

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA**

**Facultad de Obstetricia**

**Escuela de Formación Profesional de Obstetricia**



**“ESTILOS DE VIDA E INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA  
UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA  
JUNIO- SEPTIEMBRE 2013”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**OBSTETRA**

**Presentado por:**

CONDOLI TORRES, ENEDINA

PALOMINO CUPE, JHONATAN

**AYACUCHO- PERÚ**

**2013**

## **DEDICATORIA**

*A Dios Por haberme dado la vida, salud fuerza  
sabiduría e inteligencia, para guiar mis pasos en  
la obtención de tan esperado triunfo.*

*Con muchos cariños y amor a mis queridos  
padres: Rómulo y Eugenia, por haberme dado  
todo el apoyo para culminar mis estudios; a  
ellos por su esfuerzo, dedicación, compromiso  
y responsabilidad de hacer de mí una  
profesional y confiar en mí, estoy orgullosa de  
ustedes.*

*A mis queridos hermanos, Copérnico, Sulma,  
Raquel, Miriam e Iván porque siempre conté  
con ellos y por ser la razón y motivo que me  
impulsa a salir adelante día a día.*

*A todo mis compañeros y amigos(as) que de  
alguna manera ayudaron y fueron motivo de  
inspiración para alcanzar esta meta.*

*Con mucho cariño y amor a Urbano por su  
apoyo y colaboración en el logro de mis  
aspiraciones.*

***Enedina Condoli Torres***

## **DEDICATORIA**

*A Dios por los triunfos y los momentos  
difíciles que me han enseñado a valorarte  
cada día más.*

*A mis queridos padres que me dieron el don de  
la vida, su apoyo, cariño, paciencia quienes  
permitieron realizar tan ansiado anhelo; ser  
profesional.*

*A mis hermanos por compartir momentos  
de alegría.*

*A mis amigos y compañeros por esos buenos  
momentos que pasamos y por preservar en mí  
aquella sonrisa.*

***Palomino Cupe, Jhonatan***

## AGRADECIMIENTO

*A la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Alma Mater, por brindarnos la oportunidad de formarnos en la noble y humana profesión de Obstetricia.*

*A la Facultad de Obstetricia, forjadora de profesionales competentes y a su plana docente, por permitirnos ser parte de una generación de triunfadores y gente productiva para el país.*

*Nuestro más profundo agradecimiento y reconocimiento a la Dra. Luisa Alcarraz Curi, por su asesoría, aportes y sugerencias durante el desarrollo del presente trabajo de investigación.*

*A todos los estudiantes de la facultad de obstetricia por su colaboración para la realización del presente trabajo de investigación.*

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>pág.</b>
---------------------	-------------

### **CAPÍTULO I**

#### **PROBLEMÁTICA DE LA INVESTIGACIÓN**

1.1. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	10
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	15
1.4. OBJETIVOS.....	16
❖ OBJETIVO GENERAL	
❖ OBJETIVOS ESPECIFICOS	

### **CAPÍTULO II**

#### **MARCO TEÓRICO**

2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN.....	17
2.2. BASE TEÓRICA CIENTÍFICA.....	23
2.2.1. RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIO.....	23
2.2.2. CARACTERÍSTICAS DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIO.....	24
2.2.3. NIVELES DE RENDIMIENTO ACADÉMICO.....	24
2.2.4. MEDICIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO.....	25
2.2.5. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIOS.....	25
2.2.6. ESTILOS DE VIDA.....	28
2.2.7. TIPOS DE ESTILO DE VIDA.....	29
2.2.7.1. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.....	29
2.2.7.2. ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLES.....	31
2.2.8. DIMENSIONES DE LOS ESTILOS DE VIDA.....	32
2.2.9. INFLUENCIA DEL ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.....	37
2.3. DEFINICION CONCEPTUAL DE TÉRMINOS OPERATIVOS.....	38
2.4. HIPÓTESIS.....	41
2.5. VARIABLES.....	41

## **CAPÍTULO II**

### **DISEÑO O METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	42
3.2. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.....	42
3.3. POBLACIÓN.....	42
3.4. MUESTRA.....	42
3.5. TAMAÑO DE MUESTRA.....	42
3.6. CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	43
3.7. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	43
3.8. TÉCNICA DE MUESTREO.....	43
3.9. TÉCNICA.....	44
3.10. INSTRUMENTOS.....	44
3.11. PROCEDIMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN.....	44
3.12. CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	45
3.13. PROCESAMIENTO DE DATOS.....	45

### **IV.- RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

4.1. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	46
4.1.1. CONCLUSIONES.....	76
4.1.2. RECOMENDACIONES.....	77
4.1.3. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	78
4.2.4. ANEXOS.....	82

## INTRODUCCIÓN

En las últimas épocas con regularidad encontramos un bajo rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Una serie de factores intervienen en el rendimiento académico; como por ejemplo: Los estilos de vida, capacidad general de aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación, la autoestima, los hábitos de estudio, (como estudiar, donde estudiar, cuando estudiar etc.), permite una buena calidad de aprendizaje, esto quiere decir un verdadero aprendizaje.

Un aprendizaje de calidad propicia buenos estudiantes, por ende profesional de calidad y competitivo. Los estudiantes universitarios enfrentan situaciones estresantes, viven con preocupaciones, horarios extenuantes y exigentes, en la vida académica se observa y escucha comportamientos reflejados en expresiones como “hoy tendré que amanecerme estudiando” “ya empiezan las prácticas clínicas y presentación de trabajos”, “hoy también amaneceré estudiando para mañana”. Tales situaciones que confrontan los estudiantes de la Facultad de Obstetricia, arrojan consecuencias que inciden en el deterioro inminente de la salud, que se manifiesta por agotamiento, disminución de la capacidad intelectual, desconfianza en sí mismo, incapacidad para aceptar críticas, tristeza, estos se ven reflejados en un rendimiento académico bajo.

Para darle una perspectiva integral, es necesario considerar al estilo de vida como un factor multidimensional y comprende tres aspectos interrelacionados:

El material, el social y el ideológico. En lo material, el estilo de vida se caracteriza por manifestaciones de material (vivienda, alimentación, vestido). En lo social, referente a estructura (tipo de familia, grupos de parentesco, redes sociales de apoyo y sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones). En lo ideológico, el estilo de vida se expresa a través de las ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida.

Tomando en cuenta lo anterior, el estilo de vida no puede ser aislado del contexto social, económico, político y cultural al cual pertenece y debe ser estudiado acorde a los objetivos del proceso de desarrollo para mejorar la condición de vida y de bienestar de la persona humana.

Así mismo, la etapa universitaria es decisiva en la adquisición y consolidación de un estilo de vida, ya que es en esta etapa de la vida en la que se reafirman comportamientos adquiridos en la infancia y al mismo tiempo, se incorporan otros nuevos provenientes de dicho entorno.

La presente investigación tuvo como objetivo conocer los estilos de vida y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, durante el periodo de junio a setiembre del 2013, mediante el método de estudio descriptivo, prospectivo y transversal. El tamaño de muestra estuvo constituida por 220 estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia matriculados en el semestre académico 2012-II, a quienes se les aplicó una encuesta y cuestionario valorativo de estilos de vida validado en la investigación de CCORAHUA, D. Y DE LA CRUZ, R. (2009). Los resultados hallados en la presente investigación



demuestran que: Los estudiantes de Obstetricia en mayor porcentaje 88.6% presentaron estilo de vida poco saludable, 89.1% rendimiento académico regular. Existe evidencia estadística de dependencia entre el rendimiento académico con el estilo de vida en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Los factores asociados al rendimiento académico y a los estilos de vida fueron el estado civil, vocación profesional y tiempo dedicado al estudio ( $P < 0.05$ ).

## CAPÍTULO I

### EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

#### 1.1.- SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Por octavo año consecutivo, se publicó la lista de las 300 mejores universidades del mundo, y la **Universidad de Cambridge(Inglaterra)** retuvo el primer lugar. El segundo lugar recayó en la Universidad de Harvard, (EEUU). En Latinoamérica, solo aparecen **seis universidades:** la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y la Universidad de Sao Paulo, Brasil (compartiendo el puesto 169); la Universidad Estatal de Campinas (UNICAMP) la Universidad Católica de Chile (250); la Universidad de Chile (262); y la Universidad de Buenos Aires.

Toda universidad tiene como objetivo el éxito académico de sus estudiantes, sin embargo las deficiencias en el ambiente universitario se pueden manifestar bajo las formas de rendimiento académico bajo y el abandono de la universidad por el estudiante. Las carreras de salud, demandan en sus estudiantes una formación con las máximas exigencias, características propias de las profesiones en salud. Por lo mismo, requiere de algunos atributos personales, como integridad, responsabilidad, madurez, entre otros. <sup>(1)</sup>

Los primeros años de estudios universitarios son de gran dificultad para todos los

alumnos. Algunas investigaciones realizadas en países desarrollados en los estudiantes con éxito en el rendimiento académico señalan el sexo, el rendimiento escolar previo a la universidad y el factor económico como factores de pronóstico importante para el éxito académico, a ellos se agregan otros factores, como la integración social y los hábitos de estudio continuo en casa. <sup>(1)</sup>

El rendimiento académico apropiado de los alumnos universitarios, puede hacer referencia a aspectos diversos por ejemplo, a finalizar cada curso académico con todas las asignaturas correspondientes aprobadas, a no repetir ningún curso, a no abandonar la carrera, a presentarse a todos los exámenes, a aprobar estos. En este contexto, son múltiples los factores que pueden influenciar en el rendimiento académico: La inteligencia, los estados emocionales, los estilos de vida y otros factores como el cursar o no la carrera deseada, el tiempo dedicado al estudio, las expectativas hacia la universidad. <sup>(2)</sup>

La relación del estilo de vida, con la salud, con educación es un tema actual que se está estudiando últimamente con mayor intensidad. A partir de la década de los 70 el número de investigaciones publicadas sobre “estilos de vida” va en aumento. Los conceptos de estilo de vida, algunas más antiguas manejan estudios ligados a la idea de que correspondía a unos comportamientos voluntarios individuales, sin embargo, en estudios más recientes ya se presta mucha atención a la posibilidad de alterar los sistemas sociales en que la persona participa, aunque siempre se mencione en el contexto sociocultural como marco de adquisición de los hábitos, es decir la educación de la gente, el mismo que es un proceso sociocultural. <sup>(3)</sup>

En todos los países del mundo se vienen dando cambios en las concepciones y estrategias de los sistemas educacionales. Los actuales consensos sobre cambio y

transformación, privilegian a la educación, al conocimiento y al aprendizaje, como factores centrales del crecimiento, desarrollo y de competitividad de las Naciones, por lo que tenemos la necesidad de educar y formar a los alumnos para que respondan ante la sociedad .

En estudios sobre inteligencia y su influencia en el rendimiento académico, se considera que la inteligencia no es una capacidad general singular que equipa a su poseedor para tratar más o menos efectivamente con cualquier situación sino que más bien consideran que cada individuo posee una combinación de inteligencias, de donde se infiere que cada cual aprende de una manera altamente individualizada y a través de distintos estilos de vida <sup>(4)</sup>

Según datos del Instituto Nacional de Calidad y Evaluación (INCE), el rendimiento académico universitario es un tema de constante preocupación en nuestros tiempos, si atendemos a las altas tasas de fracaso y abandono universitario. Es por ello difícil decidir cómo la personalidad consigue un efecto sobre el rendimiento académico, el identificar características de personalidad que puedan estar asociadas con el éxito académico no es un tema fácil de resolver, puesto que es probable que las características concretas de personalidad generadoras del éxito académico estén en función del sujeto estudiado, los métodos de enseñanza utilizados, la edad de quién aprende. <sup>(5)</sup>

La educación superior en los tiempos actuales no responde a los retos que plantea el desarrollo y progreso en el Perú, situación que pone en relieve las deficiencias de nuestro sistema académico, pues en la enseñanza universitaria continúa primando el memorismo e incentivándose la repetición de contenidos; los docentes universitarios mantienen el uso de una metodología educativa dogmática

y represiva, es justamente la represión en la enseñanza la que conduce a la censura de aquello que es creativo impidiendo la formación de habilidades creativas e innovadoras obteniendo como resultado un bajo rendimiento.<sup>(4)</sup>

En el Perú existe una gran oferta de egresados y profesionales; consecuentemente una gran preocupación por la real calidad de ellos. Entonces una de las mayores preocupaciones actuales no solo de la universidad sino de la sociedad, es la calidad de la educación superior que implica necesariamente a la docencia universitaria.

## **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El estudio de los estilos de vida y su relación con factores asociados a la educación y particularmente al rendimiento académico de los estudiantes, tiene como antecedentes relativamente pocos estudios sobre la temática. En la revisión de literatura internacional y nacional es posible evidenciar mínimos estudios de naturaleza similar, además de que generalmente las investigaciones focalizan en ciertos factores implicados en el constructo estilos de vida y aún son menos los estudios que asocian los estilos de vida con el rendimiento académico. En este sentido los estudios se orientan a privilegiar variables (del constructo estilos de vida) como por ejemplo: Hábitos alimenticios, actividad física, salud o stress, los cuales se abordan tradicionalmente de manera individual, sin buscar una posible relación con otros factores o variables.

Según la evidencia empírica consultada, variables como la práctica sistemática de algún deporte, un mejor nivel de ejercicio o actividad física estilos de vida saludables y el auto concepto y la autoestima se asocian de manera significativa a un mejor rendimiento académico en los estudiantes, mientras que factores como el

consumo de alcohol, tabaco, tener más años, ser varón, el sedentarismo principalmente en las mujeres, factores estresantes de sucesos de vida y el nivel socioeconómico bajo se relacionan significativamente a un bajo nivel de rendimiento académico.

El bajo rendimiento académico de los estudiantes universitarios es un problema prioritario en el ámbito universitario, son múltiples los factores que intervienen en el rendimiento académico, como: La capacidad general para el aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación, la autoestima y los hábitos de estudio, organización personal del alumno, las técnicas de enseñanza, nivel de preparación de los docentes.

El estilo de vida es un fenómeno integral cada vez más frecuente y con consecuencias importantes ya que puede afectar negativamente el bienestar físico, psicológico y social. Aprender mediante un proceso de comprensión e investigación acerca de todos los elementos que entran en relación con lo aprendido, no puede olvidarse, ni con el tiempo, ni con las circunstancias, formando parte de la estructura mental para toda la vida.

En la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga existen diferentes programas que pretenden mejorar el rendimiento académico; como por ejemplo el proyecto HATUN ÑAN que tiene como meta disminuir los efectos del bajo rendimiento académico mejorando las condiciones de estudio de jóvenes procedentes de las comunidades rurales e indígenas quechuas y amazónicas. <sup>(6)</sup>

En la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia el número de alumnos matriculados en el semestre académico 2012-I fue de 506 alumnos de los cuales el 25.88% de los estudiante tuvieron un bajo rendimiento académico por debajo

de 10.50 puntos de un total de 20 puntos. <sup>(7)</sup>

En este orden de ideas se formuló la siguiente pregunta de investigación.

