

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN - TARAPOTO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES
ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A
LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERÍA Y
OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T.
FEBRERO A JULIO 2018”**

Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería

AUTORES:

Bach. Rosa Amelia Deza Vela

Bach. Fabiola Córdova Macedo

ASESOR:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto- Perú

2018



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución- NoComercial-Compartirigual 2.5 Perú](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/).

Vea una copia de esta licencia en

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN - TARAPOTO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



"ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES
ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A
LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERÍA Y
OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T.
FEBRERO A JULIO 2018".

Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería

AUTORES:

Bach. Rosa Amelia Deza Vela

Bach. Fabiola Córdova Macedo

ASESOR:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto- Perú

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN- TARAPOTO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018”.

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Bach. Rosa Amelia Deza Vela

Bach. Fabiola Córdova Macedo

ASESOR:

Lic. Enf. Dra. Luisa Condori

Tarapoto- Perú

2018

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN- TARAPOTO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018”.

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Bach. Rosa Amelia Deza Vela

Bach. Fabiola Córdova Macedo

Sustentada y aprobada el día 16 de noviembre del 2018, ante el honorable jurado:

.....
Obsta. Dra. Rosa Ríos López
Presidente

.....
Lic. Mg. Lucy Amelia Villena Campos
Miembro

.....
Lic. Mg. Nerida Idelsa Gonzalez Gonzalez
Miembro

Declaratoria de Autenticidad

Bach. Rosa Amelia Deza Vela, con DNI N° 7313580, **Fabiola Córdova Macedo**, con DNI N° 73381957, egresadas de la Facultad de Ciencias de la Salud; Escuela profesional de Enfermería, de la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, con la Tesis titulada: **“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018”.**

Declaramos bajo juramento que:

1. La tesis presentada es de mi autoría.
2. Respete las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido auto plagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De considerar que el trabajo cuenta con una falta grave, como el hecho de contar con datos fraudulentos, demostrar indicios y plagio (al no citar la información con sus autores), plagio (al presentar información de otros trabajos como propios), falsificación (al presentar la información e ideas de otras personas de forma falsa), entre otros, asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto.

Tarapoto 16 de noviembre del 2018.



Rosa Amelia Deza Vela
DNI N° 73135807



Fabiola Córdova Macedo
DNI N° 73381957



CONSTANCIA DE ASESORAMIENTO

LA QUE SUSCRIBE EL PRESENTE DOCUMENTO, HACE CONSTAR:

Que he revisado y bajo mi asesoramiento, las señoritas Bachilleres en enfermería:
Rosa Amelia Deza Vela y Fabiola Córdova Macedo, han realizado el proyecto de investigación titulado: **“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018”**.

Para constancia, firmo en la Ciudad de Tarapoto.

Tarapoto, 16 de noviembre del 2018.



Lig. Enf. Dra. Luisa Condori

Asesora

Formato de autorización NO EXCLUSIVA para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis.

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres:	Deza Vela Rosa Amelia		
Código de alumno :	73135807	Teléfono:	944644944
Correo electrónico :	rosaura_farwey@hotmail.com	DNI:	73135807

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de:	Ciencias de la salud
Escuela Profesional de:	Enfermería

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	(X)	Trabajo de investigación	()
Trabajo de suficiencia profesional	()		

4. Datos del Trabajo de investigación

Título:	Estudio Comparativo de los factores socioculturales asociados a estilos de vida en estudiantes postulantes a las carreras profesionales de Medicina, Enfermería y Obstetricia del centro de intervención de la UNSTM febrero a julio 2018
Año de publicación:	2018

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	(X)	Embargo	()
Acceso restringido **	()		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, una licencia No Exclusiva, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

--

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.


7. Otorgamiento de una licencia *CREATIVE COMMONS*

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".



.....
Firma del Autor

8. Para ser llenado en la Oficina de Repositorio Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso Abierto de la UNSM - T.

Fecha de recepción del documento:

28 / 11 / 2018




.....
Firma del Responsable de Repositorio
Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso
Abierto de la UNSM - T.

***Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

Formato de autorización **NO EXCLUSIVA** para la publicación de trabajos de investigación, conducentes a optar grados académicos y títulos profesionales en el Repositorio Digital de Tesis.

1. Datos del autor:

Apellidos y nombres:	Córdova Macedo Fabiola		
Código de alumno :	73381957	Teléfono:	951639602
Correo electrónico :	fabiolita_15oz@hotmail.com		DNI: 73381957

(En caso haya más autores, llenar un formulario por autor)

2. Datos Académicos

Facultad de:	Ciencias de la Salud -
Escuela Profesional de:	Enfermería

3. Tipo de trabajo de investigación

Tesis	<input checked="" type="checkbox"/>	Trabajo de investigación	<input type="checkbox"/>
Trabajo de suficiencia profesional	<input type="checkbox"/>		

4. Datos del Trabajo de investigación

Título:	ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO-PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM - T FEBRERO A JULIO 2018.
Año de publicación:	2018

5. Tipo de Acceso al documento

Acceso público *	<input checked="" type="checkbox"/>	Embargo	<input type="checkbox"/>
Acceso restringido **	<input type="checkbox"/>		

Si el autor elige el tipo de acceso abierto o público, otorga a la Universidad Nacional de San Martín – Tarapoto, una licencia **No Exclusiva**, para publicar, conservar y sin modificar su contenido, pueda convertirla a cualquier formato de fichero, medio o soporte, siempre con fines de seguridad, preservación y difusión en el Repositorio de Tesis Digital. Respetando siempre los Derechos de Autor y Propiedad Intelectual de acuerdo y en el Marco de la Ley 822.

En caso que el autor elija la segunda opción, es necesario y obligatorio que indique el sustento correspondiente:

--

6. Originalidad del archivo digital.

Por el presente dejo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, como parte del proceso conducente a obtener el título profesional o grado académico, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado.

7. Otorgamiento de una licencia *CREATIVE COMMONS*

Para investigaciones que son de acceso abierto se les otorgó una licencia *Creative Commons*, con la finalidad de que cualquier usuario pueda acceder a la obra, bajo los términos que dicha licencia implica

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/pe/>

El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad Nacional de San Martín - Tarapoto, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Digital de Tesis, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.

Según el inciso 12.2, del artículo 12° del Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos profesionales - RENATI "Las universidades, instituciones y escuelas de educación superior tienen como obligación registrar todos los trabajos de investigación y proyectos, incluyendo los metadatos en sus repositorios institucionales precisando si son de acceso abierto o restringido, los cuales serán posteriormente recolectados por el Repositorio Digital RENATI, a través del Repositorio ALICIA".



Firma del Autor

8. Para ser llenado en la Oficina de Repositorio Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso Abierto de la UNSM – T.

Fecha de recepción del documento:

28 / 11 / 2018



Firma del Responsable de Repositorio Digital de Ciencia y Tecnología de Acceso Abierto de la UNSM – T.

***Acceso abierto:** uso lícito que confiere un titular de derechos de propiedad intelectual a cualquier persona, para que pueda acceder de manera inmediata y gratuita a una obra, datos procesados o estadísticas de monitoreo, sin necesidad de registro, suscripción, ni pago, estando autorizada a leerla, descargarla, reproducirla, distribuirla, imprimirla, buscarla y enlazar textos completos (Reglamento de la Ley No 30035).

** **Acceso restringido:** el documento no se visualizará en el Repositorio.

DEDICATORIA

A mis padres, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, porque en gran parte gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, ya que siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y porque el orgullo que sienten por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final. Va por ustedes, por lo que valen, porque admiro su fortaleza y por lo que han hecho de mí. A mis hermanos, tíos, primos, abuelos y amigos.

Gracias por haber fomentado en mí el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida. Mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su comprensión y sus consejos en los momentos difíciles.

A todos, espero no defraudarlos y contar siempre con su valioso apoyo, sincero e incondicional

Rosa Amelia.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación a Dios y a mis padres María Elena y Artemio.

A Dios por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional, cuidándome y dándome fortaleza para continuar.

A mi madre, por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional orientándome y formándome con grandes valores importantes que me sirvieron durante mi vida.

A mi padre que está en cielo, marco mucho durante toda mi vida y que donde te encuentre siempre estaré orgullosa de tus enseñanzas. Cada uno de ustedes depositaron su entera confianza en cada reto que se me presentaba sin dudar ni un solo momento en mi inteligencia y capacidad. Es por ello que soy lo que soy ahora. Los amo mucho mis queridos padres.

Fabiola.

AGRADECIMIENTO

Mi sincero y profundo agradecimiento a nuestros queridos padres por estar a lo largo de toda nuestra vida quienes nos han apoyado y motivado en nuestra formación académica, creyeron en todo momento y no dudaron de nuestras habilidades, No tengo palabras para agradecerles las incontables veces que nos brindaron su apoyo en todas las decisiones que hemos tomado a lo largo de nuestra vida.

Un agradecimiento muy especial a mi asesora Lic. Luisa Condori a quien nos orientó en todo este proceso de investigación, brindando de manera incondicional todas sus enseñanzas para poder culminar el presente trabajo de investigación.

Finalmente, un eterno agradecimiento a nuestra prestigiosa Universidad Nacional de San Martín la cual nos abrió nuevas oportunidades de enseñanza preparándonos para un futuro competitivo y formándonos como personas del bien

Las autoras.

ÍNDICE

	Pág.
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	viii
ÍNDICE.....	ix
RESUMEN.....	x
ABSTRACT.....	xi
TITULO.....	1
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1. Marco Conceptual.....	1
1.2. Antecedentes.....	3
1.3. Bases Teóricas.....	6
1.4. Justificación.....	16
1.5. Problema.....	17
II. OBJETIVOS.....	17
2.1. Objetivo General.....	17
2.2. Objetivo Específicos.....	17
2.3. Hipótesis de investigación.....	17
2.4. Sistema de variable.....	18
III. MATERIALES Y MÉTODOS.....	21
IV. RESULTADOS.....	26
V. DISCUSIÓN.....	31
VI. CONCLUSIONES.....	36
VII. RECOMENDACIONES.....	37
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38
IX. ANEXOS.....	44

INDICE DE TABLA

Tabla	Título	Pág.
1	Factores sociales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018	26
2	Factores culturales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.	27
3	Estilos de vida de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.	28
4	Factores sociales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.	29
5	Factores culturales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.	30

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo: Determinar los factores socioculturales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018, el estudio fue de nivel no experimental, cuantitativo, descriptivo correlacional de corte transversal; la muestra estuvo constituido por 153 estudiantes: Medicina humana, 51 estudiantes, Enfermería 51 estudiantes y 51 estudiantes de Obstetricia, aplicándose una encuesta y como instrumento cuestionario.

En los resultados obtenidos dentro de los factores sociales, se puede evidenciar que el 51,6% de los estudiantes del centro preuniversitario postulantes a las carreras de Medicina, enfermería y obstetricia oscilan entre 16 a 22 años, el 60,1% son del sexo femenino, el 87,6% son de estado civil soltero, el 87,6% estudiante y el 91,5% cursan el 1 y 2 año de estudios. El 68% proceden de la ciudad de Tarapoto y el 81,7% tienen un ingreso económico entre 600 a 1,000 nuevos soles. Entre los factores culturales el 85,6% tienen un predominio de religión católica, el 98% hablan castellano, el 95,4% tienen interferencia de la cultura en sus estilos de vida y el 98% de los estudiantes que tienen creencias distintas no llevan buenos estilos de vida. En los estilos de vida; el 98,7% son no saludables y el 1,3% son saludables, según resultados del estudio, evidenciándose que los hábitos alimenticios no saludables tienen mayor predominancia (50.0%) en los estudiantes de la Carrera Profesional de Medicina Humana del Centro Pre Universitario de la UNSM-T; mientras que en los estudiantes de enfermería la actividad y ejercicios no son saludables (35.5%); Así mismo en los estudiantes de Obstetricia el 38.7% sus hábitos alimenticios no son saludables.

