



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

SEDE
ESMERALDAS

ESCUELA DE ENFERMERÍA

TESIS DE GRADO

INFLUENCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA EN EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA.

AUTORA

GABRIELA STEFANÍA ZAMBRANO RUANO

ASESOR DE TESIS

Mgt. MARILYN VILA

ESMERALDAS, 2021

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

El trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos exigidos por el reglamento de Grado de la PUCESE, previo a la obtención del título de LICENCIATURA EN ENFERMERÍA.

.....

Presidente del tribunal de Graduación

.....

Lector (a) 2

.....

Director (a) de Tesis

.....

Directora de Escuela

Esmeraldas, octubre del 2021

AUTORÍA

Yo, Gabriela Stefanía Zambrano Ruano declaro que la presente investigación enmarcada en el actual trabajo de tesis es absolutamente original, auténtica y personal. En virtud que el contenido de esta investigación es de exclusiva responsabilidad legal y académica de la autora y de la PUCESE.

Gabriela Stefanía Zambrano Ruano

C.I 0803456193

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación se lo dedico principalmente:

A Dios

Por iluminar mí camino y llenarme de sabiduría en la toma de decisiones que me permitieron culminar mi trabajo y desarrollo profesional de una manera exitosa.

A mi mamá

Por su amor, su apoyo incondicional, su sacrificio y su motivación constante que me ayudaron a no rendirme y continuar con el proceso.

A mi familia

Quienes han estado conmigo toda la vida, por apoyarme y brindarme su amor en todos los buenos y malos momentos, sirviéndome de guía en mis metas.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por bendecirme la vida, por guiarme a lo largo de mi existencia, por el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad.

Gracias a mi mamá por ser el motor de mi vida, por ser la inspiración de mis sueños, por confiar, creer y no rendirse conmigo, por brindarme sus consejos, valores y principios que me permiten día a día ser una gran mujer.

Agradezco también a mi asesora de tesis Marilyn Vila que estuvo conmigo durante todo este proceso, por su tiempo, orientación y dedicación con mi trabajo de investigación.

También quiero agradecer la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Esmeraldas, en particular a la Escuela de Enfermería, a mis profesores por brindarme una educación de calidad y enriquecerme de conocimientos útiles para el uso profesional.

ÍNDICE

Tribunal de graduación.....	ii
Autoría.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Índice	vi
Lista de Tablas.....	vii
Resumen	viii
Abstract.....	ix
Introducción.....	1
Planteamiento del Tema de Investigación.....	1
Planteamiento del Problema	3
Justificación del Problema.....	5
Objetivos.....	6
Capítulo I Marco teórico.....	7
1.1 Bases Teórico-Científicas.....	7
1.2 Antecedentes.....	11
1.3 Bases legales.....	15
Capítulo II Materiales y métodos	17
2.2 Población y muestra	17
2.3. Definición conceptual y operacionalización de variables	18
2.4 Métodos	19
2.5 Técnicas e instrumentos	19
2.6 Análisis de datos.....	19
2.7 Normas éticas	19
Capitulo III Resultados.....	20
Capitulo IV Discusión	26
Capítulo V Conclusiones.....	28
Capítulo VI Recomendaciones	29
Referencias	30
Anexos.....	33

Lista de Tablas

Tabla 1 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por nivel académico	20
Tabla 2 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por nivel académico y sexo.....	21
Tabla 3 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por rendimiento académico y nivel de estudio.....	22
Tabla 4 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por rendimiento académico y estilo de vida.....	23
Tabla 5 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por materias reprobadas.....	24
Tabla 6 Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por financiamiento de estudios	25

Resumen

Esta investigación se realizó con estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas, como objetivo general se planteó analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas. Se investigó ¿Cómo influyen los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica de la ciudad de Esmeraldas? Se propuso tener un impacto social a mediano plazo para mejora del nivel académico de los alumnos. En la metodología aplicada se realizó un estudio cuantitativo, de corte transversal y de enfoque correlacional; la población estuvo conformada por 379 estudiantes de segundo a noveno nivel de la escuela de enfermería, donde se tomó una muestra representativa de 171 estudiantes. Los resultados muestran que 144(63%) estudiantes practican estilos de vida saludables y 84(37%) practican estilos de vida no saludable, el 50% de los estudiantes encuestados tienen un rendimiento académico bueno, también se encontró evidencia significativa de que los estilos de vida influyen en el rendimiento académico. Concluyendo se puede decir que los estilos de vida influyen directamente en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería, un estilo de vida saludable genera que el rendimiento del estudiante este enfocado positivamente al aprendizaje y desarrollo de habilidades académicas que le permitirán obtener promedios muy buenos o excelentes.

Palabras clave: Estilos de vida; rendimiento académico; hábitos de estudio.

Abstract

This research was carried out with nursing students from the Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas, as a general objective it was proposed to analyze the influence of lifestyles on the academic performance of nursing students of the Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas. How do lifestyles influence the academic performance of nursing students at the Catholic University of the city of Esmeraldas? It was proposed to have a medium-term social impact to improve the academic level of students. In the applied methodology, a quantitative, cross-sectional and correlational study was carried out; the population was made up of 379 students from second to ninth level of the school of nursing, where a representative sample of 171 students was taken. The results show that 144 (63%) students practice healthy lifestyles and 84 (37%) practice unhealthy lifestyles, 50% of the students surveyed have good academic performance, significant evidence was also found that lifestyles influence academic performance. Concluding it can be said that lifestyles directly influence the academic performance of nursing students, a healthy lifestyle generates that the student's performance is positively focused on learning and development of academic skills that will allow him to obtain very good or excellent averages.

Keywords: Lifestyles; academic performance; study habits.

INTRODUCCIÓN

Presentación del tema de investigación

Se define como estilo de vida al conjunto de actitudes y comportamientos de un individuo o una comunidad, que acogen y desenvuelven para satisfacer sus necesidades y poder lograr el desarrollo personal. La Organización Mundial de la Salud (2020) definió a los estilos de vida como “forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales” (p. 118).

El estilo de vida se adquiere con los pasos de los años, tiene efecto en la salud física y emocional. Un estilo de vida saludable influye de forma positiva a la salud, se caracteriza por hábitos variados y equilibrados, como realizar ejercicio en el tiempo libre, comer saludable evitando caer en comidas chatarra, también se incluye el tener un estado emocional positivo (Martínez, 2015).

Existen diversos cambios en los estilos de vida cuando se inicia la edad adulta, esto se produce por influencia social y personal que experimentan los individuos, por lo que es importante analizar los estilos de vida desde la etapa de adultez temprana, sobre todo en el caso de los estudiantes que en general inician su carrera profesional a una edad joven, ocasionando que sean vulnerables para adoptar conductas inapropiadas, dañinas o nocivas para la salud, dando consecuencias a futuro, como problemas de salud de tipo cardiovascular o metabólicos (Lara, Quiroga, Jaramillo, & Bermeo, 2018).

La relación de la persona con el estilo de vida constituye un problema observado e identificado por diferentes investigadores del tema. En general en esta relación se manifiestan dos tendencias fundamentales. La primera que expresa al estilo de vida como una cualidad subjetiva, que depende únicamente del sujeto, es decir que comprende su parte interna. La segunda tendencia refleja la parte externa del individuo. Por lo que se llega a definir que, en cualquiera de las dos tendencias, son determinados por la presencia de factores de riesgo y/o factores protectores para el bienestar, por consecuencia deben ser observados como un proceso dinámico que abarca tanto las acciones individuales, como las acciones grupales de tipo social (Pelayo & Gómez, 2020).

La clave del desarrollo de un estilo de vida saludable depende directamente del compromiso de la persona y la sociedad, los cuales mejoran para satisfacer las necesidades específicas de su entorno, mejorando la calidad de vida y alcanzando un desarrollo completo en términos de dignidad humana, permitiendo mejorar todos los aspectos de la vida de una persona, entre ellos el rendimiento académico.

El rendimiento académico se define como el resumen conceptualizado de las actividades desarrolladas en un periodo académico, en base a las competencias u objetivos establecidos en las diferentes materias que esté cursando el estudiante. Desde el punto de vista operativo, este indicador está limitado a evaluar al estudiante con número o letras, provocando en su mayoría insatisfacción en el alumno, lo cual se ve reflejado en el aumento de deserción académica (Arnedo, 2018).

