presentan un estilo de vida no saludables, esto se puede deber a que están concientizados a los riesgos que están expuestos al no cuidar de su salud, mediante la recopilación de información refieren que no realizan actividad física, no toman desayuno, consumo de comidas chatarras, no consumen alimentos balanceados, presentan situación de estrés, solo descansan 4 horas por lo que realizan sus trabajos universitarios y no acuden al establecimiento de salud.

Los alimentos promueven un buen metabolismo, ya que el cuerpo recibe una alta calidad de nutrientes a primeras horas del día, lo que aumenta la producción intelectual. La alimentación es la acción natural la cual consiste en que el cuerpo

del ser vivo recibe, procesa, absorbe y utiliza los nutrientes para poder transformarla en energía que condescenderá el funcionamiento de tejidos y órganos, el crecimiento y mantenimiento general de la vida (48).

Los Universitarios, no tienen una buena alimentación por lo que mayormente acuden a sus clases sin tomar desayuno, por lo que consumen gaseosa, galletas, dulces, salchipollos y entre otros, este provoca fatiga y pérdida de energía, Porque después de 10 a 12 horas de ayuno necesitamos energía y nutrientes para realizar nuestras actividades diarias. Sin embargo, como estudiantes debemos de tener un buen rendimiento que depende mucho del estilo de vida, la alimentación, la salud física y mental de los estudiantes.

La Actividad Física; se considera como parte de su rutina diaria ya sea dentro o fuera del hogar. La actividad física es definida como ejercicio dinámico que involucra diversos músculos del cuerpo. Gracias al ejercicio o actividad física ayudará a mejorar la salud. Debido a que el ejercicio regular aporta a mejorar y adquirir un rendimiento mejor a los estudiantes universitarios, fortalece los músculos y huesos, además, mejora la función respiratoria y motilidad intestinal (49).

Así mismo se puede decir que los universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, el motivo de no poder realizar actividad física frecuentemente es por falta de tiempo, por las obligaciones de ser responsables con las tareas universitarias, las horas que están en clases presenciales, algunos trabajan para pagar sus estudios, como también cumplen el rol familiar, se puede decir que a los estudiantes tratar de organizarse para darse unos minutos de tiempo para realizar 20 minutos de actividad física y así ayudara a tener una vida

saludable un beneficio adecuado a su salud.

El descanso y el sueño son esenciales para la salud y básicos para la calidad de vida, sin sueño y descanso la capacidad de concentración, de enjuiciamiento y de participar en las actividades cotidianas disminuye, al tiempo que aumenta la irritabilidad. La vigilia prolongada va acompañada de trastorno progresivo de la mente, comportamiento anormal del sistema nervioso, lentitud de pensamientos e irritabilidad. El descanso hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas (50).

Los universitarios tienen pocas horas en dormir, lo cual afecta en realizar dichas actividades en su hogar, como también convierte una preocupación, desgaste energético, disminución de la respuesta a los estímulos externos, ocasionando la falta de concentración y rendimiento académico en los universitarios. Como estudiantes es importante dormir nuestras 8 horas de sueño ya que es el tiempo que tiene lugar los procesos metabólicos e inmunológicos imprescindibles para mantenernos sanos. Dormir adecuadamente nos ayuda a recargar y recuperarnos de las fatigas del día.

Los estilos de vida saludables son patrones de conductas relacionadas con la salud que se ven influenciados por múltiples factores de índole personal y social. Los hábitos alimentarios adecuados y la actividad física regular son una parte importante de esos estilos de vida y se han asociado a una disminución en los riesgos de desarrollar enfermedades. El estilo de vida es el 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).

Los universitarios llevan un estilo de vida no saludable, con un consumo de bebidas alcohólicas, tabaquismo, dietas poco equilibradas que incluyen comidas rápidas y/o chatarra, Por ello puede influir en su estilo de vida, ocasionando problemas que pudieran reflejarse en su estado de salud y, a su vez, repercutir en su rendimiento académico; se considera que los universitarios en vulnerabilidad debido a factores relacionados con largas jornadas de clases, escasez de tiempo y dinero, causando un estilo de vida no saludables (52).

Es importante mencionar que los estilos de vida frecuentemente han sido abordados desde diferentes disciplinas, dado su importancia para la salud. Lo anterior deriva en la utilización del término en un sentido más específico; por ejemplo, en epidemiología se utiliza estilo de vida, hábito de vida o forma de vida, que se entienden como el conjunto de comportamientos o hábitos que desarrollan las personas, que pueden ser saludables o nocivas para la salud (52).

Actualmente los estilos de vida no saludables en los universitarios influyen muchos factores tanto como las causas de la falta de autocuidado. Las responsabilidades y deberes dentro de sus centros de estudio, así como una mayor exigencia en el área académica hacen que los estudiantes descuiden su salud, ante esta mayor cifra de estudiantes con estilo de vida no saludables, se debe implementar acciones, reglas para promover que los estudiantes tengan un estilo de vida saludables y una mayor disminución a sufrir diversas enfermedades.

Así la investigación se analiza de acuerdo a las dimensiones según Nola Pender en relación a la alimentación en los universitarios, toman su desayuno a las 10:15 am o 11:00 de la mañana, algunos no toman desayuno, sus alimentos



que consumen es dos veces al día, consumen comidas chatarras, gaseosas, refrescos en sobres, galletas, dulces, chocolates, salchipapas, hamburguesas entre otros, no toman suficiente líquido de agua.

La manera de alimentarse bien es indispensable para alcanzar y mantener un buen estado de salud. Una alimentación adecuada es la llave para tener una buena salud y calidad de vida, pero, como contrapartida, una mala alimentación es la causa de una serie de enfermedades que cada día nos afectan más y a edades más tempranas: sobrepeso y obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, algunos tipos de cáncer.