Conclusiones: para los factores sociales asociados a los estilos de vida; se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado con un nivel de significancia al 95%, Así mismo; para determinar la asociación entre los factores culturales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$. En los factores culturales asociados a estilos de vida; se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia al 95%, para determinar la relación que existe entre los factores culturales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$.

Palabras clave: Factor, social, cultural, estilos de vida, hábitos alimenticios.

ABSTRACT

The objective of this research work was to: Determine the sociocultural factors associated with lifestyles in students of the Pre-university center who applied for careers in Medicine, Nursing and Obstetrics in the period from February to July 2018, the study was not experimental, quantitative, cross-sectional descriptive correlation; the sample consisted of 153 students: human medicine, 51 students, nursing 51 students and 51 obstetrics students, applying a survey and as a questionnaire instrument.

In the results obtained within the social factors, it can be shown that 51.6% of the students of the pre-university center applying for careers in Medicine, nursing and obstetrics range from 16 to 22 years, 60.1% are of sex female, 87.6% are single marital status, 87.6% student and 91.5% are in the 1st and 2nd year of studies. 68% come from the city of Tarapoto and 81.7% have an economic income between S/ 600 to S/ 1,000 Soles. Among cultural factors, 85.6% have a predominance of Catholic religion, 98% speak Spanish, 95.4% have culture interference in their lifestyles and 98% of students who have different beliefs do not carry good lifestyles. In lifestyles; 98.7% are unhealthy and 1.3% are healthy, according to the results of the study, evidencing that unhealthy eating habits have a greater predominance (50.0%) in the students of the Professional Career of Human Medicine of the Pre University Center of the UNSM-T; while in the nursing students the activity and exercises are not healthy (35.5%); Likewise, in Obstetrics students, 38.7% of their eating habits are not healthy.

Conclusions: In the social factors associated with lifestyles; the non-parametric chi-square test was applied, with a 95% level of significance, to determine the relationship between the social factors and the lifestyle of the students of the pre-university center, and it was identified that none were significantly related with this variable $p > 0.05$. In the cultural factors associated with lifestyles; the non-parametric chi-square test was applied, with a 95% level of significance, to determine the relationship between the cultural factors and the lifestyle of the students of the pre-university center and it was identified that none is significantly related with this variable $p > 0.05$.

Keywords: Factor, social, cultural, lifestyles, eating habits.



TÍTULO:

ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018.

I. INTRODUCCIÓN

1.1. Marco Conceptual

A nivel mundial, la población juvenil está creciendo en términos tanto absolutos como relativos. Más de la mitad de la población tiene menos de 25 años de edad y aquellos entre 10 y 24 años constituyen 1.600 millones (28%) y el 85% de ellos habita en los países del tercer mundo (1).

En el caso de Perú, según el censo del 2016, “el 45.9% de la población total tiene entre 14 y 29 años” (2).

Esta población joven, durante los últimos años ha venido presentando cambios negativos, ya que la vida moderna trajo consigo el desequilibrio de varios factores determinantes para la salud y la calidad de vida del individuo, como el sedentarismo, la descomposición del medio familiar y social, inestabilidad afectiva y emocional, deterioro del ambiente urbano, agresividad y violencia, dados por el avance de la globalización, exponiendo a la población a cambios en las condiciones socioculturales y en el “Estilo de Vida” (3).

Además, dichos factores son responsables del rápido incremento de las enfermedades no transmisibles como las trombo-embolias, enfermedades coronarias, la diabetes tipo 2 y algunos cánceres, que favorecen el aumento sustancial de factores de riesgo, mayor demanda de los servicios de salud y mortalidad (4).

Por tanto, intervenir en el estilo de vida se convierte en una de las acciones más eficaces para la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud. Entiéndase al estilo de vida como actitudes o conductas individuales o colectivas, influenciadas por costumbres, hábitos y valores existentes en un determinado momento y contexto, que son aprendidos y por lo tanto modificables, durante el curso de la vida. Estas conductas pueden constituirse en dimensiones de riesgo o de seguridad dependiendo de su naturaleza (5).

Tal es así que el estilo de vida puede ser saludable cuando se propicia la adquisición y mantenimiento de conductas que mejoran la calidad de vida o puede ser no saludable cuando se alude a conductas activas o pasivas que suponen una amenaza para el bienestar físico y psíquico y generan consecuencias negativas para la salud y el sano desarrollo de la persona (6).

Dado entonces que el estilo de vida de una persona está determinado por las condiciones en las que vive, es importante indagar sobre las conductas de riesgo y de protección que los diferentes grupos sociales inducen en las personas. Estas pueden verse afectadas por factores como la edad, particularmente por la etapa específica del ciclo vital en la cual se encuentre (adolescencia, juventud, adultez), los aspectos culturales, el nivel socioeconómico, el género e incluso factores emocionales y cognitivos.

Según Pinn los comportamientos saludables varían de acuerdo al sexo de las personas. Por ejemplo, las mujeres tienen una incidencia de 2 a 3 veces mayor de sufrir el síndrome del intestino irritable y tiene unas 9 veces más de contraer enfermedades hepáticas. Al avanzar la edad tienden a presentar más reacciones adversas a los medicamentos que los varones de la misma edad y una mayor prevalencia de sufrir incontinencia urinaria. Pero no sólo el género es un factor determinante y distinto en las actitudes y comportamientos de la salud, también cobran importancia aspectos como la edad, el nivel socioeconómico, las experiencias pasadas, la susceptibilidad y los beneficios percibidos por cada persona (7).

Considerando que la adolescencia y juventud son etapas decisivas en la adquisición y consolidación del estilo de vida, es prioritario estimular patrones maduros de comportamiento y el desarrollo de una identidad personal y social claramente definida. A través de las redes de apoyo familiar, de las instituciones educativas y universidades (8).

Las instituciones formadoras como es el caso del centro pre universitario, es una institución social y, como tal, expresa de manera determinada la estructura y el modo de funcionamiento de la sociedad. Tanto es así, que los estudiantes no solo están inmersos en los cambios de la tecnología, de la información, y en la creación del conocimiento, sino en cambios sociales como adicciones, violencia social, enfermedades no transmisibles y conductas alimentarias de riesgo, debido a la escasa actividad física y mala calidad en la dieta influenciados por el desempeño, la exigencia académica, y los horarios de clases que puede llevar a la intensificación de riesgos para la salud.

1.2. Antecedentes

Solano A. (2015), realizó un estudio sobre: “Entornos socioculturales y estilos de vida en relación con la obesidad infantil y adolescente Zacatecas-México”, estudio prospectivo transversal, con diseño cuantitativo, descriptivo, la población fue de 703 escolares y la muestra fue de 479 escolares, la técnica fue un cuestionario. Los resultados: el 45.5% de los escolares realizan actividad física moderada, Los mexicanos concentran su gasto energético en actividad física en un 10.9%, actividad física moderada en un 46.0%, y actividad física baja en un 42.4%, las chicas prestan mejor actividad física en comparación de los chicos en un 63.2%, el 31.9% se encuentran en los niveles de normopeso porque realizan actividad física moderada, y el 7.7% presentan niveles de obesidad, Conclusiones: la actividad física de los escolares es baja con tendencia a moderado, siendo las chicas más activas que los chicos, influenciando el grado de práctica física por la edad, la clase social, y el capital social (9).

Rodríguez F, Palma X, Romo A. (2013), realizaron un estudio sobre: “Hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en estudiantes universitarios de Chile”, estudio cualitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 799 voluntarios de cuatro universidades de la quinta región de Chile, la técnica utilizada fue un test kidmed para determinar la adherencia a la dieta mediterránea y un instrumento Adimark para determinar el nivel socioeconómico de los sujetos. Resultados: los estudiantes realizan actividad física solo 1 o 2 veces por semana, a excepción de los alumnos de la Universidad de Valparaíso, quienes preferentemente realizan 3 o más veces por semana actividad física, siendo los más activos los del grupo masculino, el 52% de las estudiantes de la PUCV responden que realizan actividad física solo 1 a 3 veces por mes, siendo las más inactivas

físicamente, en comparación a las otras universidades, el total de los sujetos evaluados donde mayoritariamente consumen al menos tres comidas importantes al día (desayuno, almuerzo y once), el análisis del test Kidmed, muestra que en las 4 Universidades la Adherencia a la Dieta Mediterránea esta categorizada como media adherencia, en segundo lugar baja adherencia y en tercer lugar una adherencia alta. Conclusión: los antecedentes mostrados, nos hacen considerar que la falta de conocimientos nutricionales, induce a la pobre lectura del etiquetado nutricional y a una mala elección de los alimentos de merienda, lo que se comprueba con la regular a baja autoevaluación de los conocimientos y hábitos alimentarios. Los universitarios son una población clave para realizar actividades de promoción y prevención de salud, por lo que resulta necesario crear mayores instancias de educación para la mejora de calidad de vida y formar hábitos concretos a la hora de llevar una buena alimentación y realizar actividad física (10).

García D, García G, Tapicero Y, Ramos D. (2012), realizaron un estudio sobre: “Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios-Bogotá Colombia”, estudio cualitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 47 jóvenes universitarios, el instrumento fue la encuesta. Resultados: La buena interacción de estos cuatro determinantes es fundamental para la adopción de hábitos saludables en la población universitaria, en la que se evidencia el mayor cambio comportamental hacia conductas nocivas para la salud, que pueden generar enfermedades crónicas no transmisibles, las cuales son el reto más importante en salud pública para afrontar en el siglo XXI. Conclusiones: Los jóvenes universitarios se encuentran expuestos a una serie de factores que los predisponen a adoptar conductas nocivas para la salud y aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles. Por esto es necesario crear conciencia e implementar estrategias que promuevan el cambio hacia estilos de vida saludables, permitiendo mitigar efectos e impactando en la calidad de vida de cada uno de los individuos (11).

Bennasar M. (2012), realizo un estudio sobre: “Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la universidad como entorno promotor de la salud –España”, estudio de validación (análisis factorial y prueba de validez), la muestra fue de 62 estudiantes, la técnica de recolección de datos fue un cuestionario. Resultados: el 67.8% son de sexo femenino, el 81,4% de los estudiantes se sienten estresados, el 65.8% realizan ejercicio físico, el 9,9% de la población tiene buena adherencia a una alimentación saludable según los criterios para

población española, la media de cigarrillos fumados al día era de 7,1 (8,4 cig./día en el caso de los hombres y 6,6 cig./día en las mujeres). Concluyendo: No se observan diferencias significativas entre la clase social y los estilos de vida, contrariamente a lo que suele ocurrir en las encuestas de salud o estudios que se basan en población general, debido a que los estudiantes universitarios no son una muestra representativa de la población, La prevalencia del consumo de drogas es similar al de la población general. Excepto en el caso del tabaco, en el que se confirma una importante tendencia progresiva en la disminución de dicho hábito durante la última década entre los estudiantes universitarios (12).

Torres K. (2013), realizó un estudio sobre: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven del A.H. Villa España – Chimbote”, estudio cuantitativo, de corte transversal; con diseño descriptivo correlacional, La muestra fue 334 personas adultas jóvenes, el instrumento fue un cuestionario. Los resultados: el 15,6% (52) tienen un estilo de vida saludable y un 84,4% (282) no saludable, el 60,8% (203) son del sexo femenino. Con respecto a los factores culturales el 46,4% (155) de las personas adultas tienen superior incompleto; en cuanto a la religión el mayor porcentaje 81,1% (271) son católicos. En lo referente a los factores sociales en el 62% (207) su estado civil es unión libre, el 30,5% (102) son amas de casa y un 50% (167) tienen un ingreso económico mayor a 1000 nuevos soles. Conclusiones: No existe relación estadísticamente significativa entre el sexo, religión, factores biosocioculturales, ingreso económico y el estilo de vida al aplicar la prueba estadística de Chi cuadrado (13).