### **1.3. FORMULACION DEL PROBLEMA**

¿Los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Junio – setiembre - 2013?

## **1.4. OBJETIVOS**

### **1.4.1. GENERALES**

- Conocer los estilos de vida y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

### **1.4.2. ESPECIFICOS**

- Identificar los estilos de vida en los estudiantes de Obstetricia.
- Determinar el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia.
- Relacionar rendimiento académico con estilos de vida de los estudiantes de Obstetricia.
- Relacionar los estilos de vida y el rendimiento académico con edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, procedencia, estado civil y ocupación de los estudiantes.



## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. ANTECEDENTES DE INVESTIGACIÓN

MUÑOZ, S. (España 2002-2003). En el estudio sobre **“Indicadores del Rendimiento Académico del alumnado de la Universidad de la Laguna”**. (ULL) señalan que 68,4% del alumnado de la ULL es menor de 25 años de edad, porcentaje que está en sintonía con el que arroja este mismo parámetro a nivel nacional de España (67,2 %). Se desprende que la tasa de rendimiento supera a la de éxito en más de 25 puntos porcentuales, y que esos resultados mantienen una revolución estable en los últimos cursos tan solo con un ligero descenso en los créditos aprobados sobre los matriculados. Más del 98% del alumnado de la ULL tiene su residencia familiar en Canarias, tan sólo un 1,35 % procede de otras Comunidades Autónomas, y en la que influirá sin duda la situación de lejanía geográfica. Por último, el 0,3 % procede de países extranjeros. Un 58.33% del alumnado que inician sus estudios universitarios antes de 20 años, lo que implica que la mayoría de los universitarios prosiguen en el sistema educativo sin interrupción.

Una variable interesante para el análisis de la incidencia en el rendimiento académico del alumnado es la **“matricula vocacional”**, que presentaría la motivación personal del alumno para iniciar sus estudios, y que

existe una correlación directa entre los niveles de matrícula vocacional existente en las titulaciones y los indicadores de éxito académico que producen.<sup>(8)</sup>

VELEZ VAN MEERBEKE, A y COL. (Barcelona-España 2005). En el estudio sobre **“Factores Asociados al Rendimiento Académico en estudiantes de Medicina”** halló que: El porcentaje de estudiantes que trabaja en su tiempo libre (12.8%) poseen una actividad que requiere una gran carga horaria lo que está influyendo de forma significativa con muy bajo rendimiento académico posiblemente por incumplimiento en las tareas, asistencia irregular, desconcentración en las clases y apatía a las actividades del aula por cansancio.<sup>(9)</sup>

PERALTA, S y COL. (Colombia 2006). En el estudio denominado **“Factores Resilientes Asociados al Rendimiento Académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre”**, mostraron que los hombres presentan mayores problemas académicos (56.9%) que las mujeres (43.1%); además, se encontró más mujeres con rendimiento académico alto (57.3%), en comparación con los hombres (42.7%); pero estas evidencias no alcanzan a tener diferencias estadísticamente significativas ( $p=0,005$ ). La media de la edad y la desviación estándar son muy parecidas en ambos grupos, en el RAB la media es de 20,59 y una de 2,31, muy similar al grupo de RAA donde la media fue de 20,21 y la DE de 3,09 años; del mismo modo en el grupo de estudio la mayoría posee un estado civil solteros, 95,8%.<sup>(10)</sup>

CABALLERO, C. (Colombia, 2007). En el estudio sobre **“Relación del Burnout y Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes Universitarios”**, en la cual entre sus principales hallazgos, encontró que: En cuanto al promedio académico, es necesario resaltar que, a diferencia de lo que se esperaba,

el 41% de los estudiantes tienen un promedio bueno y el 7.4% excelente, porcentajes que sugieren el esfuerzo de los alumnos por mantener un rendimiento académico, mientras que solo el 8.9% presenta un promedio bajo; por otro lado, en cuanto al estado civil, predomina la soltería tanto en los estudiantes de género masculino (65.2%), como femenino (80.1%). Así mismo el análisis estadístico mostró que el 41.6% de los estudiantes presentan burnout académico (distribuidos en niveles alto y medio alto), lo cual sugiere que los alumnos experimentan la sensación de no poder dar más de sí mismo y una actitud clínica sobre el valor y sentido de trabajo. <sup>(11)</sup>

MARCÓ, L y COL. (Venezuela 2010). En la investigación **“Síndrome de Burnout y su posible incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre. Periodo II-2008”**. Realizaron un estudio en una población de 463 estudiantes, y una muestra de 59 estudiantes. En cuanto al estado civil, el 83% de los estudiantes son solteros lo cual les da mayor tiempo, dedicación y constancia para sus estudios, muy distinta a la condición que presentan los estudiantes que están casados(as) o unidos. En el rendimiento académico se observa el 96.7% lo que confirma que el índice académico de los estudiante es poco satisfactorio. No obstante el 3.3%, poseen un rendimiento satisfactorio. Condición económica el 62% situación económica es regular y un 17 % la catalogaron de mala. Por otra parte, el 15% condición económica es buena y un 6% expresó que era excelente. Dentro de este marco muestra como el 83% de los estudiantes expresaron que su condición económica es un factor que influye en el rendimiento académico. Se menciona que existen múltiples razones que conllevaron a los estudiantes. En primer lugar, el 64.4% de los estudiantes indican que tiene

vocación y el 30.5% seleccionaron la especialidad por ingresar a la Universidad. Así mismo, un 3.4% ingresaron por influencia de sus familiares. Por último, se tiene que un 1.7% escogieron la carrera por otras razones. Manifiesta que el 66.6% de los estudiantes manifestaron que prefieren conformar grupos de estudio. El 16.7% realizan consultas en bibliotecas, así mismo señaló que el 12.5% de la muestra estudiantil, tiene horario de estudio. Es importante considerar que un 4.2% no realizan ninguna actividad en función de mejorar su rendimiento académico. <sup>(12)</sup>

MARRA, M y COL. (Trujillo 2010). En el trabajo de investigación **“Estilo de Vida, Autoestima y apoyo social en estudiantes de Enfermería, de la Universidad César Vallejo de Trujillo”**. En una muestra conformada por 136 estudiantes. El nivel de significancia establecido fue:  $p < 0.05$ . Los resultados señalan que el estilo de vida de los estudiantes de Enfermería alcanzó el 54.4% el nivel medio, con un 29.4% el nivel alto y un 23.53% el nivel bajo. Estilo de vida promotor de salud se refiere al conjunto de patrones conductuales o hábitos que guardan estrecha relación con la salud en un sentido amplio, es decir con todo aquello que provee bienestar y desarrollo de la persona humana. Por lo tanto podemos afirmar que solamente el 29.4% mantiene conductas o hábitos saludables. También estudiaron, factores biológicos y psicosociales predictores del estilo de vida promotor de salud. Hallaron que 52.5 % de la muestra tiene un estilo de vida saludable, las variables sexo, edad, ocupación y acceso al cuidado de salud, autoestima, y estado de salud percibido y auto eficacia percibida tienen un efecto significativo sobre el estilo de vida promotor de salud. Se demuestra, que el 33,09% de estudiantes tiene un alto nivel de autoestima, que significa que son personas que no ocultan sus sentimientos, tienen la

capacidad para reconocer sus propios logros en la vida. Lo cual indica que existe relación entre el estilo de vida y el nivel de autoestima. Se concluyen que más de la mitad de la muestra de los estudiantes de Enfermería de la Universidad César Vallejo calificó en un nivel medio en estilo de vida. <sup>(13)</sup>

MENDOZA, M. E. (Lima 2007). En la investigación **“Estilos de Vida de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2006”**. Señalan que adopción de estilos de vida favorable en la dimensión biológica y social contribuirá a una mejora de su salud y calidad de vida de los estudiantes de Enfermería. La población estuvo conformada por 80 alumnos. Los resultados fueron: Los estilos de vida de los estudiantes de enfermería, de un total de 80 (100%) alumnos. El 44 (55%) tienen estilo de vida desfavorable, 36 (45%) favorable. En la dimensión biológica 41 (51%) tienen un estilo de vida desfavorable, 39 (49%) favorable. En la dimensión social, 60 (75%) tienen un estilo de vida favorable y 20 (25%) un estilo de vida desfavorable. Por lo que se concluyen que los estudiantes tienen un estilo de vida desfavorable, relacionado a una inadecuada alimentación, no descansan lo suficiente y no practican ejercicios. <sup>(14)</sup>

JARA, D y COL. (LIMA 2008). En la investigación **“Factores Influyentes en el Rendimiento Académico de estudiantes del Primer Año de Medicina”**. Evaluaron 40 estudiantes de ambos sexos, en hábitos de estudio, 27 (67%) refirieron leer las materias propias de la profesión, por lo menos una vez al día, mientras que 13 (33%) lo hacía de manera semanal. El número de horas de estudio al día consistió en 1 a 2 horas al día en 10 (25%), 3 a 4 horas de estudio en 18 (45%), 5 a 6 horas de estudio en 10 (25%) y 2 de ellos (5%) refirieron estudiar solo en fechas de exámenes. Y en

cuanto a las actividades recreativas, 32 (80%) manifestaron a la televisión como su mayor pasatiempo; el resto de participantes 8 (20%) refirió algunas actividades adicionales, como cinema, salida al campo, danza y lectura. El aspecto socioeconómico de los participantes reveló que en 17 de ellos (42,5%) el ingreso familiar era igual o menor de S/. 1 500 (mensuales) en profesionales y otras ocupaciones 24 (60%), entre las que se encontraban artesanos, comerciantes, agricultores. El lugar de la vivienda fue mayoritariamente en zonas urbano marginales 25 (62,5%), seguido de zona residencial 10 (25%), y en asentamientos humanos 5 (12,5%). Conclusiones su nivel socioeconómico fue bajo, residía en zonas urbano marginales, y algunos tenían afecciones físicas que mermaban su salud; todo lo anterior podría influir en el rendimiento académico bajo que presentaron. <sup>(15)</sup>

EVARISTO, T. A. (LIMA 2012). En el estudio sobre **“Calidad de Vida y su relación con el Rendimiento Académico según características Socio Demográficas de estudiantes de Odontología”** de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Odontología. En una muestra conformada por 149 estudiantes de Odontología regulares que cursaban el semestre académico 2012-1. En la calidad de vida se evidenció que con respecto a la edad no hubo diferencias estadísticamente significativas en la percepción de la calidad de vida de los estudiantes. ( $p > 0,05$ ). No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el ciclo de estudios y la calidad de vida ( $p = 0.100$ ). Relación calidad de vida y rendimiento académico. Se observó que a medida que mejora la calidad de vida, el rendimiento académico de los estudiantes es mayor:  $\rho = 0,176$ ,  $p = 0,032$ . Los que presentan una calidad de vida menor tienden a tener menor rendimiento académico.

Los estudiantes con una calidad de vida normal o buena en un 79% y con una mala calidad de vida en solo un 33,3%. Los estudiantes tuvieron una edad promedio de 22 años de edad, considerándose una población bastante joven y describir la calidad de vida en cuatro dominios: Salud física, Estado psicológico, Relaciones Sociales y Medio Ambiente. La calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes son elementos importantes y claves en la formación de futuros profesionales. <sup>(16)</sup>

AGUILAR PAREDES (Ayacucho 1990). En el estudio sobre “**Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Facultad de Enfermería**”, refiere que: La edad del estudiante influye de manera altamente significativa en el rendimiento académico, a mayor edad existe mayor porcentaje de alumnos con rendimiento académico deficiente; del mismo modo el estado civil, forma de estudio, personas con quienes cohabitan, estado económico, los problemas familiares y sentimentales de los estudiantes son influyentes en el rendimiento académico. <sup>(17)</sup>

## **2.2. BASE TEÓRICA CIENTÍFICA**

### **RENDIMIENTO ACADÉMICO**

#### **2.2.1. RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIO**

El rendimiento académico universitario es un resultado del aprendizaje, suscitado por la actividad educativa del profesor producido en el alumno, así como la actividad autodidacta del estudiante. Los indicadores adecuados del rendimiento académico son los promedios de calificación obtenida por el educando, respecto a las asignaturas propias de su formación profesional. Aunque es claro que no todo aprendizaje es producto de la acción del docente. <sup>(18)</sup>

El rendimiento se expresa en una calificación, cuantitativa y cualitativa, una nota, que si es consistente y valida será el reflejo de un determinado aprendizaje a lo largo de unos objetivos preestablecidos. <sup>(19)</sup>

### **2.2.2. CARACTERÍSTICAS DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIO**

- a) El rendimiento en su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, como tal está ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno.
- b) En su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el estudiante y expresa una conducta de aprovechamiento.
- c) El rendimiento está ligado a medidas de calidad y a juicios de valoración.
- d) El rendimiento es un medio y no un fin en sí mismo.
- e) El rendimiento está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente. <sup>(20)</sup>

### **2.2.3. NIVELES DE RENDIMIENTO ACADÉMICO.**

La Evaluación Pedagógica, a través de su valoración por criterios, presenta una imagen del rendimiento académico que puede entenderse como un nivel de dominio o desempeño que se evidencia en ciertas tareas que el estudiante es capaz de realizar (y que se consideran buenos indicadores de la existencia de procesos u operaciones intelectuales cuyo logro se evalúa).

Pedagogía conceptual propone como categorías para identificar los niveles de dominio son las siguientes: Nivel elemental (contextualización), básico (comprensión) y avanzado (dominio).



#### **2.2.4. MEDICIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO**

En el Sistema Educativo Peruano, en especial en las Universidades la mayor parte de las calificaciones se basan en el sistema vigesimal, es decir de 0 a 20. Sistema en el cual el puntaje obtenido se traduce a la categorización del logro de aprendizaje, el cual puede variar desde aprendizaje bien logrado hasta aprendizaje deficiente. <sup>(19)</sup>

“En la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga el sistema de evaluación es vigesimal, o sea de 00 a 20, siendo la mínima nota aprobatoria once (11). El medio punto o más, se considera a favor del estudiante sólo en la obtención de la evaluación final de la asignatura. Dicho sistema rige a partir del año académico de 1994”. <sup>(27)</sup>

El rendimiento académico de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga se evalúa en base a los índices académicos obtenido en cada uno de los semestres académicos:

- < de 10.50: desaprobado.
- 10.50 – 14: regular (aprobado)
- 15 – 17: bueno (aprobado)
- 18 – 20: excelente (aprobado)

#### **2.2.5. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO UNIVERSITARIO**

Se considera que los factores relacionados con el rendimiento académico están agrupados en tres grandes bloques: Factores personales, factores socio-familiares, factores pedagógicos – didácticos. <sup>(21)</sup>

**a) Factores personales:** Hacen referencia a todos aquellos factores relacionados con el individuo que poseen un conjunto de características neurobiológicas y psicológicas.

