

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO**  
**ESCUELA DE POSGRADO**  
**UNIDAD DE POSGRADO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



**“CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD Y EL  
NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS  
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA DEL  
INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
TECNOLÓGICO PÚBLICO SAN PEDRO DEL VALLE  
DE MALA 2020”**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRO EN SALUD PÚBLICA**

**JACQUELINE VIRGINIA COLLANTES SALAS  
EVELYN SARELA MITMA BELLEZA**

**Callao, 2021**

**PERÚ**



## **HOJA DE REFERENCIA DEL JURADO Y APROBACION**

### **MIEMBROS DEL JURADO DE SUSTENTACIÓN:**

Dra. Nancy Susana Chalco Castillo	Presidenta
Dra. Ana Lucy Siccha Macassi	Secretaria
Dra. Mery Juana Abastos Abarca	Miembro
Dra. Noemí Zuta Arriola	Miembro

### **ASESOR: Mg. SAAVEDRA LOPEZ WALTER RICARDO**

Nº de Libro : 01

Nº de Acta : 07

Nº de Folio : 316

Fecha de Aprobación de la tesis:

Bellavista, 05 de Enero del 2021

Resolución del Comité Directivo de la Unidad de Posgrado N° 148 – 2020  
– CDUPG - FCS

## **DEDICATORIA**

*A Dios por todas las bendiciones que me regalas, a mi amado padre Julián, desde el cielo, al lado de nuestro Señor, iluminas mi camino, gracias por todo. Te amo. A mi madre por permitirme la vida y a mis hermanos, siempre unidos en las buenas y en las malas.*

*A mis hijos Joaquín y Álvaro por darme la fuerza que necesito diariamente para salir adelante y a mi compañero Percy, por su amor y apoyo incondicional.*

### **J.V.C.S**

*A Dios por guiar mis pasos y por darme una familia maravillosa, a mis padres y hermanos que me apoyan de una manera incondicional y siempre están ahí para socorrerme en mis momentos más difíciles.*

*A mi esposo y mi hermosa hija que son mi motor y mi inspiración para salir adelante, y luchar para obtener mis metas trazadas. Gracias.*

**E.M.B**

## **AGRADECIMIENTO**

La presente tesis ha sido un esfuerzo constante de investigación y mucha perseverancia.

Agradecemos a las personas que nos ayudaron con sus conocimientos, orientaciones, paciencia y motivación la cual fue fundamental para la culminación de la tesis y también agradecemos de manera especial a nuestras familias que nos apoyaron en todo momento de forma incondicional y solidaria, ya que también fueron parte importante para el logro de este objetivo.

## ÍNDICE

<b>INDICE DE CUADROS.....</b>	<b>3</b>
<b>INDICE DE GRAFICOS.....</b>	<b>5</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>6</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>6</b>
<b>ASTRATTO.....</b>	<b>7</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>9</b>
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>11</b>
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	11
1.2 Formulación del problema.....	12
1.3 Objetivos.....	13
1.4 Limitantes de la investigación.....	14
<b>II. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>15</b>
2.1 Antecedentes:.....	15
2.2 Bases teóricas:.....	21
2.3 Conceptual:.....	24
2.4 Definición de términos básicos.....	30
<b>III. HIPÓTESIS Y VARIABLES.....</b>	<b>32</b>
3.1. Hipótesis.....	32
3.2. Definición conceptual de variables.....	32
3.2.1 Operacionalización de variable.....	37
<b>IV DISEÑO METODOLÓGICO.....</b>	<b>42</b>
4.1. Tipo y diseño de investigación.....	42
4.2. Método de investigación.....	43
4.3. Población y muestra.....	43
4.4. Lugar del estudio y periodo desarrollado.....	45

4.5	Técnicas e instrumentos para la recolección de la Información .....	46
4.6	Análisis y procesamiento de datos.....	46
<b>V.</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>47</b>
5.1	Resultados descriptivos.....	47
5.2	Resultados inferenciales.....	56
<b>VI.</b>	<b>DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>60</b>
6.1.	Contrastación y demostración de la hipótesis con los resultados.....	60
6.2.	Contrastación de los resultados con otros estudios similares.....	64
6.3.	Responsabilidad ética de acuerdo con los reglamentos vigentes.....	66
	<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>67</b>
	<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>69</b>
	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>70</b>
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>74</b>
	• Anexo A: Matriz de Consistencia.....	<b>75</b>
	• Anexo B: Cuestionario .....	<b>78</b>
	• Anexo C: Consentimiento Informado .....	<b>83</b>
	• Anexo D: Declaración Voluntaria .....	<b>84</b>
	• Anexo E: Solicitud de Permiso .....	<b>85</b>
	• Anexo F: Cuadro de Tabulación .....	<b>86</b>

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 5.1.1	Edad de los estudiantes de Enfermería Técnica encuestados del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	47
Cuadro N° 5.1.2	Sexo de los estudiantes de Enfermería Técnica encuestados del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	48
Cuadro N° 5.1.3	Ciclo de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	49
Cuadro N° 5.1.4	Conductas promotoras de salud de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	50
Cuadro N° 5.1.5	Rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	51
Cuadro N° 5.1.6	Relación entre las Conductas Promotoras de Salud y el Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	52
Cuadro N° 5.1.7	Relación conducta promotora de salud – dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	53
Cuadro N° 5.1.8	Relación conducta promotora de salud – dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	54
Cuadro N° 5.1.9	Relación conducta promotora de salud – dimensión manejo del estrés y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	55

Cuadro N° 5.2.1	Relación entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico	56
Cuadro N° 5.2.2	Relación entre las conductas promotoras de salud – dimensión nutrición y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	57
Cuadro N° 5.2.3	Relación entre las conductas promotoras de salud – dimensión ejercicio y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	58
Cuadro N° 5.2.4	Conductas promotoras de salud – dimensión estrés y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	59
Cuadro N° 6.1.1.	Relación entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico	60
Cuadro N° 6.1.2	Relación entre las conductas promotoras de salud – dimensión nutrición y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	61
Cuadro N° 6.1.3	Relación entre las conductas promotoras de salud – dimensión ejercicio y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	63
Cuadro N° 6.1.4	Conductas promotoras de salud – dimensión estrés y nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica	64

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 5.1.1	Edad de los estudiantes de Enfermería Técnica encuestados del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	47
Gráfico N° 5.1.2	Sexo de los estudiantes de Enfermería Técnica encuestados del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	48
Gráfico N° 5.1.3	Ciclo de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	49
Gráfico N° 5.1.4	Conductas promotoras de salud de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	50
Gráfico N° 5.1.5	Rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	51
Gráfico N° 5.1.6	Relación entre las Conductas Promotoras de Salud y el Nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	52
Gráfico N° 5.1.7	Relación conducta promotora de salud – dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	53
Gráfico N° 5.1.8	Relación conducta promotora de salud – dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	54
Gráfico N° 5.1.9	Relación conducta promotora de salud – dimensión manejo del estrés y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”	55

## RESUMEN

**Objetivo:** Establecer la relación que existe entre conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020”.

**Metodología:** El presente trabajo corresponde a una investigación; de un enfoque cuantitativo, porque nos permitió examinar los datos de manera científica y son susceptibles de medición estadística. Según el tipo de recogida de datos, fue prospectivo. Y según la forma de recolección de datos fue transversal ya que exploramos si existe relación entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico. Se llevó a cabo el estudio en una población de 33 estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala. A los cuales se les aplicó el cuestionario de Nola Pender para medir las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico.

**Resultados:** Indicaron que las Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala”2020 tiene una correlación significativa ( $Rho=0.424$ ) entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico en los estudiantes de dicha correlación resultó estadísticamente significativa ( $p=0,05$ ).

**Conclusiones:** Existe una correlación positiva entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”

**Palabras claves:** Salud, conductas promotoras de salud, rendimiento académico, estudiante.

## RESUMO

**Objetivo:** Estabelecer a relação que existe entre as condutas promotoras de saúde e o nível de rendimento acadêmico em estudantes de enfermagem técnica do Instituto de Educação Superior Tecnológico Público "San Pedro del Valle de Mala 2020".

**Metodologia:** O presente trabalho corresponde a uma investigação; de um enfoque quantitativo, porque nós não permitimos examinar os dados de maneira científica e o filho suscetível de medición estadística. Según el tipo de reconocimiento de datos, fue prospectivo. Y segue a forma de recolección de datos fue transversal ya que exploramos si existe relación entre as condutas promotoras de salud e el rendimiento académico. Se você llevó acabo el estudio em uma población de 33 estudantes de enfermería técnica do IESTP "San Pedro del Valle de Mala. A los cuales se les aplico el cuestionario de Nola Pender para medir las conductas promotoras de salud and el rendimiento académico.

**Resultados:** Indicação das condutas promotoras de saúde e o nível de rendimento acadêmico dos estudantes de Enfermería Técnica do Instituto de Educação Superior Tecnológico Público "San Pedro del Valle de Mala" 2020 possui uma correlação significativa ( $Rho = 0,424$ ) entre as condutas promotoras de salud y el rendimiento académico en los estudiantes de dicha correlación estadísticamente significativa ( $p = 0,05$ ).

**Conclusão:** Existe uma correlação positiva entre as conductas promotoras de salud e a prestação académica dos estudantes de enfermería técnica do IESTP "San Pedro del Valle de Mala"

**Palavras-chave:** Saúde, condutas promotoras de saúde, rendimento acadêmico, estudante.

## ASTRATTO

**Obiettivo:** Stabilire la relazione tra i comportamenti di promozione della salute e il livello di rendimento scolastico degli studenti di infermieristica tecnica dell'Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro del Valle de Mala 2020".

**Metodologia:** Il presente lavoro corrisponde a un approccio di ricerca quantitativo, perché ci ha permesso di esaminare i dati in modo scientifico e sono suscettibili di misurazione statistica. Il tipo di raccolta dei dati è stato prospettico. Per quanto riguarda la forma di raccolta dei dati, è stata trasversale perché si è cercato di capire se esiste una relazione tra i comportamenti di promozione della salute e il rendimento scolastico. Lo studio è stato condotto su una popolazione di 33 studenti di infermieristica tecnica dell'IESTP "San Pedro del Valle de Mala". È stato somministrato loro il questionario Nola Pender per misurare i comportamenti di promozione della salute e il rendimento scolastico.

**Risultati:** È stato indicato che i comportamenti di promozione della salute e il livello di rendimento accademico degli studenti di infermieristica tecnica dell'Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro del Valle de Mala" 2020 presentano una correlazione significativa ( $Rho=0,424$ ) tra i comportamenti di promozione della salute e il rendimento accademico degli studenti, correlazione che è risultata statisticamente significativa ( $p=0,05$ ).

**Conclusioni:** Esiste una correlazione positiva tra i comportamenti di promozione della salute e il rendimento scolastico degli studenti di infermieristica tecnica dell'IESTP "San Pedro del Valle de Mala".

**Parole chiave:** Salute, comportamenti di promozione della salute, rendimento scolastico, studenti.

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio de investigación, conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020” tiene por finalidad conocer si existe una relación entre estas dos variables.

Sabemos que el estudiante en esta etapa presenta cambios en sus conductas promotoras de salud (nutrición, ejercicios y manejo del estrés) por este motivo por medio de este estudio queremos conocer si estas dimensiones repercuten en su rendimiento académico y proponer estrategias que fomente y mejoren los patrones de conducta y la calidad de vida del estudiante.

De acuerdo con el modelo de Nola Pender la presente investigación requiere trabajar la promoción de la salud como primer enfoque. En resumen coherente con el modelo promotor de salud de Nola Pender, se quiere que los alumnos se comprometan e involucren a adquirir conductas promotoras de salud de las cuales ellos se percaten de los beneficios personales o dañinos para ellos, es necesario concientizar al estudiante que sea competente, autoeficaz y que adquiera un conocimiento propio para lograr cambios en su modo de vida y esto repercuta en su rendimiento académico.

Por ello se considera que la promoción de la salud es muy importante en esta etapa del ser humano. En la primera conferencia Internacional sobre la promoción de la salud reunida en Ottawa el 21 de noviembre en el año de 1986 .en esta conferencia se expone esta carta, con la finalidad de determinar las acciones para el logro de la “Salud para Todos en el año 2000”.En dicha conferencia se reunieron 200 delegados provenientes de

38 países, la reunión tuvo una duración del 17 al 21 de noviembre de 1986 para el intercambio de los nuevos conocimientos y experiencias enfocadas en la promoción de la salud. En esta carta están presentados los enfoques y estrategias consideradas indispensables para el progreso de la promoción de la salud. La carta nos muestra el siguiente concepto de promoción de salud.

“Promocionar la Salud: La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud se percibe pues, no como el objeto, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Se trata por tanto de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personas así como las aptitudes físicas. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario.”