Aguado E, Ramos D. (2013). realizaron un estudio sobre: “Factores sociodemográficos y estilos de vida en estudiantes de la escuela de Enfermería Padre Luis Tezza Lima -Perú”, estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 166 estudiantes, la técnica de recolección de datos fue un cuestionario de 47 ítems. Resultados: el 60% de estudiantes tienen 20 a 29 años de edad, el 93% son de sexo femenino, el 91% son solteras, el 87% no tienen carga familiar (sin hijos), el 77% se dedican exclusivamente al estudio, el 23% estudian y trabajan, el 55% tienen estilos de vida no saludables. Conclusiones: Los estudiantes de enfermería de la Universidad Padre Luís Tezza, tienen estilos de vida no saludables (14).

Ponte V. (2010). realizó un estudio sobre: “Estilo de vida de los estudiantes de enfermería, según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos”, estudio

cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 129 estudiantes de Enfermería, se empleó el cuestionario estandarizado sobre estilo de vida como instrumento, con 46 enunciados. Resultados: el 60% (77) de los estudiantes tiene un estilo de vida saludable; en la dimensión salud con responsabilidad con 76.7% (99) y actividad física con 82.9 % (107) predomina un estilo de vida no saludable; en la dimensión gestión de tensiones predomina en segundo con 59% (17), tercero con 57% (13) y quinto año con 52% (12) un estilo de vida no saludable, mientras que los estudiantes de primero con 67% (18) y cuarto 52% (14) tienen un estilo de vida saludable; en la dimensión nutrición saludable los estudiantes de primero, segundo, cuarto y quinto año tienen un estilo de vida saludable, y los estudiantes de tercer año con 65.2% (15) tienen un estilo de vida no saludable; en la dimensión crecimiento espiritual con 86.8% (112) y relaciones interpersonales 75.2% (97) predomina el estilo de vida saludable en los cinco años de estudio. Conclusión: los estudiantes de Enfermería tienen un estilo de vida saludable; según dimensiones: predomina en lo saludable; nutrición saludable, crecimiento espiritual y relaciones interpersonales. Y en lo no saludables; actividad física y salud con responsabilidad en los cinco años de estudio; a diferencia de la dimensión gestión de tensiones donde practican lo no saludable sólo los estudiantes de segundo, tercero y quinto año. Son áreas críticas del cuestionario: practicar técnicas de relajación por 20 minutos diariamente; no seguir un programa de ejercicios planificado en el cuarto y quinto año de estudio respectivamente (15).

1.3. Bases Teóricas

Factores sociales

Se refiere a las actividades, deseos, expectativas, grados de inteligencia y educación de las personas de una determinada sociedad (40)

Los factores sociales están constituidos por las interacciones que se dan entre las personas en las distintas áreas de manifestación social. Estos factores, también afectan la salud de las personas; están comprendidas por el nivel sociocultural, la ocupación, el estado civil, la procedencia y el tipo de familia del que procede el individuo.

Por ejemplo ¿Cómo influyen los factores sociales en la elección de alimentos de cada individuo? Cuando se hace referencia al efecto de los factores sociales en el consumo de alimentos, se está designando la influencia que una o varias personas ejercen en el

comportamiento alimentario de otras personas, ya sea directa o indirectamente y consciente o inconscientemente. Incluso cuando una persona come sola, la elección de los alimentos que consume está influida por factores sociales, ya que las actitudes y los hábitos se desarrollan a través de la interacción con otras personas. Las investigaciones en la materia han demostrado que comemos más cuando estamos con amigos o familiares que cuando comemos solos y que la cantidad de alimento consumida aumenta proporcionalmente al número de comensales (16).

a. Edad: es el tiempo de existencia transcurrido desde el nacimiento de un individuo, a su vez se define como cada uno de los periodos en que se considera dividida la vida humana. Este es uno de los factores de mayor importancia en la aparición de enfermedades, pues las cambiantes influencias biológicas, o de comportamiento, modifican los tipos de enfermedad a los cuales están expuestas las personas. Por ello, algunas suelen presentarse exclusivamente en un grupo etáreo en particular, otras ocurren a lo largo de un mayor periodo, pero todas tienen la tendencia de prevalecer en cierto grupo de edad. Esta relación entre edad y enfermedad puede estudiarse mediante las tasas específicas por edad, que sirven para medir el riesgo de enfermedad en cada grupo, identificar las enfermedades prevalentes y la progresión por edad de una enfermedad (14).

Ahora, es necesario saber cómo debe ser la alimentación y nutrición de las personas según la edad, ya que éstas tienen variaciones a lo largo de la vida. Los niños, por ejemplo, deben su buena nutrición a unos hábitos adecuados alimentarios, para así también poder prevenir ciertas patologías a corto y largo plazo, entre las cuales podríamos encontrar desnutrición, diabetes, hipertensión, anemia, obesidad, entre muchas otras. Debemos recordar también que el dicho "eres lo que comes" es muy cierto, así que debemos inculcar a nuestros hijos desde muy pequeños muy buenos hábitos alimentarios y de vida.

Las necesidades nutritivas en la adolescencia vienen marcadas por los procesos de maduración sexual, aumento de la talla y el peso. Estos procesos requieren una cantidad elevada de energía y nutrientes provenientes de los alimentos que se consumen en la dieta. El adolescente, durante esta etapa, gana aproximadamente el 20% de la talla y el 50% del peso que va a tener como adulto.

Los requerimientos nutricionales de los adultos sanos pueden considerarse los mismos en un rango de edad entre los 19 a los 60 años (en promedio). En esta etapa de la vida la alimentación es enfocada principalmente a mantener una correcta función de nuestro organismo y a prevenir la aparición de enfermedades que pueden surgir por una deficiente o excesiva ingesta de alimentos y/o nutrientes. Las principales enfermedades serían de tipo cardiovascular, obesidad, osteoporosis, diabetes, entre otras (17).

b. Sexo: en la actualidad de los estudiantes universitarios el tema de la alimentación varía en cada mujer u hombre dependiendo de factores sociales, económicos etc, pero en lo general se ve que en la población masculina es problema con la mala alimentación es mayor que la población femenina y este problema se ve en casi todo el país y por lo general se ve este tipo de resultados en zonas alejadas del centro de las ciudades sumado a ello otro factor ya mencionado que es el factor social y económico y también se ven variaciones de géneros no solo en el marco general como hablar de universidades sino en un sentido más estricto como tenemos las carreras universitarias y la proporción en la alimentación entre los hombre y mujeres, con respecto a esta investigación estas variaciones y proporciones estarán dentro del marco de las carreras de enfermería e ingeniería de sistemas así se tendrá un resultado más específico teniendo en cuenta el marco o el contexto de estas carreras teniendo en cuenta la zona en la que encuentran (18).

c. Estado civil: es la situación de las personas determinada por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Aunque las condiciones del estado civil de una persona pueden variar de un estado a otro, la clasificación de estados civiles más habitual es la siguientes: soltero/a, casado/a, divorciado/a, viudo/a, conviviente, separado/a, otro

Esta variable es muy utilizada en diversos estudios, a menudo se encuentra relacionada con la mortalidad y la morbilidad. La tasa general de mortalidad en hombre y mujeres es más alta entre divorciados, viudos y solteros, en comparación con los que se encuentran casados que es mucho más baja. Por otro lado, la mayoría de las enfermedades tienen mayor incidencia en mujeres y hombres solteros en tanto que en los casados es menor. Esto se aplica a la mayoría de los cánceres, enfermedades cardiovasculares, tuberculosis, suicidios y enfermedades venéreas, a excepción del cáncer de cuello uterino que es más frecuentes en mujeres casadas (14).

Esta relación entre el estado civil y la distribución de la enfermedad se puede explicar por las siguientes razones: las personas que padecen mala salud tienden a permanecer solteras, al igual que las personas que viven expuestas a una variedad de agentes de enfermedades, las diferencias de estilos de vida entre personas solteras y casadas, se debe a que en familia hay más contacto interpersonal, la vida es más rutinaria y hay más probabilidades de que un cónyuge u otros miembros del grupo familiar pueden prestar apoyo psicológico y físico, contribuyendo de este modo a mejorar el estado de salud (14).

Aunque la relación entre estado civil y salud está bien definida, la misma está perdiendo vigencia en la actualidad, ya que la mayoría de las características de la vida matrimonial que probablemente sean las que tienen un efecto positivo en la salud, parecen estar extendiéndose a otros tipos de relación civil, como es el estado de convivencia, y por lo tanto deja de ser características propias de la vida matrimonial.

d. Ocupación: Es aquella faceta del empeño humano que da respuesta a las necesidades vitales de un individuo, que le permiten cumplir con las demandas sociales de su comunidad de pertenencia, así como al quehacer a través del cual el ser humano se distingue y expresa, revelando al agente del acto, y que se constituye en una forma de dar sentido a la existencia, construyendo y creando su identidad personal, cultural y social. La ocupación puede constituir un vehículo o forma de dar sentido, significado a la existencia, incidiendo, por tanto, en el bienestar psicológico y, quizá también, espiritual del ser humano.(14)

e. Lugar de origen: Es el ambiente físico y social donde se origina una persona o el principio de donde nace o deriva. Cuando una persona emigra a otro lugar, tiende a mantener en el nuevo espacio físico, durante un lapso variable, patrones de dieta, ocupación y recreación, etc. El lugar de origen es por consiguiente una característica objetiva válida que puede utilizarse para distinguir, dentro de la misma comunidad, grupos cuyos rasgos heredados y patrones ambientales pueden ser mantenidas en forma progresiva por uno o más generaciones, de modo que el lugar de nacimiento puede ser usado también para diferenciar grupos con distintas experiencias ambientales (14).

Factores culturales

Los Factores Culturales son características de la Cultura, y ésta es el conjunto de todas las formas de vida y expresiones de una sociedad determinada. En palabras de Fischer, "Se dirá que un individuo tiene cultura cuando esta persona ha desarrollado sus facultades intelectuales y su nivel de instrucción (41).

La cultura determina la distribución socio - epidemiológica de las enfermedades por dos vías:

- Desde un punto de vista local, la cultura moldea el comportamiento de las personas, que predisponen a la población a determinantes enfermedades.
- Desde un punto de vista global, las fuerzas político - económicas y las prácticas culturales hacen que las personas actúen con el medioambiente de maneras que pueden afectar a la salud.

Todas las actividades de nuestra vida cotidiana están relacionadas culturalmente. La cultura modela nuestras conductas homogeneizando comportamientos sociales. Los seres humanos actuamos partiendo de una determinada cultura de la salud, compartimos una serie de principios básicos saludables que nos permite integrarnos en el sistema social más cercano. La aceptación social pasa por respetar estos principios y hacerlos visibles a los demás.

La cultura es una variable que se utiliza para explicar desigualdades en salud. Las teorías más importantes al respecto son:

Cultural o Conductual: Parte de un conjunto de creencias, valores, normas, ideas y conductas de los grupos sociales más desfavorecidos, como origen de las desigualdades en el estado de salud de los mismos.

Se le designa también "cultura de la pobreza" (los pobres tienen preferencia por conductas no saludables, estilos de vida insanos).

Desde las ciencias de la conducta se ha considerado que el comportamiento individual y los estilos de vida personales elegidos libremente constituyen una de las principales

determinantes de la salud, y de las diferencias entre los individuos y entre los grupos integrantes de la sociedad.

La relación cultura - salud es compleja y constituye todo un reto para las sociedades: cómo entendemos la salud desde las diferentes culturas que conviven en un territorio, cómo entendemos la enfermedad, qué valor se le da a las conductas saludables, qué significan para nosotros los riesgos para la salud, etc (19).

Así mismo, para poder identificar los factores culturales es necesario considerar los siguiente:

- **Religión:** Conjunto de creencias religiosas, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses).
- **Idioma:** Lengua propia de un pueblo o nación o de varios pueblos y naciones. Como tal, el idioma es un sistema de comunicación lingüístico, que puede ser tanto oral como escrito, y se caracteriza por regirse según una serie de convenciones y normas gramaticales que garantizan la comunicación entre las personas. De allí que idioma y lengua sean términos sinónimos.
- **Creencia:** Es el estado de la mente en el que un individuo supone verdadero el conocimiento o la experiencia que tiene acerca de un suceso o cosa; cuando se objetiva, el contenido de la creencia presenta una proposición lógica, y puede expresarse mediante un enunciado lingüístico como afirmación. Básicamente creer significa "dar por cierto algo, sin poseer evidencias de ello".