Así tenemos:

- Personalidad
- Inteligencia
- Falta de motivación e interés
- Trastornos emocionales y afectivos
- Trastornos derivados del desarrollo biológico
- Trastornos derivados del desarrollo cognoscitivo

- **Estilos de vida:**

- ↳ **Estilos de vida saludables**

- Tener sentido de vida
- Mantener la autoestima.
- Mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender.
- Brindar afecto y mantener la integración social y familiar.
- Tener satisfacción con la vida.
- Promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación.
- Capacidad de autocuidado.
- Ocupación del tiempo libre y disfrute de la recreación.
- Comunicación y participación a nivel familiar y social.
- Accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, culturales, recreativos, entre otros.
- Seguridad económica.

### **Estilos de vida no saludables**

- Mala alimentación.
- Deficiente estado higiénico.
- Alteraciones del sueño.
- Baja actividad física.
- Consumo de alcohol y otras drogas.
- Tener malas relaciones interpersonales.

### **b) Factores socio – familiares:**

- **Factores socioeconómicos:** Nivel socioeconómico de la familia, composición de la familia, ingresos familiares.
- **Factores socio – culturales:** Nivel cultural de los padres y hermanos, medio social de la familia.
- **Factores educativos:** Interés de los padres con las actividades académicas de sus hijos, expectativas de los padres hacia sus hijos, expectativa de los padres hacia la formación universitaria de sus hijos, identificación de los hijos con las imágenes paternas.

### **c) Factores académico universitarios**

#### **1. Factores pedagógicos – didácticos**

- Plan de estudios inadecuados.
- Estilos de enseñanza poco apropiados.
- Deficiencias en la planificación docente.
- Contenidos inadecuados.
- Desconexión con la práctica.

- Escases de medios y recursos.
- Exigencia a los estudiantes de tareas inadecuadas.
- No utilizar estrategias de diagnóstico.
- Seguimiento y evaluación de los alumnos.
- Estructuración inadecuada de las actividades académicas.
- Ambiente universitario poco ordenado.
- Tiempo de aprendizaje inadecuado.

## **2. Factores organizativos o institucionales**

- Ausencia de equipos en la Universidad.
- Excesivo número de alumnos por aula inestabilidad del claustro.
- Tipo de centro y ubicación.

## **3. Factores relacionados con el profesor**

- Características personales del docente.
- Formación inadecuada.
- Expectativa de los profesores respecto a los alumnos.
- Falta de interés por la formación permanente y la actualización
- Tipología del profesorado.

### **2.2.6. ESTILOS DE VIDA**

La Organización Mundial de Salud define al **estilo de vida** como una 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<sup>(22)</sup>

El estilo de vida denomina de una manera genérica, aquellos patrones cognitivos,

afectivos-emocionales y conductuales que muestran cierta consistencia en el tiempo, bajo condiciones más o menos consistentes y que pueden constituirse en factores de riesgo o seguridad, dependiendo de su naturaleza. Los estudios epidemiológicos han mostrado la relación existente entre el estilo de vida que las personas exhiben y el proceso salud-enfermedad. Un **estilo de vida saludable** constituye un importante factor en la configuración del perfil de seguridad. <sup>(3)</sup>

#### **2.2.7. TIPOS DE ESTILO DE VIDA .**

Estilo de vida o modo de vida es una expresión que se aplica de una manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende la vida. <sup>(3)</sup>

##### **2.2.7.1. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES: Valor de variable (101-150)**

Los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo. La carta de Ottawa para la promoción de la salud, considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud.

La salud se crea y se consolida en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, trabajo y de recreo, la salud es el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud.

Los estilos de vida que se adquieren, están condicionados a través de experiencias de aprendizaje, las cuales se adaptan se adquieren o modifican de acuerdo a los comportamientos deseados. En este sentido a través de la enseñanza se producen cambios favorables en el comportamiento del que aprende. El saber se obtiene con el

conocimiento lo que le da la opción de desarrollar su personalidad que es el saber ser; siendo para esto necesario que la persona que aprende, además comprende, analice, reflexione y adquiera competencias o habilidades prácticas (saber hacer).

Al hablar de estilo de vida saludable, nos referimos a 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 la evitación del abuso de sustancias como la caféina, nicotina y alcohol; una correcta distribución y aprovechamiento del tiempo. <sup>(3)</sup>

Definidos como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Los estilos de vida son determinados por la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar, por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social. En esta forma podemos elaborar un listado de estilos de vida saludables o comportamientos saludables o factores protectores de la calidad de vida como también suele llamarse, que al asumirlos responsablemente ayudan a prevenir desajustes biopsicosociales-espirituales y mantener el bienestar para generar calidad de vida, satisfacción de necesidades y desarrollo humano. Algunos de estos factores protectores o estilos de vida saludables podrían ser:

- Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción.
- Mantener la autoestima, el sentido de pertenencia y la identidad.
- Mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender.

- Brindar afecto y mantener la integración social y familiar.
- Tener satisfacción con la vida.
- Promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación.
- Capacidad de auto cuidado.
- Seguridad social en salud y control de factores de riesgo como obesidad, vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo, abuso de medicamentos, estrés y algunas patologías como la hipertensión y diabetes.
- Ocupación del tiempo libre y disfrute de la recreación.
- Comunicación y participación a nivel familiar y social.
- Accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, culturales, recreativos, entre otros.
- Seguridad económica.

#### **2.2.7.2. ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLES: Valor de variable (00-49)**

Son los comportamientos hábitos o conductas que adoptan las personas en contra de su salud y en contra del mejoramiento de su calidad de vida y/o estilo de vida. Son los estilos de vida los que conllevan a la persona al deterioro de su aspecto biológico, psicológico y social, llevándolo a pérdidas físicas y en si de su integridad personal. Entre estos tenemos.

- Mala alimentación, lo cual lleva a un deterioro físico mental.
- Deficiente estado higiénico, lo cual perjudica la salud y las relaciones interpersonales.
- Alteraciones del sueño, el no descansar las horas debidas, predispone a la persona a alteraciones nerviosas y así también a cambios de no poder desarrollar las actividades

diarias adecuadamente.

- Baja actividad física, hace que la salud se deteriore y así también hace a la persona propensa al cansancio continuó, no pudiendo desarrollar actividades de su vida diaria.
- Consumo de alcohol y otras drogas que dañan la salud de la persona.
- Tener malas relaciones interpersonales, el conocer a personas que no ayudan a crecer en la vida estancarán el desarrollo personal.

### **2.2.8. DIMENSIONES DE LOS ESTILOS DE VIDA**

Las dimensiones que permiten evaluar los estilos de vida saludables o no saludables son las siguientes: <sup>(23)</sup>

#### **2.2.8.1. Actividad física**

Es la relación que realiza una persona que demanda el aumento del gasto energético producido por el movimiento de los músculos del cuerpo y que forma parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, ejercicio, juegos y las actividades deportivas. Abarca acciones como caminar, subir escaleras, bailar, realizar como parte las tareas del hogar, laboral, escolar, recreativa y profesional, entre otras acciones. <sup>(24)</sup>

#### **2.2.8.2. Ejercicio físico**

Conjunto de movimientos planificados y diseñados específicamente para estar en forma física y gozar de buena salud, por ejemplo manejar bicicleta, practicar aeróbicos, danzas, entre otros.

El ejercicio físico debe realizarse a un ritmo que sea apropiado para la persona y depende de su intensidad. <sup>(25)</sup>



- **El ejercicio aeróbico.-** Es una actividad de intensidad moderada que se realiza durante un largo período (por ejemplo caminar, trotar lentamente, correr, danzas aeróbicas, montar en bicicleta, remar nadar). Estos ejercicios mejoran el ritmo cardíaco y queman calorías.

- **El ejercicio anaeróbico.-** Es una actividad intensa durante un corto período de tiempo, incluye entrenamiento con pesas o entrenamiento de fuerza. Una mezcla de actividades aeróbicas y anaeróbicas es una buena para conseguir que todo el cuerpo este en forma.

#### **2.2.8.3. Deporte**

Es la actividad física ejercida en forma constante o en el tiempo que se rige por normas, por ejemplo: atletismo, fútbol, natación, voleibol, etc. <sup>(24)</sup>

Conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición y con un carácter institucional. Es un juego portador de valor y serenidad, practicado con entrega, sometidos a reglas, integrador y perfeccionador asombroso de los más elevados resultados.

#### **2.2.8.4. Recreación**

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear a la diversión para alivio del estudio, trabajo, según esta definición recrearse necesariamente debe incluir la diversión. <sup>(25)</sup>

El descanso no es simplemente inactividad, requiere tranquilidad relajación sin estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra mentalmente relajada, libre de ansiedad y físicamente calmada.

#### **2.2.8.5. Auto cuidado**

El auto cuidado se refiere a las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas, que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud; estas prácticas son “destrezas” aprendidas a través de toda la vida, de uso continuo, que se emplean por libre decisión, con el propósito de fortalecer o restablecer la salud y prevenir la enfermedad; ellas responden a la capacidad de supervivencia y a las prácticas habituales de la cultura a la que se pertenece.

También refiere que, entre las prácticas para el auto cuidado se encuentran: alimentación adecuada a las necesidades, medidas higiénicas, manejo del estrés, habilidad para resolver relaciones sociales y resolver problemas interpersonales, ejercicios y actividades físicas requeridas, comportamiento seguro, recreación, manejo de tiempo libre y diálogo. <sup>(23)</sup>

#### **2.2.8.6. Hábitos alimenticios**

Potenciar los buenos hábitos de alimentación de cada familia e intentar modificar los hábitos de alimentación incorrectos, es el propósito de un estilo de vida saludable. La alimentación y nutrición, son aspectos diferentes pero a la vez complementarios.<sup>(26)</sup>

- **ALIMENTACIÓN:** Se define como alimentación el conjunto de acciones que permiten introducir en el organismo humano los alimentos, o fuentes de las materias primas que precisa obtener, para llevar a cabo sus funciones vitales. “la alimentación es un elemento importante en la buena salud, la alimentación incluye varias etapas: Selección, preparación e ingestión de los alimentos consiste en un proceso voluntario.
- **NUTRICIÓN:** la nutrición es un cambio, en el conjunto de procesos involuntarios

mediante los cuales el cuerpo humano incorpora, transforma y utiliza los nutrientes suministrados con los alimentos, para realizar sus funciones vitales. La nutrición incluye: Digestión de los alimentos, Absorción y Metabolismo de los nutrientes asimilados, y excreción de los desechos no absorbidos y de los resultantes del metabolismo celular. Por ser involuntaria y ocurrir después de la ingestión de los alimentos, la nutrición dependerá de la calidad de la alimentación, de allí que es muy importante que la alimentación sea sana.

Para que la alimentación pueda ser considerada sana, debe ser: Suficiente, armónica, adecuada y completa.

Debe aportar la cantidad necesaria de nutrientes, de no ser así el organismo usa sus reservas y produce adelgazamiento.

**Completa en calidad:** Proporcionar al organismo las sustancias que forman sus propios tejidos y le permiten cumplir sus funciones.

**Balanceada y armónica:** Los alimentos tienen que guardar una relación de Proporción entre sí. Todos los nutrientes interactúan y dependen unos de otros. De allí la importancia de mantener las proporciones correctas.

**Adecuada:** La alimentación debe ser acorde a la edad, al sexo, talla, compleción física, actividades y a los momentos biológicos por los que se atraviesan. <sup>(26)</sup>

#### **2.2.8.7. Sustancias psicoactivas**

Toda sustancia química de origen natural o sintético que afecta específicamente las funciones del sistema nervioso central (SNC). Se considera que una sustancia psicoactiva genera dependencia en su consumidor cuando cumple al menos tres de cuatro condiciones:<sup>(28)</sup>

- Genera síndrome de abstinencia al dejar de consumirla.
- Llevan al consumidor a la reincidencia.
- Es utilizado con fines recreacionales, no terapéuticos.
- Tiene la capacidad de influir cambios sobre las funciones normales de la mente del consumidor. <sup>(28)</sup>
- De acuerdo a su estructura química, se clasifican en los siguientes grupos: Alcohol, fermentado (vino, cerveza), destilado (coñac, whisky) y artificial (licores, anís).
- Drogas de diseño; las principales son éxtasis.
- Psicoestimulantes; tales como la cocaína, anfetamina, tabaco, cafeína y catina.
- Psicodépresores; en este grupo se encuentran las benzodiacepinas y barbitúricos.
- Cannabicos; estas drogas no causan dependencia física, pero pueden algunas veces causar dependencia psicológica, estas son: Marihuana y hachís.
- Opiáceos; comprende opio, heroína, morfina y codeína.
- Volátiles; tales como disolventes, pinturas y pegamentos.

#### **2.2.8.2. Sueño**

El sueño es un estado dinámico donde grupos de neuronas siguen activas desempeñando un papel diferente al de la vigilia y es, además, necesario para la salud en general del organismo, por sus propiedades de consolidar las distintas formas de la memoria, regular la temperatura y la función de ciertos neurotransmisores, así como de almacenar energía y mantener la inmunocompetencia. La falta de sueño suficiente por un periodo largo puede ocasionar problemas de salud.

### **2.2.9. INFLUENCIA DEL ESTILO DE VIDA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**

El estilo de vida, definido como un conjunto de procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los individuos conlleva a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar un estado de bienestar y salud, en toda persona.

Los hábitos y estilos de vida poco saludables en los estudiantes universitarios como el tabaco, el alcohol en exceso, la falta de ejercicio, la alimentación inadecuada y la falta de sueño influyen también en la fisiología del organismo y contribuyen a incremento del estrés o bien a la aparición de problemas psicológicos que, a su vez, contribuyen a la aparición de la enfermedad.

El modelo de control, propuesto por Fisher (1986), sostiene que los eventos vitales provocan cambios en el nivel de exigencia junto con una reducción del control del individuo sobre varios aspectos del nuevo estilo de vida. Dichos cambios crean discrepancias e introducen novedades que pueden hacer decrecer el nivel de control personal en relación al ambiente.

Por otro lado, el estilo de vida de los estudiantes universitarios se ve modificado según se acerca el período de exámenes, convirtiéndose así sus hábitos en insalubres -exceso en el consumo de cafeína, tabaco, sustancias psicoactivas como excitantes e incluso, en algunos casos, ingestión de tranquilizantes, lo que, a la larga, puede llevar a la aparición de trastornos de salud. El análisis de los estilos de vida en adultos jóvenes debe realizarse teniendo en cuenta los conocimientos en el que se desarrollan los jóvenes, familia, amigos, docentes, compañeros de estudios y espacios educativos etc.