Entre otras acciones esta carta menciona el “Desarrollo de las aptitudes personales” de manera que la promoción de la salud puede favorecer al desarrollo de la persona y de la sociedad a medida que proporcione educación e información importante en materia de salud, para que la población sea la ejecutora de su propio control sobre su bienestar y sobre el ambiente en el cual se desenvuelve

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 1.1 Descripción de la realidad problemática

En estos tiempos es muy fácil tener acceso a la tecnología lo cual nos permite acceder en todo aspecto a los avances científicos y a la competitividad, pero es sabido que seguimos siendo afectados por el tipo de conductas que practicamos, ya que esta competitividad vulnera nuestra integridad, dándole poco valor a nuestra salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) promulgó la carta de Ottawa, la cual formulo cinco áreas fundamentales para la promoción de la salud: desarrollo de actitudes personales, el mejoramiento de los ambientes saludables y la reorientación de los servicios de salud. De acuerdo con lo anterior, es importante para la promoción de la salud, el compromiso del docente en términos de conductas y comportamientos saludables; otro aspecto es referido a los entornos y ambientes como el instituto donde permanecen los estudiantes la mayor parte de su tiempo, y la reorientación de los servicios de salud que concuerdan con una nueva expectativa, frente a un mayor énfasis hacia la atención primaria en salud y el desarrollo familiar y comunitario (11)

La Organización Mundial de la Salud (OMS 1989), define a las conductas promotoras de salud como aquellas prácticas, dirigidas a cuidar o incrementar el bienestar, la autoactualización, la satisfacción personal y cultural (31)

En la actualidad, hay 1.200 millones de jóvenes de 15 a 24 años, el 15% de la población mundial. Para el 2030 se espera que el número de jóvenes aumente un 7% llegando así a casi 1.300 millones

En la actualidad los jóvenes constituyen el 15% de la población mundial En nuestro país existen 8 millones 441 mil jóvenes entre 15 a 29 años de los cuales la población universitaria peruana asciende a 839 328 estudiantes de pregrado y 400 mil estudiantes cursan estudios en un instituto de Educación superior. (32). Los estudiantes se encuentran

expuestos a cambios en su estilo de vida llevándolos en algunos casos al sedentarismo, estrés, problemas alimentarios relacionado a conductas no saludables las cuales podría generar problemas en el rendimiento académico del estudiante.

En el IESTP. “San Pedro del Valle de Mala” observamos que algunos de estudiantes adolescentes compran sus alimentos en el quiosco de la institución, generalmente consiste en una gaseosa, sándwich, productos snack, que tendrán consecuencias en la condición nutricional del joven y que podría favorecer al desarrollo del sobrepeso y obesidad.

El Centro de Salud de la jurisdicción a la cual pertenece la Institución Educativa antes mencionada, no presenta información actualizada sobre la estadística referente al estado nutricional, condición física y manejo del estrés de los adolescentes, su plan de salud escolar no se encuentra actualizado por lo que desconocen la problemática real de los estudiantes de la localidad.

Por lo expuesto anteriormente, se formula la siguiente interrogante.

¿Qué relación existe entre las Conductas Promotoras de Salud y el nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico público San Pedro de Mala en el año 2020?

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Qué relación existe entre las Conductas Promotoras de Salud y el nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico público San Pedro de Mala en el año 2020?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

a. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de

enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico San Pedro de Mala?

b. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión actividad física y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala”2020?

c. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala” 2020?

### **1.3. Objetivos de Investigación**

#### **1.3.1. Objetivo General**

- Establecer la relación que existe entre conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020”

#### **1.3.2. Objetivo Especifico**

- Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020”.
- Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión actividad física y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020”.

- Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro del Valle de Mala 2020”.

#### **1.4. Limitantes de la investigación (teórico, temporal, espacial)**

A nivel teórico: La información se obtuvo de trabajos de tesis, libros, revistas y publicaciones en otro idioma, así como el acceso, pero se buscó estrategias para resolver dicha limitante siendo la más importante el uso de traductores para resolver el tema del idioma y el acceso a revistas y libros virtuales para las bases teóricas.

A nivel temporal: El estudio se ha efectuado en un tiempo reducido, pero a pesar de todo ello se ha trabajado de manera veraz, objetiva optimizando los tiempos.

A nivel espacial: Se ha considerado tres ciclos del programa de estudio de Enfermería

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedentes Internacionales

**Canova et al. (2018)** realizaron una investigación en Argentina “ESTILOS DE VIDA Y SU IMPLICACIÓN EN LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LAS CIENCIAS DE LA SALUD: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA” cuyo objetivo fue explorar los determinantes de los estilos de vida enfatizando en los hábitos alimenticios, consumo de alcohol, tabaco y drogas, nivel de actividad física y su efecto en la salud de los estudiantes en mención. La metodología utilizada fue la revisión y análisis de datos encontrados mediante búsqueda electrónica de palabras concernientes al título de la investigación. Entre las discusiones se destaca la importancia de este estudio para la Salud Pública, esto debido a las altas prevalencias de los hábitos no saludables en los cuales se debe tener intervención por parte de la gestión educativa.(1)

**Jiménez y Ojeda (2016)** en México realizaron una investigación “ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS Y EL ESTILO DE VIDA” cuyo objetivo fue determinar el estilo de vida de los estudiantes de la Facultad de Contaduría y Administración (FCA) de la Universidad Autónoma de Yucatán (UADY), mediante la identificación de las dimensiones con mejores prácticas, del modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. El tipo de investigación fue cuantitativo descriptivo de corte transversal. Se utilizó el instrumento de estilos de vida de Pender aplicado a una muestra de 236 estudiantes de los que sólo se contaron 197 encuestas validadas. Los resultados obtenidos demostraron que las dimensiones como la auto actualización y las relaciones interpersonales son las de mejor práctica, por lo contrario la responsabilidad en salud, el manejo del

estrés, nutrición y la realización de ejercicios son las dimensiones peor practicadas.(2)

**Capdevila et al. (2015)** en España realizaron una investigación “ESTILO DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ADOLESCENTES: COMPARACIÓN ENTRE DEPORTISTA Y NO - DEPORTISTAS”; el objetivo del estudio fue aclarar algunas interrogantes acerca del empleo del tiempo libre de los adolescentes deportistas versus sus pares no deportistas y la influencia de ello en el rendimiento académico. Las variables estudiadas corresponden a rendimiento académico, los hábitos de estudio, el ocio sedentarismo y el sueño. Utilizaron como instrumento los cuestionarios CHTE (Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio), PFYTL (Práctica Física Y el uso del Tiempo Libre) dichos instrumentos se aplicaron a la muestra conformada por 313 personas adolescentes de 3° y 4° de los cuales 181 fueron varones y 132 mujeres los cuales 124 eran deportistas y 189 no-deportistas todos ellos provenientes de 12 Centros de Castellón de la Plana. El resultado principal muestra que los adolescentes deportistas tienen mejor rendimiento académico, mejores hábitos de estudio y poca dedicación al ocio y sedentarismo; asimismo los deportistas tienen mejor planificación del tiempo libre y actitud hacia los estudios.(3)

**Fleitas y Zambrano (2015)** en Ecuador realizaron un estudio “ESTADO NUTRICIONAL Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ” con el objetivo de establecer la correlación entre el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería de dicha casa de estudios en el periodo lectivo correspondiente a los años 2013-2014.El método de investigación fue descriptivo, transversal orientado a grupos focales. La muestra corresponde a 88 estudiantes del primer semestre de la carrera de

enfermería en los periodos anteriormente mencionados. Se realizó la antropometría al grupo en estudio reconociendo a los estudiantes con trastornos nutricionales realizando la toma de encuesta de frecuencia de consumo de alimentos, por otro lado se promediaron las notas de tres cursos y posteriormente se realizó el análisis de correlación, para ello se utilizó el test de Spearman's Rank-Order Correlation con el programa SPSS Statistics 20. Los resultados determinaron la existencia de correlación entre el estado nutricional y el rendimiento académico.(4)

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

**Lipa (2018)** realizó una investigación en Perú "ESTILOS DE VIDA Y ESTRÉS EN RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA MARIA AUXILIADORA-PUNO 2017" cuyo objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida, el estrés y el rendimiento académico en los adolescentes. El estudio fue de tipo transversal prospectivo y analítico. Se utilizó como instrumento el cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPS-I) de la enfermera Nola Pender, asimismo con el cuestionario de estrés académico de Arturo Barraza Macías, aplicada a la muestra de 286 estudiantes de una población de 1070. Asimismo, para la variable rendimiento académico se utilizaron las fichas de registro de notas del año. Obtuvo como resultados en el nivel de estilo de vida, que el 82% de estudiantes presenta un estilo de vida moderadamente saludable, seguido por el 13% los cuales presentan un estilo de vida no saludable y sólo un 6% presenta un nivel de estilo de vida saludable. Por otro lado para el nivel de estrés, el 52% de estudiantes presenta un nivel bajo, el 48% un nivel medio y por último con un 0% presenta un nivel de estrés alto. Por último, el rendimiento académico de los estudiantes se reflejó en un 55% quienes presentan un rendimiento académico bueno, le sigue el 45% con rendimiento académico regular y un 0% con un rendimiento académico muy bueno y también deficiente. Por lo tanto al probar la hipótesis según

el resultado de la prueba estadística no existe relación entre los estilos de vida y el estrés con el rendimiento académico de los estudiantes, no obstante el coeficiente de contingencia indica que existe una correlación positiva muy débil entre el rendimiento académico y el nivel de estilo de vida; por otra parte respecto al rendimiento académico y el nivel de estrés existe una correlación negativa muy débil.(5)

**Valdivia (2017)** en el Perú realizó el estudio “ACTITUDES HACIA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA MODELO PENDER, PROFESIONALES DEL EQUIPO DE SALUD, MICRORRED MARISCAL CASTILLA, AREQUIPA 2016” con el objetivo de determinar la relación entre las actitudes hacia la promoción de la salud con los estilos de vida Modelo Pender, en los profesionales de la salud. El diseño empleado corresponde al método descriptivo, correlacional, de corte transversal, las variables de estudio fueron: actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida. La población objetivo estuvo constituida por: 35 profesionales del equipo de la salud, del nivel de atención primaria a quienes se aplicó los siguientes instrumentos: el primero una entrevista para el recojo de datos generales y específicos, el segundo un cuestionario para detectar la actitud hacia la aplicación de la Promoción de la Salud, el tercero un cuestionario para identificar los estilos de Vida según Nola Pender. Del análisis de la actitud hacia la Promoción de la Salud, la mayoría de los profesionales del equipo de salud tienen actitud Indiferente y estilos de vida en déficits. Se concluye que, existe relación entre la actitud hacia la promoción de la salud con los estilos de vida según Pender, en los profesionales de la salud.(6)

**Condori (2016)** realizó una investigación en Perú “ESTADO NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TECNICA DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO CASTILLA-2016”.Tuvo como objetivo establecer la

existencia de relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del Instituto Superior Tecnológico Castilla-2016. Para ello utilizó un estudio de tipo descriptivo-correlacional cuya muestra fue de 39 estudiantes matriculados en el año académico en la especialidad de enfermería técnica. Utilizó la encuesta y el fichaje mediante un cuestionario semi estructurado así como el análisis documental de los registros académicos como instrumentos. Los resultados señalaron que la dimensión índice de masa corporal el 69.23% está ubicado dentro del rango normal, el índice cintura- cadera presenta un riesgo elevado de 53.85%, la vez que el perímetro de cintura presenta un riesgo considerablemente elevado de 51.28%, quienes llevan un estilo de vida no saludable con el 87.18%, en tanto que el rendimiento académico se encuentra en un nivel medio con 46.15%. En conclusión la dimensión estilo de vida tiene una correlación débil positiva con un coeficiente de Pearson de 0.203, evidenciándose su relación con el rendimiento académico, así como los estudiantes con alto rendimiento tienen un índice de masa corporal normal.(7)

**Ramos (2016)** en su investigación realizada en Perú “ACTIVIDAD FÍSICA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARROQUIAL SANTA MATILDE LIMA, 2018” cuya finalidad fue determinar la relación entre la actividad física y el rendimiento académico en los alumnos. El método de investigación se enmarca en el enfoque cuantitativo no experimental transeccional correlacional causal. La muestra estuvo compuesta por 32 estudiantes. Se utilizó como instrumento un test de actividad física creado por Campos & Ramón (2001). Llegando a la conclusión que a más actividad física existe una mejora en el rendimiento académico.(8)

**Díaz (2016)** Perú, realizó una investigación “EL APOYO SOCIAL Y ESTILOS DE VIDA PROMOTORES DE SALUD EN ESTUDIANTES DE

ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO DE JULIO A DICIEMBRE 2014”; cuyo objetivo fue determinar la asociación entre el apoyo social y los estilos de vida promotores de salud en los estudiantes del I al IV ciclo de Enfermería de la Universidad Nacional del Callao de julio a diciembre 2014. El estudio fue de metodología aplicada, correlacional y prospectiva de corte trasversal. El instrumento utilizado fue el cuestionario de Apoyo Social y el cuestionario del perfil de estilo de vida aplicado a una muestra de 98 estudiantes de Enfermería, concluyendo que el apoyo social está asociado de una manera significativa con los estilos de vida promotores de salud en el cual mientras mayor sea el nivel de apoyo social, mayor es el nivel de estilo de vida promotor de salud.(9)

**León (2015)** en Perú realizó el estudio “RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS ACADÉMICO UNIVERSITARIO Y EL RENDIMIENTO ESTUDIANTIL EN LA UNIVERSIDAD 2015” con el objetivo de establecer la relación entre el estrés académico y el rendimiento estudiantil en la Universidad. El estudio fue de tipo cuantitativo, con un alcance descriptivo correlacional de corte trasversal, estudiando a una población conformada por 160 estudiantes de la Carrera Profesional de Contabilidad y Finanzas, la muestra manejada correspondió a un total de 126 alumnos a los cuáles se les aplicó como instrumento los cuestionarios de recolección de datos con 33 interrogantes las cuales evalúan cuatro dimensiones como son las dificultades interpersonales, obligaciones académicas, expresión de ideas propias y perspectivas de futuro. Como resultado del estudio se pudo mostrar que existe relación entre el estrés académico y el rendimiento estudiantil, en consecuencia de la presentación, exposición de trabajos y demás, generando sobrecarga al estudiante supeditando su rendimiento académico ya que piensan que cuentan con tiempo y espacio insuficiente para poder cumplirlos(10)