Estilos de Vida

La Organización Mundial de la Salud define el estilo de vida como un conjunto de patrones de comportamiento identificable y relativamente estable en el individuo o en una sociedad determinada. Dicho estilo de vida resulta de las interacciones entre las características individuales, la interacción social y las condiciones de vida socioeconómica y ambiental en

que viven las personas. Algunos estilos de vida incluyen patrones de comportamiento específicos que miden el bienestar del individuo actuando como factores de protección o de riesgo (20).

El estilo de vida es un constructo que se ha usado de manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende el modo de vivir “estar en el mundo”, expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales. Según Perea (2004) en su forma más llana el estilo de vida es el modo, forma y manera de vivir (21).

Desde una perspectiva integral, es necesario considerar los estilos de vida como parte de una dimensión colectiva y social, que comprende tres aspectos interrelacionados: el material, el social y el ideológico.

- En lo material, el estilo de vida se caracteriza por manifestaciones de la cultura material: vivienda, alimentación, vestido.
- En lo social, según las formas y estructuras organizativas: tipo de familia, grupos de parentesco, redes sociales de apoyo y sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones.
- En el plano ideológico, los estilos de vida se expresan a través de las ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida (22).

Desde esta perspectiva integral, los estilos de vida no pueden ser aislados del contexto social, económico, político y cultural al cual pertenecen y deben ser acordes a los objetivos del proceso de desarrollo que como fue expuesto es dignificar la persona humana en la sociedad a través de mejores condiciones de vida y de bienestar (22).

Los estilos de vida se han identificado principalmente con la salud en un plano biológico, pero no la salud como bienestar biopsicosocial espiritual y como componente de la calidad de vida. En este sentido se definen como Estilos de Vida Saludables (22).

En epidemiología, el estilo de vida, hábito de vida o forma de vida es un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas, que a veces son saludables y otras

veces son nocivas para la salud. En los países desarrollados los estilos de vida poco saludables causan numerosas enfermedades. Dentro del triángulo epidemiológico causante de enfermedad, estaría incluido dentro del factor huésped (23).

Dimensiones de Estilo de Vida

Las dimensiones de estilo de vida: hábitos alimenticios, actividad y ejercicio, sueño, recreación, salud mental, autocuidado y responsabilidad de la salud.

a. Dimensión de Hábitos Alimenticios:

Es el mecanismo mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, que permita el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento en general de la vida. Además se consideran a los aspectos relacionados con la selección e ingestión de los alimentos. Estas acciones permiten satisfacer las necesidades físicas del organismo, favorecen el funcionamiento diario del organismo, el desarrollo de las funciones vitales y el estado de salud, y previenen la aparición de algunas enfermedades (14).

b. Dimensión actividad y ejercicio:

Hace referencia a aquellos movimientos corporales y actividades que requieren consumo energético mayor al que se produce en estado de reposo o al realizar alguna actividad cognitiva y que favorecen la salud. Realizar ejercicio o tener actividad física como parte del estilo de vida disminuye el riesgo de enfermedad y la prevención de enfermedades crónicas. A nivel psicológico también tiene un efecto positivo, puesto que ayuda a la regulación emocional, reduce la ansiedad, la tensión y la depresión y aumenta la sensación de bienestar (14).

Asimismo, la actividad física puede contribuir al desarrollo social de los jóvenes, dándoles la oportunidad de expresarse y fomentando la autoconfianza, la interacción social y la integración. También se ha sugerido que los jóvenes activos pueden adoptar con más facilidad otros comportamientos saludables, como evitar el consumo de tabaco, alcohol y drogas, y tienen mejor rendimiento escolar (14).

c. Dimensión Sueño

Estado de reposo del organismo durante el cual la persona presenta bajos niveles de actividad fisiológica y no hay respuesta activa a estímulos del ambiente. Algunas prácticas, como llevar una alimentación equilibrada, realizar ejercicio físico y manejar apropiadamente el estrés, combinadas con factores ambientales adecuados (temperatura, luz), favorecen un patrón estable y conveniente de sueño. El sueño contribuye al estado de salud en la que medida en que, al lentificarse los sistemas corporales después de las actividades cotidianas, permite al organismo recuperar la energía vital requerida. Por el contrario, la falta de sueño repercute en la capacidad de concentración, el estado anímico, el tiempo de reacción, el rendimiento físico e intelectual (14).

d. Dimensión Recreación

La recreación consiste en realizar acciones recreativas, las cuales contribuyen al enriquecimiento de la vida. El uso del tiempo como proceso de relajación del cuerpo y de la mente; implica una participación activa o pasiva del sujeto con el fin de obtener satisfacción o placer. La recreación favorece el equilibrio en las dimensiones físicas, mentales, emocionales, espirituales y sociales, por esta razón cuando una persona lleva una vida sedentaria y constante exposición al estrés, la necesidad de recreación aumenta. Se caracteriza por que se da durante el tiempo libre, es voluntaria, produce goce, diversión, incentiva la creatividad, es sana, constructiva y socialmente aceptable, además, puede compartirse con la familia, amigos, entre otras personas. El tiempo destinado a la recreación debe ser exclusivo y no ser usado para otros fines, de lo contrario no tendría el mismo efecto.³⁷ Entre las actividades recreativas se tienen: los juegos en todas sus formas, actividades como la música, salidas al teatro, al cine, actividades al aire libre, entre otras (14).

e. Dimensión Salud mental

La OMS describe la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (21).

Las características de las personas que gozan de salud mental se dividen en:

- Estar satisfecho consigo mismo, por ejemplo: No dejarse abrumar por sus emociones (rabia, temores, celos, culpa).
- Ser tolerantes hacia sí mismos y hacia los demás.
- Saber reírse de sí mismos.
- Respetarse a sí mismos. No subestimar ni sobrevalorar sus habilidades.
- Disfrutar de las cosas simples de la vida cotidiana
- Sentirse bien con los demás, por ejemplo: Ser capaces de amar y considerar los intereses de los demás.
- Establecer relaciones personales satisfactorias.
- Confiar en los demás y saber brindar confianza.
- Respetar las diferencias de la gente.
- No aprovecharse de los demás, ni dejar que se les utilice.
- Sentirse parte de un grupo.

Satisfacer las demandas de la vida, evidente en lo siguiente:

- Enfrentar los problemas que se presentan.
- Aceptar sus responsabilidades.
- Modificar su ambiente cuando esto sea posible.
- Planificar de manera realista para el futuro, sin temor.
- Tener la mente abierta a nuevas experiencias e ideas.
- Hacer uso de sus aptitudes y dotes.
- Tomar sus propias decisiones.
- Poner su mejor esfuerzo en lo que hacen (14).

f. Dimensión autocuidado y responsabilidad en salud:

Hace referencia a aquellos comportamientos voluntarios que realiza la persona para beneficio de su salud, en el sentido que implica cuidarla o hacer cuanto esté en sus manos (cuidar la higiene, tomarse los medicamentos según la prescripción médica, realizarse exámenes, explorar el propio cuerpo, llevar a cabo medidas de seguridad, como el uso de cinturón de seguridad, atender a las señales de tráfico, etc.) para impedir que aparezcan las lesiones, detectar a tiempo síntomas o señales de enfermedad o que se facilite una pronta

recuperación en caso de que exista una afectación. Todos estos comportamientos implican un mayor nivel de responsabilidad personal (14).

1.4. Justificación

La salud está integrada por factores o determinantes como estilo de vida, que son conductas que tiene una persona frente a diversas circunstancias en la sociedad y son susceptibles de ser modificadas, por ende, pueden limitar el desarrollo humano o reducir las oportunidades de salud que pueda tener un individuo.

El Estado peruano tiene como lineamiento en su Plan Nacional Concertado de Salud 2007 – 2020 mejorar los determinantes de la salud con la participación de los diferentes sectores (salud, economía, educación, etc.).

Los postulantes a las Escuelas Profesionales de Medicina, Enfermería y Obstetricia como futuros educadores de la salud están encargados de la promoción de la salud del individuo, familia y comunidad, por ende, deben ser los primeros en tener conductas saludables para que así sean modelos de las demás personas y éstas imiten la misma conducta. Las instituciones formadoras, deben tener responsabilidad de brindar ambientes y servicios que promuevan la salud, el bienestar y la calidad de vida de alumnos, profesores y trabajadores.

Por tal motivo, Conociendo la realidad de los estudiantes del Centro Pre universitario de la Universidad nacional de San Martín-Tarapoto, en cuanto a sus estilos de vida se podrá plantear estrategias y actividades preventivas promocionales con la finalidad de mantener y mejorar la salud de los estudiantes postulantes a carreras de la salud. Por ello es importante la realización de este estudio, debido a la carencia de trabajos, información e investigaciones referentes al tema, pues la mayoría están enfocados al paciente, dejando de lado al individuo, familia y comunidad. De esta manera se busca llenar los vacíos de conocimiento, motivar, servir de antecedente para otras investigaciones y sobre todo sensibilizar en los postulantes a carreras de la salud las actividades preventivo promocionales teniendo en cuenta su cultura, religión, etc.

1.5. Problema

¿Cuáles son los factores socioculturales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018?

II. OBJETIVOS

2.1. Objetivo General:

Determinar los factores socioculturales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018

2..2. Objetivos Específicos:

1. Identificar los factores sociales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.
2. Identificar los factores culturales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.
3. Determinar los estilos de vida de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

2.3. Hipótesis de Investigación

Existe asociación de los factores socioculturales con los estilos de vida en los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia. Febrero a Julio 2018; siendo el lugar de procedencia y el ingreso económico los de mayor asociación a sus estilos de vida en los estudiantes de Medicina del Centro Pre Universitario de la UNSM-T.

2.4. Sistema de Variable

- ✓ **Variable independiente:** Factores Socioculturales

- ✓ **Variable dependiente:** Estilos de vida

2.4.1 Operacionalización de Variables

Variables	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Items	Escala de medición
Factores Socioculturales	Conjunto de características sociales y culturales que presenta una población o comunidad que permite conocer la distribución y progresión del estado de salud y enfermedad (9).	Características o circunstancias detectables en la persona, considerados como: edad, sexo, estado civil, ocupación, año de estudios, lugar de procedencia, ingreso económico, religión, idioma y creencia.	Social	Edad:	<16 16-22 >22	Ordinal
				Sexo:	Masculino Femenino	Nominal
				Estado civil:	Soltero (a) Casado (a) Conviviente Separado (a) Otro.	Nominal
				Ocupación	Estudia Estudia y trabaja	Nominal
				Año de estudio	De 1 a 2 años De 3 a 4 años De 5 a más años	Nominal
				Lugar de procedencia:	Tarapoto Banda de Shilcayo Morales Otro	Nominal

				Ingreso económico	Menor de 100 soles De 100 a 599 soles De 600 a 1000 soles Mayor de 1000 soles.	Ordinal
			Culturales	Religión	Católico Evangélico Adventista Otro.	Nominal
				Idioma	Castellano Quechua Otro	Nominal
				Creencias	¿Crees que la cultura interfiere en los estilos de vida de las personas?	Nominal
					¿Crees que las personas con creencias distintas no llevan buenos estilos de vida?	Nominal