Los estilos de vida están relacionados con el rendimiento académico, estos son factores implícitos en el abandono escolar. A partir de diferentes investigaciones realizadas con estudiantes en Ecuador, se demuestra que a mayor calidad de vida mejor rendimiento académico. El abandono escolar en Ecuador en los últimos años ha ido decreciendo, debido al desarrollo socio-económico del país que influye en el sistema educativo nacional. En otros países como Malta y Portugal el abandono académico representa el 39% y 28% respectivamente, estando con valores más altos que los de España con 24%, México con 30% y Nicaragua 33%. Ecuador en conjunto con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) trabajan cada año para poner en práctica planes de mejora continua, incluyendo educación de los estilos vida saludable (Bonifaz., 2017).

El ingreso a la universidad representa la salida del grupo familiar y la entrada a la vida adulta, llena de nuevas responsabilidades como la realización de trabajos propios de la carrera, trabajos extracurriculares, cargas horarias extenuantes, nuevos desafíos, estrés y la adaptación al nuevo entorno, que pueden incluir cambios en los hábitos alimenticios o estilos de vida inadecuados. Los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Esmeraldas, al ser en su mayoría residentes de la ciudad tienen mayor autonomía en la selección de estilos de vida saludable. Los estudiantes de enfermería representan un grupo vulnerable, debido a su periodo académico que se divide en jornadas de estudio intensivo y prácticas semestrales, por lo que al contar con poco tiempo frecuentemente tienden a consumir comida chatarra y bebidas azucaradas, dejando a un

lado la práctica de ejercicio físico, desarrollando por consecuente malos hábitos de vida que influyen en su rendimiento académico (Montoya & Mateos, 2017).

En general son pocos los estudios realizados sobre los estilos de vida de los estudiantes universitarios en Ecuador. Ante lo expuesto, el objetivo del estudio fue determinar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Esmeraldas.

Planteamiento del Problema

El estilo de vida es un fenómeno que agrupa varios aspectos cotidianos de las personas, es cada vez más frecuente en la comunidad y su mala práctica trae consecuencias importantes, porque puede afectar el bienestar físico, psicológico y social del individuo. Aprender todos los conceptos que implica un correcto estilo de vida tiene que ser parte estructural de la persona, debe guardarse en la memoria para no olvidarlo con el paso del tiempo y de esta forma conservarlo para toda la vida.

El origen del problema puede estar determinado por los estilos de vida impuesto por la sociedad desde el nacimiento, una idea de total igualdad frente a todo, y que ha limitado a los jóvenes a buscar y crear su propia identidad, ocasionando que se apeguen a modas, provocando una sensación de insatisfacción muy profunda, porque ellos se sienten influenciados hacer lo que los medios de comunicación cataloguen en la comunidad, caso contrario podrían recibir rechazo ante acciones diferentes al estereotipo, cayendo en la trampa del sistema (Lorenzo & Salvador, 2016).

El bajo rendimiento académico de los estudiantes universitarios es considerado en la actualidad como un problema prioritario en la educación superior, debido a la diversidad de factores que influyen en el rendimiento académico, como la capacidad general para el aprendizaje, los horarios de estudios, el uso del tiempo libre, los hábitos de estudio, la falta de vocación, la autoestima, los malos hábitos alimenticios, etc.

Otro aspecto que influye en el rendimiento académico son los horarios de clases que en general provocan una inestabilidad persistente en la mayoría de los estudiantes, debido a que desencadenan una desincronización interna. Las clases deberían estar diseñadas para

aprovechar de mejor forma el tiempo y así tener mayor probabilidad de aprender, individualizando la educación (Arnedo, 2018).

El manejo del tiempo libre representa un componente importante e implícito de los hábitos y estilos de vida saludable por todos los beneficios que aporta al bienestar y la calidad de vida. Es necesario aprender a manejarlo para el beneficio propio, al relacionar el rendimiento académico de los estudiantes con el tiempo libre, es evidente la falta de orientación para la transición de la secundaria a la vida universitaria, es importante que se guíe al estudiante en todos los ámbitos para lograr éxito en el proceso educativo, determinando líneas de trabajo para obtener resultados favorables (Quintero, 2019).

Otro componente del estilo de vida saludable es la adecuada alimentación que genera a través de los alimentos una subsistencia al organismo, así como la energía suficiente para realizar diversas actividades y poder cumplir con los proyectos individuales propuestos por cada persona. Sin embargo, los jóvenes universitarios en la actualidad han adoptado costumbres alimenticias inadecuadas que van desde consumir alimentos ricos en grasas saturadas hasta consumir alimentos de fábrica ricos en preservantes. Todos estos cambios traen consecuencias en la salud de los estudiantes, como problemas físicos de obesidad o desnutrición, problemas de cansancio físico, o desgaste intelectual (Taira, 2018).

El estudio es un factor importante para el éxito académico, este depende de las destrezas, habilidades y técnicas de aprendizaje que aplica el estudiante para alcanzar sus objetivos, por lo que el alcance académico dependerá de los conocimientos adquiridos y de cómo estos son puestos en práctica. La falta de búsqueda de técnicas de aprendizaje en los universitarios provoca un déficit de hábitos de estudio aceptables, debido a la falta de experiencia o relación con el ambiente universitario, no todos los estudiantes se enfrentan al éxito, la mayoría se limitan por las nuevas exigencias, las necesidades del trabajo académico, la mayor dedicación al estudio, a la autonomía (Soto, 2016).

El bajo rendimiento académico es un problema real que afecta a la mayoría de los jóvenes universitarios debido a estilos de vida inadecuados que han adoptado o han modificado por el nuevo ambiente de estudio que deben enfrentar. La falta de motivación interna y externa puede sufrir atribuciones en las causas de la percepción que tiene el estudiante sobre la nueva etapa, afectando de forma directa el auto concepto académico, la auto eficacia percibida, la inteligencia y las aptitudes. Todos estos aspectos desarrollan malos

hábitos de estudio y malos hábitos alimenticios, provocando consecuencias en el rendimiento académico, desde bajas calificaciones hasta la deserción académica (Almanza, 2018).

La comida rápida es una de las principales opciones de elección por los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas, debido a su bajo costo, rápido acceso y un buen sabor, este tipo de alimentación por lo general no aporta nutrientes al desarrollo de los jóvenes, que necesitan un gran aporte de minerales para mantenerse alerta y poder desarrollar sus actividades. Las principales consecuencias de esta selección son el sobrepeso u obesidad, que puede desencadenar una vida sedentaria.

Los estudiantes de enfermería tienen un estilo de vida poco saludable por los horarios de clases intensivos y por la mala distribución a su tiempo libre, que los lleva al consumo de tabaco, bebidas alcohólicas, falta de ejercicio, entre otras consecuencias. La escuela de enfermería carece propuestas de promoción y prevención a la salud de los estudiantes, para crear ambientes favorables de vida y aprendizaje. Las actividades académicas, culturas, deportivas, las relaciones con profesores y compañeros son la base esencial en el desarrollo de los estudiantes de enfermería, por eso es importante identificar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico, para emplear acciones de mejora a la calidad de estudio de la escuela de enfermería.

En base a los factores, elementos o aspectos mencionados se conlleva a la siguiente pregunta científica: ¿Cómo influyen los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica Sede Esmeraldas?

Justificación del Problema

Los estilos de vida son un conjunto de conductas, hábitos, costumbres y actitudes que adquiere una persona, en base a factores sociales o personales, estos permitirán bienestar y desarrollo individual. La variedad de problemas que influyen en la educación, el presente trabajo busca estudiar varios de los factores que afectan al rendimiento académico, cómo estos se relacionan con los estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Esmeraldas. Este estudio al no haberse realizado con los estudiantes de la carrera enfermería de la PUCESE, fue novedoso y permitió conocer el estilo de vida de estos, lo que influyó de manera positiva o negativa en su desenvolvimiento académico.

El estudio realizado es original, porque aborda un tema jamás estudiado en la región, aportó con ideas diferentes y nuevas, que influenciaron de forma positiva en la conducta de los estudiantes de enfermería, se desarrollan temas de salud y educación.

El estudio fue dirigido a los estudiantes universitarios, se propuso tener un impacto social a mediano plazo para mejora del nivel académico de los alumnos. Es necesario tomar conciencia de que el esfuerzo en mejorar los estilos de vida, trae como resultado un progreso continuo en la salud física y emocional del individuo, por lo que aumentará su rendimiento en todos los aspectos. Por tal motivo fue necesario realizar la presente investigación, debido a que el tema está relacionado con la necesidad humana, buscando satisfacer las aspiraciones culturales, y aclarar a través de conocimientos científicos los daños y beneficios que se producen. El estudio fue factible y viable, existió disponibilidad de recursos, materiales humanos y logísticos, con suficiente metodología y estadística para realizar la indagación científica de acuerdo con el propósito investigativo.