## **2.2 Bases teóricas**

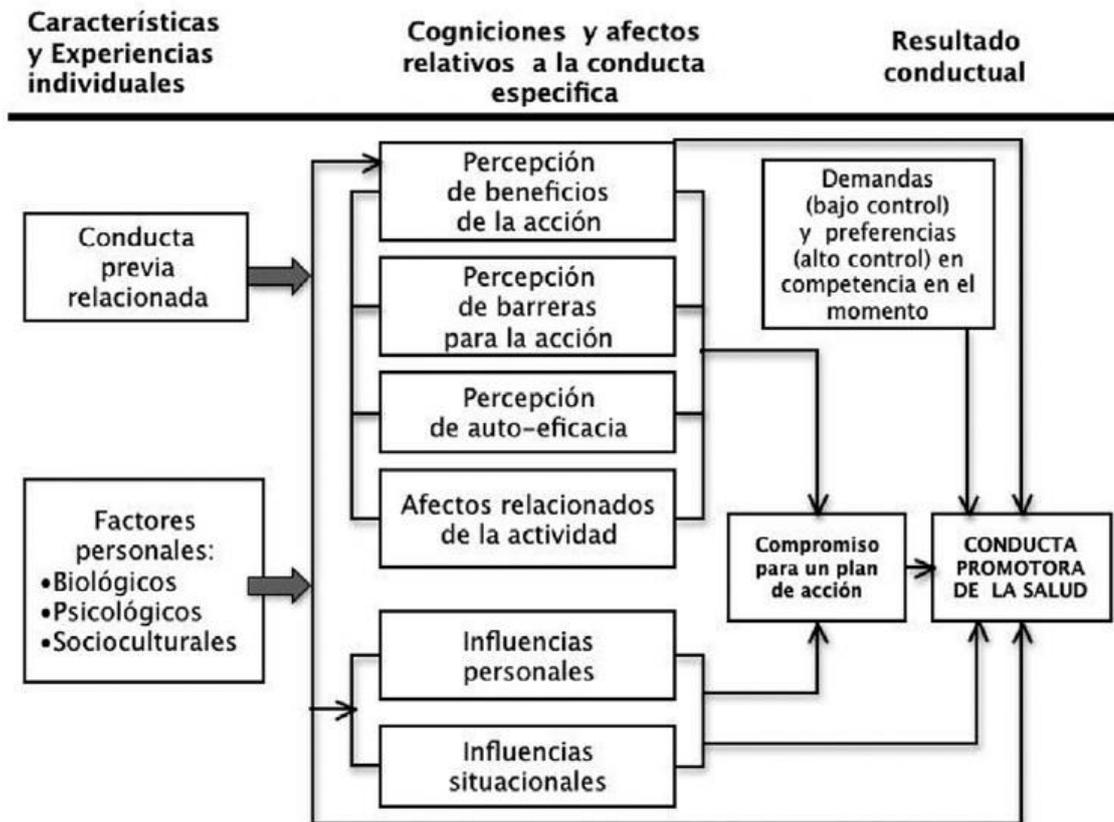
### El Modelo de Promoción de la Salud - Nola Pender

Modelo planteado por la enfermera Nola Pender, se considera hasta la fecha un modelo fundamental en la promoción de la salud para la disciplina de la Enfermería(11), la autora indicó que el deseo de lograr el bienestar en la persona está representada por la conducta que toma la misma. Este modelo fue tomando dos teorías como base: La teoría del aprendizaje social sustentado por Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana escrita por Feather. La primera teoría refiere la significación del proceso de conocimientos en la modificación de la conducta e introduce algunos aspectos del aprendizaje cognitivo conductual, se consideran que los factores psicológicos van a influenciar en la conducta o comportamiento de las personas. Son cuatro los requisitos para aprender y moldear la conducta: Atención, retención, reproducción y motivación.

La segunda teoría postula que la conducta es racional por lo cual, dentro de la motivación, el elemento clave para lograr lo que se desea es la intencionalidad. Por lo tanto, cuando exista una intención clara, definida y concreta es necesario para lograr un objetivo. Se puede entender la intencionalidad como el compromiso personal voluntario dirigido a lograr los objetivos propuestos.

En general el Modelo Promotor de Salud expuesto por Nola Pender reúne las características y experiencias propias de la persona (individuales) aunada a las cogniciones y afectos relativos a la conducta específica, las cuales conducen al individuo a un resultado conductual de a formar parte o no de la participación de sus propios comportamientos de salud.

Este modelo se gráfica de la siguiente manera.



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender1996. En: Cid PH, Merino JE, Stiepovich JB<sup>21</sup>

En el presente esquema, dentro de las Características y Experiencias Individuales se encuentran dos conceptos: Conductas previas relacionadas y Factores personales.

Dentro de las conductas previas relacionadas se entienden a las experiencias anteriores que tiene el individuo las cuales pueden influenciar o no en la posibilidad de comprometerse con las conductas promotoras de salud. Así, dentro del segundo concepto se encuentran los factores biológicos, psicológicos y socioculturales de las cuales se pueden predecir algunas conductas.

En la segunda columna se encuentran los componentes centrales del modelo y se asocian con los conocimientos y afectos propios de la

conducta, estos son conceptualizados en ; beneficios percibidos por la acción (son los resultados positivos anticipados que se van a producir, barreras percibidas para la acción (desventajas propias de la persona para cumplir la conducta), autoeficacia percibida (uno de los más importantes del modelo promotor de salud ya que representa las potencialidades percibidas por el propio individuo), el afecto relacionado de la actividad (emociones o reacciones positivas y negativas hacia una acción), Influencias personales, expectativas en el cambio de las personas importantes para ellos. por último, se indican las influencias situacionales en el contexto, las cuales logran acrecentar o reducir el encargo o la contribución en la conducta promotora de salud.

Los variados elementos planteados se relacionan e influyen en la admisión de una responsabilidad para un método de labor, conceptualizado y ubicado en la tercera columna y que conforma el antecedente para el efecto final esperado para la conducta promotora de la salud; en esta responsabilidad pueden intervenir también, las demandas y preferencias contrapuestas inmediatas. En las iniciales se consideran aquellas conductas alternativas sobre las que los individuos tienen un bajo dominio pues existen contingentes del ambiente, como el trabajo o las responsabilidades del cuidado de la familia, en cambio las preferencias personales posibilitan una inspección comparativamente alto control lo cual es relativo las acciones dirigidas a optar algo. En síntesis, el Modelo Promotor de Salud presenta las dimensiones y relaciones que intervienen para crear o cambiar la conducta promotora de la salud para obtener el bienestar deseado. (12)

## **2.3 Conceptual**

### **2.3.1 Promoción de la salud, una mirada a los orígenes.**

Marc Lalonde, una perspectiva Canadiense.

Marc Lalonde en su “A New Perspective on the Health of Canadian”, también conocido “Informe de Lalonde” (13) nos menciona que, para poder analizar al campo de la salud fue necesaria la construcción de un marco conceptual que englobe, y dentro de él se analicen y evalúen cada una de sus secciones de manera estructurada, con rigor científico pero a la vez simple para que pudiera ser entendible y de fácil ubicación acerca de las ideas y problemas vinculadas con la salud. Este marco conceptual relacionado a la salud atendía a la necesidad de descomponer el campo de la salud en 04 grandes elementos: biología humana, medio ambiente, estilo de vida y organización de la atención de la salud. Dichos elementos se determinaron por medio del estudio de las causas y factores básicos de morbilidad y mortalidad y la manera como estos componentes afectan a la salud en dicho país.

- **Biología Humana:**

Está compuesto por todas las ocurrencias relacionadas a la salud: física y mental, las cuales son manifestadas en el organismo humano por su propia biología. Aquí están incluidas: la herencia genética, procesos de maduración y envejecimiento, los sistemas, aparatos, órganos internos del ser humano. Ésta biología puede afectar en la salud del individuo de diferentes modos y gravedades, desencadenando en muchos problemas de salud, ya sean crónicos y trastornos genéticos. Éstos generan grandes costos económicos para el individuo y su familia.

- **Medio Ambiente**

Es el componente en el que se encuentran incluidos todos los elementos externos al cuerpo humano, en el cual el individuo posee poco o ningún dominio, por ejemplo, las contaminaciones de ríos y lagos.

- **Estilos de Vida**

En este contexto los estilos de vida simbolizan las decisiones, acciones, o conductas que la persona practica a razón de su salud y en las cuales tiene algún control. En el enfoque de la salud cuando un individuo toma decisiones incorrectas y posee hábitos poco saludables puede generar algún tipo de perjuicio, conllevándolo a la enfermedad o la muerte. En este aspecto se puede decir que su estilo de vida pudo contribuir a este desenlace.

- **Organización de la atención de salud**

Este cuarto elemento está conformado por el sistema de atención de salud, que abarca las postas médicas, centros de salud, hospitales, etc. Nos refiere que, la mayoría del gasto público en salud se ha concentrado en este cuarto elemento, dejando de lado a los tres componentes anteriormente mencionados. Por lo que es muy importante que, si se desea disminuir las morbilidades, discapacidades y mortalidades, se debería prestar mucha atención y destinar presupuesto adecuado a los tres primeros elementos, actualmente dejados de lado.

### **2.3.2 La Promoción de la Salud en el Mundo**

A lo largo del tiempo la Organización Mundial de la Salud (OMS) organizó Conferencias Mundiales acerca de la Promoción de la Salud; a continuación, mencionaremos cada una y los propósitos para las que fueron convocadas.

#### **1986 Ottawa**

La Carta de Ottawa. La primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud (14) tuvo como sede la ciudad de Ottawa, el 21 de noviembre de 1986, en esta conferencia se expone esta carta, con la finalidad de determinar las acciones para el logro de la “Salud para Todos en el año 2000”. En dicha conferencia se reunieron 200 delegados

provenientes de 38 países, la reunión tuvo una duración del 17 al 21 de noviembre de 1986 para el intercambio de los nuevos conocimientos y experiencias enfocadas en la promoción de la salud. En esta carta están presentados los enfoques y estrategias consideradas indispensables para el progreso de la promoción de la salud. La carta nos muestra el siguiente concepto de promoción de salud:

“Promocionar la Salud: La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. La salud se percibe pues, no como el objeto, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Se trata por tanto de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personas, así como las aptitudes físicas. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario.”

Asimismo, se menciona a “la paz, educación, vivienda, alimentación, la renta, un ecosistema estable, la justicia social y la equidad” como las condiciones y requisitos para mejorar la salud del individuo.

Entre otras acciones esta carta menciona el “Desarrollo de las aptitudes personales” de manera que la promoción de la salud puede favorecer al desarrollo de la persona y de la sociedad a medida que proporcione educación e información importante en materia de salud, para que la población sea la ejecutora de su propio control sobre su bienestar y sobre el ambiente en el cual se desenvuelve.

1988 Adelaida: Fue la Segunda Conferencia Internacional acerca de la Promoción de la Salud sobre “Políticas a favor de la Salud “en dicha conferencia se dispuso que, la edificación de una “política pública

saludable” sería la que precisa el marco y haría factible la creación de entornos saludables, la aplicación de un refuerzo para la acción comunitaria, el progreso de las aptitudes individuales, y la nueva orientación de los servicios de salud.(15)

1991 Sundsväl La tercera Conferencia Internacional acerca de la Promoción de la Salud en el cual se trató sobre los “Entornos propicios para la salud”. Se hizo hincapié a la importancia de un entorno saludable, así como el medio ambiente y la salud son “inseparables e interdependientes.”(15)

1997 Yakarta Fue la Cuarta Conferencia Internacional acerca de la Promoción de la Salud “Nuevos actores para una nueva era: llevar la promoción de la salud hacia el siglo XXI”(16)reconoce a la promoción de la salud como una “valiosa inversión” donde se recomienda capacitar y empoderar a la población para que logre el mayor beneficio posible respecto a su salud. Para ellos se fijaron cinco prioridades en el siglo XXI:

1. Promover la responsabilidad social por la salud.
2. Aumentar las inversiones en el desarrollo de la salud.
3. Consolidar y ampliar las alianzas estratégicas en pro de la salud
4. Ampliar la capacidad de las comunidades y empoderar al individuo.
5. Consolidar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud.

Para finalizar la conferencia se hace un “llamamiento” a los gobiernos a tomar iniciativa en animar y apoyar la instalación de “redes de promoción de salud en sus respectivos países y entre otros.

2000 México Fue la Quinta Conferencia Mundial sobre la Promoción de la Salud “Hacia una mayor equidad (17). Se resaltó las prioridades fijadas en la Conferencia de Yakarta. Esta conferencia tuvo como finalidad general examinar la contribución de las estrategias tomadas para la promoción de la salud en fin de la mejora en la calidad de vida y de la salud de las

personas vulnerables. Y de esta manera se puedan lograr asociaciones y colaboración de todos los sectores en beneficio de la salud.

2005 Bangkok (18) Fue la Sexta Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud “Para la promoción de la salud en un mundo globalizado”, con el propósito de otorgar la importancia necesaria a las políticas de salud, entorno al desarrollo mundial, abordando los factores determinantes de la salud.