Variables	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Estilos de vida	Conjunto de patrones de compartimientos hábitos, actitudes identificables y modificables en el individuo, que tiene un efecto positivo o negativo sobre la salud (11).	Hábitos de los estudiantes que se manifiestan diariamente en cuanto a su alimentación, actividad y ejercicio, sueño, recreación y salud mental.	Hábitos alimentario	<ul style="list-style-type: none"> - Frecuencia de alimentos al día - Frecuencia de líquidos al día - Tipos de alimentos que consume al día 	Saludable No saludable	Nominal
			Actividad y Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> - Tipo de actividad - Tiempo - duración 	Saludable No saludable	Nominal
			Sueño	<ul style="list-style-type: none"> - Horas - Alteraciones 	Saludable No saludable	Nominal
			Recreación	<ul style="list-style-type: none"> - Tipos de actividades - frecuencia 	Saludable No saludable	Nominal
			Salud Mental	<ul style="list-style-type: none"> - Relaciones interpersonales - Con los otros - Consigo mismo - Situaciones vitales 	Saludable No saludable	Nominal
			Autocuidado y responsabilidad en salud	<ul style="list-style-type: none"> - Controles odontológicos - Autoexamen -Protección solar -Control de hábitos nocivos - Consumo de alcohol - Consumo de tabaco - Consumo de café - Consumo de energizaste. 	Saludable No saludable	Nominal

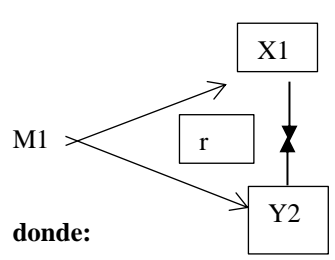
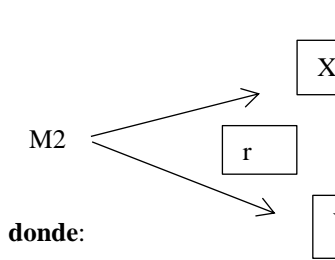
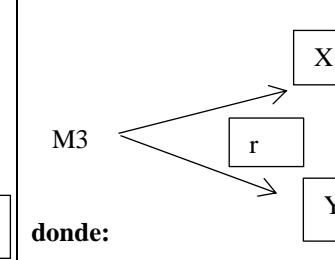
III. MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Tipo de estudio

La investigación fue de nivel no experimental, cuantitativo, descriptivo, correlacional comparativo de corte transversal con recolección prospectiva de datos.

3.2. Diseño de la investigación

El Diseño de la presente investigación fue descriptivo de tipo correlacional

MEDICINA (Z1)	ENFERMERÍA (Z2)	OBSTETRICIA (Z3)
 <p>donde:</p> <p>M1: Representará la muestra conformada por los estudiantes postulantes a la carrera Medicina Humana.</p> <p>X1: Factores socioculturales</p> <p>Y2: Estilos de vida.</p>	 <p>donde:</p> <p>M2: Representará la muestra conformada por los estudiantes postulantes a la carrera de Enfermería</p> <p>X1: Factores socioculturales</p> <p>Y2: Estilos de vida</p>	 <p>donde:</p> <p>M3: Representará la muestra conformada por los estudiantes postulantes a la carrera de obstetricia.</p> <p>X1: Factores socioculturales</p> <p>Y2: Estilos de vida</p>

3.3. Universo, población y muestra

Universo

Estuvo conformada por todos los estudiantes postulantes a las carreras profesionales de Medicina Humana, Enfermería y Obstetricia del Centro Pre Universitario de la UNSM-T.

Población

Estuvo constituida por 400 estudiantes postulantes a las carreras profesionales de Medicina Humana (260), Enfermería (80) y Obstetricia (60) del Centro Pre Universitario de la UNSM-T.

Muestra

La muestra que se consideró fue de tipo aleatorio simple, es decir conocemos el total de la población y deseamos saber cuántos del total tendremos que estudiar la respuesta sería:

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

Dónde:

N = Total de la población

Z_α² = 1.96² (si la seguridad es del 95%)

p = proporción esperada (en este caso 5% = 0.05)

q = 1 – p (en este caso 1-0.05 = 0.95)

d = precisión (en este caso deseamos un 3%).

$$n = \frac{400 \times (1.96)^2 \times 0.05 \times 0.95}{(0.03)^2 \times 400 + (1.96)^2 \times 0.05 \times 0.95}$$

n=153

Se trabaja con 153 estudiantes: Medicina humana, 51 estudiantes, enfermería 51 estudiantes y 51 estudiantes de obstetricia del Centro Pre Universitario de la UNSM-T.

3.1.1. Criterios de inclusión

- ✓ Estudiantes del Centro Pre Universitario de la UNSM-T, de las carreras profesionales de Medicina, Enfermería y Obstetricia que se encuentren matriculados durante el ciclo académico 2018-I.
- ✓ Estudiantes que deseen participar voluntariamente en el estudio.

3.1.2. Criterios de exclusión

- ✓ Estudiantes del Centro Pre Universitario de la UNSM-T, de las carreras profesionales de Medicina, Enfermería y Obstetricia que se retiraron del estudio.

3.4. Procedimiento

- ✓ Se presentó a la Facultad Ciencias de la salud de la UNSM-T, el proyecto de investigación, para su revisión y aprobación.
- ✓ Se realizó los trámites administrativos mediante un oficio dirigido al director (a) del centro-pre universitario, para solicitar el permiso que permita la aplicación del instrumento.
- ✓ Previo a la aplicación del instrumento, se explicó a los estudiantes que participarán en el estudio, en que consiste y como deben de responder el instrumento y que sus respuestas serian confidenciales, anónimas, siendo utilizadas sólo para el propósito del estudio.
- ✓ Posteriormente, se procedió al procesamiento de datos, mediante el sistema computarizado utilizando el formato del programa Excel.
- ✓ Se interpretaron los resultados obtenidos en la investigación.
- ✓ Finalmente, se procedió con la sustentación del informe de tesis

3.5. Métodos e instrumento de recolección de datos

La técnica empleada fue la aplicación de una encuesta, el instrumento aplicado fue un cuestionario estructurado, de 12 ítems, en la que la primera parte recolectó información sobre los factores socioculturales: Sociales (8 ítems y culturales 4 ítems) con escala de respuesta múltiple.

En la segunda parte se recolectó información sobre estilos de vida de los estudiantes de Medicina Humana, Enfermería y Obstetricia, debiendo de responder 47 ítems, siguiendo las dimensiones: hábitos alimentarios (12 ítems); actividad y ejercicio (5 ítems); sueño (6 ítems); recreación (6 ítems); salud mental (6 ítems), autocuidado y responsabilidad de la salud (12 ítems), Haciendo un total de 47 ítems, con escala de respuesta tipo Likert, Se le asignara el siguiente puntaje:

1: (nunca), **2** (algunas veces), **3** (frecuentemente), **4** (siempre)

Modificada por: Arrivillaga M, Salazar I. y adaptada a la investigación para estilos de vida.

Para la medición de la variable Estilos de Vida de las estudiantes de Medicina Humana. Enfermería y Obstetricia del Centro Pre universitario de la Universidad Nacional de San Martín, se utilizará chi cuadrado de Pearson para así poder obtener dos categorías: no saludables y saludables.

ESTILOS DE VIDA	NO SALUDABLE (Rango)	SALUDABLE (Rango)	PROMEDIO
General	1-133	134-188	134
Alimentación	1 – 33	34-48	34
Actividad y ejercicio	1 – 12	13-20	13
Sueño y descanso	1 – 18	19-24	19
Recreación	1-15	16-24	16
Salud mental	1-18	19-24	19
Autocuidado y responsabilidad	1-32	33-48	33

3.6. Plan de análisis e interpretación de datos

Para el procesamiento de datos se vaciaron los resultados de los instrumentos en una base de datos Excel 2016.

Posteriormente se elaboró los cuadros estadísticos de frecuencias y los gráficos pertinentes, los cuales nos sirvió para la realización del análisis e interpretación de los datos que se obtuvieron. Para determinar la relación de las variables: se utilizó la prueba del chi – cuadrado de Pearson.

IV. RESULTADOS

Tabla 1: Factores sociales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

Factores sociales	Medicina		Enfermería		Obstetricia		Total	
	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%
Edad								
< 16 años	11	21.6%	11	21.6%	15	29.4%	37	24.2%
16 - 22 años	29	56.9%	29	56.9%	21	41.2%	79	51.6%
> 22 años	11	21.6%	11	21.6%	15	29.4%	37	24.2%
Sexo								
Masculino	23	45.1%	19	37.3%	19	37.3%	61	39.9%
Femenino	28	54.9%	32	62.7%	32	62.7%	92	60.1%
Estado civil								
Soltero(a)	46	90.2%	43	84.3%	45	88.2%	134	87.6%
Casado(a)	3	5.9%	5	9.8%	3	5.9%	11	7.2%
Conviviente	2	3.9%	3	5.9%	3	5.9%	8	5.2%
Ocupación								
Estudia	44	86.3%	46	90.2%	44	86.3%	134	87.6%
Estudia y trabaja	7	13.7%	5	9.8%	7	13.7%	19	12.4%
Año de estudios								
1 - 2 años	46	90.2%	45	88.2%	49	96.1%	140	91.5%
3 - 4 años	3	5.9%	5	9.8%	2	3.9%	10	6.5%
> 5 años	2	3.9%	1	2.0%	0	0.0%	3	2.0%
Lugar de procedencia								
Tarapoto	39	76.5%	33	64.7%	32	62.7%	104	68.0%
Banda de Shilcayo	7	13.7%	9	17.6%	11	21.6%	27	17.6%
Morales	3	5.9%	6	11.8%	6	11.8%	15	9.8%
Otro	2	3.9%	3	5.9%	2	3.9%	7	4.6%
Ingreso económico								
< 100 soles	3	5.9%	1	2.0%	2	3.9%	6	3.9%
100 – 599 soles	4	7.8%	2	3.9%	4	7.8%	10	6.5%
600 – 1,000 soles	40	78.4%	40	78.4%	45	88.2%	125	81.7%
> 1,000 soles	4	7.8%	8	15.7%	0	0.0%	12	7.8%

Fuente: elaboración propia

El 51,6% de los estudiantes del centro preuniversitario postulantes a las carreras de Medicina, enfermería y obstetricia oscilan entre 16 a 22 años, el 60,1% son del sexo femenino, el 87,6% son de estado civil soltero, el 87,6% estudiante y el 91,5% cursan el 1 y 2 año de estudios. El 68% proceden de la ciudad de Tarapoto y el 81,7% tienen un ingreso económico entre 600 a 1,000 nuevos soles.

Tabla 2: Factores culturales de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

Factores culturales	Medicina		Enfermería		Obstetricia		Total	
	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%
Religión								
Católico	46	90.2%	43	84.3%	42	82.4%	131	85.6%
Evangélico	3	5.9%	3	5.9%	4	7.8%	10	6.5%
Adventista	1	2.0%	3	5.9%	4	7.8%	8	5.2%
Otros	1	2.0%	2	3.9%	1	2.0%	4	2.6%
Idioma								
Castellano	50	98.0%	49	96.1%	51	100.0%	150	98.0%
Quechua	1	2.0%	2	3.9%	0	0.0%	3	2.0%
Interferencia de la cultura en los estilos de vida individual								
Siempre	47	92.2%	49	96.1%	50	98.0%	146	95.4%
Nunca	4	7.8%	2	3.9%	1	2.0%	7	4.6%
Las personas con creencias distintas no llevan buenos estilos de vida								
Siempre	50	98.0%	49	96.1%	51	100.0%	150	98.0%
Nunca	1	2.0%	2	3.9%	0	0.0%	3	2.0%

Fuente: elaboración propia

El 85,6% tienen un predominio de religión católica, el 98% hablan castellano, el 95,4% tienen interferencia de la cultura en su estilo de vida individual y el 98% de los estudiantes que tienen creencias distintas no llevan buenos estilos de vida.

Tabla 3: Estilos de vida de los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

Estilos de vida	Medicina		Enfermería		Obstetricia		Total	
	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%
Saludable	1	2.0%	0	0.0%	1	2.0%	2	1.3%
No Saludable	50	98.0%	51	100.0%	50	98.0%	151	98.7%

Fuente: elaboración propia

Los estilos de vida que practica los estudiantes del centro preuniversitario en un 98,7% son no saludables y el 1,3% son saludables, según lo reportado por ellos mismos.