Objetivos

General

Analizar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Esmeraldas.

Específicos

1. Identificar los estilos de vida de los estudiantes de enfermería.
2. Determinar el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.
3. Comparar los estilos de vida con el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Bases Teórico-Científicas

El estudio de los estilos de vida se ha desarrollado por diferentes disciplinas como la sociología, la antropología y la epidemiología. La evolución de sus conceptos y las mayores aportaciones han surgido de las ciencias socioculturales que determinan a los estilos de vida como patrones de comportamiento grupal que son orientados por el medio social que nos rodea. A finales del siglo XIX el reconocimiento de las influencias culturales encaminó a la creación de nuevos términos que ayudaran a entender los aspectos de la realidad humana. Uno de esos conceptos es el estilo de vida (Álvarez, 2017, p.96).

Karl Marx en 1867 relacionó el estilo de vida con la economía del individuo, sostuvo que la posición social de una persona está definida por su accesibilidad a los medios de producción, es decir que está ligada a la cantidad de bienes que tenga bajo su poder. Según Marx los estilos de vida se fundamentan por el ambiente de la comunidad, la cual proponía determinantes de estilos de vida como la posición salarial y ocupacional en los grupos sociales. De esta manera, Marx comprende que el estilo de vida es consecuencia de las condiciones socioeconómicas que hayan rodeado al individuo.

Thorstein Veblen en su obra *Teoría de la clase ociosa* de 1899, realiza los primeros cambios de los conceptos de estilo de vida de Marx. Veblen añade que el estilo de vida propio está impulsado por el estatus, el cual sirve como motivador individual para validar el propio estilo de vida. En 1946 Max Weber desarrollo una comparación entre estilo de vida y estatus social, en su texto *Economía y sociedad*. Weber resalto que los estilos de vida no se fundamentan solo en lo que la persona produce, sino que también en lo que consume. Según Weber el estilo de vida está estructurado por dos aspectos; la conducta vital que serían las decisiones que elija el individuo en su estilo de vida y las oportunidades vitales que aportan a la probabilidad de que esas decisiones se realicen. De esta manera Weber identifica el aspecto académico como un componente de estilo de vida en conjunto con los ingresos, la ocupación, la educación y el status dando origen al

concepto “status socioeconómico” con lo que ofrece cierto margen de libertad al individuo en su compartimento (Coreil, Levin, & Gartly, 2019).

En el aspecto sociológico, las primeras aportaciones de estilo de vida fueron proporcionadas por Bourdieu, quien expuso que los hábitos alimentarios y las preferencias deportivas eran determinantes específicos en los estilos de vida de las personas, a estos aspectos los denomino *habitus*. Según Bourdieu las personas de un mismo grupo social suelen compartir los mismos estilos de vida, como alimentos, deportes o hobbies porque pueden obtener las mismas posibilidades. En el campo sociológico, Cockerham establece la *Teoría sociológica* en la que fundamenta que los estilos de vida en salud son parámetros de comportamiento grupal, que se desarrollan en base a las elecciones que realizan los seres humanos y están condicionadas por las oportunidades que el medio social les brinda que pueden ser la clase social, la edad, el género, la cultura y las condiciones de vida. En 1964 Coleman determinó a los estilos de vida como las normas generales de suposiciones, motivos, estilos cognitivos y técnicas de enfrentamiento que definían la consistencia del individuo (Zárate & Herrera, 2018).

El estudio de la literatura expresa que los estilos de vida son un tema de preocupación tanto en el aspecto académico como el campo de la salud. La comprobación de que la relación entre los hábitos, la exhibición a momentos determinados, la aparición de enfermedades crónicas ha influenciado en el estudio de estilos de vida, por lo que ha aumentado el número de investigaciones permitiendo establecer nuevas estrategias de intervención para el cambio de malos hábitos, con la finalidad de evitar enfermedades degenerativas.

Por lo general las investigaciones basadas en los estilos de vida se ajustan a las enfermedades crónicas no transmisibles y a enfermedades como la obesidad, la diabetes mellitus tipo II, hipertensión arterial, síndrome metabólico, enfermedades cardiovasculares. La obesidad se puede considerar como uno de los temas más investigados en la actualidad, incluyendo aspectos como los hábitos alimenticios, actividad física y el tabaquismo.

El término estilo de vida se relaciona directamente con el concepto de modo de vida, debido a que ambos estudian el desarrollo de la personalidad del hombre en una sociedad y como este proceso influye en la salud y la enfermedad del individuo. Ambos conceptos

fueron temas de estudio en el ámbito de la salud a mitad del siglo XX, debido a los cambios de concepto de salud y enfermedad, por lo que surgieron nuevos determinantes de salud.

A inicios del siglo XX, se origina un cambio de vista en el estudio de los estilos de vida abarcando factores individuales, propios de la persona. El primer exponente de esta nueva orientación es Alfred Adler que en su *Teoría de la personalidad* define al estilo de vida como un modelo único de conductas y hábitos a través de los cuales la persona trata de lograr la superioridad, con lo cual se define que el hombre decide sobre su vida. Adler fue el primer hombre en introducir el término estilo de vida dentro del ámbito psicológico, el cual expresa que la psicología individual influye en el desarrollo de la persona, debido a que esta evoluciona desde la niñez, desarrollando una personalidad basada en los problemas, tensiones y circunstancias por las que el individuo ha pasado, dando como consecuencia una falta de cambio en la percepción de la persona de sí mismo (Gómez, 2017, p.41).

Marc Lalonde en 1974 planteó un modelo aclaratorio sobre los determinantes de salud, en el cual incluyó al estilo de vida, el ambiente social, la biología humana y los servicios de salud. Lalonde definió al estilo de vida como las relaciones que se dan entre los hábitos personales, el estilo alimenticio, la actividad física, conductas sociales, relaciones personales, uso de los servicios de salud, etc. El estilo de vida es una forma general que permite el análisis de patrones cognitivos, efectivos, emocionales y conductuales que se reflejan continuamente en el tiempo, bajo condiciones constantes (Villar, 2016, p.237).

Los estilos de vida se ven afectados por cambios de tipo social, económico, cultural y psicológico que las personas enfrentan en toda su vida. La vida universitaria representa una modificación exclusiva del desarrollo del individuo, debido a que se realiza la elección de la formación profesional que determinara el futuro social y económico de la persona. Por esta razón, esta decisión puede influir en el estilo de vida, el cual se verá reflejado en la salud y en el rendimiento académico. Los universitarios son considerados un grupo vulnerable por las jornadas de estudio extensas, el tiempo, el dinero, los malos hábitos, los valores, estrés, entre otros.

Leo Vygotsky en su *Teoría del desarrollo social* explica como la socialización puede afectar en el desarrollo del aprendizaje en un individuo. Intenta aclarar la conciencia o

percepción como resultado de la socialización. Esto define que al momento de hablar con nuestros semejantes, interactuamos por beneficio de la comunicación y finalizamos asimilando lo que dijimos. Vygotsky sostiene que el desarrollo cognitivo de una persona ocurre primero a nivel social, denominado interpsicológico y en segundo lugar a nivel personal, nominado intrapsicológico (Mae, 2015).

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

Puche (2017) define al rendimiento académico como un desarrollo de varias disciplinas donde intervienen la cuantificación y cualificación del estudio en el progreso cognitivo, sentimental y actitudinal del estudiante ante el desarrollo de problemas relacionados con las metas propuestas.

Alves y Acevedo (2019) indican que el rendimiento académico es el producto del aprendizaje, mediante el cual el docente y el estudiante miden el nivel de aprendizaje, a través de la cantidad y calidad del conocimiento interiorizado por el alumno. Estos autores también hacen mención a los logros del estudiante, el cual definen como la transformación de la conducta del alumno en base a sus conocimientos, destrezas y habilidades que se muestran como producto ordenado del proceso de enseñanza, y que se manifiesta a través de un promedio en escala de calificaciones.

Sánchez y Pírela (2017) definen al rendimiento académico como el progreso obtenido por los estudiantes en base a las metas programadas. La calificación obtenida por el alumno es medida por números que pueden ir entre uno y veinte, determinando la calificación mínima para aprobar de diez. El rendimiento es cuantitativo porque se fundamenta con las calificaciones alcanzadas por el estudiante determinadas por evaluaciones, y es cualitativo por los cambios que se producen en la conducta en términos de acciones, procesos y operaciones, en el que el estudiante construye sus pensamientos en base a ideas críticas para resolver problemas y encontrar soluciones (Navarro, 2016).