Por otra parte, en dimensión del manejo de estrés los universitarios han referido mucha carga de estrés por los trabajos y exámenes, se sienten cansados por que no descansan a su hora, es una preocupación cuando no le alcanza dinero para comprar su desayuno, almuerzo y sobre todo cuando tienen que pagar su pensión. Los universitarios presentan un estilo de vida no saludable; es decir, ellos no saben cómo controlar y/o reducir el estrés que presentan, mediante técnicas de relajación o ejercicios, como el yoga o actividades recreativas. El estrés puede ser causante de depresión, malas relaciones interpersonales, alteraciones del patrón del sueño y otras

Por tanto, se concluye que, los estilos de vida saludables son comportamientos que disminuyen los riesgos de enfermar tales como: un adecuado control y tratamiento de las tensiones y emociones negativas, un buen régimen de ejercicios, sueño y distracción; el control y no abuso de sustancias psicoactivas como la cafeína, nicotina y alcohol; además de una correcta distribución y uso del tiempo. Mostrando este resultado investigación presentada

pone en evidencia la urgente necesidad de implementar programas de prevención que permitan a cada universitario adoptar estilos de vida sanos, favoreciendo, el ejercicio físico regular y el control del peso, la dieta adecuada, el control de la presión arterial y una alimentación saludables.

**TABLA 2:**

Del 100,0% (120) de los universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. Uladech Católica, el 56,0% (67), son de sexo femenino, el 100,0 % (120) son de las edades de 20 a 35 años, el 57,0% es su religión es católicos, el 83,0% (99) de estado civil son solteros, el 44,0% (53) el ingreso económico es menor de S/400 y el 27,0% (33) su ingreso económico es de S/650 a 850.

Estos resultados se asemejan a una investigación obtenido por Canova C (53). En la que concluye que su muestra fue 120 estudiantes, el 61,4% son de sexo femeninas, el 100% con edades entre el 18 y los 33 años, el 75,0% en cuanto a la religión son católicos, el 63,0% son solteros. Así mismo es similar con los resultados obtenidos por Lopez P, (54), el 60,0% corresponde estudiantes de género femenino, el 100% tiene la edad 19 y 33 años de edad, Así mismo se asemeja con los estudios obtenidos por Martínez L, (55). En la que concluye que, el 91,0% tienen entre 17 y 30 años de edad, el 62,8% son de sexo femenino.

La edad es el tiempo transcurrido desde el nacimiento de un ser vivo hasta un momento concreto, es expresada como el tiempo vivido desde el nacimiento, como la edad de un lactante, que se expresa en horas, días o meses, y la edad de un niño o adulto, que se expresa en años. Es más, cada uno de nuestros tejidos, órganos y sistemas envejecen a ritmo diferente. Esto hace que nuestra edad biológica solo podría entenderse como un promedio de cada uno de estos

elementos. Esta heterogeneidad, incluso en un solo individuo, hace muy difícil la medición de la edad biológico (56).

Los resultados obtenidos en la presente investigación se evidencian en cuanto a los estudiantes tienen 16 a 30 años de edad, encontramos que los adolescentes eligieron ingresar al campus universitario eligiendo su profesión, tienen el apoyo de sus padres. Dentro de la edad de los adultos jóvenes, aún permanecen viviendo con sus padres, otros de los estudiantes cumplen el rol de ser papá o mamá, siendo ellos los que desempeñan las labores dentro del hogar, obreros, etc., para así poder solventar las necesidades básicas de su familia y sus estudios universitarios, en este grupo de adultos jóvenes lo que se observa un mayor número de nacimientos, esto sucede porque los promotores de salud no están influenciando en la planificación familiar y el uso correcto de los métodos anticonceptivos.

El estado civil, se define como un conjunto en distintos criterios para clasificar los estados civiles: por el matrimonio, el estado de soltero, casado, viudo o divorciado, situaciones jurídicas a partir de las cuales se relacionan las personas con su familia de procedencia, o que han formado, y con elementos de la personalidad jurídica que son fundamentales en sí mismos, ya que ésta se encarga de identificar, entre otras funciones, a las personas, y se erige con un derecho constitucional, por medio del cual se defiende que toda persona, sin distinguir su condición, pueda ser sujeto de derechos y contraer obligaciones (57).

En los factores sociales se puede observar que casi la totalidad de los

universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, son de estado civil soltero, así mismo ellos optan por no casarse prefieren sentirse libres, culminar la universidad para obtener una profesión y no tener muchas responsabilidades como es el caso de una familia, siendo lo formal el matrimonio, sin embargo, actualmente se observa que las parejas de hoy optan solo por la convivencia.

Podemos mencionar al ingreso económico que se define, como categorías de ingreso y necesidades básicas se identifican aquellos factores que influyen en que las familias también tratan de reflejar el nivel o status personal, tanto en la dimensión social como en la económica. La traducción de tal status es una escala simple no resulta fácil de aprender, particularmente en lo concerniente a la dimensión social, por la complejidad de la misma, una condición socioeconómica concreta se expresa social o económicamente sólo puede ser realizado tomando como unidad de análisis la persona (58).

En cuanto a ingresos económico en los universitarios la categoría de su estatus económico es de S/650 a 850 nuevos soles, de lo cual podemos inferir que estudian y trabajan por lo que algunos universitarios son el sustento de su familia, como también pagar sus estudios, por lo que menos de la mitad de los universitarios no cuentan con el apoyo de sus padres, dichos ingresos son insuficiente para satisfacer todas las necesidades básicas, no son suficientes para asumir conductas saludables. Tratan de ajustar sus gastos en sus alimentos como en los pagos de Universidad y pasajes del día a día, ellos responden a que tratan de seguir adelante hasta lograr culminar sus estudios.

Así la investigación se analiza de acuerdo a las dimensiones, la edad de los jóvenes es una etapa lo cual algunos piensan en disfrutar de su juventud, fiestas

o reuniones, donde están rodeados de sustancias nocivas, lo cual les llevan a no tener un estilo de vida saludables, otros de ellos aprovechan el esfuerzo de sus padres por brindarles una educación profesional, ya que es esencial en la vida de la persona, los estudiantes muestran interés en seguir avanzando su etapa universitaria, lo cual su ocupación es en estudiar para obtener buenos resultados académicos y buenas calificaciones, tratando de solucionar sus problemas económicos para sus gastos universitarios.