Tabla 4: Factores sociales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

Factores sociales	Estilos de Vida						X ² p < 0,05
	Saludable		No Saludable		Total		
	fi	%	fi	%	fi	%	
Edad							
< 16 años	1	0.7%	36	23.8%	37	24.5%	X ² = 1,050 p = 0,592
16 - 22 años	1	0.7%	78	51.7%	79	52.3%	
> 22 años	0	0.0%	37	24.5%	37	24.5%	
Sexo							
Masculino	1	0.7%	60	39.7%	61	40.4%	X ² = 0,087 p = 0,640
Femenino	1	0.7%	91	60.3%	92	60.9%	
Estado civil							
Soltero(a)	2	1.3%	132	87.4%	134	88.7%	X ² = 0,287 p = 0,866
Casado(a)	0	0.0%	11	7.3%	11	7.3%	
Conviviente	0	0.0%	8	5.3%	8	5.3%	
Ocupación							
Estudia	2	1.3%	132	87.4%	134	88.7%	X ² = 0,287 p = 0,766
Estudia y trabaja	0	0.0%	19	12.6%	19	12.6%	
Año de estudios							
1 - 2 años	2	1.3%	138	91.4%	140	92.7%	X ² = 0,188 p = 0,910
3 - 4 años	0	0.0%	10	6.6%	10	6.6%	
> 5 años	0	0.0%	3	2.0%	3	2.0%	
Lugar de procedencia							
Tarapoto	1	0.7%	103	68.2%	104	68.9%	X ² = 1,590 p = 0,662
Banda de Shilcayo	1	0.7%	26	17.2%	27	17.9%	
Morales	0	0.0%	15	9.9%	15	9.9%	
Otro	0	0.0%	7	4.6%	7	4.6%	
Ingreso económico							
<de S/. 100	0	0.0%	6	4.0%	6	4.0%	X ² = 0,454 p = 0,929
De 100 a 599	0	0.0%	10	6.6%	10	6.6%	
De 600 a 1000	2	1.3%	123	81.5%	125	82.8%	
>a 1000	0	0.0%	12	7.9%	12	7.9%	

Fuente: elaboración propia

Se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia al 95%, para determinar la relación que existe entre los factores sociales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$.

Tabla 5: Factores culturales asociados a estilos de vida en estudiantes del centro –pre universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia en el periodo Febrero a Julio 2018.

Factores culturales	Medicina		Enfermería		Obstetricia		X ² p < 0,05
	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	
Religión							
Católico	2	1.3%	129	85.4%	131	86.8%	
Evangélico	0	0.0%	10	6.6%	10	6.6%	X ² = 0,340
Adventista	0	0.0%	8	5.3%	8	5.3%	p = 0,952
Otros	0	0.0%	4	2.6%	4	2.6%	
Idioma							
Castellano	2	1.3%	148	98.0%	150	99.3%	X ² = 0,041
Quechua	0	0.0%	3	2.0%	3	2.0%	p = 0,961
Interferencia de la cultura en los estilos de vida individual							
Siempre	2	1.3%	144	95.4%	146	96.7%	X ² = 0,097
Nunca	0	0.0%	7	4.6%	7	4.6%	p = 0,910
Las personas con creencias distintas no llevan buenos estilos de vida							
Siempre	2	1.3%	148	98.0%	150	99.3%	X ² = 0,041
Nunca	0	0.0%	3	2.0%	3	2.0%	p = 0,961

Fuente: elaboración propia

Se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia al 95%, para determinar la relación que existe entre los factores culturales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$.

V. DISCUSIÓN

En la tabla N° 01; se evidencio que el 51,6% de los estudiantes del centro preuniversitario postulantes a las carreras de Medicina, enfermería y obstetricia oscilan entre 16 a 22 años, el 60,1% son del sexo femenino, el 87,6% son de estado civil soltero, el 87,6% estudiante y el 91,5% cursan el 1 y 2 año de estudios. El 68% proceden de la ciudad de Tarapoto y el 81,7% tienen un ingreso económico entre 600 a 1,000 nuevos soles.

Los resultados obtenidos guardan relación con los autores Aguado E, Ramos D; señalando que los estudiantes de enfermería un 60% tienen edades entre 20 a 29 años encontrándose en la etapa de adulto joven; en cuanto al género, la población predominante pertenece al sexo femenino en un 93%; el 91% son solteras; 13% tienen carga familiar (hijos), y un 23% se dedican a trabajar y estudiar (14).

Simultáneamente; estos resultados coinciden con García C, Morales M, Medina M, Gollner R. En su investigación Perfil sociodemográfico en estudiantes universitarios sobre el cuidado de sí mismo de la facultad de enfermería y obstetricia; donde encontraron una edad promedio de 20 años, 87,5% del sexo femenino, 74,6% solteras, 30,8% tiene hijos y el 30% trabaja además de estudiar (24).

En cuanto al género, es evidente que la sociedad ha ido creando imágenes y simbolismos que han conformado los distintos roles sociales y las ocupaciones a las que se les ha atribuido un cuerpo con un determinado sexo (25).

Probablemente esta imagen femenina de las enfermeras nos ayuda a comprender porque la mayoría de estudiantes son mujeres en estos estudios; a pesar de los cambios suscitados en la profesión, aún se encuentra influenciado por una carga sociocultural y la naturaleza tradicionalmente femenina de su rol central que son los cuidados (26).

Según la Organización mundial de la salud señala que los factores sociales están constituidos por las interacciones que se dan entre las personas en las distintas áreas de manifestación social. Estos factores, también afectan la salud de las personas; están

comprendidas por el nivel sociocultural, la edad, sexo, ocupación, estado civil, procedencia y tipo de familia del que procede el individuo (16).

En la tabla N° 02; se evidencio que el 98% hablan castellano, el 95,4% tienen interferencia de la cultura en su estilo de vida individual y el 98% de los estudiantes que tienen creencias distintas no llevan buenos estilos de vida.

Aristizabal H, Blanco B, Sánchez R, Ostiguin M; manifiestan que la relación cultura - salud es compleja y constituye todo un reto para las sociedades: cómo entendemos la salud desde las diferentes culturas que conviven en un territorio, cómo entendemos la enfermedad, qué valor se les da a las conductas saludables, qué significan para nosotros los riesgos para la salud, etc. (19).

Ortiz M, Ruíz M. En su investigación Predictores biosocioculturales y estilos de vida en estudiantes universitarios de Huánuco, señala que, dentro de los aspectos culturales, se apreció que la mayoría [88,4% (304)] profesaban alguna religión; y alrededor de la cuarta parte [26,2% (90)] pertenecían al VI ciclo de estudios (27).

En la tabla N° 03, podemos señalar los estudiantes del Centro Pre Universitario postulantes a las carreras de Medicina, Enfermería y Obstetricia, no practican estilos de vida saludables con un 98.7%, seguido de un 1,3% que si practican estilos de vida saludables.

Estos resultados coinciden significativamente con Mendoza M. en su estudio Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Mayor de San Marcos, donde el autor halló que de un total de 80 alumnos, 55% tenían estilos de vida desfavorable (28).

La Organización Mundial de la Salud refiere que los estilos de vida son una forma general de vivir resultado de la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, estos a su vez se encuentran determinados por factores socioculturales y características personales, asimismo la Organización Panamericana de la Salud establece que el estilo de vida permite designar la manera de vivir de las personas, basadas en la interacción entre las conductas y las condiciones de vida, influenciados por características personales y factores socioculturales, que al ser no saludables aumentan el riesgo de enfermarse o morir prematuramente, por tanto los estilos de vida representan un

escudo de defensas conductuales contra la enfermedad (29-30).

Pasache C. En su investigación Nivel de conocimiento sobre dieta equilibrada y hábitos alimentarios en los alumnos de enfermería encontró que el 94% de los estudiantes evaluados tenían hábitos alimentarios inadecuados (31).

De manera semejante, Caraza D. En su trabajo Hábitos alimentarios y factores de riesgo nutricional en alumnos de enfermería, concluyó que el 69,5% practicaban hábitos alimentarios inadecuados (32).

A diferencia del estudio Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida realizado por Lema L, Salazar I, Varela M, Tamayo J. encontrando que los hábitos alimentarios puntuaron como saludables. En base al contexto citado, se evidencia que la mayoría de estudios encuentra que las prácticas alimentarias no son saludables; pese a que una alimentación sana permite satisfacer necesidades físicas, favorecen el funcionamiento adecuado del organismo, el desarrollo de funciones vitales, mantienen el estado de salud y previene enfermedades. Estas conductas alimentarias inadecuadas pueden estar influenciadas por los estereotipos de belleza, la publicidad de consumo de comida rápida y su fácil acceso que no satisfacen las necesidades nutricionales de los estudiantes, que caracterizan a la sociedad actual y afectan cada vez más a los jóvenes (33).

Rebolledo D. en su investigación Autocuidado en los estudiantes universitarios de la universidad del Bio Bio: análisis según el modelo de autocuidado de Dorothe Orem; halló que el 59% de estudiantes no realizaba actividad física; así mismo (34).

Lema L; Salazar I; Varela M; Tamayo J. En su trabajo refirieron que los estudiantes evaluados no tenían conductas saludables, en esta dimension (33).

Jiménez G. en su libro teorías del desarrollo III sostiene que las personas menores a 40 años son las que generalmente realizan más ejercicio o deporte; puesto que tienen mayor fuerza muscular, rapidez de movimiento, flexión, lo que permite la realización y ejecución eficiente de estos. En referencia a lo citado anteriormente, se resalta que los estudiantes de enfermería de la Escuela Padre Luis Tezza a pesar de la poca disponibilidad de tiempo

por los horarios académicos, las responsabilidades que conlleva la vida universitaria y las prácticas clínicas realizan algún tipo de actividad física; posiblemente reconocen el efecto positivo de la actividad física en la salud, puesto que disminuye el riesgo de enfermedad coronaria, ayuda a reducir la ansiedad, tensión, depresión, lo que favorece el bienestar psicológico y físico (35).

En cuanto al sueño y descanso; Arguello M; Bautista Y; Carvajal J; De Castro K; Díaz D; Escobar M; et al en su trabajo Estilos de vida de los estudiantes del área de salud de Bucaramanga, encontraron practicas saludables en relación al sueño de los estudiantes. El sueño es una necesidad fisiológica, además de ser uno de los indicadores de la calidad de vida; el descanso tanto psíquico como físico garantiza un mejor rendimiento durante el día y una mayor vitalidad en la realización de las actividades cotidianas, manteniendo un buen ánimo, según Fuste, en su libro Comportamiento y Salud (36).

Respecto a la recreación, Maya S. en su libro Los estilos de vida saludables componentes de la calidad de vida, donde menciona que la recreación en general contribuye a que las personas a través de las diversas actividades que realizan voluntariamente encuentran la vida más satisfactoria y creativa, permitiendo un mayor desarrollo y crecimiento personal, por esta razón cuando un individuo está constantemente expuesto a situaciones de estrés, aumenta sus necesidades de recreación. En cuanto a los estudiantes debido a la poca disponibilidad de tiempo no les permite realizar actividades recreativas como salir al cine, de paseo o viajar, por que destinan su tiempo libre para realizar actividades académicas y en algunos casos laborales, de esta manera no satisfacen sus gustos e intereses y disminuyen las posibilidades de desarrollo, inclusión social, de participar en la comunidad, de hacer deporte, recrearse y participar de programas culturales, a la vez que aumentan las probabilidades de implicarse en otros problemas como la delincuencia y el consumo de drogas (37).

En la dimensión de salud; Rojas M. en el libro Gestión de Instituciones Educativas en salud, cita a la OMS refiriendo que para alcanzar una salud mental óptima la persona debe ser consciente de sus propias habilidades, ser capaz de enfrentar el estrés normal de la vida, sentirse satisfecho consigo mismo, con los demás (38).