La evaluación es el proceso mediante el cual se mide el rendimiento académico del alumno, este debe ser continuo, integral y cooperativo, con la finalidad de expresar el alcance de los objetivos educativos. Por este motivo las evaluaciones deben ser

registradas de manera permanente, en un proceso continuo, debido a que se realiza en varias fases y operaciones que tienen como objetivo terminar las acciones educativas, tomando en cuenta la personalidad del estudiante, el proceso de aprendizaje y cooperativa. La evaluación permite identificar el potencial del estudiante, el progreso de aprendizaje, facilitando una visión del rendimiento académico del proceso estudiantil.

Maslow en su *Teoría de la autorrealización*, expresa que las personas se sienten motivadas de forma recurrente por la necesidad de explotar su potencial, de esta forma desde la perspectiva humanista, motivar a los alumnos comienza desde fomentar los recursos internos, sus competencias, autoestima, autonomía y realización. La motivación influye en el rendimiento académico del alumno, el cual espera obtener una recompensa en consecuencia de las acciones que ha realizado durante el periodo de educación. El incentivo que reciba el estudiante puede ser un determinante positivo o negativo en su conducta, la motivación del estudiante inicia con el análisis de los incentivos y recompensas presentes en clases (Pinzon, 2015).

En los últimos años se ha desarrollado un bajo rendimiento académico en los estudiantes universitarios, debido a que muchos factores intervienen en este proceso como el estilo de vida, la capacidad de aprendizaje, los conocimientos, la vocación, la autoestima, los hábitos, las técnicas de aprendizaje y la influencia de los docentes. El enfoque de estilo de vida considera a la educación como un parámetro necesario en el cambio y mejora de los hábitos y conductas de un estudiante, limitando sus interpretaciones a las causas y efectos que se producen en el ámbito educativo.

El estudio de estilo de vida permite tener un enfoque generalizado de la vida del estudiante, y también permite un análisis específico de cada elemento, que influye en su rendimiento académico, por lo que su resultado permitirá elaborar planes de mejora orientados a modificar malos hábitos estudiantiles.

1.2 Antecedentes

Capdevia, Bellmunt y Hernando en el año 2015 realizaron un estudio sobre estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no-deportistas en España. La investigación tuvo como objetivo esclarecer algunas dudas respecto al uso que hacen del tiempo libre los sujetos deportistas adolescentes en comparación con sus

iguales no-deportistas y de qué forma podía influir esto en su rendimiento académico. La muestra estaba formada por 313 sujetos adolescentes de 3º y 4º de ESO, 181 hombres y 132 mujeres, de 12 Centros de Castellón de la Plana; 124 eran deportistas y 189 no-deportistas. El resultado de la investigación fue que los sujetos deportistas tienen mejor rendimiento académico, mejores hábitos de estudio y dedican menos tiempo al ocio sedentario; además, dentro de los hábitos de estudio, los sujetos deportistas planifican mejor su tiempo libre y presentan mejor actitud frente a los estudios.

Villanueva en el año 2016 realizó un estudio sobre estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes en España. La investigación tuvo como objetivo averiguar la relación existente entre rendimiento académico, hábitos de estudio, horas de sueño y ocio sedentario en sujetos adolescentes. Los materiales y métodos de la investigación fueron descriptivos y correlacionales. El resultado de la investigación fue que El rendimiento académico se relaciona de forma positiva con los hábitos de estudio y las horas de sueño; y de forma negativa con el ocio sedentario.

Chávez en el año 2015 realizó un estudio sobre estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Sonora (México). La investigación tuvo como objetivo identificar los factores que explican el desempeño académico de los estudiantes de tres licenciaturas de la División de Ciencias Biológicas y de la Salud, generación 2009-2, de la Universidad de Sonora. Los materiales y métodos de la investigación fueron descriptivos y correlacionales. Los sujetos de interés del presente trabajo fueron los alumnos inscritos en las licenciaturas de agronomía, enfermería y medicina de la Unidad Regional Centra (URC), correspondientes al nuevo ingreso del ciclo escolar 2014-2. El resultado de la investigación fue que el desempeño académico de los estudiantes universitarios es determinado por la confluencia de factores contextuales y personales, cuyas variables son de naturaleza diversa, como los diferentes estilos de vida desarrollados por los estudiantes.

García en el año 2016 realizó un estudio en Perú sobre influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina. La investigación tuvo como objetivo determinar si los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina de la UNT en el periodo lectivo 2015. Los materiales y métodos de la investigación fueron de tipo aplicado y por diseño descriptivo, prospectivo, transversal y relacional. Se utilizó a todo el universo muestral, es decir a la totalidad de

alumnos matriculados en el año académico 2015 del primer al sexto año respectivamente que hicieron un total de 552 alumnos de ambos sexos. Entre los resultados obtenidos se encontró que el 87% practica Estilos de Vida saludables y solo el 13% no lo hacía. En cuanto al rendimiento académico se encontró que el 75% tenían rendimiento académico bueno y un 8% en el rango de excelente, finalmente al hacer la relación entre las variables estilos de vida y rendimiento académico se encontró que de los 482 alumnos que practicaban estilos de vida saludables 408 (74%) tuvieron un rendimiento académico bueno y 46 (08%) rendimiento excelente lo que nos lleva a la conclusión que los estilos de vida saludables sí influyen en un buen rendimiento académico de los estudiantes de medicina de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional de Trujillo.

Guerrera y Zárate en el año 2014 realizaron un estudio sobre influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de las estudiantes del proyecto Hatun Ñan de la UNSCH. Agosto - octubre 2013. La investigación tuvo como objetivo conocer la influencia de los estilos de vida sobre el rendimiento académico de los estudiantes del proyecto Hatun Ñan de la UNSCH durante los meses agosto-octubre 2013. El método de estudio fue descriptivo, transversal y prospectivo. El resultado de la investigación fue que el 71 % de estudiantes tuvieron estilos de vida poco saludable, el 48% de estudiantes tuvieron rendimiento académico regular, el 39,3% de los estudiantes tuvieron estilos de vida poco saludables con un rendimiento académico regular, el factor Facultad a la que pertenecen los estudiantes se asocia con los estilos de vida ($p>,005$).

Cárdenas, Martínez y Zapata en el año 2017 realizaron un estudio en Colombia sobre rendimiento académico y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes de odontología. La investigación tuvo como objetivo asociar rendimiento académico y la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) en estudiantes de odontología de la Universidad de Cartagena. Los materiales y métodos de la investigación fueron de corte transversal realizado en 347 estudiantes, previo consentimiento informado. Se diseñó y aplicó encuesta auto diligenciada para indagar variables sociodemográficas y CVRS (WHOQOL-BREF). El rendimiento académico fue obtenido a través de la Secretaría Académica de la institución. Se estimaron ocurrencias (prevalencias) y asociaciones entre variables (odds ratios) con un nivel de confianza del 95 %. El resultado de la investigación fue que el 35,2 % de los estudiantes presentaron bajo rendimiento académico, y los principales motivos de pérdidas de asignaturas fueron poco tiempo dedicado a estudiar (20,1 %) y metodología académica utilizada (13,8 %). Según el cuestionario WHOQOL-

BREF, 37,7% de los estudiantes percibió que presenta una buena CVRS y sentirse bastante bien con su salud (52,2 %). Se encontró asociación entre los estudiantes con bajo rendimiento académico y compromiso del dominio social evaluado por el WHOQOL-BREEF (OR =2,13, IC 95 % =1,12-4,06 p=0,02) y ser adolescente (OR =1,7, IC 95 % =1,04-3,05 p=0,03).

Bricio en el año 2014 realizó un estudio en Ecuador sobre incidencia del estilo de vida en el rendimiento académico de los estudiantes, mediante un análisis interno en la Universidad Estatal Península de Santa Elena UPSE, de la provincia de Santa Elena. La investigación tiene como objetivo evaluar la incidencia del estilo de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de la UPSE. La metodología que se aplicó fue de dos tipos, investigación cuantitativa y cualitativa, entre los resultados del análisis de los cuestionarios y el focus groups, se determinó que los estudiantes dedican dos horas para estudiar, a veces no asisten a clases por enfermedad, pereza, o se quedan dormidos, les gusta jugar fútbol, salir a fiestas, consumen bebidas alcohólicas, consumen tabaco, navegan dos horas y más en las redes sociales, viajan poco por falta de recursos, y en la mayoría de los casos no desayunan, leen poco, el cual en gran medida afecta su rendimiento académico.