2009 Nairobi fue la séptima Conferencia Internacional de Promoción de la Salud “La llamada a la Acción de Nairobi para cerrar la brecha de implementación en promoción de la salud”, dicha conferencia ampara las sugerencias de importancia de los Determinantes sociales de la Salud de la OMS. Cuyos “mensajes claves” se enuncian a continuación:

- Fortalecer liderazgos y fuerzas de trabajo
- Situar la promoción de la salud como línea central
- Empoderar comunidades e individuos
- Ampliar/Realzar los procesos participativos
- Construir y aplicar el conocimiento.(19)

2013 Helsinki Fue la Octava Conferencia Internacional de Promoción de la Salud, en la cual se estudiaron todas las vivencias vinculadas al enfoque “La salud en todas las políticas” para ello se implantaron diversas pautas para las actividades precisas en los todos los países del mundo.(20)

2016 Shangai Fue la Novena Conferencia Mundial de Promoción de la Salud “Promover la salud en los Objetivos de Desarrollo Sostenible: Salud para todos y todos para la Salud”, esta conferencia tiene su importancia en que colocar a la Salud como una de las columnas más relevantes de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, por ello lo primordial es la promoción de la Salud para poder lograr los Objetivos de Desarrollo

Sostenible. Debido a este enlace, la presente conferencia define un nuevo rumbo para los siguientes 15 años con la finalidad de reconocer la importancia de los gobiernos nacionales y dirigentes municipales como gestores de la salud.(21) (15)

También se menciona a la Conferencia Latinoamericana de Promoción de la Salud y Educación para la Salud de la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud –UIPES- (Colombia-2009) en las cuales se reunieron 20 países haciendo un llamamiento a la solidaridad y responsabilidad política de los gobiernos y ONGs para la implementación de Políticas Públicas favorables para la Salud y se trabaje unidos para la salud y el desarrollo humano sostenible a través de la Promoción de la Salud y la Educación para la Salud.(22)

### **2.3.3 Situación de la Promoción de la Salud en el Perú.**

En el año 2005 se instauró un documento denominado “Lineamientos de Política de Promoción de la Salud” aprobado mediante Resolución Ministerial N° 111-2005/MINSA. Actualmente se viene trabajando con el documento del mismo nombre, pero actualizado al 2017 con RM 366-2017/MINSA, el presente documento, brinda Enfoque de derechos humanos; Interculturalidad; Equidad de género; Gestión territorial. (21)

### **2.3.4 Rendimiento Académico**

Para tener un concepto de Rendimiento académico se requiere previamente considerar dos aspectos básicos del rendimiento: el proceso de aprendizaje y la evaluación de dicho aprendizaje. En el presente trabajo no abordaremos el proceso de aprendizaje. Acerca de la evaluación académica existen muchos postulados los cuales pueden agruparse en dos categorías: Unos encaminados a la obtención de un valor numérico y el otro preocupados por propiciar la comprensión de utilizar la evaluación como parte del aprendizaje.

Dentro del valor numérico tenemos las calificaciones académicas que son las notas o expresiones cuantitativas o cualitativas con las que se valora o mide el nivel del rendimiento académico en los alumnos. Estas son el resultado de los exámenes o de la evaluación continua a que se ven sometidos los estudiantes.

No obstante, en el concepto de rendimiento académico, son afectados por muchas otras variables externas al individuo, como la calidad del docente, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo, etc., y variables psicológicas o internas, como la predisposición hacia el curso, la inteligencia, la personalidad, el auto concepto del alumno, la motivación, entre otros. (23)

## **2.4. Definición de términos básicos**

### **Salud**

“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.”(24)

### **Conductas promotoras de salud**

Son aquellas conductas que van a generar un impacto en la persona, cualquiera que sea su etapa de vida, para que se conserve e incremente el nivel de salud o bienestar personal y en la vida productiva. El individuo debe conservar el equilibrio entre sus propias características, experiencias, conocimientos, creencias y situaciones respecto a estas acciones. (12)

### **Determinantes de la Salud**

Son una serie de elementos personales, sociales, económicos y ambientales que determinan el estado de salud de los individuos o de las poblaciones.(25)

## **Estudiante**

“Persona que cursa estudios en un centro docente, especialmente de enseñanza media o superior. Estudiante es la palabra que permite referirse a quienes se dedican a la aprehensión, puesta en práctica y lectura de conocimientos sobre alguna ciencia, disciplina o arte. Es usual que un estudiante se encuentre matriculado en un programa formal de estudios, aunque también puede dedicarse a la búsqueda de conocimientos de manera autónoma o informal.”(26)

### **III. HIPOTESIS Y VARIABLES**

#### **3.1 Hipótesis**

##### **3.1.1 Hipótesis general**

- Existiría relación entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020”

##### **3.1.2 Hipótesis específicas**

- Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020”.
- Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico.
- Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala” 2020.

#### **3.2. Definición conceptual de variables**

##### **El modelo promotor de salud**

Muestra ampliamente los aspectos importantes que van a intervenir en la modificación de la conducta de los seres humanos, así como su comportamiento y motivación encaminadas a las acciones para promover la salud. Está inspirado en dos sustentos teóricos: la teoría de

aprendizaje social propuesto por Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana desarrollado por Feather.(27)

### **Rendimiento Académico**

Según Pizarro, citado por Reyes el rendimiento académico se puede entender como una de las medidas para evaluar las capacidades expresadas mediante una estimación de lo que el alumno aprendió en su proceso de enseñanza.(28)

#### **a. Variable independiente**

Conductas Promotoras de Salud se mide mediante el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) propuesto por Nola Pender en 1996 mide de forma cuantitativa el nivel del estilo de vida del individuo y está conformado por 48 items tipo Likert, con cuatro opciones de respuesta (nunca=1; a veces =2; frecuentemente = 3; rutinariamente = 4); el puntaje mínimo es de 48 y el máximo es de 192 puntos, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida. Los 48 reactivos se subdividen en seis escalas:

Nutrición con las preguntas: 1, 5, 14, 19,26 y 35;

Ejercicio: el 4, 13, 22,30 y 38;

Responsabilidad en salud: el 2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 41,43 y 46;

Manejo del estrés: con el 6, 11, 27, 36,40 y 45;

Soporte interpersonal: con el 10, 24, 25, 31, 39,42 y 47;

Auto actualización: con el 3,8,9,12,16,17,18,21,23,29,34,37,44 y 48.(29)

En lo que respecta a confiabilidad Gamarra et al. (2010), indican que el instrumento de estilo de vida promotor de salud ha reportado índices de confiabilidad (Alpha de Cronbach) y el método de división en mitades que van de 0.73 a 0.87 en las escalas del mismo y en la escala general, citado por Mancilla y Conde (2018).(30)

Para la presente investigación se utilizarán tres de las seis dimensiones que conforman el cuestionario en mención.

#### Dimensiones utilizadas

- Nutrición
- Ejercicio
- Manejo del Estrés

#### Puntuación (Likert)

0-23 puntos : No saludable  
24-47 puntos: Medianamente saludable  
48-72 puntos: Saludable

#### Indicadores de cada dimensión.

- Nutrición
1. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas
  5. Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancia que te eleven tu presión arterial)
  14. Comes tres comidas al día.
  19. Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).
  26. Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas).
  35. Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).

#### Puntuación (Likert)

0-6 puntos : No saludable  
7-15 puntos : Medianamente saludable  
16-24 : Saludable

- Ejercicio

4. Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana.

13. Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.

22. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión

30. checas tu pulso durante el ejercicio físico.

38. Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol ciclismo.

Puntuación (Likert)

0-5 : No saludable

6-12 : Medianamente saludable

13-20 : Saludable

- Manejo del Estrés

6. Tomas tiempo cada día para el relajamiento.

11. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida.

27. Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación.

36. Relajas conscientemente tus musculosas antes de dormir

40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.

45. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios).

Puntuación (Likert)

0-7 : No saludable

8-20 : Medianamente saludable

21-28 : Saludable

b. Variable Dependiente

Rendimiento Académico

El rendimiento académico de los estudiantes se obtuvo del promedio del semestre anterior cursado en el presente año. Dichas calificaciones fueron tomadas de la nómina de alumnos, debidamente permitidas.

Dimensiones:

Rendimiento Académico Alto

Rendimiento Académico Bajo

Indicadores:

Promedio semestre anterior  $\geq 16$

Promedio semestre anterior  $\leq 15$

### 3.2.1 Operacionalización de Variable

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
<b>Conductas promotoras de salud</b>	<p><b>El modelo promotor de salud</b></p> <p>Muestra ampliamente los aspectos importantes que van a intervenir en la modificación de la conducta de los seres humanos, así como su comportamiento y motivación encaminadas a las acciones para promover la salud. Está inspirado en dos sustentos teóricos: la teoría de aprendizaje social propuesto por Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana desarrollado por Feather.(27)</p> <p>“Según Nola Pender el Estilo de vida promotor de salud se refiere al</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nutrición</li> </ul>	<p>Indicadores de cada dimensión.</p> <p>1. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas</p> <p>5. Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancia que te eleven tu presión arterial)</p> <p>14. Comes tres comidas al día.</p> <p>19. Lees las etiquetas de las comidas</p>	<b>1,5,14,19,26,35</b>	<p>Puntuación (Likert)</p> <p>0-6 puntos : No saludable</p> <p>7-15 puntos : Medianamente saludable</p> <p>16-24 : Saludable</p>

	<p>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”(31)</p> <p><b>Definición Operacional</b></p> <p>Conductas Promotoras de Salud se mide mediante el cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) propuesto por Nola Pender en 1996 mide de forma cuantitativa el nivel del estilo de vida del individuo y está conformado por 48 items tipo Likert, con cuatro opciones de respuesta (nunca=1; a veces =2; frecuentemente = 3; rutinariamente = 4); el puntaje mínimo es de 48 y el máximo es</p>		<p>empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores).</p> <p>26. Incluye en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas).</p> <p>35. Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas).</p>		
--	--	--	---	--	--

	<p>de 192 puntos, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida. Los 48 reactivos se subdividen en seis escalas.</p> <p><b>Dimensiones utilizadas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutrición</li> <li>• Ejercicio</li> <li>• Manejo del Estrés</li> </ul> <p>Puntuación (Likert)</p> <p>0-23 puntos :No saludable</p> <p>24-47 puntos: Medianamente saludable</p> <p>48-72 puntos :Saludable</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio</li> </ul>	<p>4. Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana.</p> <p>13. Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.</p> <p>22. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión</p> <p>30. Checas tu pulso durante el ejercicio físico.</p> <p>38. Realizas actividades físicas de</p>	<p>Puntuación (Likert)</p> <p>0-5 : No saludable</p> <p>6-12 : Medianamente saludable</p> <p>13-20 : Saludable</p>
--	---	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Manejo del Estrés</li> </ul>	<p>recreo como caminar, nadar, jugar, fútbol ciclismo.</p> <p>6. Tomas tiempo cada día para el relajamiento.</p> <p>11. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida.</p> <p>27. Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación.</p> <p>36. Relajas conscientemente tus musculosas antes de</p>	<p><b>6,11,27,36,40,41,45</b></p>	<p>Puntuación (Likert)</p> <p>0-7 : No saludable</p> <p>8-20 : Medianamente saludable</p> <p>21-28 :Saludable</p>
--	--	---	---	-----------------------------------	---

			<p>dormir</p> <p>40. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.</p> <p>45. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios).</p>		
<b>Rendimiento Académico</b>	<p>Rendimiento Académico</p> <p>El rendimiento académico de los estudiantes se obtuvo del promedio del semestre anterior cursado en el presente año. Dichas calificaciones fueron tomadas de la nómina de alumnos, debidamente permitidas.</p>	<p>Dimensiones:</p> <p>Rendimiento Académico Alto</p> <p>Rendimiento Académico Bajo</p>			<p>Indicadores:</p> <p>Promedio semestre anterior <math>\geq 16</math></p> <p>Promedio semestre anterior <math>\leq 15</math></p>

## IV. DISEÑO METODOLÓGICO

### 4.1 Tipo y diseño de investigación.

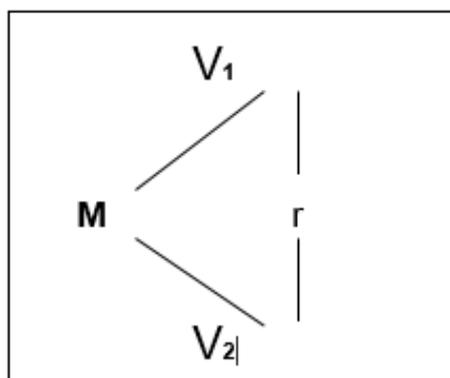
#### 4.1.1 Tipo de investigación

El presente trabajo corresponde a una investigación; de un enfoque cuantitativo, porque nos permitió examinar los datos de manera científica y son susceptibles de medición estadística. Según el tipo de recogida de datos, será prospectivo. Y según la forma de recolección de datos fue transversal ya que intentamos explorar si existe relación entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico

#### 4.1.2 Diseño de la investigación

El diseño de la investigación es de tipo no experimental de corte transversal, ya que hubo manipulación de la variable, y se realizó en un tiempo determinado. Se trabajó con todo el grupo del programa de enfermería técnica.

El diseño de las variables consideradas el estudio se muestra en el siguiente esquema.



Donde:

M : Muestra

V1 es la variable 1 : Conductas promotoras de salud

V2 es la variable 2 : Rendimiento Académico  
 r : Es la posible relación de las variables en estudio

#### 4.2 Método de investigación:

Es un método cuantitativo ya que en este método se plantea “un proceso sistemático y ordenado... buscando la obtención de respuestas adecuadas a determinados problemas”.(32)

#### 4.3. Población y muestra:

El estudio constará de una población conformada por todos los estudiantes matriculados en el presente semestre académico 2020 – I, del programa de estudios de Enfermería en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala”. Quienes son en total 72 alumnos.

Se realizará el cálculo de la muestra con el uso de la formula con marco muestral dicho cálculo se seleccionará el muestreo aleatorio simple siendo dicha fórmula propuesta en el libro Metodología de la Investigación por el autor R.B. Ávila Acosta de la siguiente manera.

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 * p * q * N}{d^2 * (N - 1) + Z_{1-\alpha/2}^2 * p * q}$$

Donde:

N: Marco muestral (Tamaño de la población)

Alfa (Máximo error tipo I):  $\alpha$  = 0.05

Nivel de Confianza:  $1 - \alpha/2$  = 0,975

Z de  $(1 - \alpha/2)$  se busca en la tabla = 1,96

Es el valor de la abscisa de la curva normal para una probabilidad del 95% de confianza.