Nuestra vida se encuentra constantemente bajo la influencia de riesgos y circunstancias que pueden poner en peligro nuestro estado de bienestar general. Entre estos factores se encuentran las condiciones genéticas hereditarias, el ambiente bioecológico y psicosocial donde se encuentran los individuos, el cuidado diario para la salud que posee la persona y los estilos de vida o hábitos. De todos estos factores, el de mayor importancia son los estilos de vida.

Se concluye en dicha investigación que cada universitario de contabilidad del II ciclo. Uladech Católica, Mas de la mitad son de sexo femenino, por lo que las mujeres se basan en tener su proyecto de vida ya que por su edad se dedican a sus estudios, cuentan con apoyo de sus padres, teniendo un menor ingreso familiar, siendo un problema esencial para satisfacer sus necesidad, la mayoría de los universitarios son de la religión católicos, por lo que llevan el ritmo de vida de acuerdo a la educación de sus padres, en esta etapa los estudiantes comienzan a madurar y enfrentar por sí mismo a la sociedad, en la realización de metas, propósitos u objetivos de importante sentido existencial situados a un futuro mejor.

### **TABLA 3:**

Se muestra la relación entre los factores biológicos y estilos de vida en universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, al relacionar estos factores obtuvimos que el 100% (120), son adultos jóvenes entre la edad 20 a 35 años, el 67,5% (75) los cuales presenta un estilo de vida no saludable. También el 56% (67) son de sexo femenino, donde el 32,9% (39), presenta un estilo saludable.

Se evidencia la distribución porcentual en universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, según la relación entre los factores biológicos y los estilos de vida, encontramos que no cumplen la condición para aplicar la prueba de  $\chi^2$ , Más del 20% de la frecuencia esperada son menores que 5, por lo cual no se cumplen condiciones para aplicar la prueba  $X^2$ .

Los resultados se asemejan a los estudios obtenidos por Uriarte Y, Vargas A, (15). Concluye, el 98% tienen de 18 a 28 años, el 67 % son de sexo femenino, el 51% tienen un estilo de vida no saludables y el 39% un estilo de vida saludables. Así mismo se asemejan a los estudios de estos resultados obtenidos por Abanto B (59), concluye que, el 100% tienen edades entre los 20 y 29 años, donde el 22% tienen estilos de vida saludables, el 61% es de sexo femenino y el 58% tienen estilos de vida no saludable. Así mismo los estudios similares se asemejan por García C (60), Concluye que, el 52,5% del sexo femenino, el 63,1% se encuentran en la edad de 17 años y 27

Los universitarios, se define como una etapa que comienza alrededor de los 20 años y concluye cerca de los 50 años. La tarea fundamental es: lograr un equilibrio apropiado entre la productividad y el estancamiento. La productividad

es una extensión del amor hacia el futuro, tiene que ver con una preocupación sobre la siguiente generación y todas las demás futuras (61).”

En esta etapa cada universitario busca su proyecto de vida, en la realización de metas, propósitos u objetivos a futuro para obtener un mejor ingreso económico estable, oportunidades de un mejor puesto de trabajo, por ello es el apoyo absoluto en muchos de los jóvenes y para optar por un buen camino.

La definición del sexo es una variable biológica y genética que divide a los seres humanos en dos posibilidades, solamente hombre o mujer. Bajo esta perspectiva, sexo es una variable meramente física, producida biológicamente. Cabe destacarse que el sexo de un organismo estará definido por los gametos que produce, el sexo masculino produce espermatozoides, mientras que el sexo femenino produce óvulos. Los gametos son las células sexuales que permitirán la reproducción sexual de los seres vivos (62).

Así la investigación se analiza de acuerdo a la dimensión de la edad que son adultos jóvenes en la etapa universitaria, los estudiantes, pueden tomar diferentes decisiones de buenos hábitos, considerando que la exigencia académica, los horarios, las dificultades económico financieras pueden ser determinantes en la adquisición de estilos de vida saludables. Hoy en día las conductas tomadas por los jóvenes y adolescentes son negativas, por lo que eligen caminos fáciles, como al abandonar sus estudios, ir a fiestas semanal, consumo de alcohol, dejarse llevar por las malas influencias de los amigos, los cuales son sometidos a riesgos y afectar el bienestar de ellos mismo, además es muy común que realicen comportamientos totalmente negativos.

Se concluye que la mayoría de cada universitario entrevistado es de sexo femenino, es decir que existen más mujeres que varones, son muy pocos los varones matriculados en estudiar una profesión, por lo que se muestra que muchos de los varones, prefieren trabajar para obtener un ingreso económico positivamente, se alejan de los estudios abandonando o retirándose por problemas familiares. La carrera profesional es esencial en la vida del hombre o mujer para obtener una mejor calidad de vida y una mejor educación en ser ejemplos para nuestros hijos.

**TABLA 4:**

Al relacionar el estilo de vida y factores culturales, se observa que el 57,0% (69) son religión católica, de los cuales el 67,5% (81) tienen un estilo de vida no saludables y un 32,5% (39) tienen un estilo de vida saludable.

Se evidencia la distribución porcentual en universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo, según los factores culturales: religión utilizando el estadístico Chi cuadrado de dependencia de criterios ( $X^2= 1,912$ ,  $gl=2$   $p= 16,7 > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre religión y estilo de vida saludable.

Los resultados tienen relación con los datos obtenidos por Quispe Y, (63). Concluye que, el 32% tienen un estilo de vida saludable, el 50,2% son católicos en crecimiento espiritual. Asimismo se asemejan a los estudios de estos resultados obtenidos por Atucha N, García N (64). Más de un 36% se consideran tener un estado de salud y una calidad de vida saludables, siendo un 55 % católicos. Asimismo, los resultados por Maldonado F, (65). 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.