Bonifaz, Trujillo, Ballesteros, Sánchez y Santillán en el año 2017 realizaron un estudio en Ecuador sobre estilos de vida y su relación con las calificaciones escolares. La investigación tuvo como objetivo analizar la relación entre el tiempo dedicado a ver la televisión, el tabaquismo y el consumo de alcohol con las calificaciones escolares de adolescentes ecuatorianos. El estudio se realizó en 54 escuelas de la sierra ecuatoriana, siendo del número total de participantes de 17,302, de los cuales 7,502 son alumnos y 9,800 corresponde a los padres y tutores que colaboraron. Se aplicó un cuestionario para describir las variables frecuencia semanal de práctica deportiva, consumo de alcohol, tabaco, televisión, asignaturas suspensas y nivel socioeconómico de los padres. El resultado del análisis multivariante las variables negativamente asociadas al rendimiento académico son; el tabaco, el nivel socio económico bajo, el alcohol y ver la televisión más de dos horas al día. Por el contrario, las que tienen una relación positiva con el rendimiento académico son; la práctica deportiva a nivel competición, practicar deporte con una frecuencia superior a los dos días por semana y ser mujer.

1.3 Bases legales

En la investigación, al momento de estudiar los determinantes de salud, se dará cumplimiento con el artículo 3 de la Ley Orgánica de Salud porque definiremos como el bienestar físico, mental y social de un individuo puede influenciar en su calidad de vida, sirviendo como base para orientar a las personas a construir ambientes y entornos saludables (Ley Orgánica de Salud, 2017).

El artículo 11 de la Ley Orgánica de Salud será cumplido, porque esta investigación sirve como base para mejorar los estilos de educación que se imparten en los niveles superiores, promocionando los estilos de vida saludable y fomentando los conocimientos de los deberes y derechos de salud (Ley Orgánica de Salud, 2017).

En la Ley Orgánica de Salud en el artículo 12 se hace referencia a la comunicación social como desarrollador de hábitos y estilos de vida, con la finalidad de fomentar la igualdad entre géneros, el autocuidado y participación ciudadana, este artículo dará cumplimiento en la investigación porque establece como la comunicación entre las personas de una comunidad puede contribuir al estilo de vida (Ley Orgánica de Salud, 2017).

El artículo 18 de la Ley Orgánica de Salud hace referencia a la promoción de actividades con el enfoque de resaltar los valores nutricionales de los alimentos en los centros educativos, este artículo se cumplirá en la investigación porque uno de los parámetros de estilos de vida es la nutrición del individuo, como la mala alimentación puede desencadenar en una vida sedentaria (Ley Orgánica de Salud, 2017).

La investigación hace cumplimiento al artículo 20 de la Ley Orgánica de Salud, porque el desarrollo metodológico se realizará dentro de una institución educativa, a la cual se le brindará una información previa del contenido del proyecto (Ley Orgánica de Salud, 2017).

En esta investigación de los estilos de vida y rendimiento académico una de los principales efectos es el sobrepeso, que lleva al desarrollo de enfermedades cardiovasculares cumpliendo con el Plan Nacional de Desarrollo donde se menciona que una de las principales causas de mortalidad son las enfermedades degenerativas, que por lo general se desarrollan a partir del sobrepeso o la desnutrición, que son indicadores de estilo de vida. Es por eso que el Plan Nacional de Desarrollo promueve que las personas

tomen conciencia en consumir alimentos saludables y hacer ejercicio (Plan Nacional de Desarrollo, 2017).

En la Ley Orgánica de Educación Superior (LOES) se incentiva a la educación superior a promocionar una oferta académica adecuada, que cumpla con la matriz productiva. En este trabajo investigativo se establece la importancia que tiene la promoción de la oferta académica en el rendimiento académico, debido a que esta decisión contribuye al desarrollo de estilo de vida del estudiante, que dependerá de su nivel de interés (Ley Orgánica de Educación Superior, 2018).

CAPÍTULO II

MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de estudio

Se realizó un estudio cuantitativo para plasmar en tablas y figuras los datos numéricos que se obtuvieron como resultado de la investigación, fue de corte transversal debido a que se aplican los instrumentos de recolección de datos en una sola ocasión, en un mismo espacio de tiempo y tuvo un enfoque correlacional que determinó si el rendimiento académico esta correlacionado con el estilo de vida de los estudiantes de enfermería de la PUCESE.

2.2 Población y muestra

La población está conformada por los estudiantes de enfermería de segundo a noveno nivel, con un universo de $n=379$ y una muestra representativa de $n=171$ estudiantes.

La muestra fue determinada con la siguiente formula:

n =tamaño de muestra; N =tamaño de población; σ =desviación estándar; Z =nivel de confianza; e =error muestral.

$$n = \frac{N\sigma^2 Z^2}{(N - 1)e^2 + \sigma^2 Z^2}$$

$$n = \frac{(379)(0,5)^2(1,96)^2}{(470 - 1)(0,05)^2 + (0,5)^2(1,96)^2}$$

$$n = \frac{(379)(0,25)(3,8416)}{(469)(0,0025) + (0,25)(3,8416)}$$

$$n = \frac{364,4085}{1,1725 + 0,9604}$$

$$n = \frac{364,4085}{2,1329}$$

$$n = 170.85$$

$$n = 171$$

Dentro de los criterios de inclusión, se toman en cuenta:

- De ambos sexos.
- Haber expresado su consentimiento informado por escrito para participar del estudio.

Se toman como Criterios de exclusión los siguientes:

- No estar matriculado.
- Estar atravesando una enfermedad que afecte su estado nutricional y rendimiento académico.

2.3. Definición conceptual y operacionalización de variables

Las variables en el siguiente estudio han sido clasificadas en:

Variables de estilo de vida, son modelos habituales de vida con libertad de elección que interactúan entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, los cuales están determinador por factores socioculturales y las características personales de los individuos, con el objetivo de satisfacer las necesidades humanas como la actividad nutricional, sexual, educación, laboral, recreativa, religiosa, para alcanzar el bienestar en la vida.

Variable de rendimiento académico, es un concepto que se utiliza en el ámbito educativo para hacer referencia a las evaluaciones constantes que realizan los profesionales de la educación, para medir el conocimiento adquirido por los estudiantes, permitiendo conocer las metas, logros u objetivos alcanzados en las asignaturas que está cursando el alumno.

La operacionalización de variables de variables se puede observar en Anexo A.

2.4 Métodos

Los métodos que se utilizaron para la realización del estudio fueron los empíricos y teóricos. La medición fue el método empírico seleccionada para esta investigación, lo cual permitió recoger datos que han sido planificados de acuerdo con los objetivos. Como método teórico se utilizaron el método deductivo y el método analítico – sintético en la construcción del marco teórico del estudio porque permitió ir descomponiendo en partes el problema como las causas, la naturaleza y los efectos, para luego analizar los efectos del estilo de vida en el rendimiento académico.

2.5 Técnicas e instrumentos

En la investigación se utilizó como técnica la encuesta que permitió extraer de manera numérica información amplia y veraz para conocer y determinar la influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico, el instrumento fue un cuestionario de 28 preguntas cerradas de opción múltiple dirigido a los estudiantes de enfermería (Ver anexo D).

2.6 Análisis de datos

Los datos cuantitativos obtenidos en el estudio se tabularon en una tabla Excel, permitiendo expresar los resultados en porcentajes; los cuales se plasmaron en tablas y fueron redactados en forma de párrafos en Microsoft Word para mejor entendimiento, la información obtenida fue analizada, en respuesta a los objetivos planteados.

2.7 Normas éticas

Para la ejecución de este trabajo de investigación se utilizó la aprobación de cada persona, a través del consentimiento informado y se explicó a los encuestados que su inclusión sería de forma voluntaria y no se tomaría ninguna acción legal o de otra índole por su no participación. Además, se explicó que todos los datos recogidos son propiedad de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Esmeraldas y solo serán usados de forma anónima en la investigación que se realizará. (Ver Anexo C).

CAPITULO III

RESULTADOS

Relacionado al nivel académico el que tuvo mayor porcentaje de estudiantes que practican estilos de vida saludables son de noveno nivel con 10(83%) y el de menor porcentaje segundo nivel con 18(51%).

Relacionado al nivel académico el que tuvo mayor porcentaje de estudiantes que practican Estilos de Vida no Saludables son de segundo nivel con 17(49%) y el de menor porcentaje noveno nivel con 2(17%).