### 2.3. DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE TÉRMINOS OPERATIVOS

- **Estilos de vida.-** Comportamiento respecto a la actividad física y deporte, tiempo de recreación, auto cuidado, hábitos de alimentación, consumo de sustancias psicoactivas y patrón de sueño.
- **Estilos de vida saludable.-** Definidos como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Valor de variable (101 -150)
- **Estilos de vida poco saludable.-**Pueden causar numerosas enfermedades. Valor de variable (50-100)
- **Estilos de vida no saludable.-** son los comportamientos hábitos o conductas que adoptan las personas en contra de su salud y en contra del mejoramiento de su calidad de vida, que conlleva a la persona al deterioro de su aspecto biológico, psicológico y social, llevándolo a pérdidas físicas y en sí, de su integridad personal. Valor de variable (00-49)
- **Actividad física.-** Es el conjunto de tareas motoras propias de una persona, que se realizan como parte de su actividad doméstica, laboral, escolar, recreativa y profesional.
- **Deporte.-** Es la actividad física ejercida en forma constante o en el tiempo que se rige por normas, por ejemplo: atletismo, fútbol, natación, voleibol.
- **Tiempo de recreación.-** Tiempo libre dedicado alguna de las necesidades referidas al descanso, diversión o al desarrollo tanto social como personal.

- **Auto cuidado.-** Práctica de actividades que los individuos realizan en favor de sí mismos para mantener la salud y el bienestar.
- **Hábitos alimenticios.-** Forma en que las personas se alimentan diariamente.
- **Sustancias psicoactivas.-**Toda sustancia química de origen natural o sintético que afecta específicamente las funciones del sistema nervioso central (SNC).
- **Sueño.-** Es un estado fisiológico de autorregulación y reposo uniforme de un organismo.
- **Rendimiento académico.-** Presenta el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal, o sea de 00 a 20, siendo la mínima nota aprobatoria once (11). El punto medio o más, se considera a favor del estudiante solo en la obtención de la evaluación final de la asignatura.
- **Índice académico.-** Promedio global de los cursos matriculados por los estudiantes en un determinado semestre académico. El índice académico del semestral mínimo aprobatorio es de 10.50.
- **Edad.-** Tiempo de vida expresada en años cumplidos.
- **Vocación profesional.-** Consiste en proseguir los estudios superiores de acuerdo al gusto o atracción hacia una carrera profesional.
- **Tiempo dedicado al estudio.-** Número de horas de estudio por día que el estudiante dedica fuera de ambientes Universitarios.
- **Condición económica.-** Calidad de vida con referencia a una línea de pobreza que expresa el costo de una canasta mínima para la satisfacción de necesidades básicas.

- **Estado civil.-** Define la situación jurídica de la persona en la familia y en la sociedad.
- **Procedencia.-** Lugar de donde viene.
- **Ocupación.-** Actividad a la que una persona se dedica en un determinado tiempo.



## **2.4. HIPÓTESIS**

Los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga y están relacionados directamente a: Edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil, procedencia y ocupación.

## **2.5. VARIABLES DE ESTUDIO**

### **2.5.1. VARIABLE INDEPENDIENTE**

- Estilos de Vida.

### **2.5.2. VARIABLE DEPENDIENTE**

- Rendimiento académico.

### **2.5.3. VARIABLES INTERVINIENTES**

- Edad.
- Vocación profesional.
- Tiempo dedicado al estudio.
- Condición económica.
- Estado civil.
- Procedencia.
- Ocupación

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo de investigación**

Aplicada

#### **3.2. Método de investigación**

Descriptivo, prospectivo, transversal.

#### **3.3. Población**

La población estuvo conformada por 488 estudiantes universitarios de ambos sexos matriculados en el semestre académico 2012-II en la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

#### **3.4. Muestra**

Estudiantes de la Escuela de Formación de Obstetricia matriculados en el semestre académico 2012 – II desde la serie 100 a la serie 400.

#### **3.5. Tamaño de muestra:**

Estuvo conformado por 220 estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, que fueron obtenida mediante la fórmula estadística siguiente.

$$n = \frac{4 \times N \times p \times q}{E^2(N-1) + 4 \times p \times q}$$

$$n = \frac{4 \times 488 \times 50 \times 50}{25(488-1) + 4 \times 50 \times 50} = n = 220.06 \cong 220$$

**Donde**

n = Tamaño de muestra

N = Población

p = 50.0% probabilidad de éxito

q = 50.0 % probabilidad de fracaso

E = 5% error permitido , 95% nivel de confianza

2 = constante

**3.6. CRITERIOS DE INCLUSIÓN**

- Estudiantes matriculados en el semestre académico 2012-II
- Estudiantes que aceptaron participar en el presente estudio.

**3.7. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- Estudiantes no matriculados en el semestre académico 2012-II
- Estudiantes que no aceptaron participar en el presente estudio.

**3.8. TÉCNICAS DE MUESTREO**

**Tipo de muestreo:**

Probabilístico, estratificado

**Sujeto de estudio:**

Estudiantes universitarios matriculados en la Escuela de Formación Profesional de

Obstetricia durante el semestre académico 2012-II.

### **3.9. TÉCNICA**

Encuesta, aplicación del cuestionario valorativo de los estilos de vida y revisión documental.

### **3.10. INSTRUMENTOS**

- 1.-Ficha de encuesta.
- 2.-Cuestionario valorativo de los estilos de vida.
- 3.-Resumen general del rendimiento académico semestral.

### **3.11. PROCEDIMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN**

Para la recolección de datos se ha seguido los siguientes pasos:

Se aplicó la ficha de encuesta para la obtención de datos generales; la edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil, procedencia y ocupación de los estudiantes. (Ver anexo).<sup>(1)</sup>

Se aplicó el cuestionario valorativo de los estilos de vida de ARRIVILLAGA, M; SALAZAR, I. y GOMEZ, I. (2005) validado en la investigación de CCORAHUA, D y DE LA CRUZ, R. (2009), titulada “Factores asociados a los estilos de vida no saludables en las enfermeras (os) asistenciales del Hospital Regional de Ayacucho”. (Ver anexo).<sup>(2)</sup>

Se solicitó autorización a la Directora de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia para poder acceder al resumen general del rendimiento académico semestral de todos los alumnos matriculados en la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia.

Luego de haber conseguido la autorización, se revisó el resumen general del rendimiento académico semestral de los estudiantes integrantes de la muestra encuestados y matriculados en las serie 100, 200, 300 y 400 durante el semestre académico 2012- II.

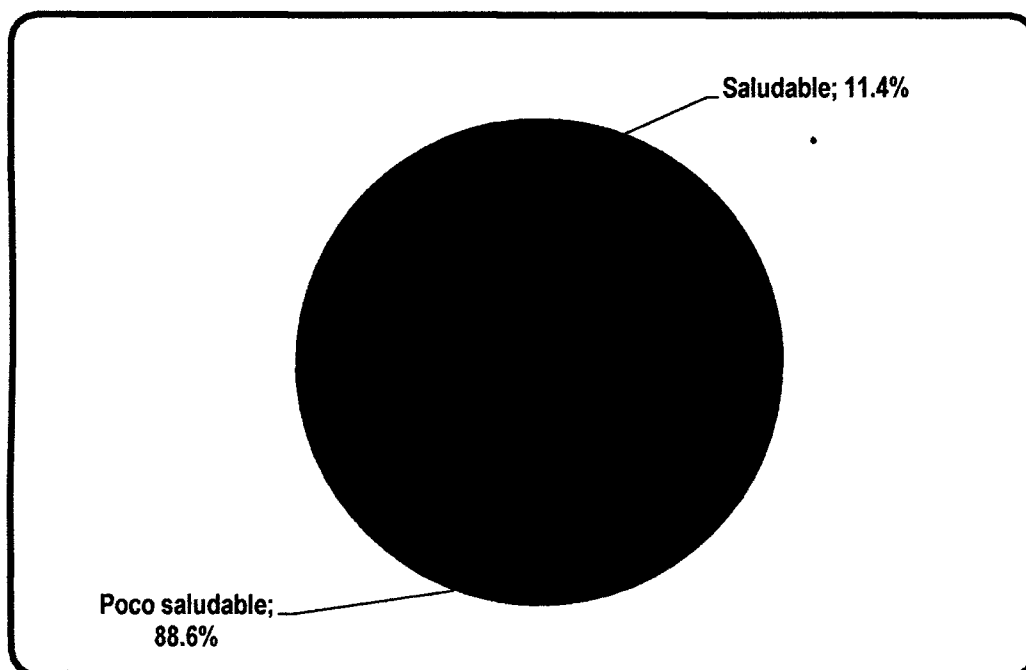
### **3.12. CONSIDERACIONES ÉTICAS**

Para la aplicación de encuesta y cuestionario valorativo de estilos de vida se cumplió con el proceso del consentimiento informado.

### **3.13. PROCESAMIENTO DE DATOS**

Los datos obtenidos fueron tabulados cuantitativa y sistemáticamente, los resultados se clasificaron en forma ordenada de acuerdo a los factores: edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica estado civil, procedencia, ocupación, así como los estilos de vida de los estudiantes, según frecuencia, para someterlos a las pruebas de significancia porcentual de acuerdo a las exigencias de cada variable, para el análisis estadístico de los datos se empleó la prueba de Chi cuadrado para determinar el grado de dependencia entre variables independientes , dependientes y intervinientes.

## **IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**



FUENTE: cuestionario valorativo de los estilos de vida.

**GRAFICA Nº 01 Estilos de Vida en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Junio– Setiembre 2013.**

La gráfica muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia el 88.6% (195) presentaron estilo de vida poco saludable y el 11.4% (25) estilo de vida saludable.

Del análisis de los resultados se concluye que el mayor porcentaje (88.6%) de los estudiantes de Obstetricia presentaron estilo de vida poco saludable, al respecto.

**Marra, M y col. (Trujillo 2010).** En el trabajo de investigación “Estilo de Vida, Autoestima y apoyo social en Estudiantes de Enfermería, de la Universidad César Vallejo de Trujillo”. Los estilos de vida de los estudiantes de Enfermería alcanzó el 54.4% el nivel medio, con un 29.4% el nivel alto mantienen hábitos saludables. Demostraron que más de la mitad de estudiantes tienen un nivel medio en estilo de vida, en tanto:

**MENDOZA, M. E. (Lima 2007).** En la investigación “Estilos de Vida de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2006”. Muestran que el 55% de los estudiantes presentaron estilo de vida desfavorable y el 45% favorable. Concluyen que los estudiantes tienen un estilo de vida desfavorable, relacionado a una inadecuada alimentación, no descansan lo suficiente y no practican ejercicios.

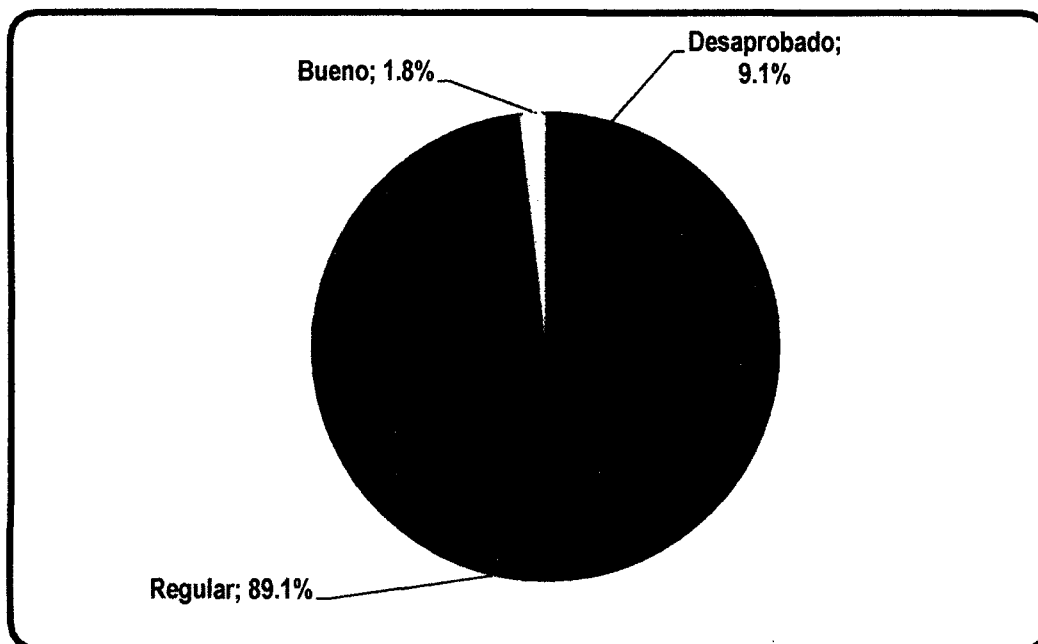
Los estilos de vida son un conjunto de patrones que estructuran la organización temporal, el sistema social de relaciones, las pautas de consumo y las actividades de las personas; es decir, son aquellos patrones de conducta individual y colectiva que pone en práctica a diario, y que pueden constituirse en dimensiones de riesgo o de seguridad dependiendo de su naturaleza. El estilo de vida está influenciado por costumbres, hábitos, conductas, modas y valores existentes en un determinado momento y contexto, están condicionados a través de experiencias de aprendizaje, las cuales se adaptan, adquieren o modifican de acuerdo a los comportamientos deseados; factores que son aprendidos, y por lo tanto modificables durante el curso de vida.

Los estudiantes universitarios deben tener una buena distribución del tiempo destinado a las comidas diarias, la necesidad constante de actividad física y una dieta balanceada son las exigencias principales que el estudiante necesita para llevar un estilo de vida saludable y obtener un adecuado rendimiento académico en las aulas universitarias. También se menciona que uno de los problemas de los jóvenes universitarios es que existe un mal empleo del tiempo destinado a las comidas diarias, debido a que dedican gran parte de su horario a las largas jornadas de estudio y, en



muchas ocasiones, también al trabajo, ocasionando que descuiden por completo su alimentación que pueden alterar su condición de vida saludable.

Las prácticas de auto cuidado debido a su gran potencial va influir de manera positiva sobre la forma de vivir de los estudiantes universitarios, constituye una estrategia importante para la protección de la salud y la prevención de las enfermedades.



FUENTE: Ficha de recolección de datos.

**Gráfica Nº 02 Rendimiento Académico en Estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Junio– Setiembre 2013.**

La gráfica muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 89.1% (196) presentaron rendimiento académico regular, 9.1% (20) rendimiento desaprobado y el 1.8% (4) rendimiento bueno.

Es preciso señalar que el rendimiento académico se ha determinado en base al índice académico de los estudiantes de Obstetricia matriculados en el semestre académico 2012 -II que figuran en resumen general del rendimiento académico semestral de cada estudiante con base a las calificaciones obtenidas respecto a las asignaturas propias de su formación profesional, durante el transcurso de la carrera.