Se menciona también que la religión es un conjunto de las creencias y valores de cada cultura determinan el estilo de vida a seguir. La religión es propia del ser humano, y se basa en la fe, a diferencia de la ciencia, basada en la investigación y las pruebas halladas a través de la misma. Las diferentes religiones buscan o deberían buscar la paz, pero en ocasiones, entre ellas hay una gran discriminación y cada una no respeta a las demás. La religión es quizás el elemento más antiguo de la humanidad, y se muestra, además, en gran variedad y formas de manifestación (66).

En esta investigación se obtiene que menos de la mitad son de la religión católica, se debe a que esta religión sus padres les han inculcado y esto se puede transmitirse de generación en generación, así mismo puede deberse a que la religión católica no implica muchas responsabilidades, los estudiantes muestran sus creencias y prácticas, algunos asisten a misa. Sin embargo, es creciente el número de seguidores de otras religiones como iglesias evangélicas, sabáticos e israelitas.

Al igual que en nuestra investigación podemos decir que son universitarios 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, ya que hoy en día los 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.

Podemos concluir, al analizar la variable religión y estilo de vida de los estudiantes, podemos decir que no existe relación significativa entre las variables, ya que la religión no es factor que pueda determinar si el estudiante puede llevar un estilo de vida saludable o no saludable, la religión no es relevante debido a que cada persona tiene sus costumbres y viven su vida día a día de acuerdo a su religión que establezcan o que elijan. Cada universitario menciona que no se sienten obligados acudir a cualquier tipo de religión, por lo que sus padres respetan sus decisiones y creencias.

**Tabla 5:**

Se evidencia la distribución porcentual según factor social, indica que el 83,0% (99) tienen como estado civil soltero, donde el 67,5% (81) tienen un estilo de vida no saludable, de los cuales el 32,5% (39) tienen estilo de vida saludable; en cuanto al ingreso económico el 44,1% (53) tienen un ingreso económico Menor de 400 Nuevos Soles.

Al relacionar las variables sobre el factor social, estado civil, ocupación 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 la frecuencia esperada son menores que 5, por lo cual no se cumplen condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado.

Los resultados tienen relación con los datos obtenidos por Cuadros G, Quispe T, (67). Concluye, El 58,3% son de sexo mujer, el 97,7% su estado civil es soltera, y el 34,8% de la población presenta estilo de vida saludables. Así mismo se asemejan a los estudios de estos resultados obtenidos por Gonzales A,

Palacios J (68). El 54,1% son de sexo femenino, el 92,0% son de estado civil solteros. Así mismo los estudios se asemejan por Lazo S, Valera E, Silvia A, (69). Concluye que el 52,4% son de sexo femenino, el 58,3% estado civil soltero.

El estilo de vida saludable es la forma y manera de vivir; expresándose a través de la conducta, hábitos, comportamiento y principalmente las costumbres; influenciado de manera en que la persona se relacione con su entorno. Llevar una vida activa, cuidar la alimentación, reducir la ingesta de grasas saturadas, comer más frutas y verduras, mantener un peso equilibrado, actividad física por 60 minutos e ingerir 4 vasos de agua al día. Aprovechar para lograr el bienestar de nuestra salud.

El estado civil a la situación personal en que se encuentra o no una persona física en relación a otra, con quien se crean lazos jurídicamente reconocidos sin que sea su pariente, constituyendo con ella una institución familiar, y adquiriendo derechos y deberes al respecto. El estado civil puede ser el de casado, si la persona celebró matrimonio ante las autoridades legalmente establecidas al efecto por cada Estado, con otro individuo de distinto sexo, o del mismo, en países que lo permiten, naciendo a partir de este hecho la sociedad conyugal; o puede tenerse el estado de soltero si aún no se contrajo matrimonio (70).

El ingreso económico es la cantidad de dinero que una familia puede gastar en un periodo determinado, es el pago por un trabajo o servicio prestado y se obtiene como sueldos, salarios, dividendos, ingreso por intereses, pagos de transferencia, alquileres y demás. El problema de muchos hogares pobres es que la mayor parte o totalidad de su trabajo y de sus ingresos apenas alcanza para

cubrir sus necesidades en circunstancias normales (71).

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.

En relación a los resultados encontrados muchos de los universitarios prefieren estar solteros, para concentrarse en sus estudios académico, no tienen tiempo para salir ya que muchas parejas no existe la comprensión, casi la totalidad de los estudiantes se dedican a estudiar, con esfuerzo y dedicación aprovechan el apoyo de sus padres, su ingreso económico más de la mitad tienen un salario menor de 400 nuevos soles mensuales, existe que tienen un estilo de vida no saludable debido a que no cuentan con los recursos suficientes para poder satisfacer sus necesidades personales.

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.

Se concluye que, el ingreso económico y el estilo de vida no tienen relación estadísticamente significativa, si bien es cierto que el dinero es útil para cubrir principales necesidades, pero no es condicionante para que cada universitario elija prácticas de manera correcta o incorrecta para su salud.

## VI. CONCLUSIONES

- En los estilos de vida saludables de los universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. Uladech Católica\_Chimbote,2018, se encontró que la mayoría no tienen un estilo de vida saludables y un porcentaje menor tienen estilo de vida saludables.
- En relación a los factores biosocioculturales de los universitarios de la escuela de contabilidad del II ciclo. Uladech católica, 2018. La totalidad tienen edades entre 20 a 35 años. La mayoría tiene estado civil soltero. Más de la mitad son de sexo femenino y religión católica, Menos de la mitad tienen un ingreso económico menor de S/400 soles.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo e ingreso económico; con el grado de instrucción y estado civil no se pudo encontrar relación ya que no se cumple con las condiciones para aplicar la prueba del chi-cuadrado; 5 casillas porque tienen una frecuencia esperada inferior a 5.