Tabla 1

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por nivel académico

Semestre Actual		Estilo de vida				Total	
		Saludable		No saludable			
	2	51%	18	49%	17	100%	35
	3	59%	35	41%	25	100%	60
	4	69%	22	31%	10	100%	32
	5	72%	13	28%	5	100%	18
	6	74%	26	26%	9	100%	35
	7	52%	14	48%	13	100%	27
	8	67%	6	33%	3	100%	9
	9	83%	10	17%	2	100%	12
Total		63%	144	37%	84	100%	228

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

Correspondiente al sexo masculino, el nivel académico que tuvo mayor porcentaje de estudiantes que practican Estilos de Vida no Saludables son de tercer nivel con 6(75%) y el de menor porcentaje séptimo nivel con 2(50%).

Correspondiente al sexo femenino, el nivel académico que tuvo mayor porcentaje de estudiantes que practican estilos de vida no Saludables son de segundo nivel con 17(51%) y el de menor porcentaje noveno nivel con 2(18%).

Tabla 2

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por nivel académico y sexo

Sexo	Semestre Actual		Estilo de vida		Total			
			Saludable	No saludable				
Masculino		2	100%	2	0	100%	2	
		3	25%	2	6	100%	8	
		4	50%	3	3	100%	6	
		5	100%	1	0	100%	1	
		6	100%	2	0	100%	2	
		7	50%	2	2	100%	4	
		9	100%	1	0	100%	1	
		Total		54%	13	46%	11	100%
Femenino		2	49%	16	17	100%	33	
		3	64%	33	19	100%	52	
		4	73%	19	7	100%	26	
		5	71%	12	5	100%	17	
		6	73%	24	9	100%	33	
		7	52%	12	11	100%	23	
		8	67%	6	3	100%	9	
		9	82%	9	2	100%	11	
	Total		64%	131	36%	73	100%	204

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

En relación por rendimiento académico y nivel de estudio, el nivel con porcentaje más alto fue segundo con 4(44%) y nivel de porcentaje más bajo quinto, octavo y noveno con 0% respectivamente en el rendimiento regular. En el rendimiento bueno el nivel con porcentaje más alto fue tercer nivel con 30(26%) y el nivel de porcentaje más bajo octavo con 6(5%). En el rendimiento académico muy bueno el nivel con porcentaje más alto fue tercer nivel con 24(27%) y el nivel de porcentaje más bajo noveno con 2(2%). En el rendimiento excelente el nivel con porcentaje más alto fue segundo y tercer nivel con 4(31%) respectivamente y el nivel de porcentaje más bajo séptimo con 2(2%).

Tabla 3

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por rendimiento académico y nivel de estudio

Rendimiento académico			Primer semestre 2021																Total	
			2	3	4	5	6	7	8	9										
Excelente	Promedio general del semestre anterior	De 50 a 46	31%	4	31%	4			8%	1	15%	2	15%	2					6%	13
Muy bueno	Promedio general del semestre anterior	De 45 a 42	13%	12	27%	24	14%	13	10%	9	18%	16	13%	12	3%	3	2%	2	40%	91
Bueno	Promedio general del semestre anterior	De 41 a 36	13%	15	26%	30	16%	18	7%	8	14%	16	10%	12	5%	6	9%	10	50%	115
Regular	Promedio general del semestre anterior	De 35 o menos	44%	4	22%	2	11%	1			11%	1	11%	1					4%	9

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

Con un nivel de significancia del 5% y grados de libertad de 1, en base a la tabla de valores de chi cuadrado tenemos un valor límite de 3,841. A través del análisis estadístico de este resultado tenemos un valor de chi cuadrado de 1,87, determinando dentro de este rango una zona de aceptación de que existe evidencia significativa de que los estilos de vida influyen en el rendimiento académico

Tabla 4

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por rendimiento académico y estilo de vida

Estilo de vida			Rendimiento académico									
			Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular	Total					
Saludable	Semestre Actual	2	17%	3	28%	5	44%	8	11%	2	13%	18
		3	8%	2	56%	20	36%	13	0	24%	35	
		4		0	36%	8	59%	13	5%	1	15%	22
		5	8%	1	54%	7	38%	5	0	9%	13	
		6	8%	2	62%	16	30%	8	0	18%	26	
		7		0	64%	9	36%	5	0	10%	14	
		8		0	33%	2	67%	4	0	4%	6	
		9		0	20%	2	80%	8	0	7%	10	
		Total		6%	8	48%	69	44%	64	2%	3	100%
	No saludable	Semestre Actual	2	6%	1	41%	7	41%	7	12%	2	20%
3			8%	2	16%	4	68%	17	8%	2	30%	25
4				0	50%	5	50%	5	0	12%	10	
5				0	40%	2	60%	3	0	6%	5	
6				0		0	89%	8	11%	1	11%	9
7			15%	2	23%	3	54%	7	8%	1	15%	13
8				0	44%	1	67%	2	0	4%	3	
9				0		0	100%	2	0	2%	2	
Total			6%	5	26%	22	61%	51	7%	6	100%	84

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

Referente a los estilos de vida y rendimiento académico por materias reprobadas, el nivel académico en tener un mayor porcentaje de estudiantes con materias reprobadas y en practicar un estilo de vida saludable es noveno con el 30% (3). El nivel académico en tener un mayor porcentaje de estudiantes con materias reprobadas y en practicar un estilo de vida no saludable es noveno con el 50% (1).

Tabla 5

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por materias reprobadas

Estilo de vida	Semestre Actual		Número de materias reprobadas del semestre anterior					Mayor o igual a 3	Total			
			0	1	2							
Saludable	Semestre Actual	2	72%	13	28%	5	0	0	13%	18		
		3	83%	29	17%	6	0	0	24%	35		
		4	82%	18	9%	2	0	9%	2	15%	22	
		5	100%	13	0	0	0	0	9%	13		
		6	96%	25	0	0	0	4%	1	18%	26	
		7	79%	11	7%	1	7%	1	7%	1	10%	14
		8	83%	5	0	0	0	17%	1	4%	6	
		9	70%	7	20%	2	10%	1	0	7%	10	
		Total		84%	121	11%	16	1%	2	4%	5	100%
No saludable	Semestre Actual	2	76%	13	6%	1	12%	2	6%	1	20%	17
		3	84%	21	12%	3	0	4%	1	30%	25	
		4	90%	9	10%	1	0	0	0	12%	10	
		5	80%	4	20%	1	0	0	0	6%	5	
		6	89%	8	11%	1	0	0	0	11%	9	
		7	92%	12	8%	1	0	0	0	15%	13	
		8	100%	3	0	0	0	0	0	4%	3	
		9	50%	1	0	0	0	50%	1	2%	2	
		Total		85%	71	10%	8	2%	2	3%	3	100%

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

En relación al tipo de financiamiento de estudios, los estudiantes con estilo de vida saludable que son financiados por los padres, mamá o papá representan el 100% de un rendimiento académico excelente, mientras que los estudiantes con estilos de vida no saludable financiados por los padres, mamá o papá representan el 80% del rendimiento académico excelente y el otro 20% lo representan los estudiantes financiados por otro familiar.

Tabla 6

Influencia de los Estilos de Vida en el Rendimiento Académico: Por financiamiento de estudios

Estilo de vida			Financiamiento de estudios									
			Padres		Mamá o papá		Otro familiar		Usted mismo		Total	
Saludable	Rendimiento académico	Excelente	50%	4	50%	4		0		0	6%	8
		Muy bueno	39%	27	35%	24	19%	13	7%	5	48%	69
		Bueno	28%	18	39%	25	17%	11	16%	10	44%	64
		Regular	33%	1	33%	1	33%	1		0	2%	3
	Total		35%	50	38%	54	17%	25	10%	15	100%	144
No saludable	Rendimiento académico	Excelente	40%	2	40%	2	20%	1		0	6%	5
		Muy bueno	27%	6	41%	9	18%	4	14%	3	26%	22
		Bueno	35%	18	29%	15	20%	10	16%	8	61%	51
		Regular	33%	2	33%	2	33%	2		0	7%	6
	Total		33%	28	33%	28	20%	17	14%	11	100%	84

Fuente: Encuesta estilo de vida y rendimiento académico, PUCESE I 2021.

CAPITULO IV

DISCUSIÓN

En este estudio se ha podido determinar que el estilo de vida en relación al nivel académico están directamente relacionados; a mayor nivel aumenta el porcentaje de un estilo de vida saludable, por ende los estudiantes de noveno nivel representan el porcentaje más alto en practicar un estilo de vida saludable, mientras que los estudiantes de segundo semestre constituyen el porcentaje más alto en practicar un estilo de vida no saludable, esto se debe a los conocimientos teóricos y prácticos sobre la salud que los estudiantes adquieren en cada semestre modificando paulatinamente sus estilos de vida. Estos resultados difieren con la investigación de Villavicencio (2020) se obtiene que el menor porcentaje en la practica estilos de vida no saludables son los de primer semestre de enfermería.