Del análisis de los resultados se concluye que el mayor porcentaje (89.1%) de los estudiantes de Obstetricia presentaron rendimiento académico regular, al respecto:

**MARCÓ, L y COL. (Venezuela 2010).** En la investigación “Síndrome de Burnout y su posible incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre”. Durante el periodo II-2008, Muestran que el 96.7% de los estudiantes presentaron rendimiento académico poco satisfactorio y el 3.3%, presentan rendimiento académico satisfactorio. Concluyen en cuanto la multifactoriedad asociados al rendimiento académico, la situación económica, la falta de vocación e inadecuados hábitos de estudios ejercen influencia directa en el desempeño de los estudiantes, afectando de manera negativa su rendimiento académico, en tanto.

**CABALLERO, C. (Colombia, 2007).** En el estudio sobre “Relación del Burnout y Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes Universitarios”. Halló que en cuanto al promedio académico, el 41% de los estudiantes tienen un promedio bueno y el 7.4% excelente, mientras que solo el 8.9% presenta un promedio bajo.

El rendimiento académico de los estudiantes universitarios, tienen un impacto directamente en el espacio psicosocial del individuo, ya que el hecho de poseer un rendimiento poco satisfactorio implica una serie de factores relacionados con la forma del ser individuo y del esfuerzo, empeño, dedicación ,estado civil, lugar de procedencia, vocación, condición económica, que este tenga con sus estudios , de esa forma un individuo se ve afectado en su desenvolvimiento llámese personal , laboral ,profesional, académico, social y emocional. Son individuos desmotivados en la consecución de una meta.

**TABLA Nº 01**

**RENDIMIENTO ACADÉMICO EN RELACIÓN A LOS ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA JUNIO– SETIEMBRE 2013.**

Rendimiento Académico	Estilo de vida				Total	
	Saludable		Poco saludable		Nº	%
	Nº	%	Nº	%		
Desaprobado	0	0.0	20	9.1	20	9.1
Regular	21	9.5	175	79.5	196	89.1
Bueno	4	1.8	0	0.0	4	1.8
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>11.4</b>	<b>195</b>	<b>88.6</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$$\chi_c^2 = 33.846 **$$

$$\chi_r^2 = 5.991$$

$$P < 0.05$$

$$g. l. = 2$$

La Tabla Nº 01 muestra el rendimiento académico en relación a los estilos de vida en estudiantes de Obstetricia de la UNSCH. Muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia el 89.1% (196) tuvieron rendimiento académico regular, de los cuales 79.5% (175) presentaron estilo de vida poco saludable y 9.5% (21) estilo de vida saludable. Por otro lado, el 9.1% (20) estudiantes tuvieron rendimiento académico desaprobado, presentando la totalidad de ellos estilo de vida poco saludable. Finalmente, el 1.8% (4) de estudiantes tuvieron rendimiento académico bueno, presentando la totalidad de ellos estilo de vida saludable.

Del análisis de los resultados se concluye que el mayor porcentaje 89.1% de los estudiantes de Obstetricia presentaron rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba Chi Cuadrado se halló evidencia estadística de dependencia del rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia con los estilos de vida ( $P < 0.05$ ), al respecto:

**EVARISTO, T. A. (Lima 2012).** En el trabajo de investigación “Calidad de Vida y su relación con el Rendimiento Académico según características Socio Demográficas de estudiantes de Odontología. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Odontología”. Demostraron a medida que mejora la calidad de vida, el rendimiento académico de los estudiantes es mayor:  $\rho = 0,176$ ,  $p = 0,032$ . Los que presentan una calidad de vida menor tienden a tener menor rendimiento académico. Los estudiantes con una calidad de vida normal o buena en un 79% y con una mala calidad de vida en solo un 33,3%, mientras que.

**CABALLERO, C. (Colombia, 2007).** En el estudio sobre “Relación del Burnout y Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes Universitarios”. Halló que en cuanto al promedio académico, el 41% de los estudiantes tienen un promedio bueno y el 7.4% excelente, mientras que solo el 8.9% presenta un promedio bajo.

Los factores socio demográficos asociados a los estilos de vida son: Actividad física, deporte, tiempo de recreación, auto cuidado, hábitos alimenticios, consumo de sustancias psicoactivas, sueño, salubridad del ambiente físico alrededor del estudiante y el acceso a los servicios de salud puede considerarse estimadores de estilo de vida del estudiante. El rendimiento académico de los estudiantes está asociado además a la edad, estado civil, procedencia, condición económica, vocación y tiempo dedicado al estudio. Por eso que la calidad de vida y el rendimiento académico del estudiante se encuentran relacionados, a mayor calidad de vida mayor rendimiento académico del estudiante. Los resultados del presente estudio permiten constituir una base para

el desarrollo de acciones en la institución con el fin de promover estilos de vida saludable en los estudiantes de Obstetricia. Puesto que la calidad de vida y el rendimiento académico de los estudiantes son elementos importantes y claves en la formación y desarrollo de los futuros profesionales.

**TABLA Nº 02**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN A EDAD. JUNIO-SETIEMBRE 2013.**

Edad	Estilo de vida								Total	
	Saludable				Poco saludable					
	Rendimiento Académico				Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
17 a 19 años	6	2.7	1	0.5	6	2.7	57	25.9	70	31.8
20 a 22 años	10	4.5	2	0.9	11	5.0	86	39.1	109	49.5
≥ 23 años	5	2.3	1	0.5	3	1.4	32	14.5	41	18.6
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2 = 0.864$  N. S.

$\chi^2 = 12.592$

P > 0.05

g. l. = 6

La Tabla Nº 02 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación a edad, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 49.5% (109) de estudiantes tuvieron edades de 20 a 22 años, de ellos el 39.1% (86) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, asimismo 5.0% (11) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado, el 4.5% (10) presentaron estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y el 0.9% (2) presentó estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 31.8% (70) de estudiantes tuvieron 17 a 19 años de edad, de ellos, el 25.9% (57) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 2.7% (6) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el mismo porcentaje estilo de vida saludable con

rendimiento académico regular y el 0.5% (1) estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno. Seguido de 18.6%(41) tuvieron edades mayor o igual a 23 años de edad, de ellos, el 14.5%(32) tuvieron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular; asimismo, el 2.3%(5) tuvieron estilo de vida saludable con rendimiento académico regular; seguido de 1.4%(3) tuvieron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el 0.5%(1) presentaron estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Del análisis de los resultados se concluye que el 39.1% de los estudiantes de Obstetricia con edades de 20 a 22 años presentaron estilos de vida poco saludable y rendimiento académico regular.

Sometido los resultados a la prueba estadística Chi Cuadrado no se halló evidencia estadística significativa ( $P > 0.05$ ) es decir que los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de Obstetricia no está relacionada a la edad, al respecto: **EVARISTO, T. A. (Lima 2012)**. En el estudio sobre “Calidad de Vida y su relación con el Rendimiento Académico según características Socio Demográficas de estudiantes de Odontología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Odontología”. Evidenció que con respecto a la edad no hubo diferencias estadísticamente significativas en la percepción de la calidad de vida de los estudiantes. ( $p > 0,05$ ). No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el ciclo de estudios y la calidad de vida ( $p = 0.100$ ). Relación calidad de vida y rendimiento académico, en tanto.

**MUÑOZ, S. (España 2002-2003)**. En el estudio sobre “Indicadores del Rendimiento



Académico del alumnado de la Universidad de la Laguna”, refiere que: Un 68,4% del alumnado de la ULL es menor de 25 años de edad. Un 58.3% del alumnado que inicia estudios universitarios en la ULL lo hacen antes de los 20 años, lo que implica que la mayoría de los universitarios prosiguen en el sistema educativo sin interrupción, finalmente.

**AGUILAR PAREDES (Ayacucho 1990).** En el estudio sobre “Rendimiento Académico de los estudiantes de la Facultad de Enfermería”, refiere que: A mayor edad existe mayor porcentaje de alumnos con rendimiento académico deficiente.

La edad no es un factor relacionado al estilo de vida y rendimiento académico de acuerdo a los resultados hallados en esta investigación, es decir; que los estudiantes de Obstetricia de todas las edades presentan los mismos factores que pueden alterar o no los estilos de vida y el rendimiento académico. Sin embargo el desempeño de cada uno de los estudiantes estará influenciado por la experiencia adquirida a lo largo de la edad, por el comportamiento que tenga dentro y fuera de la universidad. De forma general, el rendimiento académico, es la resultante de una serie de factores causales que derivan de estructuras más amplias, vinculadas a las condiciones familiares, socioeconómicas, culturales del estudiante, falta de vocación, malos hábitos de estudio, en consecuencia cierta apatía que imposibilita el desarrollo intelectual y el progreso académico.

**TABLA Nº 03**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN A CONDICIÓN ECONÓMICA. JUNIO- SEPTIEMBRE 2013.**

Condición económica	Estilo de vida								Total	
	Saludable Rendimiento Académico				Poco saludable Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular		Nº	%
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%		
B (S/.3350)	5	2.3	1	0.5	3	1.4	18	8.2	27	12.3
C (S/.1530)	4	1.8	2	0.9	2	0.9	20	9.1	28	12.7
D (S/.1000)	5	2.3	1	0.5	4	1.8	46	20.9	56	25.5
E (S/.670)	7	3.2	0	0.0	11	5.0	91	41.4	109	49.5
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2 = 12.596$  N. S.

$\chi^2 = 16.919$

$P > 0.05$

g. l. = 9

La Tabla Nº 03 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación a condición económica, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 49.5% (109) tuvieron condición económica E (S/.670), de ellos, el 41.4% (91) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 5.0% (11) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el 3.2% (7) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular.

Asimismo, el 25.5% (56) de estudiantes tuvieron condición económica D (S/.1000), de ellos el 20.9% (46) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 2.3% (5) tuvieron estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, 1.8% (4) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico

desaprobado y 0.5% (1) tuvieron estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno. Seguido de 12.7%(28) tuvieron condición económico C (S/.1530); de ellos, el 9.1%(20) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, seguido de 1.8%(4) presentaron estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, y el 0.9%(2) presentaron estilo de vida saludable y poco saludable respectivamente. Por otro lado con rendimiento académico bueno y desaprobado. Por otro lado, el 12.3%(27) tuvieron condición económico B (S/.3350); de ellos, el 8.2%(18) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, seguido de 2.3%(5) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, el 1.4%(3) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el 0.5%(1) estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Del análisis de los resultados se concluye que el 41.4% de los estudiantes de Obstetricia tuvieron condición económica E (S/.670) con estilo de vida poco saludable y rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba Chi Cuadrado no se halló evidencia estadística de dependencia de estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia con la condición económica ( $P>0.05$ ), al respecto:

**MARCÓ, L. Y COL. (Venezuela 2010).** En la investigación sobre “Síndrome de Burnout y su posible incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre”. Durante el Periodo II-2008, muestran que el 67% manifiesta que su familia posee ingresos económicos de 600 a 1000 bonos, cuentan con ingreso económico regular. De ellos, el 21% reciben

un ingreso entre 1000 a 1500 bonos, permitiéndoles así satisfacer medianamente las necesidades personales y de estudios. Y el 12% tiene ingreso entre los 1500 bonos o más tienen mejor condición económica. El 62% de estudiantes consideran que su situación económica es regular y un 17% la catalogaron mala. Por otra parte, el 15% de los estudiantes consideraron que su condición económica es buena y un 6% expresó que era excelente, mientras que.

**JARA, D. y COL. (LIMA 2008).** En la investigación “Factores Influyentes en el Rendimiento Académico de estudiantes del Primer Año de Medicina”. El aspecto socioeconómico de los participantes reveló que en 17 de ellos (42,5%) el ingreso familiar era igual o menor de S/. 1 500 (mensuales) en profesionales y otras ocupaciones, 24 (60%) entre las que se encontraban artesanos, comerciantes, agricultores.

A partir de estos resultados se hace evidente que el ingreso económico recibido por la familia no está relacionado con el estilo de vida y el rendimiento académico, es un factor que determina la productividad en la población universitaria. Esto le permite al estudiante tener un mal o buen desempeño en sus actividades académicas, y por ende un alto o bajo rendimiento estudiantil; del mismo modo el hecho de contar con el poder adquisitivo necesario les permite tener un estilo de vida saludable. Uno de los problemas de jóvenes universitarios es que existe un mal empleo de tiempo destinado a las comidas diarias, debido a que dedican gran parte de su horario a las largas jornadas de estudio y en muchas ocasiones también al trabajo ocasionando que descuiden por completo su alimentación.

**TABLA N° 04**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES  
DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN  
CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN AL ESTADO CIVIL.  
JUNIO– SETIEMBRE 2013.**

Estado civil	Estilo de vida								Total	
	Saludable Rendimiento Académico				Poco saludable Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Soltera (o)	21	9.5	3	1.4	19	8.6	169	76.8	212	96.4
Conviviente	0	0.0	0	0.0	1	0.5	4	1.8	5	2.3
Casada (o)	0	0.0	1	0.5	0	0.0	2	0.9	3	1.4
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida

$\chi^2_c = 18.455$  \*\*

$\chi^2_i = 12.592$

P < 0.05

g. l. = 6

La Tabla N° 04 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación al estado civil, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 96.4% (212) fueron solteras (os), de ellos 76.8% (169) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, 9.5% (21) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, seguido el, 8.6% (19) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y 1.4%(3) tuvieron estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 2.3% (5) de estudiantes fueron convivientes, de ellos 1.8% (4) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular y 0.5%(1) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado. Y el

1.4%(3) fueron casada(o), de ellos, el 0.9%(2) tuvieron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular; y el, 0.5%(1) presentaron estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Del análisis de los resultados se concluye que el 76.8% de los estudiantes de Obstetricia son solteras (os) con estilo de vida poco saludable y rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba Chi Cuadrado se halló evidencia estadística de dependencia de estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia con el estado civil ( $P < 0.05$ ), al respecto:

**PERALTA, S.C. Y COL. (Colombia 2006).** En el estudio denominado “Factores Resilientes asociados al Rendimiento Académico en estudiantes pertenecientes a la Universidad de Sucre”. Muestran que la mayoría de los estudiantes tenían estado civil solteros, 95.8%. De igual manera.

**CABALLERO, C. (Colombia, 2007).** En el estudio sobre “Relación del Burnout y Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes Universitarios”. Halló que: En cuanto al estado civil, predomina la soltería tanto en los estudiantes de género masculino (65.2%), como femenino (80.1%), así mismo.

**MARCÓ, L. y COL. (Venezuela 2010).** En la investigación “Síndrome de Burnout y su posible incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre. Periodo II-2008” .Halló que: En cuanto al estado civil, el 83% de los estudiantes son solteros.