$p$  = Prevalencia de la enfermedad, se asume  $p = 0,50$  (50%)

$q$  = Complemento de  $p$ ,  $q = 1 - p$ ; es decir  $q = 0,50$

$d$  = Precisión = 0,05

$\eta$  = Tamaño óptimo de muestra.

Aplicando la fórmula, para encontrar el tamaño de la muestra se tiene:

$$n = \frac{1,96^2 * 0.50 * 0.50 * 72}{0.05^2 * (72 - 1) + 1,96^2 * 0.50 * 0.50} =$$

$$n = \frac{3.8416 * 0.25 * 72}{0.0025 * (71) + 3.8416 * 0.25} = \frac{0.9604 * 72}{0.1775 + 0.9604}$$

$$=$$

$$n = \frac{69.1488}{1.1379} = 60.769$$

Redondeando:  $\eta = 61$

$$n_f = \frac{n}{1 + \frac{n}{N}}$$

Reemplazando los valores, se tiene

$$n_f = \frac{61}{1 + \frac{61}{72}} = \frac{61}{1,85} = 32.972 \cong 33$$

El tamaño de la muestra de los estudiantes a evaluar será 33, los cuales están distribuidos en cada ciclo.

**Para la fijación proporcional se tiene la expresión:**

$$\frac{n}{N} = \frac{33}{72} = 0,45. \text{ A cada estrato se multiplica por el factor } 0.45$$

**Cuadro N° 1**

**Población y muestra estudiantil de la carrera de Enfermería Técnica del Instituto Superior Tecnológico San Pedro de Mala**

<b>Ciclo</b>	<b>Población Estudiantil (N)</b>	<b>Proporción</b>	<b>Tamaño de la Muestra Estratificada</b>
I	33	33 x 0.45	15
III	20	20 x 0.45	9
V	19	19 x 0.45	9

Muestra óptima: Muestreo Aleatorio se seleccionará las primeras encuestas (según muestra) enviadas a las investigadoras, descartando las enviadas después.

**4.4 Lugar del estudio y periodo desarrollado.**

Instituto Superior de Educación Tecnológico Pública “San Pedro del valle de Mala” en el periodo 2020 - I

#### **4.5 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información**

Se inició el estudio de investigación solicitando las autorizaciones correspondientes:

- Director del IES “San Pedro del Valle de Mala”
- Jefe de unidad Académica
- Coordinadora del programa de estudio.

Técnica: La técnica para la recolección de datos fue la entrevista.

Instrumento: El instrumento que se utilizó para realizar el estudio fue el Cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-II). Nola Pender (1996). Traducción y Validado por Walker (2003).

#### **4.6 Análisis y procesamiento de datos**

La información obtenida fue tabulada y luego ingresadas a una base de datos en Excel para su análisis con el programa estadístico SpSS versión 25.

Para establecer la relación entre la variable conductas promotoras de salud, sus dimensiones y la variable rendimiento académico del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”, Se utilizó la prueba Rho de Spearman.

Para establecer las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes, obtuvieron tablas de frecuencia según las escalas de dichas variables.

El trabajo de investigación tiene un nivel de significancia estadística y los resultados obtenidos se presentan en tablas y gráficos que especifican el estudio.

En el análisis del procesamiento de datos se utilizó la estadística descriptiva para la descripción de resultado y la estadística inferencial de la prueba Ro Spearman y resultado inferenciales.

## RESULTADOS

### 5.1 Resultados descriptivos

CUADRO N° 5.1.1

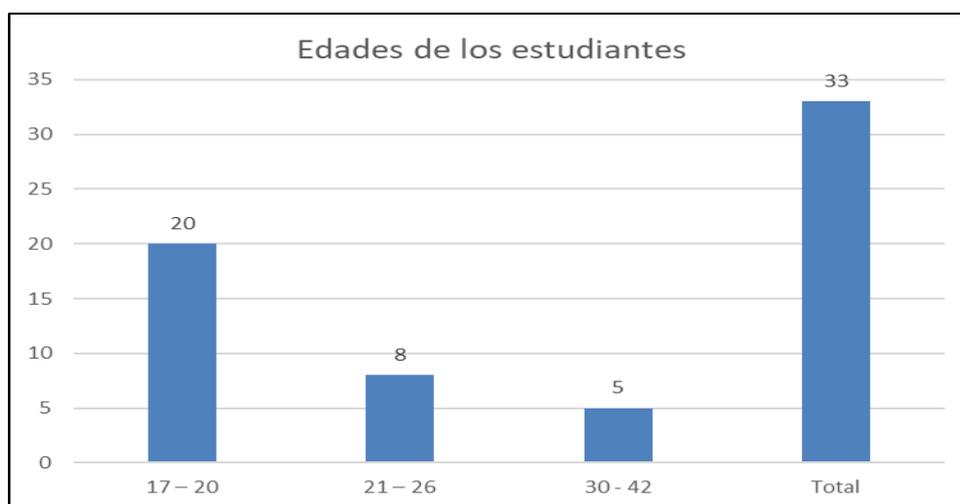
#### EDAD DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA ENCUESTADOS

EDAD		
Edades	Número	%
17 – 20	20	60.7
21 – 26	8	24.3
30 - 42	5	15.0
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020

GRÁFICO N° 5.1.1

#### EDAD DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS



En el cuadro N° 5.1.1 los datos corresponden a la edad los encuestados, se muestran que entre las edades de 17 a 20 años existen 20 alumnos, de 21 a 26 años corresponde a 8 alumnos y de 30 a 42 años estudian 5 alumnos.

### CUADRO N° 5.1.2

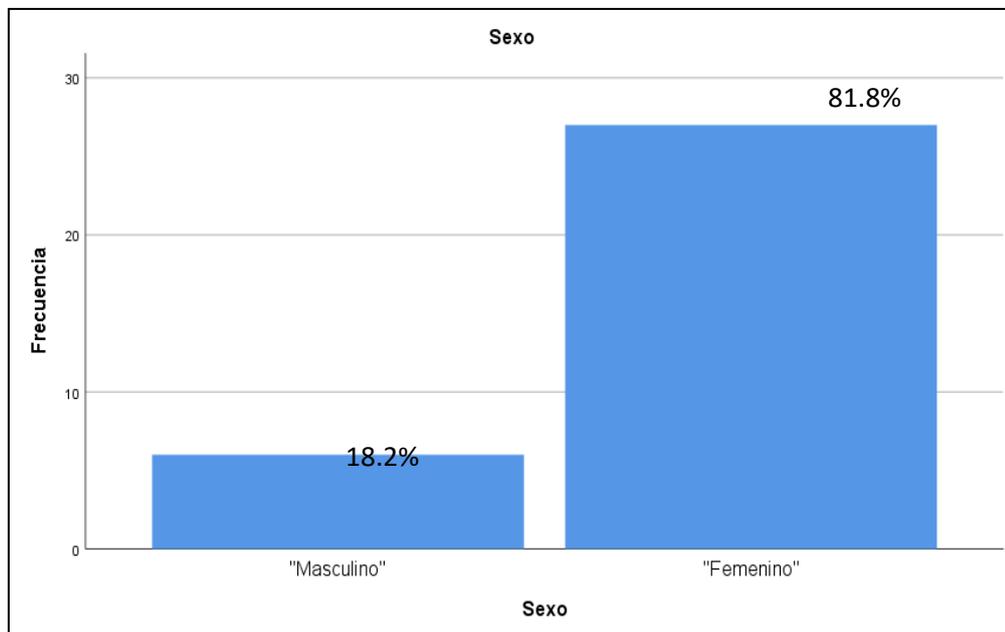
#### SEXO DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS

SEXO		
	Número	%
"Masculino"	6	18,2
"Femenino"	27	81,8
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

### GRÁFICO N° 5.1.2

#### SEXO DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS



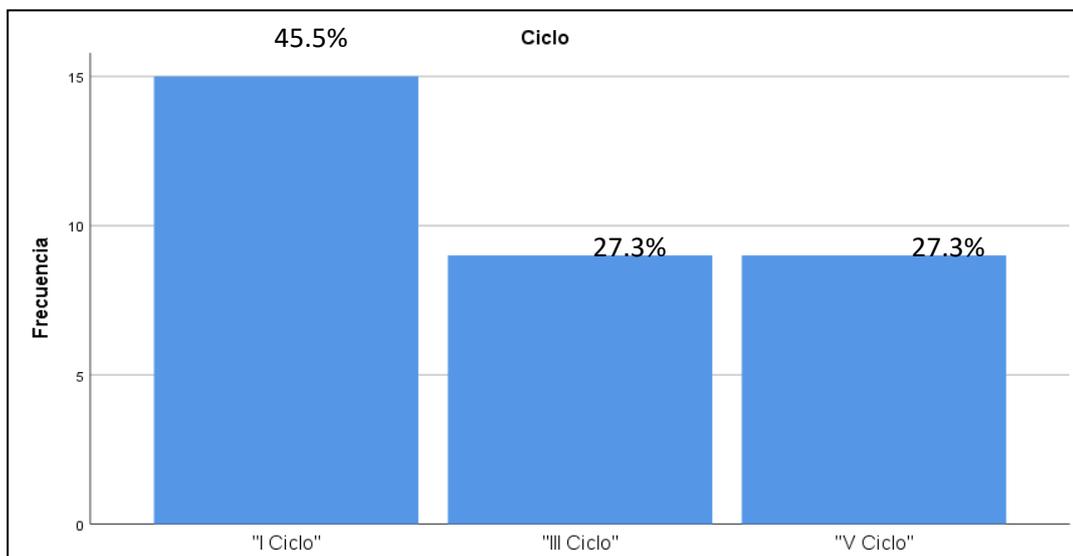
En el cuadro N° 5.1.2 respecto al sexo de los estudiantes encuestados se aprecia que el 81.8 % corresponde al sexo femenino y el 18.2 % corresponde al sexo masculino.

**CUADRO N° 5.1.3**  
**CICLO DE LOS ESTUDIANTES**

<b>CICLO</b>	<b>NÚMERO</b>	<b>%</b>
"I Ciclo"	15	45,5
"III Ciclo"	9	27,3
"V Ciclo"	9	27,3
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

**GRÁFICO N° 5.1.3**  
**CICLO DE LOS ESTUDIANTES ENCUESTADOS DE ENFERMERIA TECNICA**



El cuadro N° 5.1.3 correspondiente al ciclo de estudios de los estudiantes encuestados, se puede apreciar que en el I Ciclo se concentra la mayor cantidad de encuestados con 15 alumnos, ya que son los de mayor número de alumnos matriculados con el ciclo, siguiéndoles los ciclos III y V ciclo con 9 alumnos cada uno.

#### CUADRO N° 5.1.4

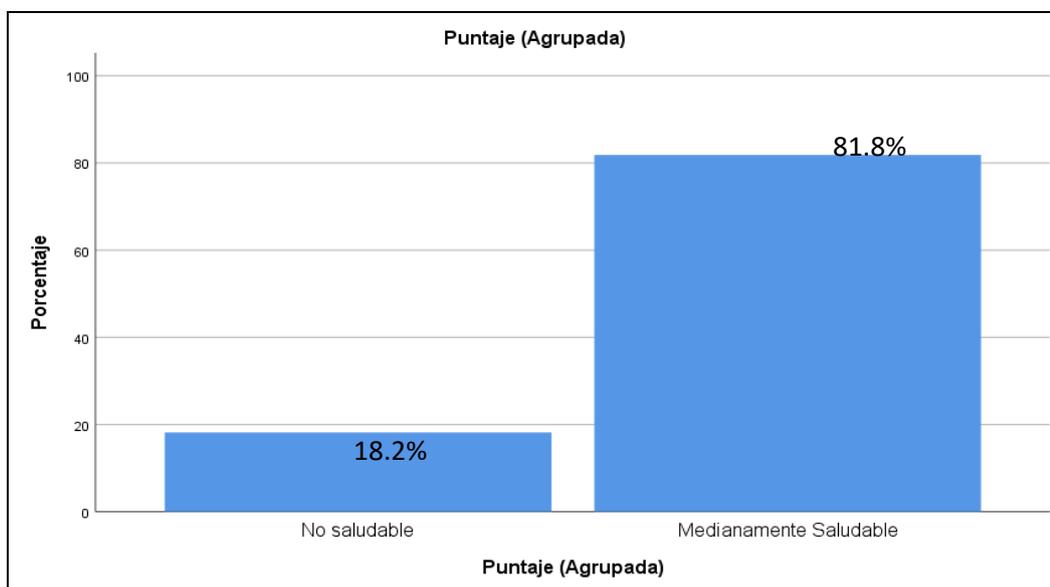
### CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA

CONDUCTA	NÚMERO	%
No saludable	6	18,2
Medianamente Saludable	27	81,8
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

#### GRÁFICO N° 5.1.4

### CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA



El cuadro N° 5.1.4 se puede observar que, del total de los alumnos encuestados el 81.2% tiene una conducta promotora de salud medianamente saludable y el 18.2% tiene una conducta promotora de salud no saludable de acuerdo a las dimensiones nutrición, ejercicio y manejo del estrés.