Se determinó que el estilo de vida en relación con el nivel académico y al sexo, presentan una ligera diferencia, estableciendo al sexo femenino en tener un porcentaje mayor en practicar estilos de vida saludables y al sexo masculino en poseer el porcentaje mayor en practicar estilos de vida no saludables, esto se debe a que el sexo masculino por lo general tiende a consumir en mayor proporción alcohol o tabaco que son detonantes para los malos hábitos de vida. Estos resultados coinciden con la investigación de Herrera y Zarate (2013) donde obtuvieron que el mayor porcentaje en practicar estilos de vida no saludables pertenece al sexo masculino con 103 (41%).

Según este estudio el estilo de vida en relación al rendimiento académico, establece al segundo y tercer nivel con los porcentajes más altos en todos los parámetros del rendimiento académico; mientras que los últimos niveles representan el porcentaje más bajo en el rendimiento académico, esto se debe a que en los primeros niveles de estudios, los estudiantes se encuentran motivados, por lo que ejercen esfuerzo, dedicación y disciplina en el aspecto académico, desarrollando en algunos casos particulares su instinto competitivo por ser el mejor. Estos resultados difieren con la investigación de Villavicencio (2020) donde obtuvo que el menor porcentaje en practicar estilos de vida no saludables son los de primer semestre de enfermería.

Referente al estilo de vida y el rendimiento académico, se evidencia que existe resultados significativos de que los estilos de vida influyen en el rendimiento académico, esto se debe a

que los estilos de vida están relacionados con los hábitos de estudios que empleen los estudiantes, por consiguiente, si estos hábitos son activos, beneficiosos y constantes se verán reflejado en su promedio académico y conocimientos adquiridos. Estos resultados coinciden con la investigación de Capdevia, Bellmunt y Hernando (2015) donde obtuvieron un resultado de chi cuadrado de $p < 0.05$, demostrando evidencia significativa de que el rendimiento académico de los estudiantes depende del estilo de vida que practiquen.

En relación con el estilo de vida y al número de materias reprobadas, se establece el mayor porcentaje de los estudiantes en practicar estilos de vida no saludable y en no tener ninguna materia reprobada, por lo que se refleja que los malos hábitos de estudio de un estudiante no afectan directamente en su promedio general, pueden practicar hábitos de estudios inadecuados que les permitirán aprobar las materias, pero con promedios regulares. Estos resultados coinciden con la investigación de Bricio (2014) que obtuvo que el mayor porcentaje en practicar estilos de vida no saludables sin materias reprobadas con un 56(67%).

Referente al estilo de vida y financiamiento de estudios, se establece que los estudiantes en practicar un estilo de vida saludable y financiamiento de estudios por padres o solo madre o padre representan el mayor porcentaje en el rendimiento académico excelente y muy bueno, mientras que los estudiantes que se financian sus estudios representan el porcentaje más bajo con un rendimiento académico de mayor porcentaje de bueno; el patrón se repite con los estudiantes que practican un estilo de vida no saludable, esto se debe a que los estudiantes que financian sus estudios no distribuyen sus horarios de forma adecuada, acaparando la mayor cantidad de trabajo que les permita cubrir su deuda universitaria, dejándolos con poco tiempo para los estudios. Estos resultados coinciden con la investigación de Chávez (2016) donde obtuvo que el menor porcentaje en estudiantes en practicar estilos de vida saludables y auto financiamiento de estudio, tenían en general un rendimiento académico regular.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

1. Los estilos de vida influyen directamente en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Pontificia Universidad Católica sede Esmeraldas, un estilo de vida saludable genera que el rendimiento del estudiante este enfocado positivamente al aprendizaje y desarrollo de habilidades académicas que le permitirán obtener promedios muy buenos o excelentes, pero en la mayoría de los casos de estudiantes que ejercen un estilo de vida no saludable tienen por consiguiente promedios regulares.

2. A través de esta investigación se establece que los estilos de vida de los estudiantes de segundo a noveno nivel de la escuela de enfermería, en base a una muestra de 228 correspondiente al periodo académico 2020 I, están representados con 63% en practicar estilos de vida saludables y un 37% en tener estilos de vida no saludables, siendo los niveles superiores en tener una mayor proporción en practicar estilos de vida saludable.

3. El rendimiento académico de los estudiantes de enfermería fue de 13 estudiantes con un rendimiento excelente, 13 estudiantes con un rendimiento muy bueno, 91 estudiantes con rendimiento bueno y 9 estudiantes con rendimiento regular, esta información se basó en el promedio general que obtuvieron los estudiantes durante el periodo académico 2019 II, teniendo mayor frecuencia el rendimiento académico excelente y muy bueno en segundo y tercer nivel.

4. Existe correlación directa entre los estilos de vida de los adolescentes y el rendimiento académico, con un nivel de significancia del 5% y grados de libertad de 1, en base a la tabla de valores de chi cuadrado tenemos un valor límite de 3,841, lo que significa que el determinando valor se encuentra dentro de este rango, por lo que es una zona de aceptación de que existe evidencia significativa de que los estilos de vida influyen en el rendimiento académico.

CAPÍTULO VI

RECOMENDACIONES

1. A la Escuela de Enfermería de la Pontificia Universidad Católica sede Esmeraldas fortalecer los estilos de vida saludables de los estudiantes, a través de talleres de promoción y prevención de hábitos de vida y de estudio, enfocados en ejercer en el estudiante autodeterminación y concientización de las malas acciones que realiza en el diario vivir con el propósito de sensibilizar al estudiante, no solamente para mejorar su rendimiento académico, sino como fuente de desarrollo y bienestar.
2. A los estudiantes de enfermería hacer cronogramas semanales que les permita priorizar actividades en beneficio para su salud y educación, como realizar ejercicio mínimo dos veces por semana, cuidar la alimentación evitando el consumo de grasas saturadas o bebidas altas en azúcares, incluir en su dieta frutas y verduras, mantener un equilibrio entre las horas de estudio y los periodos de descanso, evitar el consumo de sustancias tóxicas para la salud como el cigarrillo y alcohol.
3. Al distrito de salud 08d01 de la ciudad de Esmeraldas, realizar campañas de promoción de estilos de vida saludables para los estudiantes universitarios basadas en el desarrollo de habilidades sociales, alternativas saludables para el ocio y el tiempo libre, que permita desarrollar la motivación de los estudiantes por un estilo de vida saludable favoreciendo la actividad deportiva, la educación y las relaciones entre los compañeros.

Referencias

- Almanza, Y. Z. (2018). Influencia de la vocación en el rendimiento académico de los ingresantes a la escuela profesional de turismo y hotelería (Tesis de Grado). Universidad Nacional de San Agustín. Perú. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/7301/EDMalaryz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez, L. (2017). Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 30(1), 95-101. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n1/v30n1a11.pdf>
- Arnedo, J. (2018). Los horarios de clase no están favoreciendo el aprendizaje de los estudiantes. *El Espectador*, pág. 2. Recuperado de <https://www.elespectador.com/noticias/educacion/los-horarios-de-clase-no-estan-favoreciendo-el-aprendizaje-de-los-estudiantes-articulo-747558>
- Coreil, J., Levin, J., & Gartly, J. (2019). Estilo de vida un concepto emergente en las ciencias sociomédicas. *Revista Clínica y Salud*, 3(3), 221-231. Recuperado de <https://journals.copmadrid.org/clysa/archivos/1992/vol3/art1.htm>
- Bonifaz, I., Trujillo, H., Ballesteros, C., Sánchez, O., & Santillán, M. (2017). Estilos de vida y su relación con las calificaciones escolares: estudio en Ecuador. *Rev Cubana Invest Bioméd*, 4.
- Gomez, M. A. (2017). Estilos de vida mediante la distribución del tiempo en personas mayores de 50 años (Tesis de Doctorado). Universidad de Granada. Ciudad de Granada. Recuperado de <https://hera.ugr.es/tesisugr/15519119.pdf>
- Lara, Y., Quiroga, C., Jaramillo, A., & Bermeo, M. (2018). Estilo de vida de estudiantes en primer semestre de odontología. *Revista Odontológica Mexicana*, 22(3), 144-149. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/odon/uo-2018/uo183d.pdf>
- Ley orgánica de educación superior. (02 de agosto de 2018). Plataforma profesional de investigación jurídica. Recuperado de <https://www.epn.edu.ec/wp-content/uploads/2018/08/LOES.pdf>
- Ley orgánica de salud. (12 de abril de 2017). Plataforma profesional de investigación jurídica. Recuperado de

lexis.com.ec/wp-content/uploads/2018/07/li-ley-organica-de-salud.pdf

Lorenzo, J., & Salvador, E. (2016). Guía de entornos y estilos de vida. Recuperado de