El estado civil soltera(o) es un factor influyente en el estilo de vida y rendimiento

académico de los estudiantes de Obstetricia, esto se debe a la búsqueda de estabilidad personal y así garantizar un buen rendimiento académico.

El aspecto psicológico de los estudiantes universitarios muchas veces es influenciado por el estado civil; así los estudiantes universitarios solteros(as) tienen mayor tiempo, dedicación y constancia para sus estudios que pueden generar una serie de beneficios positivos en los estilos de vida y el rendimiento académico, ya que no experimentará cierta presión que significaría asumir las diferentes responsabilidades de tener a cargo un grupo humano como es la familia y/o la pareja.

**TABLA N.º 05**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN A PROCEDENCIA. JUNIO-SEPTIEMBRE 2013.**

Procedencia	Estilo de vida								Total	
	Saludable Rendimiento Académico				Poco saludable Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular		N.º	%
	N.º	%	N.º	%	N.º	%	N.º	%		
Urbano	14	6.4	2	0.9	11	5.0	89	40.5	116	52.7
Urbano marginal	1	0.5	1	0.5	2	0.9	29	13.2	33	15.0
Rural	6	2.7	1	0.5	7	3.2	57	25.9	71	32.3
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2_c = 3.476$  N. S.

$\chi^2_i = 12.592$

$P > 0.05$

g. l. = 6

La Tabla N.º 05 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga en relación a procedencia, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 52.7% (116) de estudiantes procedieron de la zona urbana, de ellos, el 40.5% (89) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular; asimismo, el 6.4% (14) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular; seguido, 5.0% (11) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el 0.9% (2) estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 32.3% (71) procedieron de la zona rural; de ellos, el 25.9% (57) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular y 3.2% con rendimiento desaprobado; 2.7% (6) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y el 0.5% (1) con rendimiento académico bueno. Seguido de



15.5%(33) procedieron de zona urbano marginal; de ellos, el 13.2%(29) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, 0.9%(2) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado, y el 0.5%(1) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y bueno.

Del análisis de los resultados se concluye que el 40.5% de los estudiantes de Obstetricia son procedentes de zona urbana presentaron estilos de vida poco saludable con rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba estadística Chi Cuadrado no se halló evidencia estadística significativa ( $P > 0.05$ ) donde indica que los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de Obstetricia no son dependientes en relación a la procedencia, al respecto:

**JARA, D. y COL. (Lima 2008).** En la investigación “Factores Influyentes en el Rendimiento Académico de estudiantes del primer año de Medicina”. Refiere el lugar de la vivienda fue mayoritariamente en zonas urbano marginales 25 (62,5%), seguido de zona residencial 10 (25%), y en asentamientos humanos 5 (12,5%). Los estudiantes con nivel socioeconómico bajo, residían en zonas urbanas marginales, y algunos tenían afecciones físicas que mermaban su salud, en tanto.

**MUÑOZ, S. (España 2002-2003).** En el estudio sobre “Indicadores del Rendimiento Académico del alumnado de la Universidad de la Laguna”. Refiere que más del 98% del alumnado de la (ULL) tiene su residencia familiar en Canarias, tan sólo un 1,35 % procede de otras Comunidades Autónomas, y en la que influirá sin duda la situación de lejanía geográfica. Por último, el 0,3 % procede de países extranjeros.

La no asociación del estilo de vida y el rendimiento académico con lugar de procedencia, en forma simultánea, nos muestra que todos los estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia son procedentes de diferentes lugares que pueden presentar en forma igual el estilo de vida poco saludable y asimismo, tener rendimiento académico regular, sin embargo el lugar de procedencia no puede ser obstáculo para que los estudiantes de Obstetricia puedan salir adelante ya que el mismo hecho de radicar en una ciudad da mayores posibilidades y oportunidades de tener acceso a los diferentes medios de comunicación e información ir de la mano con los avances tecnológicos lo cual se traduce en una mejor adquisición de conocimientos y por ende un mayor rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

**TABLA N° 06**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN A OCUPACIÓN. JUNIO – SETIEMBRE 2013.**

Ocupación Estudias/ trabaja	Estilo de vida								Total	
	Saludable Rendimiento Académico				Poco saludable Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Si	7	3.2	2	0.9	9	4.1	52	23.6	70	31.8
No	14	6.4	2	0.9	11	5.0	123	55.9	150	68.2
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2 = 2.591$  N. S.

$\chi^2 = 7.815$

P > 0.05

g. l. = 3

La Tabla N° 06 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación a ocupación, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 68.2% (150) mencionaron que solo se dedican al estudio; de ellos, el 55.9% (123) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 6.4% (14) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular; seguido, 5.0% (11) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado, y el 0.9% (2) con estilo de vida saludable y rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 31.8% (70) mencionaron estudiar y trabajar a la vez, de ellos el 23.6% (52) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, 4.1% (9) con rendimiento académico desaprobado, el 3.2% (7) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y el 0.9% (2) con rendimiento

académico bueno.

Del análisis de los resultados se concluye que el 55.9% de los estudiantes de Obstetricia que solo se dedican al estudio presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba estadística Chi Cuadrado no se halló evidencia estadística significativa ( $P > 0.05$ ) donde indica que los estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia no está relacionada con la ocupación, al respecto:

**MÁRQUEZ, E.N. (México 2008).** En el estudio sobre “Hábitos Físicos, Deportivos y Salud de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Chihuahua”. Halló que: El 63.3% de los estudiantes no trabajan, mientras que el 36.7% realizan actividades remunerativas. El porcentaje de estudiantes que solo se dedican al estudio fue de 56.9% mientras los que combinan el estudio con un trabajo remunerado alcanzan el 43.1%, de igual manera.

**VELEZ VAN MEERBEKE, A. y COL. (Barcelona-España 2005).** En la investigación sobre “Factores Asociados al Rendimiento Académico en estudiantes de Medicina” halló que: El porcentaje de estudiantes que trabaja en su tiempo libre (12.8%) poseen una actividad que requiere una gran carga horaria lo que está influyendo de forma significativa con muy bajo rendimiento académico posiblemente por incumplimiento en las tareas, asistencia irregular, desconcentración en las clases y apatía a las actividades del aula por cansancio, así mismo.

**CABALLERO, C. (Colombia, 2007).** En el estudio sobre “Relación del Burnout y

Rendimiento Académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes Universitarios”. Evidenció que al menos el 55.9% de los estudiantes trabajan en diversas ocupaciones y en la noche estudian.

La ocupación según los resultados no es un factor que puede influir en el desempeño de cada uno de los estudiantes y al tiempo dedicado al estudio. Los estudiantes universitarios se enfrentan cada vez más a retos y exigencias que demandan una gran cantidad de recursos económicos y otras necesidades, muchos de ellos dejan sus estudios o alteran de manera considerable su estilo de vida y el rendimiento académico. Se desarrolla otras actividades aparte de estudiar trabajan. Muchos estudiantes por su necesidad deben contar con un trabajo y mantenerse así mismo, que estudiar una profesión.

**TABLA N° 07**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN A VOCACIÓN PROFESIONAL. JUNIO – SETIEMBRE 2013.**

Cursa la carrera profesional:	Estilo de vida								Total	
	Saludable				Poco saludable					
	Rendimiento Académico				Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular			
Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	
Por vocación	8	3.6	4	1.8	17	7.7	121	55.0	150	68.2
Por presión	8	3.6	0	0.0	1	0.5	7	3.2	16	7.3
Influencia de amigos y/o otras personas	5	2.3	0	0.0	2	0.9	47	21.4	54	24.5
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2_c = 37.769^{**}$

$\chi^2_t = 12.592$

$P < 0.05$

g. l. = 6

La Tabla N° 07 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación elección de la carrera profesional, nos muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 68.2% (150) mencionaron que cursan la carrera profesional por vocación, de ellos, el 55.0% (121) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, 7.7% (17) rendimiento académico desaprobado, el 3.6% (8) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y el 1.8% (4) con rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 24.5% (54) de estudiantes mencionaron que cursan la carrera profesional por influencia de amigos y/o otras personas, de ellos el 21.4% (47) de estudiante presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico

regular, 2.3%(5) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular y el 0.9% (2) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado. Seguido de 7.3%(16) mencionaron que eligieron la carrera profesional por presión; de ellos, el 3.6%(8) presentaron estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, y el 3.2%(7) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 0.5%(1) con rendimiento académico desaprobado.

Del análisis de los resultados se concluye que el (55.0%) de los estudiantes de Obstetricia mencionaron cursar la carrera profesional por vocación presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba Chi Cuadrado se halló evidencia estadística de dependencia ( $P < 0.05$ ) donde indica que los estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia son dependientes de la vocación profesional, al respecto:

**MUÑOZ, S. (España 2002-2003).** En el estudio sobre “Indicadores del Rendimiento Académico del alumnado de la Universidad de la Laguna”. Incidencia en el rendimiento académico del alumnado es la “**matrícula vocacional**”, que representaría la motivación personal del alumno para iniciar sus estudios. Y que existe una correlación directa entre los niveles de matrícula vocacional existente en las titulaciones y los indicadores de éxito académico que producen, en tanto.

**MARCÓ, L. y COL. (Venezuela 2010).** En la investigación “síndrome de Burnout y su posible Incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre. Durante el periodo II-2008”.

Halló que: El 64.4% de los estudiantes indican que tiene vocación y el 30.5% de los estudiantes seleccionaron la especialidad por ingresar a la universidad. Así mismo, un 3.4% de estudiantes ingresaron por influencia de sus familiares. Por último, se tiene que un 1.7% de los estudiantes escogieron la carrera por otras razones.

Los resultados nos muestra que el mayor porcentaje eligieron la carrera profesional de Obstetricia por vocación, mostrándose que en este grupo los estudiantes presentaron estilos de vida poco saludable con rendimiento académico regular que indican que la adecuación de elección vocacional es un paso tal vez no definido pero si es determinante de las decisiones posteriores que debe tomar el estudiante, ya que está seleccionando su propio estilo de vida en referencia a la actividad ocupacional que elige. Muchos jóvenes toman esta decisión guiados por la creencia de poseer habilidades necesarias para la carrera escogida, otros por presión social o familiar e igualmente por razones económicas, prestigio de la carrera entre otras razones. Lo cierto es que la vocación es un factor que incide claramente en el rendimiento académico.



**TABLA N° 08**

**ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTÓBAL DE HUAMANGA EN RELACIÓN AL TIEMPO DEDICADO AL ESTUDIO. JUNIO- SETIEMBRE 2013.**

Tiempo dedicado al estudio	Estilo de vida								Total	
	Saludable				Poco saludable					
	Rendimiento Académico				Rendimiento Académico					
	Regular		Bueno		Desaprobado		Regular			
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
1 a 2 horas	7	3.2	0	0.0	8	3.6	77	35.0	92	41.8
3 a 4 horas	11	5.0	1	0.5	10	4.5	83	37.7	105	47.7
≥ 5 horas	3	1.4	3	1.4	2	0.9	15	6.8	23	10.5
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>9.5</b>	<b>4</b>	<b>1.8</b>	<b>20</b>	<b>9.1</b>	<b>175</b>	<b>79.5</b>	<b>220</b>	<b>100.0</b>

FUENTE: Ficha de recolección de datos y cuestionario valorativo de los estilos de vida.

$\chi^2_c = 19.635^{**}$

$\chi^2_t = 12.592$

P < 0.05

g. l. = 6

La Tabla N° 08 muestra el estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. En relación al tiempo dedicado al estudio, muestra que del 100.0% (220) estudiantes de Obstetricia, el 47.7% (105) mencionaron estudiar entre 3 a 4 horas por día, de ellos, el 37.7% (83) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 5.0% (11) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular, 4.5% (10) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado y el 0.5% (1) estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno.

Asimismo, el 41.8% (92) de estudiantes mencionaron estudiar entre 1 a 2 horas diarias, de ellos el 35.0% (77) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 3.6% (8) rendimiento académico desaprobado y el 3.2% (7) estilo de vida saludable con rendimiento académico regular. Seguido de

10.5%(23) mencionaron que el tiempo que dedican al estudio es mayor a 5 horas al día; de ellos, el 6.8%(15) presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular, el 1.4%(3) estilo de vida saludable con rendimiento académico bueno y regular, y el 0.9%(2) estilo de vida poco saludable con rendimiento académico desaprobado.

Del análisis de los resultados se concluye que el mayor porcentaje (37.7%) de los estudiantes de Obstetricia que mencionaron estudiar entre 3 a 4 horas diarias presentaron estilo de vida poco saludable con rendimiento académico regular.

Sometidos los resultados a la prueba estadística Chi Cuadrado se halló evidencia estadística de dependencia ( $P < 0.05$ ) donde indica que los estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia está relacionada con el tiempo dedicado al estudio, al respecto:

**JARA, D. y COL. (LIMA 2008).** En la investigación “Factores Influyentes en el Rendimiento Académico de estudiantes del primer año de Medicina”. Halló que: En hábitos de estudio, 27 (67%) refirieron leer las materias propias de la profesión, por lo menos una vez al día, mientras que 13 (33%) lo hacía de manera semanal. El número de horas de estudio al día consistió en 1 a 2 horas al día en 10 (25%), 3 a 4 horas de estudio en 18 (45%), 5 a 6 horas de estudio en 10 (25%) y 2 de ellos (5%) refirieron estudiar solo en fechas de exámenes.

**MARCÓ, L. y COL. (Venezuela 2010).** En la investigación “síndrome de Burnout y su posible Incidencia en el Rendimiento Académico de los estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre. Durante el periodo II-2008”.

Halló que: El 66.6% de los estudiantes manifestaron que prefieren conformar grupos de estudio. El 16.7% de los estudiantes realizan consultas en bibliotecas, así mismo señalo que el 12.5% de la muestra estudiantil, tiene horario de estudio. Es importante considerar que un 4.2% de los estudiantes no realizan ninguna actividad en función de mejorar su rendimiento académico.

El tiempo dedicado al estudio está directamente relacionado con los estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes, debido a que el desgaste estudiantil está relacionado a la actividad diaria exigida por los docentes de las diferentes asignaturas de la especialidad y la acumulación de los trabajos diarios. Existe mayor riesgo de descuidar su alimentación, dejan de lado los momentos de recreación y relación social, en aquellos estudiantes que tienen tiempo dedicado al estudio  $\geq$  de 5 horas diarias y de igual forma presentan mayor número de factores de riesgo que afectaría su salud posteriormente como el tiempo de recreación, alimentación inadecuada, el auto cuidado inadecuado, alteración de sueño, que influirán directamente en los estilos de vida.