Del mismo modo el Ministerio de Salud en el Plan General 2005-2010 de la Estrategia Sanitaria Salud Mental y cultura de Paz, menciona que la salud mental es una dimensión inseparable de la salud integral, siendo el núcleo del desarrollo de la vida, que desempeña una función importante en las relaciones interpersonales, la vida familiar y la integración social. Es evidente entonces que el resultado no saludable en esta dimensión, podría ocasionar en los estudiantes efectos psicológicos y fisiológicos que alteren su salud; de igual forma puede influir de modo indirecto en el mantenimiento de conductas no saludables, pues una persona que se encuentra bajo situaciones estresantes u otras emociones negativas, tiene mayor predisposición de consumir alcohol y otras drogas, alterándose también las relaciones interpersonales con su entorno (39).

VI. CONCLUSIONES

1. En cuanto a los factores sociales, el 51,6% de los estudiantes del centro preuniversitario postulantes a las carreras de Medicina, enfermería y obstetricia oscilan entre 16 a 22 años, el 60,1% son del sexo femenino, el 87,6% son de estado civil soltero, el 87,6% estudiante y el 91,5% cursan el 1 y 2 año de estudios. El 68% proceden de la ciudad de Tarapoto y el 81,7% tienen un ingreso económico entre 600 a 1,000 nuevos soles.
2. En cuanto a los factores culturales; el 85,6% tienen un predominio de religión católica, el 98% hablan castellano, el 95,4% señalan que la cultura interfiere en los estilos de vida y el 98% de los estudiantes tienen creencias distintas que no lleva a buenos estilos de vida.
3. Dentro de los estilos de vida que presentan los estudiantes de las carreras profesionales de Medicina, Enfermería y Obstetricia del Centro Preuniversitario; podemos señalar que 98,7% son no saludables y el 1,3% son saludables, evidenciándose que los hábitos alimenticios no saludables tienen mayor predominancia (50.0%) en los estudiantes de la Carrera Profesional de Medicina Humana del Centro Pre Universitario de la UNSM-T; mientras que en los estudiantes de enfermería la actividad y ejercicios no son saludables (35.5%); Así mismo en los estudiantes de Obstetricia el 38.7% sus hábitos alimenticios no son saludables.
4. Para los factores sociales asociados a estilos de vida; se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia al 95%, para determinar la relación que existe entre los factores sociales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$.
5. Para los factores culturales asociados a los estilos de vida; Se aplicó la prueba no paramétrica chi cuadrado leída con un nivel de significancia al 95%, para determinar la relación que existe entre los factores culturales y el estilo de vida que tienen los estudiantes del centro pre-universitario y se identificó que ninguno se relaciona significativamente con esta variable $p > 0,05$

VII. RECOMENDACIONES

- 1.** A las autoridades del Centro Pre Universitario de nuestra casa superior de estudios, tomar en cuenta actividades físico recreativas considerando la cultura de los estudiantes con la finalidad de fortalecer sus estilos de vida de cada uno de ellos.
- 2.** Socializar los resultados de nuestra investigación a toda la comunidad del Centro Pre Universitario; con la finalidad de crear conciencia en cada uno de ellos sobre los estilos de vida que vienen llevando.
- 3.** Se sugiere que se realice otros estudios que utilicen una metodología cualitativa, pues este permitirá conocer las necesidades sentidas de los estudiantes con respecto a sus estilos de vida; que permita una mejor aproximación al estudio y explicación del comportamiento humano.
- 4.** Se recomienda a los estudiantes tener un mayor compromiso y responsabilidad con su salud, pues de la forma como ellos sean modelo del cuidado de su propia salud influirá también en otras personas a cambiar sus estilos de vida.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Sistema de las Naciones Unidas en el Perú, 72% de los jóvenes opina que el Perú puede mejorar con su esfuerzo. Lima: PNUD; 2008 [acceso: 11 de enero de 2018]. Disponible en: <http://www.onu.org.pe/publico/centroprensa/DetalleNoticia.aspx?id1576>
2. Instituto Nacional de Estadística e Informática, Censos Nacionales: XI de población y VI de vivienda – Perfil sociodemográfico del Perú. Lima: INEI; 2016 [acceso: 29 de enero de 2018]. Disponible en: <http://censos.inei.gob.pe/Anexos/Libro.pdf>
3. El Comercio, Estilo de vida de la juventud peruana. Lima: Castro G y Cabrera R. – CEDRO; 2007 [acceso: 13 enero de 2018]. Disponible en: <http://blogs.elcomercio.com.pe/corresponsalesescolares/2007/06/estilo-de-vida-de-la-juventud.html>
4. OPS – Oficina Regional de la Organización Mundial de Salud. Actividad física regular para una salud mejor. Hoja Informativa N° 1; 2002 [acceso: 30 enero de 2018]. Disponible en: http://www.ops.org.bo/dias_mundiales/2002/diasmundiales/whd/mateducativo/hoja1.pdf
5. Alvarez R. Temas de Medicina general integral. Cuba: Editorial Ciencias Médicas, Pág. 40 – 41, 61- 64. 2001. Disponible en: <https://scholar.google.com/citations?user=vVzRaDUAAAAJ&hl=es>
6. Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud, Evaluación del Estilo de Vida. Colombia: FLORES, Luís y HERNÁNDEZ, Lidia. 1998. [acceso: 03 de febrero de 2018]. Disponible en: http://www.alapsa.org/boletin/art_eval01_1.htm
7. Pinn V. “Sex and gender factors in Medical Studies: Implications for health and Clinical Practice”. En JAMA. Vol 289, N° 04. Pág. 397 – 400. 2003. [acceso: 03 de febrero de 2018]. Disponible en: <http://orwh.od.nih.gov/pubs/sexgenderfactormedical.pdf>

8. MINSA; Promoción de las y los Adolescentes. Lima – Perú; 2009 [acceso: 09 de febrero de 2018]. Disponible en: <http://www.minsa.gob.pe/portal/portal2.asp?Servicios/SuSaludEsPrimero/Adolescente/adolescente.asp>
9. Solano A. “Entornos socioculturales y estilos de vida en relación con la obesidad infantil y adolescente. Zacatecas” [Tesis Doctoral] Universidad de Extremadura. México 2015. Disponible en: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/3190/TDUEX_2015_Solano_Garcia.pdf?sequence=1
10. Rodríguez F, Palma X, Romo A. “Hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en estudiantes universitarios” [Tesis Doctoral] Escuela de Educación Física. Universidad Católica de Valparaíso. Santa Inés. Chile. 2013. Disponible en: <http://www.nutricionhospitalaria.com/pdf/6230.pdf>
11. García D, García G, Tapicero Y, Ramos D. “Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios” [Tesis Maestral] Escuela Profesional de Fisioterapeuta. Universidad del Rosario-Bogotá Colombia 2012. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v17n2/v17n2a12.pdf>
12. Bennasar M. “Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la universidad como entorno promotor de la salud” [Tesis Doctoral] Universitat de les Illes Balears. España. 2012. Disponible en: [file:///D:/Users/SILVIO/Downloads/tmbv1de1%20\(1\).pdf](file:///D:/Users/SILVIO/Downloads/tmbv1de1%20(1).pdf)
13. Torres K. “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven del A.H. Villa España” [Tesis pregrado] Escuela Profesional de Enfermería. Facultad Ciencias de la Salud. Universidad Católica de los Angeles– Chimbote-Perú 2013. Disponible en: file:///D:/PROYECTOS%20ASESORADOS/FABIOLA%20Y%20ROSA/ANTECEDENTES/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_TORRES_GUZMAN_KATHERINE_KATHIA-genial.pdf

14. Aguado E, Ramos D. “Factores sociodemográficos y estilos de vida en estudiantes de la escuela de Enfermería Padre Luis Tezza” [Tesis pregrado] Afiliada a la Universidad Ricardo Palma Lima-Perú 2013. Disponible en: <http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/317/1/Aguado-Ramos.pdf>
15. Ponte V. “Estilo de vida de los estudiantes de enfermería, según año de estudio de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos” [Tesis pregrado] Escuela Académica Profesional de Enfermería. Facultad de Medicina Humana. Universidad Nacional Mayor de San Marcos Perú 2010. Disponible en: <file:///D:/PROYECTOS%20ASESORADOS/FABIOLA%20Y%20ROSA/ANTECEDENTES/ESTILOS%20DE%20VIDA.pdf>
16. OMS. Salud mental: un estado de bienestar. Lima, Perú 2013. [nota descriptiva] disponible en: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
17. Depósito de documentos de la FAO: Nutrición humana en el mundo en desarrollo 2002. [9 páginas] Consultado Febrero 22,2018 Disponible en: <http://www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s08.htm>.
18. OMS: Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud Lima, Perú 2016. [nota descriptiva] disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es>
19. Aristizabal H, Blanco B, Sanchez R, Ostiguin M. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería Universitaria ENEO-UNAM. Octubre;8 (4):16-24. 2011. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
20. López P. La salud y la actividad física en el marco de la Sociedad Moderna Murcia: Universidad de Murcia; pp. 35-44, I.A.D. 2009. Disponible en: <https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/5249/1/Salud%20y%20actividad%20f%C3%ADsica.pdf>

21. Lema S, Salazar T, Varela A, Tamayo C, Botero P. Comportamiento y salud de los jóvenes: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento psicológico*;5(12):71-88, 2009. Disponible en: <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/106>
22. Córdoba D, Carmona M, Terán O, Márquez O. Estilos de vida en la adolescencia;13(1): 200-220. 2012. Disponible en: http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/722/T047_47060835_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Sanabria P, Gonzales L, Urrego D. Estilos de vida saludables en profesionales de la salud colombianos. Estudio explorativo. *Rev Med*;15(2): 207-217. 2010. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S01212562007000200008&script=sci_abstract&tlng=es
24. García C, Morales M, Medina M, Gollner R. Perfil sociodemográfico en estudiantes universitarios sobre el cuidado de si mismo de la facultad de enfermería y obstetricia de la ciudad de Toluca. Facultad de Enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de México. 2011. Disponible en: [file:///D:/Users/universidad autónoma/Downloads/Abstract.2439.pdf](file:///D:/Users/universidad%20aut%C3%B3noma/Downloads/Abstract.2439.pdf)-Investigación
25. Bruel T. Representaciones sociales de género: Un estudio psicosocial acerca de lo masculino y lo femenino. [Tesis Doctoral] Departamento de Psicología. Facultad de Psicología. Universidad Autónoma de Madrid. 2008. Disponible en: https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/3965/27615_bruel_dos_santos_teresa_cristina.pdf?sequence=1
26. Arroyo A, Lancharro I, Romero R, Morillo M. La Enfermería como rol de género. *Index Enferm* vol.20 no.4 Granada. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962011000300008>
27. Ortiz M, Ruíz M. Predictores biosocioculturales y estilos de vida de los estudiantes universitarios de una universidad de Huánuco. *Revista de Enfermería Herediana*,

Vol. 9, Núm. 2. 2016. Disponible en:
<http://www.upch.edu.pe/vrinve/dugic/revistas/index.php/RENH/article/view/3011>

28. Mendoza M. Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Mayor de San Marcos. [Tesis pregrado] Escuela Académica Profesional de Enfermería. Facultad de medicina Humana. Universidad Mayor de San Marcos. 2007. Disponible en:
http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/498/Mendoza_sm.pdf;jsessionid=CDDE81C3A809C6D866673940AA25D1B2?sequence=1
29. Organización Mundial de la Salud (OMS). Riesgos para la salud de los jóvenes. [serie de internet]. 2011. [Fecha de acceso 03 de mayo 2018]; disponible en:
http://www.who.int/chp/chronic_disease_report/overview_sp.pdf
30. Organización Panamericana de la Salud-Perú. OPS: Posición del MINSA en sobre la comida chatarra está en línea de acuerdos internacionales. [serie de internet]. Perú: OPS; 2011. [fecha de acceso 6 May 2018]; disponible en:
http://www2.paho.org/per/index.php?option=com_content&task=view&id=1638&Itemid=724
31. Pasache Cl. Nivel de Conocimiento sobre dieta equilibrada y hábitos alimentarios en los alumnos del I ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería Asociación Universidad Privada San Juan Bautista. [Tesis de pregrado]. Ica: Asociación Universidad Privada San Juan Bautista; 2012. Disponible en:
<http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/11>
32. Coraza D. Hábitos Alimentarios y Factores de Riesgo Nutricional de los Alumnos de I a VIII ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería, Asociación Universidad Privada San Juan Bautista. [Tesis de pregrado]. Chorrillos: Asociación Universidad Privada San Juan Bautista; 2012. Disponible en:
<http://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/upsjb/1751/T-TPLE-Alison%20Jasmin%20Medina%20Lopez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
33. Lema L; Salazar I; Varela M; Tamayo J; Rubio A; Botero A. Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. Pensamiento Psicológico[en línea].2009.[fecha de acceso 4 de mayo 2018]; disponible en:

http://portales.puj.edu.co/psicorevista/components/com_joomlib/ebooks/PS5.pdf

34. Rebolledo D. Autocuidado en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad del Bío Bio: un análisis según el Modelo de Autocuidado de Dorothea Orem. [Tesis de pregrado]. Universidad Austral de Chile; 2010; disponible en: <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2010/fmr292a/doc/fmr292a.pdf>