## ASPECTO COMPLEMENTARIOS

### Recomendaciones

- Brindar consejería como profesionales de la salud para promover a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica, la practica a mejorar su estado nutricional, de estilos de vida saludables y para prevenir complicaciones futuras.
- Se sugiere y se recomienda a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica, tomen conciencia sobre un adecuado estilo de vida saludables, consumiendo alimentos balanceados ricos en proteínas, carbohidratos, disminución de comidas chatarras, en cuanto a los hábitos nocivos; eviten las bebidas alcohólicas y no consuman tabaco ni drogas.
- Sensibilizar y concientizar a la Universidad Uladech Católica para que por medio de los resultados encontrados coordinen, elaboren y ejecuten acciones que promuevan alimentación saludables en el cafetín, a favor de fomentar un estilo de vida saludables.
- Informar al Establecimientos de Salud sobre de los resultados obtenidos para que se enfoquen en la elaboración de proyectos de intervención comunitaria, a fin de educar en la prevención y promoción de la Salud a cada universitario de la escuela de contabilidad del II ciclo. ULADECH Católica,
- Realizar otros estudios sobre estas mismas variables teniendo en cuenta los resultados de la investigación y a otros factores como los psicológicos, que permitan una mejor comprensión e intervenir en la prevención de problemas de salud con la finalidad de garantizar una mejor calidad de vida.

## REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS), Estilo de vida en los Universitarios, actualizado, Colombia. (Citado en Internet, el 31 de julio de 2020). Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/detail/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
2. Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud en el mundo 2020, (citado en página de internet el 31 de julio de 2020). Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071795532019000100207&script=sci\\_ar\\_ttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S071795532019000100207&script=sci_ar_ttext)
3. Ministro de sanidad INE. Estilo de vida de los adolescentes y jóvenes y el impacto de la enfermería, (Citado en página internet el 31 de julio de 2020). Disponible en: <https://gestion.pe/economia/peru-8-5-millones-jovenes-educacion-superior-144111-noticia/>
4. Saldaña R, Estilo de vida en estudiantes Universitarios, Revista Semestral, actualizado en 19. México, (citado en la página de internet citado el 31 de julio de 2020). Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/324903656\\_Estilo\\_de\\_vida\\_saludable\\_e\\_n\\_estudiantes\\_de\\_enfermeria\\_del\\_Estado\\_de\\_Mexico](https://www.researchgate.net/publication/324903656_Estilo_de_vida_saludable_en_estudiantes_de_enfermeria_del_Estado_de_Mexico)
5. Foratto M, Monteiro S, Zagatti F. Habito alimentar de universitários iniciantes e concluyentes do curso de nutrição de universidades do interior paulista. Rev. Brasil. 2018. (Citado en página de internet, 2020). Disponible en:

[https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/454898/TPVE\\_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/454898/TPVE_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

6. Quito M, Estilos De Vida Saludable En Los Estudiantes Internos De Enfermeria De La Universidad De Guayaquil. 2018. (citado en página de internet el 31 de julio 2020). Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8193/1/TESIS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20SALUDABLE%20EN%20INTERNOS%20DE%20ENFERMERIA%20UG.pdf>
7. Toledo L, More M, Estilo de vida saludables en Universitarios, Lima 2019. (Citado el 31 de julio 2020). Disponible en: [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/566985/TesisdeMaestr%C3%ADa\\_LitaPalomares.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/566985/TesisdeMaestr%C3%ADa_LitaPalomares.pdf?sequence=2&isAllowed=y)
8. INEI, Correo Institucional en Ancash, Lima 2020. (citado en página de internet el 14 de octubre de 2020.) disponible en: <http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/36-de-jovenes-de-15-a-29-anos-de-edad-cuentan-con-educacion-superior-9978/>
9. Olivero N, Benites J; Estilo de vida en Estudiantes de una Universidad Pública. Actualizado el 12 de abril del 2016; Universidad Nacional Federico Villarreal. Lima – Perú. (Citado el 29 de abril de 2018). Disponible en: <file:///C:/Users/ADMINISTRADOR1/Downloads/63-247-1-PB.pdf>
10. Ministerio de Educación, Estilo de Vida en Universitarios, Madrid actualizado en Mayo 2015, (citado en página de internet el 29 de junio 2018). Disponible en: <http://blogbibliotecas.mecd.gob.es/2015/05/20/estilos-de-vida-y-salud-de-los-universitarios/>



11. Tecnología web, Reseña histórica, Universidad Católica Los Angeles de Chimbote, (citado en página de internet el 25 de junio 2018). Disponible en: <http://contabilidad.uladech.edu.pe/es/escuela-profesional/sobre-nosotros/resena-historica>
12. Carrero S, Sandoval C. Estilos de vida en estudiantes de la universidad de Boyacá, Colombia 2016, (citado en página de internet el 29 de junio 2018). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v65n2/0120-0011-rfmun-65-02-227.pdf>
13. Veliz T. Estilos de vida y salud de los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud, Universidad de San Carlos de Guatemala. Barcelona, 2017. (citado el 21 de septiembre de 2019). Disponible en: [http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/117375/1/TPVE\\_TESIS.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/117375/1/TPVE_TESIS.pdf)
14. Tamayo J, Rodríguez K, Escobar K, Mejía A. Estilos de Vida de Estudiantes de Odontología. Hacia promoción de la salud. Colombia, 2015 (Citado en página de internet el 21 de septiembre de 2019). Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/3091/309143500011.pdf>
15. Uriarte Y, Vargas A, Estilos De Vida De Los Estudiantes De Ciencias De La Salud De La Universidad Norbert Wiener, Lima, 2018. (citado en página de internet el 13 de set 2019). Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2390/TITULO%20-%20URIARTE%20-%20VARGAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
16. Alvarez G, Vanegas J. Estilos De Vida Saludable En Los Estudiantes Internos De Enfermería De La Universidad De Guayaquil, Ecuador, 2015. (citado en página de internet el 13 de set 2019). Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/8193/1/TESIS%20ESTILOS%20DE>