<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Mae, S. (2015, noviembre). La teoría del desarrollo social. Recuperado de <https://explorable.com/es/la-teoria-del-desarrollo-social>

Martínez, E. (2015). Que es el estilo de vida, lo que dice sobre ti. Blog Consumoteca. Recuperado de

<https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida/>

Navarro, E. (2012). El rendimiento académico concepto, investigación y desarrollo. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio de Educación*, 1(2), 1-16. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>

Pelayo, A., & Gómez, L. (2020). Estilos de vida saludables en análisis biométrico. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores* (27). Recuperado de

<http://www.scielo.org.mx/pdf/dilemas/v8nspe5/2007-7890-dilemas-8-spe5-00027.pdf>

Pérez, A., & Mateos, A. (2017). Estado nutricional, medidas antropométricas y estilos de vida. *Revista de ciencia*, 4(4), 406. Recuperado de

[file:///C:/Users/MI%20PC/Downloads/DialnetEstadoNutricionalMedidasAntropometricasYEstilosDeV-6756377%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/MI%20PC/Downloads/DialnetEstadoNutricionalMedidasAntropometricasYEstilosDeV-6756377%20(1).pdf)

Plan nacional de desarrollo. (2017). Plataforma profesional de investigación jurídica. Recuperado de

https://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL_0K.compressed1.pdf

Pinzon, D. (2015). Estilo de vida saludable: limitaciones del enfoque biomédico. *Revista de Investigación*, 1, 9-26. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646126001.pdf>

Quintero, E. (2019). Hábitos y estilos de vida saludables: manejo del tiempo libre. Blog de Salud. Recuperado de

<https://clasesalud.com/habitos-y-estilos-de-vida-saludables-manejo-del-tiempo-libre/>

Soto, R. I. (2016). Los hábitos de estudio y su relación con el rendimiento académico de los alumnos del primer ciclo del programa de formación general (Tesis de Grado). Universidad César Vallejo. Perú. Recuperado de

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/9281/Soto_QRI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Taira, E. Y. (2018). Hábitos alimenticios y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial de la Región Moquegua (Tesis de Grado). Escuela de Educación Superior Técnico Profesional Policial. Perú. Recuperado de

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/26738/taira_fe.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Villar, M. (14 de Agosto de 2012). Factores determinantes de la salud: importancia de la prevención. *Revista Acata Medica Peruana*, 28(4), 1-10. Recuperado de

<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>

Zarate, J. & Herrera, J. (2018). Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico. Obtenido de Tesis (Tesis de Doctorado). Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Ciudad de Ayacucho. Recuperado de

[http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/2878/TESIS%200722_Her.p](http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/2878/TESIS%200722_Her.pdf?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR3tMpC-)

[df?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR3tMpC-qxo9BGizBsx2K5Z7LZS0FEY7loFxF7MH_fdSfBVYBo2N4ID-nfQ](http://repositorio.unsch.edu.pe/bitstream/handle/UNSCH/2878/TESIS%200722_Her.pdf?sequence=1&isAllowed=y&fbclid=IwAR3tMpC-qxo9BGizBsx2K5Z7LZS0FEY7loFxF7MH_fdSfBVYBo2N4ID-nfQ)

ANEXOS

Anexo A

Operacionalización de Variables

Objetivo	Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Ítem	Técnica/ Instrumento
Identificar los estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica de la ciudad de Esmeraldas.	Estilo de vida	Son modelos habituales de vida con libertad de elección que interactúan entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, los cuales están determinador por factores socioculturales y las características personales de los individuos, con el objetivo de satisfacer las necesidades humanas como la actividad nutricional, sexual, educación, laboral, recreativa, religiosa, etc. para alcanzar el bienestar en la vida.	Física	Actividad física y deporte	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas
				Tiempo de recreación	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas
				Auto cuidado	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas
				Hábitos alimenticios	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas
				Consumo de sustancias psicoactivas	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas

				Sueño	Saludable Poco saludable No saludable	Encuesta/guía de preguntas
Determinar el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica de la ciudad de Esmeraldas.	Rendimiento académico	Es un concepto que se utiliza en el ámbito educativo para hacer referencia a las evaluaciones constantes que realizan los profesionales de la educación, para medir el conocimiento adquirido por los estudiantes, permitiendo conocer las metas, logros u objetivos alcanzados en las asignaturas que está cursando el alumno.	Excelente Bueno Regular Desaprobado	50-45 44.40 40-36 ≤35	Aprobado Aprobado Aprobado Reprobado	Encuesta/guía de preguntas Encuesta/guía de preguntas Encuesta/guía de preguntas Encuesta/guía de preguntas

Anexo B

Consentimiento Informado

Fecha _____

Yo _____

Certifico que he sido informado(a) con la claridad y veracidad debida respecto al ejercicio académico que la estudiante Zambrano Ruano Gabriela Stefania, me ha invitado a participar; que actúo consecuente, libre y voluntariamente como colaborador, contribuyendo a éste procedimiento de forma activa. Soy conocedor(a) de la autonomía suficiente que poseo para retirarme u oponerme al ejercicio académico, cuando lo estime conveniente y sin necesidad de justificación alguna, que no me harán devolución escrita. Que se respetara la buena fe, la confiabilidad e intimidad de la información por mí suministrada, lo mismo que mi seguridad física y psicológica.

Firma de la participante: _____

CI: _____

Anexo C

Cronograma

N°	ACTIVIDADES/SEMANAS	Octubre 2019				Noviembre 2019				Diciembre 2019				Enero 2020				Mayo 2020				Junio 2020				Julio 2020				Agosto 2020			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Selección de tema																																
2	Aprobación de tema																																
3	Elaboración de anteproyecto																																
4	Disertación de anteproyecto																																
5	Elaboración de instrumentos																																
6	Entrega y respuesta de oficio																																
7	Ejecución de instrumentos																																
8	Recolección de datos																																

Anexo D

Encuesta de Estilo de Vida de Walker, Schrist, y Pende, adaptado a los estudiantes de enfermería de la Universidad Católica del Ecuador sede Esmeraldas

Tema: Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería.

Objetivo: El presente cuestionario tiene como finalidad determinar los estilos de vida de los estudiantes de enfermería y su influencia en el rendimiento académico.

Indicación: Seleccione la opción que mejor se adapte a su realidad.

I) Sexo

a) Masculino

b) Femenino

II) Edad

a) De 18 a 20

c) De 26 a 30

b) De 21 a 25

d) Mayor a 30

III) Semestre actual:

a) 2

e) 6

b) 3

f) 7

c) 4

g) 8

d) 5

Criterios de calificación

Nunca = N

A veces = V

Frecuentemente = F

Siempre = S

Nro	Items	Criterios			
Alimentación					
1	Come usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y cena	N	V	F	S
2	A diario usted consume alimentos balanceados que incluyan vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos	N	V	F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida	N	V	F	S
6	Usted lee las descripciones de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservadas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
Actividad y ejercicio					
7	Realiza usted mínimo 30 minutos de ejercicios al menos tres veces a la semana	N	V	F	S
8	Diariamente usted realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo	N	V	F	S
Manejo del estrés					

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	Usted 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
Apoyo interpersonal					
13	Se relaciona con los demás	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás	N	V	F	S
Autorrealización					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
Responsabilidad en salud					
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 el establecimiento de salud	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescrito por el medico	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 fomenten 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

Rendimiento académico

26	¿Cuál fue su promedio general del semestre anterior?	De 50 a 46	De 45 a 42	De 41 a 36	De 35 o menos
27	¿Cuántas asignaturas reprobó el semestre anterior?	0	1	2	>=3
28	¿Quién costea sus estudios?	Padres	Solo mama o papa	Otro familiar	Usted mismo

Gracias por su participación.

Criterios de calificación

Nunca N= 1 A veces V=2 Frecuentemente F=3 Siempre S=4

El ítem 25 el puntaje es al contrario:

Nunca N= 4 A veces V=3 Frecuentemente F=2 Siempre S=1

Puntaje máximo: 100 puntos

75 a 100 puntos es una persona saludable.

25 a 74 puntos es una persona no saludable.