### CUADRO N° 5.1.5

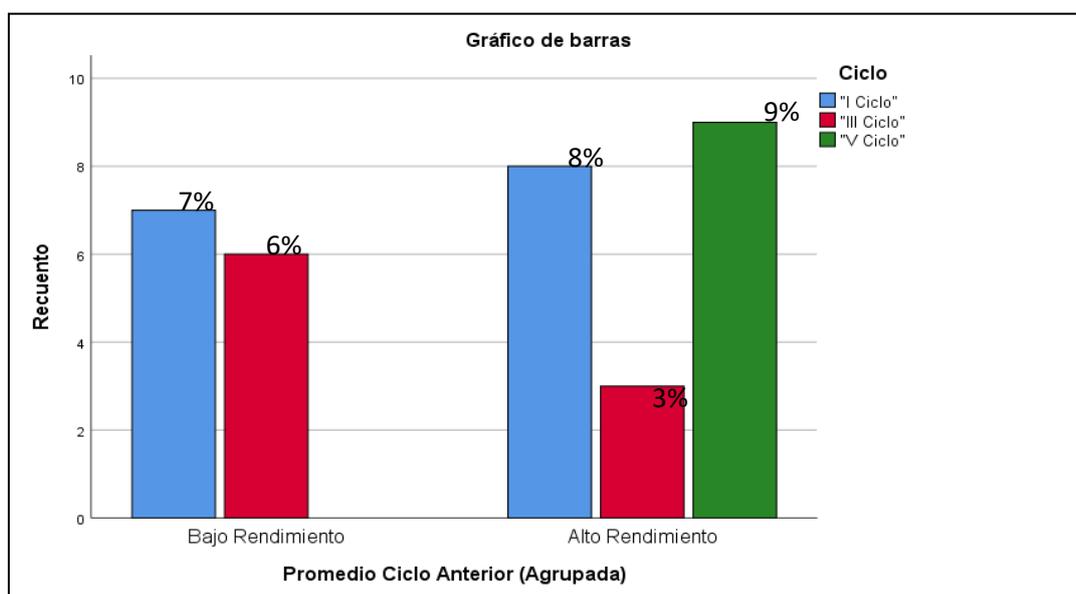
#### RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ALUMNOS DE ENFERMERÍA TÉCNICA

		Ciclo			Total
		"I Ciclo"	"III Ciclo"	"V Ciclo"	
Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Bajo Rendimiento	7	6	0	13
	Alto Rendimiento	8	3	9	20
<b>Total</b>		<b>15</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>33</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

### GRÁFICO N° 5.1.5

#### RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ALUMNOS DE ENFERMERÍA TÉCNICA



El cuadro N° 5.1.5 se observa que de los alumnos del I ciclo 7 presentan bajo rendimiento académico y 8 presentan alto rendimiento académico, del III ciclo 6 presentan bajo rendimiento académico y sólo 3 presentan alto rendimiento académico y del V ciclo todos los alumnos encuestados presentan alto rendimiento académico.

**CUADRO N° 5.1.6**

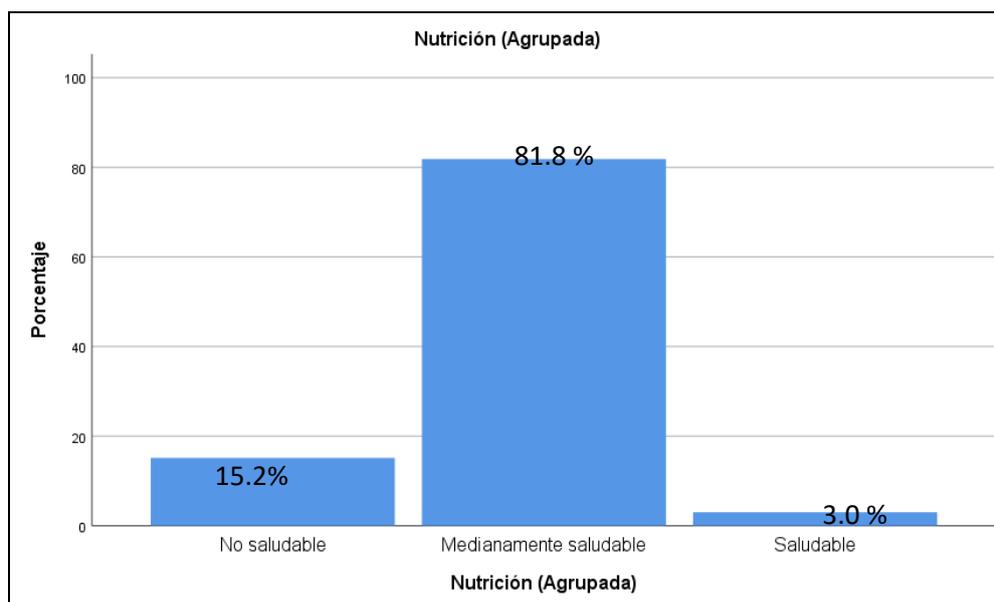
**VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: NUTRICIÓN**

<b>NUTRICIÓN</b>	<b>NÚMERO</b>	<b>%</b>
No saludable	5	15,2
Medianamente saludable	27	81,8
Saludable	1	3,0
Total	33	100,0

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

**GRÁFICO N° 5.1.6**

**VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: NUTRICIÓN**



En la cuadro N° 5.1.6 se observa a la variable Conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición. Se puede apreciar que se identificó en mayor porcentaje la conducta medianamente saludable con un 81.8%, siguiéndoles la conducta no saludable con 15.2% y mínimamente la conducta saludable con un 3%.

### CUADRO N° 5.1.7

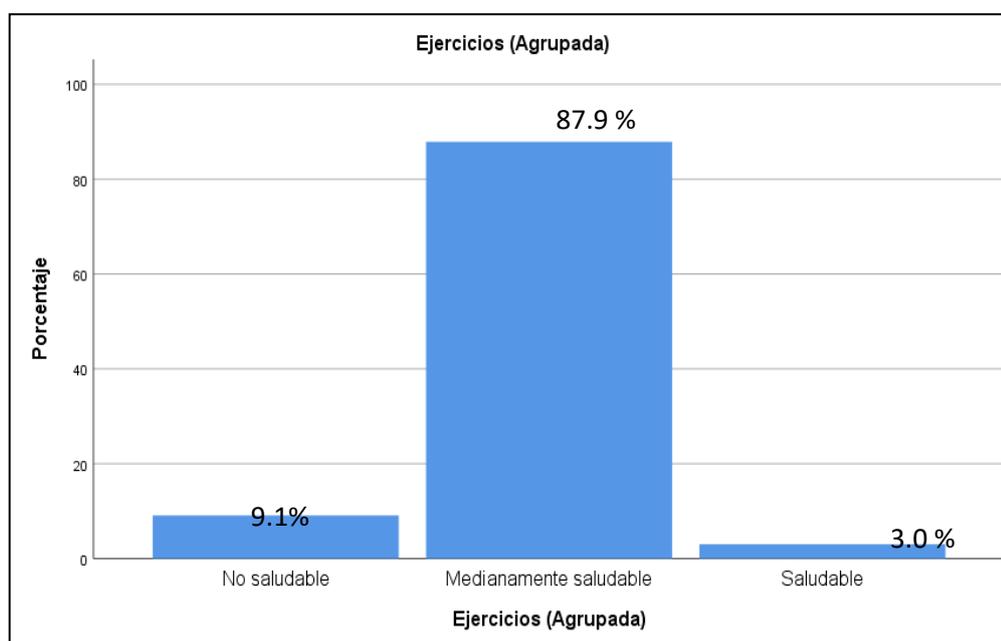
#### VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: EJERCICIOS

	NÚMERO	%
No saludable	3	9,1
Medianamente saludable	29	87,9
Saludable	1	3,0
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

### GRÁFICO N° 5.1.7

#### VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: EJERCICIOS



En la cuadro N° 5.1.7 se observa a la variable Conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios. Se puede apreciar que se identificó en mayor porcentaje la conducta medianamente saludable con un 87.9%, siguiéndoles la conducta no saludable con 9.2% y mínimamente la conducta saludable con un 3%.

### CUADRO N° 5.1.8

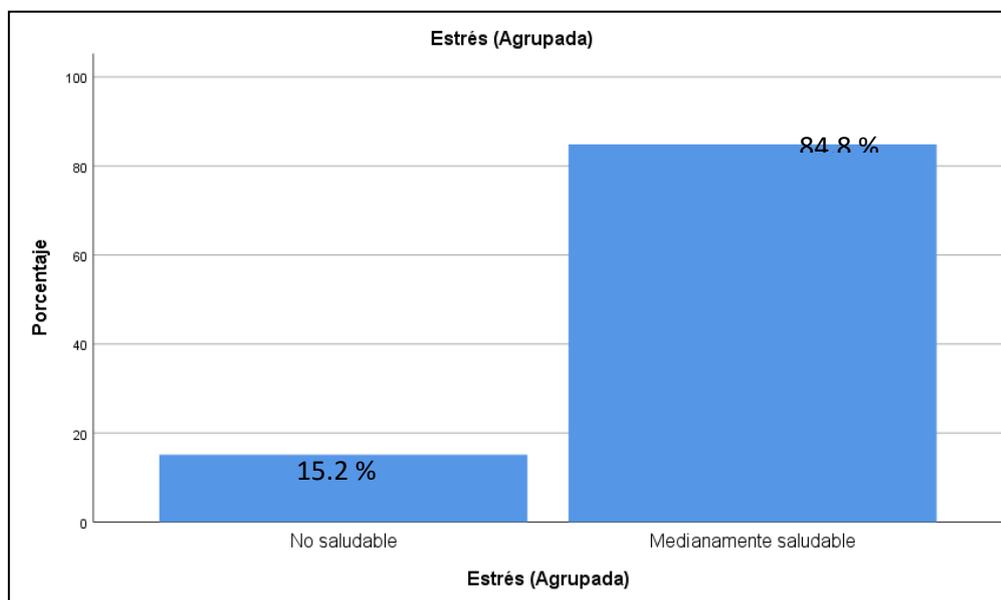
#### VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: MANEJO DEL ESTRÉS

	NÚMERO	%
No saludable	5	15,2
Medianamente saludable	28	84,8
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

### GRÁFICO N° 5.1.8

#### VARIABLE CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD: MANEJO DEL ESTRÉS



En la cuadro N° 5.1.8 se observa a la variable Conductas promotoras de salud en su dimensión manejo del estrés. Se aprecia que se identificó en mayor porcentaje la conducta medianamente saludable con un 84.8%, siguiéndoles la conducta no saludable con 15.2 % y ninguno con la conducta saludable.

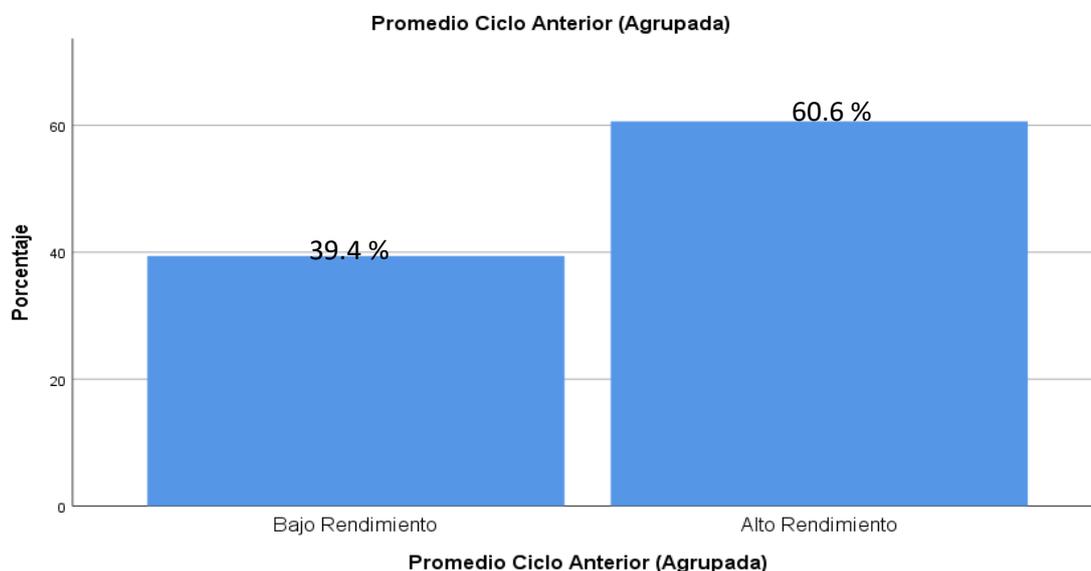
**CUADRO N° 5.1.9**

**VARIABLE RENDIMIENTO ACADÉMICO**

		<b>Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)</b>			
		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Válido</b>	<b>Bajo Rendimiento</b>	<b>13</b>	<b>39,4</b>	<b>39,4</b>	<b>39,4</b>
	<b>Alto Rendimiento</b>	<b>20</b>	<b>60,6</b>	<b>60,6</b>	<b>100,0</b>
	<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

**GRÁFICO N° 5.1.9**

**VARIABLE RENDIMIENTO ACADÉMICO**



En la cuadro N° 5.1.9 se aprecia un mayor porcentaje del alto rendimiento 60.6 % siguiéndoles el rendimiento académico bajo con un 39.4%. En relación con las conductas promotoras de salud.

## 5.2 Resultado inferenciales

**CUADRO N° 5.2.1**

**RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO**

			Puntaje (Agrupada)	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Puntaje (Agrupada)	Coeficiente de correlación	1,000	,424*
		Sig. (bilateral)	.	,014
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,424*	1,000
		Sig. (bilateral)	,014	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

El cuadro N° 5.2.1 el coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación significativa (Rho=0.424) entre las conductas promotoras de salud y el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería técnica del ISTP San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resulto estadísticamente significativa ( $p=0,05$ ) de bajo nivel.

**CUADRO N° 5.2.2**

**RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD –  
DIMENSIÓN NUTRICIÓN Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE  
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA**

			Nutrición	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Nutrición	Coeficiente de correlación	1,000	,525**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,525**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

El cuadro N° 5.2.2, el coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0,525^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería técnica del ISTP San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resulto estadísticamente significativa en el nivel ( $p=0,002$ ).

**CUADRO N° 5.2.3**

**RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD –  
DIMENSIÓN EJERCICIO Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE  
LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA**

			Ejercicios	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Ejercicios	Coeficiente de correlación	1,000	,353*
		Sig. (bilateral)	.	,044
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,353*	1,000
		Sig. (bilateral)	,044	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP "San Pedro del Valle de Mala" 2020.