[%20VIDA%20SALUDABLE%20EN%20INTERNOS%20DE%20ENFERMERIA%20UG.pdf](#)

17. Riquez M, Pérez R, Conocimientos sobre síndrome metabólico y estilos de vida de los estudiantes de enfermería de dos instituciones universitarias de Lima Metropolitana, 2016. (Citado en página de internet el 18 de mayo de 2018).  
Disponible en:  
[http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/377/Maydali\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/377/Maydali_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
18. Ortiz K, Sandoval C, Índice de Masa Corporal y Práctica de Estilos de Vida Saludable en Estudiantes del Servicio Nacional de Adiestramiento en Trabajo Industrial Trujillo, 2015. (Citado en página de internet el 18 de mayo de 2018)  
Disponible en:  
[http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1686/1/RE\\_ENFER\\_INDICE-MASA-CORPORAL-ESTILO.VIDA.SALUDABLE\\_TESIS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1686/1/RE_ENFER_INDICE-MASA-CORPORAL-ESTILO.VIDA.SALUDABLE_TESIS.pdf)
19. Cabana E, Hábitos Alimentarios, Patrón de Alimentación y Estilos de Vida, de Estudiantes de la universidad nacional del altiplano. Puno, 2016. (Citado en página de internet el 18 de mayo de 2018). Disponible en:  
[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/4442/Cabana\\_Colque\\_Erique.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/4442/Cabana_Colque_Erique.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
20. Reynaga M, Estilos De Vida La Escuela Ingeniería Industrial De La Universidad Nacional Hermilio Valdizan Huánuco, 2016. (Citado en la página de internet el 28 de setiembre 2019). Disponible en:  
[http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/339/T047\\_72625190\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/339/T047_72625190_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

21. Losa S, Valera E, Estilo de Vida en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica 2017. (Citado en la página de internet el 28 de setiembre 2019). Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1501>
22. Rodríguez J. El respeto de la dignidad de la persona humana y el proceso de formación integral de los estudiantes universitarios de la facultad de educación y humanidades de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2015. (Citado en página de internet, el día 30 de mayo 2018). Disponible: [http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:Educacion-Irrodriguez/RODRIGUEZ\\_RUIZ\\_Juan\\_Roger\\_Tesis.pdf](http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/tesisuned:Educacion-Irrodriguez/RODRIGUEZ_RUIZ_Juan_Roger_Tesis.pdf)<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/315/PI1720131.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
23. Según Días L, Afrontamiento Del Estrés, Estudiantes Universitarios De La Escuela De Contabilidad De La Universidad San Pedro - Chimbote, 2016. (citado el 27 de setiembre 2019). Disponible en: [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/4560/Tesis\\_56788.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/4560/Tesis_56788.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
24. Villar M. Factores Determinantes de la Salud, 2013, (Citado en página de Internet el 05 de Setiembre del 2018). Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
25. Acevedo G. Martínez D. La Salud y sus Determinantes, internet Manual de Medicina Preventiva y Social. 2014. (Citado el 26 de mayo 2018). Disponible en: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
26. Organización Mundial de la Salud 2015. Los adolescentes se enfrentan a acceder a los servicios de asistencia sanitaria. (Citado el 26 de mayo de 2018) disponible

- en:[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204663/WHO\\_FWC\\_MCA\\_15.06\\_spa.pdf;jsessionid=FA566E402AA470C9B2802A2977C1EA97?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204663/WHO_FWC_MCA_15.06_spa.pdf;jsessionid=FA566E402AA470C9B2802A2977C1EA97?sequence=1)
27. Escuela la Andaluza de Salud Pública, Determinantes Estructurales, Impacto en salud, Políticas Sociales y sistemas Sanitarios. España, 2015. (citado el 10 de septiembre de 2017). Disponible en: <http://www.easp.es/crisis-salud/impacto-en/determinantesestructurales>
28. Nola P, El cuidado teorista, Enfermería 2017.( citado en pagina de internet el 31 de julio 2020). Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
29. Aristizàbal H, Gladis P, Metaparadigma de Nola Pender Universidad Nacional Autonoma de México, (Citado en página de internet el 4 de noviembre del 2020). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741840003.pdf>
30. Cervera F, Hábitos Alimentarios en Estudiantes Universitarios, Universidad de Castilla, 2014. (Citado en página de internet el 27 de mayo de 2018). Disponible en:<https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/5953/TESIS%20Cervera%20Burriel.pdf?sequence=1>
31. Castañeda K, Campos M. Actividad física y percepción de salud de los estudiantes universitarios. Facultad de Ciencias de la Educación. España, 2015. (Citado en página de internet el 27 de mayo de 2018). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v64n2/v64n2a13.pdf>
32. Importancia del descanso en Estudiantes Universitarios, 2018. (Citado en página de internet el 27 de mayo 2018). Disponible en: [http://www.escuela20.com/descanso-estudiantes-universidad/articulos-y-actualidad/la-importancia-del-descanso-para-estudiar-mejor\\_3916\\_42\\_5526\\_0\\_2\\_in.html](http://www.escuela20.com/descanso-estudiantes-universidad/articulos-y-actualidad/la-importancia-del-descanso-para-estudiar-mejor_3916_42_5526_0_2_in.html)