## CONCLUSIONES

De los resultados obtenidos en la presente investigación arribamos a las siguientes conclusiones:

- 1° El 88.6% estudiantes de Obstetricia presentaron estilo de vida poco saludable.
- 2° El 89.1% de estudiantes de Obstetricia presentaron rendimiento académico regular.
- 3° El rendimiento académico regular esta directamente relacionado con el estilo de vida poco saludable en estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. ( $P < 0.05$ ).
- 4° Los estilos de vida poco saludable y rendimiento académico regular están relacionado a estudiantes solteros(as) con vocación profesional y dedicación de 3 - 4 horas de estudios diarios. ( $P < 0.05$ ).
- 5° Los estilos de vida poco saludable y rendimiento académico regular no están relacionados a la edad, condición económica, procedencia y ocupación. ( $P > 0.05$ ).

## **RECOMENDACIONES**

- 1° Realizar investigaciones referidas al tema en todas las Escuelas de Formación Profesional de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga a fin de identificar los factores asociados al rendimiento académico y plantear estrategias de intervención para mejorar los estilos de vida de los estudiantes.
- 2° La Oficina de Bienestar de la Universidad debería realizar campañas, actividades conducentes a la mejora de estilos de vida de todos los estudiantes de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.
- 3° La Escuela de Formación Profesional de Obstetricia debe implementar programas de orientación y asesoría individual y grupal para estudiantes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- 1.- **TOURON, J. (1984).** Factores de Rendimiento Académico en la Universidad, España, Ediciones universales de navarra, S.A. pp.24.
- 2.-**INFANTE, M. y COL. (2000).** Inteligencia y Personalidad, Madrid, Ediciones Pirámides S.A.
- 3.- **VIVES, E. (2007).** Estilos de Vida Saludable: Puntos de vista para una opción actual y necesaria. Edit. Policlínico Docente Mártires de Calabazar la Habana Cuba.
- 4.- **TRAHTEMBERG, L. (1996).** Relación de Factores Personales Docente u Institucionales con el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Enfermería de la UMS.
- 5.- **MARTÍN. (1994).** Inteligencia, Motivación y Auto Concepto y su Influencia en el Rendimiento Académico, (INCE).
- 6.- **UNSCH/ PROYECTO HATUN ÑAN.** Mejorar el rendimiento académico, la permanencia, conclusión de los estudios, la evaluación y resultados.
- 7.- **OFICINA GENERAL DE INFORMÁTICA Y SISTEMAS – UNSCH.**
- 8.- **MUÑOZ, S. (España 2002-2003).** Indicadores de Rendimiento Académico del Alumnado de la Universidad de la Laguna.(ULL)
- 9.- **VELEZ VAN MEERBEKE, A. Y COL. (2005).** Factores Asociados al Rendimiento Académico en Estudiantes de Medicina .Barcelona – España.
- 10.- **PERALTA, S. C. Y COL. (2006).** Factores Resilientes Asociados al Rendimiento Académico en Estudiantes Pertenecientes a la Universidad de Sucre. (Colombia).
- 11.- **CABALLERO, C. (2007).** Relación del Burnout y Rendimiento Académico

con la Satisfacción Frente a los Estudios en Estudiantes Universitarios. Barranquilla Colombia.

**12.- MARCÓ, L. Y COL. (2010).** En la Investigación “síndrome de Burnout y su Posible Incidencia en el Rendimiento Académico de los Estudiantes de Trabajo Social de la Universidad de Oriente-Núcleo de Sucre. Periodo II-2008”.

**13.- MARRA, M. Y COL. (2010).** El presente trabajo de investigación “Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes de enfermería, de la Universidad César Vallejo de Trujillo”.

**14.- MENDOZA, M. E. (2007).** En la investigación “Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2006”.

**15.- JARA, D. y COL. (LIMA 2008).** En la investigación “Factores Influyentes en el Rendimiento Académico de Estudiantes del Primer Año de Medicina”.

**16.- EVARISTO, T. A. (LIMA 2012).** En la investigación “Calidad de vida y su relación con el rendimiento académico según características socio demográficas de estudiantes de Odontología”. Universidad Nacional Mayor De San Marcos, Facultad De Odontología.

**17.-AGUILAR, M. (1990).** Rendimiento Académico en los Estudiantes de Enfermería-UNSCH/Ayacucho-Perú.

**18.- LOPEZ, J. G. (LIMA 2009).** “Relación entre los Hábitos de Estudio, la Autoestima y el Rendimiento Académico de los Estudiantes de la Escuela Profesional de Medicina Veterinaria de la Universidad Alas Peruanas”.UNMSM. LIMA – PERU.

**20.- GARCIA, E. (1991).** “Análisis Comparativo de Diversas Definiciones del

Rendimiento Escolar.” Lima-Perú.

**21.- BUSTILLOS, N. (2008).** Factores que Influyen en el Rendimiento Académico del Estudiante Universitario. Ayacucho.

**22.- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE SALUD.** “Las Condiciones de Salud en las Américas” Edición de 1994. Washington.

**23.- TABON, O. (2002).** Auto cuidado: una habilidad para vivir mejor .Edit. Ucaldas- Colombia.

**24.- MINISTERIO DE SALUD. (2005):** Directiva Sanitaria N° 73-MINSA/OGPS-VOL.1. Promoción de la actividad física en el personal de los establecimientos de salud: promulgado el 13 de diciembre.

**25.- BAYES, M. (2010).** Factores Asociados al Estilo de Vida Sedentario en Empleados Administrativos de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Tesis pre grado de la Facultad de Ciencias de la Educación – UNSCH. Ayacucho.

**26.-PALENCIA, Y. (2004).** Alimentación y Salud Claves para una Buena alimentación. Edit. Med-Naturista. España.

**27.- ESTATUTO REFORMADO DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA 2011:** Sistema de evaluación.

**28.- VELASQUEZ, J. (1998).** Consumo de sustancias psicoactivas en Estudiantes de Carreras Técnicas de Santa Fe de Bogotá. Edit. Secretaria Distrital de Salud de Santa Fe de Bogotá. Colombia.

**29.- ROSENAL Y LUDIN. (1981).** Diccionario Filosófico. Edic. Pueblos Unidos. Argentina. ¿Qué es un estilo de vida?.

**30.- MÁRQUEZ, E. N. (MÉXICO 2008).** En su trabajo sobre “Hábitos Físicos,



Deportivos y Salud de los Estudiantes de la Universidad Autónoma de Chihuahua”.

**31.-UNIVERSIDAD AUSTRAL DE CHILE.** Inteligencia y su Influencia en el Rendimiento Académico.

**32.- GARCÍAS LUPE. (2004).** “Factores Cognitivos, Motivacionales Auto Concepto En Relación al Rendimiento Académico en Alumnos de Quinto de Secundaria.” Lima- Perú.

**33.- ALARCÓN, A. (2006).** La ansiedad ante los exámenes, un programa para su tratamiento de forma eficaz, Valencia: Promolibro.

**34.- CUADERNOS DE EDUCACIÓN Y DESARROLLO.** Estilo de enseñanza y estilo de vida. . Vol. 2, nº 14 (abril 2010).

**35.-VEGA, P. M. (LIMA 2012).** Un estilo de vida saludable fortalece el rendimiento intelectual, docente de la EAP de Nutrición de la UNMSM.

**36.- ARRIVILLAGA, M.; SALAZAR, I. y GOMEZ, I. (2005).** Cuestionario de prácticas y creencias sobre estilos de vida. Revista internacional de psicología clínica y de la salud; 1(2). España.

# **ANEXO**

## **RESUMEN**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

El bajo rendimiento académico de los estudiantes universitarios es un problema prioritario en el ámbito universitario, son múltiples los factores que intervienen en el rendimiento académico, como: La capacidad general para el aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación, la autoestima y los hábitos de estudio, organización personal del alumno, las técnicas de enseñanza, nivel de preparación de los docentes.

El estilo de vida es un fenómeno integral cada vez más frecuente y con consecuencias importantes ya que puede afectar negativamente el bienestar físico, psicológico y social.

En la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga existen diferentes programas que pretenden mejorar el rendimiento académico; como por ejemplo el proyecto HATUN ÑAN que tiene como meta disminuir los efectos del bajo rendimiento académico mejorando las condiciones de estudio de jóvenes procedentes de las comunidades rurales e indígenas quechuas y amazónicas. Además si no se mejora los estilos de vida no se podría elevar los índices de rendimiento académico.

### **OBJETIVOS**

#### **GENERAL**

- Conocer los estilos de vida y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

#### **ESPECIFICOS**

- Relacionar rendimiento académico con estilos de vida de los estudiantes de Obstetricia.
- Relacionar los estilos de vida y el rendimiento académico con edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil y ocupación de los estudiantes.

#### **HIPÓTESIS**

Los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga y están relacionados directamente a: Edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil, procedencia y ocupación.

## **MARCO TEORICO**

**Estilos de vida.-** Comportamiento respecto a la actividad física y deporte, tiempo de recreación, auto cuidado, hábitos de alimentación, consumo de sustancias psicoactivas y patrón de sueño.

- Estilos de vida saludables

- Estilos de vida no saludables

**Rendimiento académico.-** Presenta el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal, o sea de 00 a 20, siendo la mínima nota aprobatoria once (11).

## **CONCLUSIONES**

De los resultados obtenidos en la presente investigación arribamos a las siguientes conclusiones:

1° El 88.6% estudiantes de Obstetricia presentaron estilo de vida poco saludable.

2° El 89.1% de estudiantes de Obstetricia presentaron rendimiento académico regular.

3° El rendimiento académico regular está directamente relacionado con el estilo de vida poco saludable en estudiantes de Obstetricia. ( $P < 0.05$ ).

## **RECOMENDACIONES**

1° La Oficina de Bienestar de la Universidad debería realizar campañas, actividades conducentes a la mejora de estilos de vida de todos los estudiantes de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

## **BIBLIOGRAFIA**

1.- UNSCH/ PROYECTO HATUN ÑAN. Mejorar el rendimiento académico, la permanencia, conclusión de los estudios, la evaluación y resultados.

2.- VIVES, E. (2007). Estilos de Vida Saludable: Puntos de vista para una opción actual y necesaria. Edit. Policlínico Docente Mártires de Calabazar la Habana Cuba.

3.- BUSTILLOS, N. (2008). Factores que Influyen en el Rendimiento Académico del Estudiante Universitario. Ayacucho.

## **ABSTRACT**

### **APPROACH TO THE PROBLEM**

The low academic performance of college students is a priority issue at the University level, there are multiple factors involved in academic performance, such as: general capacity for learning, the baggage of knowledge, vocation, self-esteem and habits of study, personal organization of the student, teaching, teacher preparedness techniques. Lifestyle is an integral phenomenon increasingly frequent and important consequences since it can adversely affect the physical, psychological and social well-being. At the National University of San Cristóbal de Huamanga, there are different programs that aim to improve the academic performance; as for example the HATUN ÑAN project that aims to decrease the effects of poor academic performance improving conditions of study of young people from rural communities and indigenous quechuas and Amazon. Also not improved life styles not be could raise academic performance rates.

### **OBJECTIVES**

#### **GENERAL**

-To know the styles of life and its influence on the academic performance of the students of obstetrics. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

#### **SPECIFIC**

-Relate academic performance with lifestyles of students of obstetrics.

-Related lifestyles and academic performance with age, vocation, time devoted to study, economic status, marital status and occupation of the students.

**HYPOTHESIS** Lifestyles affect the academic performance of the students of obstetrics of the National University of San Cristóbal de Huamanga and are related directly to: age, vocation, time devoted to study, economic status, marital status, hometown and occupation.

### **THEORETICAL FRAMEWORK**

**Styles of life.** Behavior with respect to physical activity and sport, time recreation, car care, feeding, sleep pattern and psychoactive substances consumption habits.

**Healthy lifestyles**

### **Non-healthy lifestyles**

Performance academic-presents the level of efficiency in the achievement of the objectives of the curriculum for the various subjects, and is expressed through a qualifier or weighted average based on the vigesimal, or from 00 to 20, being the lowest note approving eleven (11).

### **CONCLUSIONS**

The results obtained in the present study, we arrive at the following conclusions:

- 1° The 88.6% students of obstetrics had unhealthy lifestyle.
- 2° The 89.1% of obstetrics students showed academic performance regular.
- 3° Regular academic performances is directly related to the unhealthy lifestyle in students of obstetrics. ( $P < 0.05$ ).

### **RECOMMENDATIONS**

1 ° the Office of welfare of the University should conduct campaigns, activities leading to the improvement of lifestyles of all students of the Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

### **BIBLIOGRAPHY**

- 1.-UNSCH / Project HATUN ÑAN. Improve academic performance, retention, completion of studies, the evaluation and results.
- 2.-VIVES, e. (2007). Healthy lifestyles: points of view for a current and necessary option. Edit. Policlinico Docente martyrs of Calabazar Havana Cuba.
- 3.-BUSTILLOS, N. (2008). Factors influencing the academic performance of the College student. Ayacucho.



## FICHA DE ENCUESTA

MARQUE LAS RESPUESTAS CON UNA ASPA (X)

### I.- DATOS GENERALES:

#### a) Edad:

- 1.- Menos de 17 años ( )      2.- 17 a 19 años ( )      3.- 20 a 22 años ( )  
4.- 23 años a mas ( )

#### b) Sexo:

- 1.- Masculino ( )      2.- Femenino ( )

#### c) Estado civil:

- 1.- Soltero ( )      2.- conviviente ( )      3.- casada ( )

#### d) Procedencia:

- 1.- urbana ( )      2.- urbano marginal ( )      3.- rural ( )

#### e) Además de estudiar ¿se dedica a alguna profesión o trabaja?:

- 1.- Si ( )      2.- No ( )

#### f) Con quienes vives en tu hogar:

- 1.- Padres ( )      2.- solo mamá ( )      3.- solo papá ( )  
4.- sólo con hermanos ( )      5.- solo ( )

#### g) Condición económica:

- 1.- A ( )      2.- B ( )      3.- C ( )  
4.- D ( )      5.- E ( )

- **Condición económica A:** el ingreso económico llega a S/.10, 600
- **Condición económica B:** el ingreso económico llega a S/.3, 350
- **Condición económica C:** el ingreso económico llega a S/.1, 530
- **Condición económica D:** el ingreso económico llega a S/.1, 000
- **Condición económica E:** el ingreso económico máximo es de S/.670



**h) cursa la carrera profesional:**

- 1.-presión ( )      2.-vocación ( )      3.-influencia de amigos  
y/o otras personas ( )

**i) cuántas horas al día dedicas al estudio después de clases:**

- 1.-1-2 horas ( )      2.-3-4 horas ( )      3.-más de 5 horas ( )

**j) tienes acceso bibliográfico y otros materiales de estudio:**

- 1.-SI ( )      2.-NO ( )      3.-Aveces ( )

**II.- RENDIMIENTO ACADEMICO UNIVERSITARIO**

**1) Año de ingreso a la escuela de formación profesional.....**

**2) Plan de estudios:**

- 1.- 1996 ( )      2.- 2004 ( )

**3) El desarrollo de las asignaturas teórica y práctica es:**

- 1.- Buena ( )      2.-regular ( )      3.-mala ( )

**4) Numero de semestres matriculados:**

- 1.- 2 semestres ( )      2.- 4 semestres ( )      3.- 6 semestres ( )  
4.- 8 semestres ( )      5.- más de 9 semestres ( )

**5) Número de semestres aprobados invictos:**

- 1.- 2 semestres ( )      2.- 4 semestres ( )      3.- 6 semestres ( )  
4.- 8 semestres ( )      5.- más de 9 semestres ( )

**6) Tiempo de permanencia:**

- 1.- 1año ( )      2.- 2años ( )      3.- 3 años ( )  
4.-4 años ( )      5.mas de 5 años ( )

**7) Número de semestres con índice académico aprobado:.....**

**8) Número de semestres con índice académico desaprobado:.....**

**9) Promedio de índice académico del último semestre:.....**

## ANEXO N° 02

### III.- CUESTIONARIO VALORATIVO DE LOS ESTILOS DE VIDA

INSTRUCCIONES: Este cuestionario consta de 50 ítems que contienen cada uno diversas actividades realizadas por una persona al día .marque con un aspa (X) en el recuadro que considere adecuado.