El cuadro N° 5.2.3, el coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0,353^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería técnica del ISTP San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resulto estadísticamente significativa en el nivel ( $p=0.044$ ).

**CUADRO N° 5.2.4**

**CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD – DIMENSIÓN ESTRÉS Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA**

			Estrés	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,299
		Sig. (bilateral)	.	,091
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,299	1,000
		Sig. (bilateral)	,091	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

El cuadro N° 5.2.4, el coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0,299$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo del estrés y el rendimiento académico en los estudiantes de enfermería técnica del ISTP San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resulto estadísticamente significativa en el nivel ( $p=0.091$ ).

## VI. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

### 6.1. Contratación y demostración de la hipótesis con los resultados.

#### Hipótesis General

**H<sub>a</sub>:** Existiría relación entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro de Mala 2020”.

**H<sub>0</sub>:** No existiría relación entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro de Mala 2020”

**Nivel de significancia estadística:** Se trabajara a un nivel de significancia estadística de 0.05 ( $p < 0.05$ )

#### CUADRO N° 6.1.1.

#### RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO

			Puntaje (Agrupada)	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Puntaje (Agrupada)	Coeficiente de correlación	1,000	,424*
		Sig. (bilateral)	.	,014
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,424*	1,000
		Sig. (bilateral)	,014	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

Como el valor de significancia estadística resultó inferior a 0.05 ( $p=0.014$ ) se rechaza la hipótesis nula. El coeficiente de correlación Rho de

Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0.424^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IEST “San Pedro de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa (0.014). La correlación resultó positiva baja.

### Hipótesis Específicas

$H_{E1}$ : Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro de Mala 2020”.

$H_0$ : No Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro de Mala 2020”.

**Nivel de significancia estadística:** Se trabajara a un nivel de significancia estadística de 0.05 ( $p<0.05$ )

### CUADRO N° 6.1.2

#### RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD – DIMENSIÓN NUTRICIÓN Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA

			Nutrición	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Nutrición	Coeficiente de correlación	1,000	,525**
		Sig. (bilateral)	.	,002
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,525**	1,000
		Sig. (bilateral)	,002	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

Como el valor de significancia estadística resultó inferior a 0.05 ( $p=0.002$ ) se rechaza la hipótesis nula. El coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0.525^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa (0.002). La correlación resultó positiva baja.

$H_{E2}$ : Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020”.

$H_0$ : No Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020”.

**Nivel de significancia estadística:** Se trabajara a un nivel de significancia estadística de 0.05 ( $p<0.05$ )

### CUADRO N° 6.1.3

#### RELACIÓN ENTRE LAS CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD – DIMENSIÓN EJERCICIO Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA

			Ejercicios	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Ejercicios	Coeficiente de correlación	1,000	,353*
		Sig. (bilateral)	.	,044
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,353*	1,000
		Sig. (bilateral)	,044	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

Como el valor de significancia estadística resultó inferior a 0.05 ( $p=0.044$ ) se rechaza la hipótesis nula. El coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0.353^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa (0.044). La correlación resultó positiva baja.

$H_{E3}$ : Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro de Mala” 2020.

$H_0$ : No Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro de Mala” 2020.

**Nivel de significancia estadística:** Se trabajará a un nivel de significancia estadística de 0.05 ( $p<0.05$ )

**CUADRO N° 6.1.4**

**CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD – DIMENSIÓN ESTRÉS Y NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA**

			Estrés	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)
Rho de Spearman	Estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,299
		Sig. (bilateral)	.	,091
		N	33	33
	Promedio Ciclo Anterior (Agrupada)	Coeficiente de correlación	,299	1,000
		Sig. (bilateral)	,091	.
		N	33	33

Fuente: Conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” 2020.

Como el valor de significancia estadística resultó superior a 0.05 ( $p=0.091$ ) se acepta la hipótesis nula. El coeficiente de correlación Rho de Spearman muestra una correlación positiva ( $Rho=0.299$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo del estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa (0.002). La correlación resultó positiva baja.

**6.2. Contrastación de los resultados con otros estudios similares.**

La presente investigación realizada a los estudiantes del primer semestre académico del programa de estudio de Enfermería Técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”, de muestran que de los 33 alumnos encuestados el 81.2% tiene una conducta promotora de salud medianamente saludable y el 18.2 % tiene una conducta promotora de

salud no saludable de acuerdo con las dimensiones nutrición, ejercicios y manejo del estrés.

En cuanto al rendimiento académico los resultados demuestran que los alumnos del I ciclo 7 presentan bajo rendimiento académico y 8 presentan alto rendimiento académico, del III ciclo 6 presentan bajo rendimiento académico y sólo 3 presentan alto rendimiento académico y del V ciclo todos los alumnos encuestados presentan alto rendimiento académico. Lo cual nos indica que las conductas promotoras de salud tienen relación con el nivel de rendimiento académico en los estudiantes de enfermería técnica.

Al realizar la contrastación con los resultados de **Fleitas y Zambrano (4)** realizados en Ecuador en la facultad de Enfermería de la Universidad de Laica Eloy de Manabi. Se observa que en las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición tienen relación con el rendimiento académico ya que en las dos investigaciones los resultados fueron positivos.

En cuanto al estudio de **Lipa (2018) (5)** realizó una investigación en Perú “estilos de vida y estrés en relación con el rendimiento académico en los adolescentes de la institución educativa secundaria María Auxiliadora-puno 2017” cuyo objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida, el estrés y el rendimiento académico en los adolescentes. Se observa que tiene mucha similitud con nuestro estudio ya que al compararlo se obtuvo que los estudiantes tienen una conducta promotora de salud en su dimensión manejo del estrés medianamente saludable con un 84.8%, siguiéndoles la conducta no saludable con 15.2 % y ninguno con la conducta saludable.

En el siguiente estudio de **RAMOS (8)** en su investigación realizada en Perú “Actividad Física en el Rendimiento Académico en los estudiantes de la institución educativa parroquial Santa Matilde Lima, 2016” cuyo objetivo fue definir la relación entre la actividad física y el

rendimiento académico en los alumnos. Llegando a la conclusión que a más actividad física existe una mejora en el rendimiento académico. En cuanto a nuestro estudio no concordamos con el mismo resultado ya que nuestro estudio se observa que el estrés no tiene relación con el rendimiento académico.

### **6.3. Responsabilidad ética de acuerdo con los reglamentos vigentes**

La investigación se ejecutó con los permisos correspondientes con la dirección del instituto, jefatura de Unidad académica y la coordinación del programa de estudio de Enfermería Técnica, quienes nos brindaron su apoyo en todo momento, se acordó un compromiso con las investigadoras sobre la confidencialidad de los datos obtenidos en el IESTP “San Pedro del Valle de Mala”

Para los estudiantes de Enfermería Técnica el permiso y autorización se dio por parte del director de dicha casa de estudio, que autorizo la evaluación de los estudiantes de los 3 ciclos, se les explico que la información obtenida seria de forma anónima.

Para los estudiantes se utilizó un consentimiento informado donde se les explico el objetivo de la investigación y que el cuestionario seria anónima, cuidando en todo momento los datos recolectados.

## CONCLUSIONES

- Existe una correlación positiva ( $Rho=0.424^{**}$ ) y significativa ( $p=0.014$ ) entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020, es decir que las a mayor conductas promotoras de salud saludable, mayor rendimiento académico. Positiva débil.
- Existe una correlación positiva ( $Rho=0.525^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa ( $p=0.002$ ). La correlación positiva media.
- Existe una correlación positiva ( $Rho=0.353^{**}$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020, dicha correlación resultó estadísticamente significativa ( $p=0.044$ ). La correlación positiva media
- No Existe una correlación positiva ( $Rho=0.299$ ) entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo del estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020, ya que se aceptó la hipótesis nula.
- La mayor parte de los estudiantes de enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020 presentan conductas promotoras de salud medianamente saludables con un 81,8 %.

- La mayor parte de los estudiantes de enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020” presentan un rendimiento académico alto con un 60.6 %.
- Las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición en los estudiantes enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020” son medianamente saludables con un 81.8%.
- Las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios en los estudiantes enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020” son medianamente saludables con un 87.9%.
- Las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo del estrés en los estudiantes enfermería técnica del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020” son medianamente saludables con un 84.8%.

## RECOMENDACIÓN

- A las autoridades del Instituto del IESTP “San Pedro del Valle de Mala 2020 se les recomienda tener en cuenta la importancia de la prácticas de los estilos de vida saludables en todos los estudiantes ya que es parte de los determinantes de la salud.
- Delegar a la oficina de bienestar estudiantil la implementación de actividades y capacitaciones que favorezcan la adecuada practica de conductas promotoras de salud.
- Continuar con las investigaciones en las demás dimensiones de las conductas promotoras de salud y su relación con el rendimiento académico, ya que ello depende el futuro de los profesionales por venir.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Canova-Barrios C, Quintana-Honores M, Álvarez-Miño L. Estilos de Vida y su implicación en la salud de los estudiantes Universitarios de las Ciencias de la Salud: Una revisión sistemática. Rev Científica UCES. Jul-Dic;23(2):98-126.
2. Jimenez Diez O, Ojeda Lopez RN. Estudiantes universitarios y el estilo de vida. Rev Iberoam Prod Académica Gest Educ [Internet]. 24 de enero de 2018 [citado 20 de mayo de 2020];4(8). Disponible en:  
<http://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/view/723>
3. Capdevila Seder A, Bellmunt Villalonga H, Hernando Domingo C. Estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no-deportistas. RETOS Nuevas Tend En Educ Física Deporte Recreación. 2015;(27):28-33.
4. Fleitas Gutiérrez D, Zambrano Cornejo DT. ESTADO NUTRICIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA , DE LA UNIVERSIDAD LAICA «ELOY ALFARO» DE MANABÍ. 13 de julio de 2015 [citado 21 de mayo de 2020]; Disponible en:  
<http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/2237>
5. Lipa Tudela L. Estilos de vida y estrés en relación con el rendimiento académico en los adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Maria Auxiliadora - Puno, 2017. 2018.
6. Manrique EGV. ACTITUDES HACIA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA MODELO PENDER, PROFESIONALES DEL EQUIPO DE SALUD, MICRORRED MARISCAL CASTILLA. AREQUIPA 2016. :117.
7. Condori Cupi N. Estado nutricional y el rendimiento académico de estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto Superior Tecnológico Castilla - 2016. 2017.
8. Ramos Torres MR. Actividad física en el rendimiento académico en los estudiantes de la Institución Educativa Parroquial Santa Matilde Lima, 2018. 2018.
9. Díaz Tavera ZR. El apoyo social y estilos de vida promotores de salud en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional del Callao de julio a diciembre 2014 [Internet]. [citado 21 de mayo de 2020]. Disponible en:

- [http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/2074/Zoila\\_Tesis\\_Doctor\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/2074/Zoila_Tesis_Doctor_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. León Ramírez A. Relación entre el Estrés Académico Universitario y el Rendimiento Estudiantil en la Universidad, 2015. 2016.
  11. Unknown. El Cuidado: NOLA PENDER [Internet]. El Cuidado. 2012 [citado 25 de septiembre de 2020]. Disponible en:  
<http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
  12. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm Univ.* diciembre de 2011;8(4):16-23.
  13. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la salud: una antología. 1996.<sup>a</sup> ed. Washington, D.C., Estados Unidos de América; 404 p.
  14. Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf [Internet]. [citado 12 de julio de 2020]. Disponible en:  
<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>
  15. Ministerio de Salud Perú E. Documento Técnico Lineamientos de Política de Promoción de la Salud en el Perú [Internet]. Disponible en:  
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/normas-legales/189603-366-2017-minsa>
  16. Declaración de Yakarta sobre la Promoción de la Salud en el Siglo XXI [Internet]. [citado 21 de julio de 2020]. Disponible en:  
[https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/jakarta/en/hpr\\_jakarta\\_declaration\\_sp.pdf](https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/jakarta/en/hpr_jakarta_declaration_sp.pdf)
  17. Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud Promoción de la salud: hacia una mayor equidad Ciudad de México, 5-9 de junio de 2000 [Internet]. [citado 21 de julio de 2020]. Disponible en:  
[https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/mexico/en/hpr\\_mexico\\_report\\_sp.pdf?ua=1](https://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/mexico/en/hpr_mexico_report_sp.pdf?ua=1)
  18. Carta de Bangkok para la promoción de la salud en un mundo globalizado [Internet]. [citado 26 de julio de 2020]. Disponible en:  
[https://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/BCHP\\_es.pdf](https://www.who.int/healthpromotion/conferences/6gchp/BCHP_es.pdf)

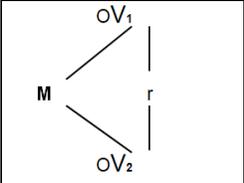
19. Organización Mundial de la Salud O. 7th Global Conference on Health Promotion Nairobi, Kenya, 26-30 October 2009. :9.
20. OMS | Conferencias Mundiales de Promoción de la Salud [Internet]. WHO. World Health Organization; [citado 12 de julio de 2020]. Disponible en: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/es/>
21. OMS | 9.ª Conferencia Mundial de Promoción de la Salud: acerca de la Conferencia [Internet]. WHO. World Health Organization; [citado 28 de julio de 2020]. Disponible en: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/9gchp/about/es/>
22. Osorio AG, Rosero MYT, Ladino AMM, Garcés CAV, Rodríguez SP. LA PROMOCIÓN DE LA SALUD COMO ESTRATEGIA PARA EL FOMENTO DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES. *Hacia Promoc Salud*. 2010;17.
23. García LAC. ESTILOS DE APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LOS CURSOS COMPENDIDOS DENTRO DE LA LÍNEA DE CONSTRUCCIÓN – DAC-FIC-UNI. :162.
24. Organización Mundial de la Salud. Constitución [Internet]. [citado 26 de septiembre de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/who-we-are/constitution>
25. Aguirre MV. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. 2011;5.
26. Estudiante - EcuRed [Internet]. [citado 27 de septiembre de 2020]. Disponible en: <https://www.ecured.cu/Estudiante>
27. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm Univ* [Internet]. 13 de abril de 2018 [citado 17 de julio de 2019];8(4). Disponible en: <http://revista-enfermeria.unam.mx:80/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/248>
28. Reyes Tejada YN. Relación entre el rendimiento académico y...Marco Teórico [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2020]. Disponible en: [https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes\\_t\\_y/cap2.htm](https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes_t_y/cap2.htm)

29. Walker SN, Sechrist KR, Pender NJ. The Health-Promoting Lifestyle Profile: Development and Psychometric Characteristics. Nurs Res. abril de 1987;36(2):76–81.
30. Mancilla SGF, Conde ELC. PERFIL DEL ESTILO DE VIDA DE LOS PROFESIONALES DE LA SALUD Y SERVIDORES ADMINISTRATIVOS DE LA SEDE CENTRAL DE LA GERENCIA REGIONAL DE SALUD DE AREQUIPA, 2018. :81.
31. Boletín Científico: UAEH [Internet]. [citado 2 de noviembre de 2020]. Disponible en: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n7/p4.html>
32. Álvarez CAM. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA Y CUALITATIVA Guía didáctica. :217.