33. Pino A. Alcoholismo en jóvenes universitarios. México, Universidad Iberoamericana, 2016. (Citado en internet el 27 de mayo de 2018). Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/alcoholismo-jovenes-universitarios/>
34. Cruz E, necesidades recreativas de los estudiantes en la Facultad de Ciencias Médicas. 2018. (Citado en página de internet el 27 de mayo de 2018). Disponible en: <http://revgmespirituana.sld.cu/index.php/gme/article/viewArticle/1345/1492>
35. Delgado I, Ayala M, Estilo de vida y riesgos para la salud en estudiantes universitarios, MEXICO, 2010. Citado en página de internet el 27 de mayo 2018). Disponible en. <http://www.revista.unam.mx/vol.10/num2/art12/art12.pdf>
36. Copyright © 2018 SIS INTERNATIONAL MARKET RESEARCH. (Citado en página de internet el 28 de junio 2018). Disponible en: <https://www.sisinternational.com/investigacion-cuantitativa/>
37. Definición de corte trasversal. 2014. (Citado en página de internet el 28 de junio 2018). Disponible en: <http://laeconometria.blogspot.com/2013/09/informacion-de-corte-transversal.html>
38. EXPLORABLE, Diseño de la Investigación Descriptivo, Citado en página de internet el 28 de junio 2018). Disponible en: <https://explorable.com/es/disenio-de-investigacion-descriptiva>
39. Ferrer J, Concepto Básico de Metodología de la Investigación, 2014. (Citado en página de internet el 28 de junio 2018). Disponible en: <http://metodologia02.blogspot.com/p/operacionalizacion-de-variables.html>
40. Maquera E, Definición sobre Estilo de Vida, Juliaca. 2015. (citado en página de internet el 11 de junio del 2018), disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/182/Tesis%20Otto%20Alberto%20Carbo%20Gil.pdf?sequence=1>

41. Galloso C, Principios. Definiciones Lima. 2013, (citado en página de internet el 11 de junio 2018); disponible en: <http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/317/1/Aguado-Ramos.pdf>
42. Dever A, servicio de salud, definición Edad, 2013, (citado en página de internet el 11 de junio 2018); disponible en: <http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/317/1/Aguado-Ramos.pdf>
43. Eustat, definición nivel de instrucción, (citado en página de internet el 11 de junio 2018);disponibleen:[http://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_303/elem\\_11188/definicion.html](http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_303/elem_11188/definicion.html)
44. Arteaga M, Definición Principios Éticos, Chimbote, 2016 (Citado en página de internet el 05 de agosto de 2020). Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5175/ESTILOS\\_D E\\_VIDA\\_FACTORES\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_ARTEAGA\\_ALAYO\\_MARIA\\_ESPERANZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5175/ESTILOS_D E_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_ARTEAGA_ALAYO_MARIA_ESPERANZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
45. Barbaran S. Estilo de vida en estudiantes de Farmacia y Bioquímica, Universidad San Cristobal 2017, Ayacucho. (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en:[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/20447/barbaran\\_vs.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/20447/barbaran_vs.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
46. Arce E y Puma L, Estilo de vida en estudiantes de ingeniería de la Universidad Antiplano, Puno 2014. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020). Disponibleen:[http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1796/Arce\\_S oncco\\_Evelin\\_Melissa\\_Puma\\_Ticona\\_Lourdes\\_Ver%C3%B3nica.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1796/Arce_S oncco_Evelin_Melissa_Puma_Ticona_Lourdes_Ver%C3%B3nica.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

47. Velandia M, Arenas J, Ortega N. Estilos de vida en los estudiantes de enfermería. Universidad Pública de Colombia, 2016. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020) Disponible en:<https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/320>
48. Vega R, Ejeda M, Investigación sobre una calidad de desayunos, universidad de Madrid, 2015 (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en: <https://revista.nutricion.org/PDF/INVESTIGACION-MAXIMILIANO.pdf>
49. Vega O y Gómez D. Actividad física saludable, España, 2015. (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/educanaos/profesores\\_actividad\\_fisica.pdf](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/educanaos/profesores_actividad_fisica.pdf)
50. Enfermería comunitaria descanso y sueño, 2013. (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en: <https://mira.ired.unam.mx/enfermeria/wpcontent/uploads/2013/05/necesidades.pdf>
51. Moreno C, Estilo de vida y Salud de los universitarios, Madrid 2015. (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en: <http://blogbibliotecas.mecd.gob.es/2015/05/20/estilos-de-vida-y-salud-de-los-universitarios/>
52. Jiménez O, Ojeda R, Estudiantes universitarios y estilo de vida, México, 2017. (Citado en página de internet el 10 de octubre del 2019). Disponible en: [file:///C:/Users/HP/Downloads/723-3145-1-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/723-3145-1-PB%20(2).pdf)
53. Canoa C, Estilo de Vida de Universitarios de Enfermería. Universidad Santa Marta, Colombia, 2017. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020). Disponible

en:[https://www.researchgate.net/publication/320341678\\_Estilo\\_de\\_vida\\_de\\_estudiantes\\_universitarios\\_de\\_enfermeria\\_de\\_Santa\\_Marta\\_Colombia](https://www.researchgate.net/publication/320341678_Estilo_de_vida_de_estudiantes_universitarios_de_enfermeria_de_Santa_Marta_Colombia)

54. López P, Factores que influyen en los estudiantes de la Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales de la universidad de Piura, 2016. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020). Disponible en: [https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2498/MAE\\_EDUC\\_308.pdf?sequ](https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2498/MAE_EDUC_308.pdf?sequ)
55. Martínez L, Estrés y Adaptación a la Vida de los estudiantes de Psicología Universidad de Lima, 2019. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020). Disponible en:[http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Mart%C3%ADnez\\_Quispe\\_Estr%C3%A9s\\_acad%C3%A9mico\\_adaptaci%C3%B3n1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/14775/Mart%C3%ADnez_Quispe_Estr%C3%A9s_acad%C3%A9mico_adaptaci%C3%B3n1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
56. Concepto de edad, Copyright 2020. (citado el en página de internet el 26 de Abril de 2020). Disponible en: <https://deconceptos.com/ciencias-naturales/edad#ixzz3A0SGopQb>
57. Fernández J, Estado Civil de las Personas, Biblioteca Jurídica Virtual del Instituto UNAM, (citado el en página de internet el 01 de mayo de 2020). Disponible en: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/7/3100/5.pdf>
58. Dias L, Ingreso Económico y Satisfacción de necesidades. Colombia, 2015. (citado el en página de internet el 01 de mayo de 2020). Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-IngresosEconomicosYSatisfaccionDeNecesidadesBasica-4929323.pdf>
59. Abanto B. Estilos de Vida Saldables en Estudiantes de la Escuela de Enfermería Universidad San Juan Bautista, Lima, 2017. (Citado en página de internet el 2 de



mayo de 2020). Disponible en:

<http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1918/T-TPLE-%20Betty%20Margot%20Abanto%20Go%C3%B1e.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

60. García C, Calidad de Vida y Estilos en estudiantes Universitarios de Metropolitana Lima, 2018. (Citado en página de internet el 2 de mayo de 2020). Disponible en:

[http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/handle/usmp/4184/garcia\\_nacr.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/handle/usmp/4184/garcia_nacr.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

61. Definición de Aspectos Conceptuales Realizado la investigación en Colombia, 2020. (Citado en página de internet el 2 de mayo de 2020). Disponible en:

<https://encolombia.com/medicina/guiasmed/jovenes/definicionyaspectos-2/>

62. Escuela de Salud Pública, Universidad de Chile, 2017. (Citado en página de internet el 2 de mayo de 2020). Disponible en:

<http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/conceptos-de-genero-sexualidad-y-roles-de-genero>

63. Quispe Y, Estilo de Vida en los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades Lima, 2019. (Citado en página de internet el 3 de mayo de 2020). Disponible

en:[http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/258/Quispe\\_YE\\_enfermeria\\_tesis\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/uch/258/Quispe_YE_enfermeria_tesis_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

64. Atocha N, García N, Estilo De Salud Y Hábitos Saludables En Estudiantes De La Escuela De Farmacia, España. 2017. (Citado en página de internet el 3 de mayo de 2020). Disponible en:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1575181317301468>

65. Maldonado F, Estilo de vida en estudiantes de Ingeniería electrónica, Arequipa. 2018, ( citado en página de internet el 6 de noviembre de 2020) Disponible en : <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/8084/ENmamefp.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
66. Buritica D, Concepto Religión y tradición, Medellín Colombia, 2016. (citado el en página de internet el 1 de mayo de 2020). Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/cteo/v41n96/v41n96a10.pdf>
67. Estilo de Vida y Estrés Académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería Arequipa 2014. (Citado en página de internet el 5 de mayo de 2020). Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/2287/ENCucagn.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
68. Gonzales A, Palacios J, Estilo De Vida Y Salud Percibida En Estudiantes De Odontología En Universidad Santiago De Cali, 2017. (Citado en página de internet el 5 de mayo de 2020). Disponible en: [http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7984/Estilos\\_vida\\_salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7984/Estilos_vida_salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
69. Lazo S, Valera E, Silvia A, Estilos de vida en los estudiantes de la Universidad Nacional de Huancavelica, 2017. (Citado en página de internet el 5 de mayo de 2020). Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/1501>
70. Linacero M, Definición de estado civil. España, 2017. (Citado en página de internet el 5 de mayo de 2020). Disponible en: <https://libros-revistas-derecho.vlex.es/vid/civil-registro-193570>
71. Eldon N, Economía Familiar, 2018. (Citado en página de internet el 5 de mayo de 2020). Disponible en: <https://www.churchofjesuschrist.org/topics/family-finances?lang=spa>



**ANEXO N°01**

**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II**

**CICLO ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

No.	Ítems	CRITERIOS			
<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	Consumo 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 semana.	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 preocupación 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 preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	<b>APOYO INTERPERSONAL</b>				
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
	<b>AUTORREALIZACION</b>				
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
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
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
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

**NUNCA:**                      **N = 1**

**A VECES:**                      **V = 2**

**FRECUENTEMENTE:**      **F = 3**

**SIEMPRE:**                      **S = 4**

**El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario**

**N= 4    V=3    F=2    S=1**

**PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos.**



**ANEXO N° 02**

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE**  
**ENFERMERÍA**  
**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE**  
**UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE**  
**CONTABILIDAD DEL II CICLO. ULADECH\_CHIMBOTE, 2018**

**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

**A) FACTORES CULTURALES:**

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

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

**4. ¿Cuál es su religión?**

a) Católico b) Evangélico c) Otras

**B) 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:

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





## ANEXO N° 04

### VALIDEZ DE PEARSONA DE ESTILO DE VIDA

	<b>R-Pearson</b>	
Ítems 1	0.35	
Ítems 2	0.41	
Ítems 3	0.44	
Ítems 4	0.10	(*)
Ítems 5	0.56	
Ítems 6	0.53	
Ítems 7	0.54	
Ítems 8	0.59	
Ítems 9	0.35	
Ítems 10	0.37	
Ítems 11	0.40	
Ítems 12	0.18	(*)
Ítems 13	0.19	(*)
Ítems 14	0.40	
Ítems 15	0.44	
Ítems 16	0.29	
Ítems 17	0.43	
Ítems 18	0.40	
Ítems 19	0.20	
Ítems 20	0.57	
Ítems 21	0.54	
Ítems 22	0.36	
Ítems 23	0.51	
Ítems 24	0.60	
Ítems 25	0.04	(*)



## ANEXO N° 05

### 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 N°06**

**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA  
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA CONSENTIMIENTO  
INFORMADO:**

**TÍTULO**

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN  
UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL II  
CICLO. ULADECH \_CHIMBOTE, 2018**

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.

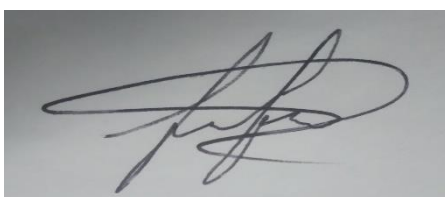
La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

.....

**FIRMA**

### **Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio**

Mediante el presente documento denominado **declaración de compromiso ético y no plagio** el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN UNIVERSITARIOS DE LA ESCUELA DE CONTABILIDAD DEL SEGUNDO CICLO. ULADECH\_ULADECH, 2018** declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



**JERALDIN ISUMI GONZALES QUIÑONES**  
**70149809**