ESTILOS DE VIDA	siempre	frecuentem ente	algunas veces	Nunca
<b>ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE (últimos 30 días)</b>				
Haces ejercicios, caminas, trota o practicas algún deporte.	3	2	1	0
Realizas ejercicios que te ayuden en el funcionamiento cardiaco (spinning, cardiobox o aeróbicos).	3	2	1	0
Practicas ejercicios que te ayuden a estar tranquilo (taichí, kun fu, yoga, danza, meditación, relajación auto dirigida).	3	2	1	0
Participas en programas o actividades de ejercicio fisico bajo supervisión.	3	2	1	0
<b>TIEMPO DE RECREACION (últimos 30 días)</b>				
Incluyes momentos de descanso en tu rutina diaria.	3	2	1	0
Compartes con tus familias y/o amigos el tiempo libre.	3	2	1	0
En su tiempo libre realizas actividades de recreación (cine, leer, pasear).	3	2	1	0
Destinas parte de tu tiempo libre para actividades académicas o laborales.	3	2	1	0
<b>AUTOCUIDADO</b>				
Vas al odontólogo de forma preventiva por lo menos una vez al año.	3	2	1	0
Vas al médico de forma preventiva por lo menos una vez al año.	3	2	1	0
Cuando te expones al sol, usa protectores solares.	3	2	1	0
Evitas las exposiciones prolongadas al sol.	3	2	1	0
Examinas al menos una vez al año tu presión arterial.	3	2	1	0

Realizas exámenes de colesterol, triglicéridos y glicemia una vez al año.	3	2	1	0
Observas tu cuerpo con detenimiento para detectar cambios físicos.	3	2	1	0
Cuando realizas una actividad física (levantas pesas, monta bicicleta, bucea, nada, etc.) Utilizas las medidas de protección respectiva.	3	2	1	0
Manejas bajo efectos de licor u otras sustancias psicoactivas.	0	1	2	3
Abordas un vehículo manejado por algún conductor bajo efectos del licor u otras sustancias psicoactivas.	0	1	2	3
Obedeces las normas de tránsito, sea peatón o conductor.	3	2	1	0
Como conductor o pasajero usas cinturón de seguridad.	3	2	1	0
<b>HABITOS ALIMENTICIOS (últimos 30 días)</b>				
Consumes entre cuatro y ocho vasos de agua al día.	3	2	1	0
Consumes alimentos salados.	0	1	2	3
Consumes más de cuatro gaseosas normales o light en la semana.	0	1	2	3
Consumes dulces, helados y pasteles más de dos veces en la semana.	0	1	2	3
Su alimentación incluye: vegetales, frutas, panes, cereales, productos lácteos, granos enteros y fuentes adecuadas de proteína.	3	2	1	0
Limitas tu consumo de grasas(mantequilla, queso, crema, carnes, mayonesas y salsas en general)	3	2	1	0
Comes pescado y pollo, más que carnes rojas.	3	2	1	0
Tomas alimentos entre comidas.	0	1	2	3
Comes carne más de cuatro veces a la semana.	3	2	1	0
Consumes productos ahumados.	0	1	2	3
Mantienes un horario regular en las comidas.	3	2	1	0
Evitas las dietas y los métodos que te prometen una rápida y fácil pérdida de peso.	3	2	1	0
Desayunas antes de iniciar su actividad diaria.	3	2	1	0

Consumes comidas rápidas (pizza, hamburguesas, hotdog).	0	1	2	3
<b>CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b> <b>(últimos 30 días)</b>				
Fumas cigarros o tabacos.	0	1	2	3
Prohíbes que fumen en su presencia.	3	2	1	0
Consumes licor al menos dos veces en la semana.	0	1	2	3
Cuando empiezas a beber puedes reconocer en qué momento debe parar.	3	2	1	0
Consumes licor o alguna otra droga psicoactiva cuando te enfrentas a situaciones de angustia o problemas en su vida.	0	1	2	3
Consumes sustancias psicoactivas (marihuana, cocaína, éxtasis, entre otras).	0	1	2	3
Consumes más de dos tazas de café al día (se excluye descafeinado).	0	1	2	3
Consumes más de tres coca-colas al día normal o laight	0	1	2	3
<b>SUEÑO (últimos 30 días)</b>				
Duermes al menos 7 horas diarias.	3	2	1	0
Duermes bien y te levantas descansado.	3	2	1	0
Te cuesta trabajo quedarte dormido.	0	1	2	3
Te despiertas en varias ocasiones durante la noche.	0	1	2	3
Te levantas en las mañanas con la sensación de una noche mal dormida.	0	1	2	3
Haces siesta.	3	2	1	0
Te mantienes con sueño durante el día.	0	1	2	3
Utilizas pastillas de dormir.	0	1	2	3
<b>TOTAL</b>				

FUENTE: ARRIVILLAGA, M.; SALAZAR, I. y GOMEZ, I. (2005) cuestionario de prácticas y creencias sobre estilos de vida. Revista internacional de psicología clínica y de la salud; 1(2). España.

### ESCALA DE VALORACION

DIMENSIÓN	INDICADOR	VALOR DE DIMENSIÓN	VALOR DE VARIABLE
<b>Actividad física y deporte</b>	9 -12 puntos	saludable	Saludable (101-150)
	4 - 8 puntos	poco saludable	
	0 - 3 puntos	no saludable	
<b>Tiempo de recreación</b>	9 - 12 puntos	saludable	poco saludable (50-100)
	4 - 8 puntos	poco saludable	
	0 - 3 puntos	no saludable	
<b>Auto cuidado</b>	25 - 36 puntos	saludable	no saludable (00-49)
	12 - 24 puntos	poco saludable	
	0 - 11 puntos	no saludable	
<b>Hábitos alimenticios</b>	29 - 42 puntos	saludable	
	14 - 28 puntos	poco saludable	
	0 - 13 puntos	no saludable	
<b>Consumo de sustancias psicoactivas</b>	17 - 24 puntos	saludable	
	8 - 16 puntos	poco saludable	
	0 - 7 puntos	no saludable	
<b>Sueño</b>	17 - 24 puntos	saludable	
	8 - 16 puntos	poco saludable	
	0 - 7 puntos	no saludable	

**ANEXO N°03**

**2.6. OPERACIONALIZACION DE VARIABLES**

<b>VARIABLES</b>	<b>DEF.CONCEPTUAL Y OPERATIVA</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>CRITERIOS DE MEDICION</b>	<b>ESCALA DE VALORACION</b>	<b>TECNICA</b>	<b>INSTRUMENTO</b>
<b>VARIABLE INDEPENDIENTE:</b>  <b>Estilo de vida</b>	El <b>estilo de vida</b> son patrones generales elegibles de vivir que interactúan entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, los mismos que están preceptuados por factores socioculturales y las características personales de los individuos.	<b>ESTILO DE VIDA SALUDABLE</b>					
		Actividad física y deportiva	9-12 puntos 4-8 puntos	Saludable Poco saludable	<b>SALUDABLE (101-150)</b>  <b>POCO SALUDABLE (50-100)</b>	encuesta	Cuestionario valorativo de estilos de vida
		Tiempo de recreación	9-12 puntos 4-8 puntos	Saludable Poco saludable		encuesta	
		Auto cuidado	25-36 puntos 12-24 puntos	Saludable Poco saludable		encuesta	
		Hábitos alimenticios	29-42 puntos 14-28 puntos	Saludable Poco saludable		encuesta	
		Consumo de sustancias psicoactivas	17-24 puntos 8-16 puntos	Saludable Poco saludable		Encuesta	
		sueño	17-24 puntos 8-16 puntos	Saludable Poco saludable		encuesta	

		<b>ESTILO DE VIDA NO SALUDABLE</b>					
		Actividad física y deportiva	0-3 puntos	No saludable	<b>NO SALUDABLES (00-49)</b>		Encuesta
		Tiempo de recreación	0-3 puntos	No saludable			Encuesta
		Auto cuidado	0-11 puntos	No saludable			Encuesta
		Hábitos alimenticios	0-13 puntos	No saludable			Encuesta
		Consumo de sustancias psicoactivas	0-7 puntos	No saludable			Encuesta
		sueño	0-7 puntos	No saludable			Encuesta

<b>VARIABLE DEPENDIENTE:</b>	El rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa mediante un promedio basado en el sistema vigesimal, o sea de 00 a 20, siendo la mínima nota aprobatoria 11.						
<b>Rendimiento académico</b>	El rendimiento académico de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga se evalúa en base a los índices académicos obtenidas en cada uno de los semestres académicos.	<b>EXCELENTE (aprobado)</b>	18 -20	Revisión del resumen general de rendimiento académico semestral 2012-II.	<b>Aprobado</b>	encuesta	Fichas de encuesta
		<b>BUENO (aprobado)</b>	15 - 17		<b>Aprobado</b>	Resumen general de rendimiento académico semestral 2012 – II.	Revisión de resumen general de rendimiento académico semestral 2012 – II.
		<b>REGULAR (aprobado)</b>	10.50 -14		<b>Aprobado</b>		
		<b>DASAPROBADO</b>	< a 10.50		<b>Desaprobado</b>		



VARIABLE INTERVINIENTE							
• Edad.	Tiempo de vida expresado en años cumplidos.	De razón	menos a 17 años 17 a 19 años 20 a 22 años más de 23 años		1 2 3 4		Encuesta  Ficha de encuesta
• Vocación profesional.	Consiste en proseguir los estudios superiores de acuerdo a la atracción hacia una carrera profesional.	Nominal	Interés y atracción hacia la carrera profesional.	Presión Vocación Influencia de amigos y /o otras personas	1 2 3		Encuesta  Ficha de encuesta
• Tiempo dedicado al estudio.	Número de horas de estudio por día.	De razón	Horas de acumulación de estudio.	1-2 horas 3-4 horas Más de 5 horas	1 2 3		Encuesta  Ficha de encuesta
• Condición económica.	Calidad de vida con referencia a una línea de pobreza.	De razón	Calidad de vida en la actualidad.	A: s/. 10600 B: s/.3350 C: s/. 1530 D: s/.1000 E: s/.670	1 2 3 4 5		Encuesta  Ficha de encuesta
• Estado civil.	Es la situación jurídica de la persona en la familia y en la sociedad.	Nominal	Estado civil actual.	Soltero Conviviente Casada	1 2 3		Encuesta  Ficha de encuesta
• Procedencia.	Lugar de donde viene.	Nominal	Lugar de donde procede.	Urbano Urbano marginal Rural	1 2 3		Encuesta  Ficha de encuesta
• Ocupación.	Actividad que una persona se dedica en un determinado tiempo.	Nominal	Actividades que se dedica aparte de estudio.	Si No	1 2		Encuesta  Ficha de encuesta

**MATRIZ DE CONSISTENCIA:**

**“ESTILO DE VIDA E INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN CRISTOBAL DE HUAMANGA JUNIO-SETIEMBRE 2013”**

Responsable: Condoli Torres Enedina, Palomino Cupe, Jhonatan

PROBLEMA	OBJETIVO	MARCO TEORICO	HIPOTESIS	VARIABLE	INDICADOR	METODOLOGIA
¿Los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de obstetricia de la Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga. Junio-setiembre 2013?	<p><b>GENERALES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Conocer los estilos de vida y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de Obstetricia. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.</li> </ul> <p><b>ESPECIFICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar los estilos de vida en los estudiantes de Obstetricia.</li> <li>Determinar el rendimiento académico de los estudiantes de Obstetricia.</li> <li>Relacionar rendimiento académico con estilos de vida en estudiantes de Obstetricia.</li> <li>Relacionar los estilos de vida y el rendimiento académico con Edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil, procedencia y ocupación de los estudiantes.</li> </ul>	<p><b>ESTILO DE VIDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Definición</li> </ul> <p><b>TIPOS DE ESTILOS DE VIDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ESTILO DE VIDA SALUDABLE</li> <li>ESTILO DE VIDA NO SALUDABLE</li> </ul> <p><b>DIMENSION DE LOS ESTILOS DE VIDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Actividad física y deporte.</li> <li>Tiempo de recreación.</li> <li>Autocuidado.</li> <li>Hábitos alimenticios</li> <li>Consumo de sustancias psicoactivas.</li> <li>Sueño.</li> </ul>	<p>Los estilos de vida influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga y están relacionados directamente a: Edad, vocación profesional, tiempo dedicado al estudio, condición económica, estado civil, procedencia, ocupación.</p>	<p><b>VARIABLE INDEPENDIENTE</b></p> <p>Estilos de Vida</p>	<p>9 -12 puntos 4 - 8 puntos 0 - 3 puntos</p> <p>9 - 12 puntos 4 - 8 puntos 0 - 3 puntos</p> <p>25 - 26 puntos 12 - 24 puntos 0 - 11 puntos</p> <p>29 - 42 puntos 14 - 28 puntos 0 - 13 puntos</p> <p>17 - 24 puntos 8 - 16 puntos 0 - 7 puntos</p> <p>17 - 24 puntos 8 - 16 puntos 0 - 7 puntos</p>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Aplicada</p> <p><b>Método de investigación:</b> Descriptivo, prospectivo, transversal</p> <p><b>TÉCNICAS DE MUESTREO</b></p> <p><b>Tipo de muestra:</b> Probabilístico, estratificado.</p> <p><b>Sujeto de estudio:</b> Estudiantes Universitarios matriculados en la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia durante el semestre académico 2012 - II.</p> <p><b>TECNICA</b> La técnica de recolección de datos será la encuesta pre elaborada y el instrumento, el cuestionario valorativo</p>