# **ANEXOS**

## ANEXO A. MATRIZ DE CONSISTENCIA

### “CONDUCTAS PROMOTORAS DE SALUD Y EL NIVEL DE RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO “SAN PEDRO DE MALA”, 2020”

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN Y MUESTRA
<b>Problema general</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hipótesis general</b>			
¿Qué relación existe entre las Conductas Promotoras de Salud y el nivel de Rendimiento Académico de los estudiantes de Enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico público San Pedro de Mala en el año 2020?	Establecer la relación que existe entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería Técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público San Pedro de Mala en el año 2020.	Existiría relación entre las conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico “San Pedro de Mala 2020”	<b>VARIABLE 1</b> Conductas Promotoras de Salud.  <b>Dimensiones:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Nutrición</li> <li>✓ Actividad Física</li> <li>✓ Manejo del estrés</li> </ul>	<b>Tipo de Investigación:</b> Cuantitativa. Observacional Prospectivo Transversal Descriptivo-Analítico  <b>Nivel de Investigación:</b> Descriptivo-Relacional  <b>Diseño de la Investigación:</b> No experimental, relacional.  	La población estuvo conformada por <b>72</b> estudiantes del I, III y V ciclo de la carrera de Enfermería Técnica matriculados en el año académico 2020, en el Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala”.

Problemas específicos	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:		V2: Rendimiento Académico r: Relación de las Variables de estudio	
<p>a. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico San Pedro de Mala?</p> <p>b. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión actividad física y el nivel de rendimiento académico en enfermería técnica</p>	<p>a. Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro del Valle de Mala 2020".</p> <p>b. Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión actividad física y el nivel de rendimiento académico en enfermería técnica del Instituto de</p>	<p>a. Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión nutrición y el nivel de rendimiento académico en enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico "San Pedro de Mala 2020".</p> <p>b. Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión ejercicios y el nivel de rendimiento académico, en enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala" 2020.</p>	<p><b>VARIABLE 2</b> Rendimiento Académico</p> <p><b>Dimensiones: Nivel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Alto : Promedio mayor o igual que 13</li> <li>✓ Bajo: Promedio menor o igual que 12</li> </ul>	<p>Técnica de Recolección de datos :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta utilizando el Cuestionario <i>HEALTH-PROMOTING LIFESTYLE PROFILE II</i> versión en español. (PERFIL DE ESTILO DE VIDA PROMOTOR DE LA SALUD II.</li> <li>• Nómina de Notas de los estudiantes seleccionados utilizando el promedio de la primera unidad.</li> </ul>	<p>Se realizó el cálculo de la muestra con el uso de la formula con marco muestral de dicho cálculo se seleccionó el muestreo aleatorio estratificado.</p> <p>El tamaño de la muestra de los estudiantes a evaluar fueron <b>61</b>, se realizó un reajuste a la muestra siendo un total de 33 alumnos las cuales están distribuidos en tres ciclos de estudios</p> <p>I : 15</p> <p>III:9</p> <p>V: 9</p>

<p>del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala" 2020?</p> <p>c. ¿Qué relación existe entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala" 2020?</p>	<p>Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala 2020"</p> <p>c. Determinar la relación que existe entre conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala 2020"</p>	<p>c. Existiría relación entre las conductas promotoras de salud en su dimensión manejo de estrés y el nivel de rendimiento académico, en estudiantes de enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público "San Pedro de Mala" 2020.</p>			
---	---	---	--	--	--

## ANEXO B. CUESTIONARIO

### CUESTIONARIO DEL PERFIL DEL ESTILO DE VIDA (PEOR-I)

Edad   
estudio

Sexo

Ciclo de

Fecha:.....

#### Instrucciones

- a) Es el cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a tus hábitos personales y actuales.
- b) No hay respuestas correctas o incorrectas, solo es tu forma de vivir no dejes preguntas sin responder
- c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleja mejor tu forma de vivir.

1= Nunca	2= A veces	3= Frecuente	4= Rutinariamente
----------	------------	--------------	-------------------

N°	Pregunta	1	2	3	4
1	Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas	1	2	3	4
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud	1	2	3	4
3	Te quieres a ti mismo	1	2	3	4
4	Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana	1	2	3	4
5	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial)	1	2	3	4
6	Tomas tiempo cada día para el relajamiento	1	2	3	4

7	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre)	1	2	3	4
8	Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida	1	2	3	4

9	Crees que está creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas	1	2	3	4
10	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales	1	2	3	4
11	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida	1	2	3	4
12	Te sientes feliz y contento(a)	1	2	3	4

13	Realizas ejercicios vigoroso por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana	1	2	3	4
14	Comes tres comidas al día	1	2	3	4
15	Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud	1	2	3	4
16	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales	1	2	3	4
17	Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida	1	2	3	4
18	Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos	1	2	3	4

19	Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)	1	2	3	4
20	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud	1	2	3	4
21	Miras hacia el futuro	1	2	3	4
22	Participas en programas o actividades de ejercicios físicos bajo supervisión	1	2	3	4
23	Eres consciente de lo que te importa en la vida	1	2	3	4
24	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti	1	2	3	4

25	Mantienes relaciones interpersonales que te den satisfacción	1	2	3	4
26	Incluyes en tu dieta alimentos que contiene fibra( ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)	1	2	3	4
27	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación	1	2	3	4
28	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud	1	2	3	4
29	Respetas tus propios éxitos	1	2	3	4
30	Checas tu pulso durante el ejercicio físico	1	2	3	4

31	Pasas tiempo con amigos cercanos	1	2	3	4
32	Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado	1	2	3	4
33	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives	1	2	3	4
34	Ves cada día como interesante y desafiante	1	2	3	4
35	Plantas o escoges comidas que incluyen los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas , vitaminas)	1	2	3	4
36	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir	1	2	3	4

37	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida	1	2	3	4
38	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo	1	2	3	4
39	Expresas fácilmente interés amor y calor humano hacia otros	1	2	3	4
40	Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir	1	2	3	4
41	Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud	1	2	3	4
42	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos	1	2	3	4

43	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro.	1	2	3	4
44	Eres realista en las metas que te propones	1	2	3	4
45	Usas métodos específicos para controlar la tensión(nervios)	1	2	3	4
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal	1	2	3	4
47	Te gusta mostrar y que muestren afecto con palmadas , abrazos y caricias por personas que te importan (papás, familiares, profesionales y amigos)	1	2	3	4
48	Crees que tu vida tiene un propósito.	1	2	3	4

N°	Subescalas	N° variables	Reactivos
1	Nutrición	6	1,6,14,19,26,35
2	Ejercicios	5	4,13,22,30,38
3	Responsabilidad en salud	10	2,7,15,20,28,32,33,42,43,46
4	Manejo del Estrés	7	6,11,27,36,40,41,45
5	Soporte interpersonal	7	10,18,24,25,31,39,47
6	Autoactualización	13	3,8,9,12,16,17,21,23,29,34,37,44,48

#### **Puntuación General del cuestionario**

0 – 23	No saludable
24 - 47	Medianamente saludable
48 – 72	Saludable

<b>Nutrición</b>	
0 - 6	No saludable
7 – 15	Mediamente saludable
16 – 24	Saludable

<b>Ejercicios</b>	
0 - 5	No saludable
6 - 12	Mediamente saludable
13 - 20	Saludable

<b>Manejo del estrés</b>	
0 - 7	No saludable
8 – 20	Medianamente saludable
21 – 28	Saludable

## **ANEXO C. CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **Estimados Alumnos:**

Nos dirigimos a ustedes para hacer de su conocimiento que se está realizando un estudio de investigación al cual se le invita a participar. Contamos con la aprobación de la dirección del IESTP “San Pedro del Valle de Mala” y estará ejecutado por las Licenciadas Jacqueline Virginia Collantes Salas y Evelyn Sarela Mitma Belleza.

Nuestra intención es tan solo que usted reciba la información clara y veraz para que ustedes puedan decidir su participación en el presente estudio.

Le solicitamos que lea detenidamente esta hoja informativa con atención y nosotras le aclararemos las dudas que le puedan surgir.

### **Propósito:**

Este estudio pretende evaluar las conductas promotoras de salud de los estudiantes de Enfermería.

### **Participación voluntaria:**

La participación en el presente estudio de investigación es de manera VOLUNTARIA.

### **Riesgo del estudio:**

Este estudio no presenta ningún riesgo para usted.

### **Beneficio del estudio**

La participación de usted contribuirá con el mejoramiento de las actividades académicas.

### **Costo de la participación:**

La participación de usted en el estudio no representa ningún costo.

### **Confidencialidad**

Toda la información obtenida en el estudio es confidencial y se respetará la privacidad de la información recolectada.

### **Requisitos de participación.**

Alumnos de Enfermería Técnica de todos los ciclos. Al aceptar participar del estudio deberá firmar este documento llamado “consentimiento informado”. Si usted quiere retirarse del estudio, puede hacerlo con libertad.

## ANEXO D. DECLARACIÓN VOLUNTARIA

Yo.....he sido informado(a) del objetivo de la investigación, conozco el riesgo y la confidencialidad de la información obtenida en el estudio. Entiendo que mi participación es gratuita. Estoy enterado(a) de la forma como se realizara el estudio y que puedo retirarme en cuanto lo desee, sin que esto represente que tenga que pagar o recibir alguna represalia por parte de las investigadoras.

Por lo anterior expuesto acepto participar del: **Estudio del conductas promotoras de salud y el nivel de rendimiento académico en estudiantes de Enfermería técnica del Instituto de Educación Superior Tecnológico Público “San Pedro de Mala” 2020.**

**Nombre del participante:**.....

Edad.....Teléfono:.....  
.....

Dirección.....  
.....

Fecha.....  
.....

Firma.....  
.....

## ANEXO E. SOLICITUD DE PERMISO

### INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICO PÚBLICO “SAN PEDRO DEL VALLE DE MALA”

Mala 17 de julio del 2020  
Dr. Jorge Quispe Valeriano  
Director del IESTP “San Pedro del Valle de Mala”

Presente:

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo; el presente documento tiene la finalidad de informarle que estamos realizando una investigación , para poder lograr el grado académico de Magister; por lo cual solicitamos su consentimiento para la aplicación de los instrumentos siendo mi población los estudiantes del programa de estudio de Enfermería Técnica del I,III y V ciclo de estudio; coordinando con los profesores de la unidad académica correspondiente y lograr realizar este proceso de nuestra investigación.

Muy agradecidos

Atentamente

.....  
.....

Jacqueline Virginia Collantes Salas  
Belleza

Tesista

Evelyn Sarela Mitma

Tesista

## ANEXO F: CUADRO DE TABULACIÓN

Variable 1 (6).sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 32 de 32 variables

	Ficha	D1	D2	D3	N1	N5	N14	N19	N26	N35	AF4	AF13	AF22	AF30	AF38
1	1	17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	2	26	2	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2
3	3	18	2	1	3	2	1	1	2	3	3	2	1	3	2
4	4	26	2	1	4	3	1	1	3	3	3	3	2	3	3
5	5	30	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	1	1	3
6	6	22	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	7	19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
8	8	31	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2
9	9	18	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	3	1
10	10	18	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1
11	11	42	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2
12	12	37	2	1	2	2	1	2	1	3	2	1	2	2	2
13	13	22	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1
14	14	17	2	1	3	1	3	3	3	2	3	1	1	3	3
15	15	20	2	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1
16	16	18	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2
17	17	19	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1
18	18	21	1	2	4	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1
19	19	18	2	2	4	3	1	1	3	3	1	1	1	3	2
20	20	21	2	2	1	2	3	1	1	1	1	2	2	2	1
21	21	19	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1
22	22	21	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1
23	23	32	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

10:17 29/09/2020

Variable 1 (6).sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 32 de 32 variables

	Ficha	D1	D2	D3	N1	N5	N14	N19	N26	N35	AF4	AF13	AF22	AF30	AF38
23	23	32	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2
24	24	18	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2
25	25	20	2	3	1	2	3	3	1	1	2	2	2	2	1
26	26	20	2	3	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	2
27	27	20	2	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2
28	28	18	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1
29	29	19	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2
30	30	19	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	1
31	31	23	2	3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1
32	32	19	2	3	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1
33	33	20	1	3	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1
34															
35															
36															
37															
38															
39															
40															
41															
42															
43															
44															
45															

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

10:25 29/09/2020