35. Jiménez G. Teorías del desarrollo III. Red del Tercer Milenio. Primera edición: Viveros de Asís 96, Col. Viveros de la Loma, Tlalnepantla, C.P. 54080, Estado de México 2012. Disponible en: http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Educacion/Teorias_del_desarrollo_III.pdf

36. Arguello M, Bautista Y, Carvajal J, De Castro K, Díaz D, Escobar M, et al. Estilos de vida en estudiantes del área de la salud de Bucaramanga. Revista de Psicología Universidad de Antioquia [en línea]; 2009. [Fecha de acceso 23 de mayo 2018]; disponible en: <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/viewArticle/10019>

37. Maya L. Los Estilos de Vida Saludables: Componente de la calidad de vida. Costa Rica; 2011; [fecha de acceso 20 de junio 2018]; disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v79n5/original4.pdf>

38. Rojas M, Chumpitaz L. Gestión de Instituciones Educativas Promotoras de la Salud, diploma de especialidad Modo virtual- Estrategias para la Promoción de Estilos de Vida Saludable. Lima, Perú: Asociación Kallpa; 2008. Disponible en: <http://cybertesis.urp.edu.pe/bitstream/urp/317/1/Aguado-Ramos.pdf>

39. Ministerio de Salud en el Plan General 2005-2010 de la Estrategia Sanitaria Salud Mental y cultura de Paz. Dirección general de promoción de la salud. Disponible en: [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/D63295F7E038CA1F05257C98006E144B/\\$FILE/1_pdfsam_Plan_General_ESSM_y_CP.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/D63295F7E038CA1F05257C98006E144B/$FILE/1_pdfsam_Plan_General_ESSM_y_CP.pdf)

40. Peralta I, Santos b, Zaragoza A. “Determinantes del factor social” Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Alas Peruanas [Tesis pregrado]. Lima –Perú. 2015. Disponible en: <https://es.slideshare.net/anarosamendez/factor-social>

41. Fisher C. "Modelos De Enseñanza A Través De La Cultura" [tesis pregrado] Facultad de Enfermería. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann –Tacna Perú. 2004. Disponible en: <http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/302/TG0154.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

IX. ANEXOS

ANEXO N° 1

Solicitud de Permiso



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN-
TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



Tarapoto, de Julio del 2017

Oficio S/N-2018-EPE/RADV-FCM.

Dr. (a).

Director del Centro Pre Universitario de la UNSM-T..

SOLICITO: Permiso para la aplicación de instrumento de investigación.

Tenemos el agrado de dirigirnos hacia su persona con el debido respeto que se merece y exponemos lo siguiente:

El motivo de la presente es que, en nuestra calidad de Bachilleres en Enfermería Rosa Amelia Deza Vela y Fabiola Córdova Macedo de la Carrera Profesional de Enfermería de la UNSM-T; nos encontramos desarrollando nuestra Tesis Para obtener el Título Profesional de: LICENCIADA EN ENFERMERIA titulado “**ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018**”, para lo cual solicito su permiso y/o autorización para aplicar el instrumento de investigación a todos los postulantes a las carreras profesionales de Medicina Humana, Enfermería y Obstetricia del Centro pre universitario de la UNSM-T, que usted, dignamente direcciona.

Seguras de contar con su atención y aprobación a la presente, nos despedimos de usted.

Atentamente;

.....
Rosa Amelia Deza Vela
Bachiller de Enfermería.

.....
Fabiola Córdova Macedo
Bachiller de Enfermería.

ANEXO N° 2

Consentimiento Informado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN-TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



Buenos días, somos Rosa Amelia Deza Vela y Fabiola Córdova Macedo, Bachilleres de la Carrera Profesional de Enfermería de la UNSM-T, y estamos realizando este trabajo de investigación titulado: **“ESTUDIO COMPARATIVO DE LOS FACTORES SOCIOCULTURALES ASOCIADOS A ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES POSTULANTES A LAS CARRERAS PROFESIONALES DE MEDICINA, ENFERMERIA Y OBSTETRICIA DEL CENTRO -PRE UNIVERSITARIO DE LA UNSM-T. FEBRERO A JULIO 2018”** y para ello queremos pedirte que nos apoyes.

Tu participación en el estudio consistiría en llenar un cuestionario de factores socioculturales y estilos de vida. Tu participación en el estudio es voluntaria, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporciones/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a saber que tanto se asocian los factores socioculturales en los estilos de vida.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (O RESULTADOS DE MEDICIONES), sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio y tus padres también si solicitan la información.

.....
Firma del (la) participante

.....
Firma de la investigadora
DNI N° 73135807

.....
Firma de la investigadora
DNI N° 73381957

ANEXO N° 3

Instrumento de Investigación.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN-TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIOCULTURALES.

El Presente instrumento tiene como finalidad obtener información, que será útil para el estudio que se realizará acerca de los Factores socioculturales asociados a los estilos de vida en estudiantes que postulan a las carreras profesionales de medicina Humana, Enfermería y Obstetricia del Centro Pre Universitario de la UNSM-T, le pido se sirva a responder a los ítems planteados con mayor sinceridad y confianza posible, ya que será de carácter confidencial y anónima, desde ya agradezco su colaboración y gentileza.

INTRUCCIONES:

Lea cuidadosamente cada pregunta, completa o marca con un aspa (x) solo una alternativa por pregunta según corresponda.

N°	PREGUNTA	ALTERNATIVA
Factores Sociales		
01	Carrera a la que postula	a.- Medicina Humana b.- Enfermería c.- Obstetricia
02	Edad	a.- <16 b.- 16-22 c.- >22
03	Sexo	a.- Masculino b.-Femenino
04	Estado Civil	a.- Soltero (a) b.- Casado (a) c.- Conviviente d.- Separado (a) e.- Otro
05	Ocupación	a.- Estudia b.- Estudia y trabaja
06	Año de estudios	a.- De 1 a 2 años b.- De 3 a 4 años c.- De 5 a más años
07	Lugar de procedencia	a.- Tarapoto b.- Banda de Shilcayo c.- Morales

		d.- Otro
08	Ingreso Económico	a.- Menor de 100 soles b.- De 100 a 599 soles c.- De 600 a 1000 soles d.- Mayor de 1000 soles
Factores Culturales		
09	Religión	a.- Católico b.- Evangélico c.- Adventista d.- Otros.
10	Idioma	a.- Castellano b.- Quechua c.- Otro
11	¿Crees que la cultura interfiere en los estilos de vida de las personas?	a.- Siempre b.- Nunca
12	¿Crees que las personas con creencias distintas no llevan buenos estilos de vida?	a.- Siempre b.- Nunca

CUESTIONARIO



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN-TARAPOTO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD.
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA

Instrucciones: Marque con una “X” la alternativa que mejor describa su comportamiento.

Al responder las preguntas considera lo siguiente:

4 = Siempre	: A diario
3= Frecuentemente	: De 4 a 5 veces por semana
2= Algunas veces	: De 1 a 3 veces por semana
1 = Nunca	: Ningún día a la semana

Ítems	Nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre
Hábitos alimentarios				
1. Consumes ensaladas de verduras y hortalizas dos veces al día.				
2. Consumes de 3 a 5 frutas al día				
3. Consumes por lo menos una vez al día leche y/o derivados (yogurt, queso)				
4. Consumes una porción de carnes de aves, res, entre otras similares)				
5. Consumes pescado				
6. Consumes cereales, tubérculos y menestras.				
7. Consumes dulces: helados, pasteles, galletas, etc.				
8. Preparas tus alimentos con aceites vegetales (aceite de oliva, aceite de soya, aceite de girasol)				
9. Consumes grasas y frituras (mayonesa, papas fritas, pizzas, hamburguesa, chorizo, entre otros similares)				
10. Consumes de ocho a más vasos de agua				
11. Consumes gaseosas, bebidas industrializadas (frugos, cifrut, etc.)				
12. Consumes tres comidas principales al día (desayuno, almuerzo y cena)				
Actividad y ejercicio				
13. ¿Haces ejercicios o practicas algún deporte como: caminata, trotar, correr, nadar, etc.?				
14. ¿Los ejercicios o deportes los practicas 30 minutos como mínimo?				
15. ¿Prefieres manejar bicicleta en lugar de manejar moto?				
16. ¿Usas moto en distancias cortas en lugar de caminar?				
17. ¿Pasas tiempo sentado (más de 2 horas) en juegos virtuales, internet redes sociales?				

Sueño				
18. ¿Duermes al menos 7 horas al día?				
19. ¿Te cuesta trabajo quedarse dormido?				
20. ¿Te despiertas varias veces durante la noche?				
21. ¿Te trasnochas?				
22. ¿Te duermes durante las horas de clase?				
23. ¿Utilizas algunas sustancias para mantenerte despierto durante la noche (cigarro, café, pastillas, etc.)				
Recreación				
24. ¿Realiza actividades recreativas como: leer temas de su preferencia, ir al cine, viajar, salir a pasear?				
25. ¿Pasa tiempo libre en juegos virtuales, internet juegos de video?				
26. ¿Compartes el tiempo libre con tus amigos?				
27. ¿Compartes el tiempo libre con tu familia?				
28. ¿Destinas parte de tu tiempo libre para realizar actividades académicas?				
29. ¿Destinas parte de tu tiempo libre para realizar actividades laborales?				
Salud mental				
30. ¿Te sientes contento con las actividades que realizas?				
31. ¿Te dejas abrumar por tus emociones (rabia, temores, celos, culpas)?				
32. ¿Te sientes bien cuando estás en grupo?				
33. ¿Mantienes buenas relaciones con tu familia y/o pareja?				
34. ¿Mantienes buenas relaciones con tus compañeros de clase?				
35. ¿Te sientes capaz de manejar las situaciones difíciles que se presentan en tu vida?				

AUTOCUIDADO Y RESPONSABILIDAD DE LA SALUD

En relación, al autocuidado de la salud, responde

Considera lo siguiente y responde:

4= Siempre: Cada año

3= Frecuentemente Cada 2 a 3 años

2= Algunas veces: Cada 4 a 5 años

1= Nunca Ninguna vez

Ítems	Nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre
36. ¿Vas al odontólogo de forma preventiva?				
37. Para mujeres: ¿Te examinas los senos en búsqueda de nódulos u otros cambios? Para Hombres: ¿Te examinas los testículos en búsqueda de nódulos u otros cambios?				
38. ¿Usas bloqueador solar cuando te expones al sol?				
39. ¿Evitas las exposiciones prolongadas al sol?				
40. ¿Observas tu cuerpo con detenimiento para detectar cambios				
41. ¿Vas al médico de forma preventiva?				
42. ¿Te realizas exámenes de hemoglobina, triglicéridos, colesterol, glicemia?				
43. ¿Chequeas tu presión Arterial?				
44. ¿Consumes bebidas alcohólicas (cerveza, ron, whisky, vodka, vino, cocteles)?				
45. ¿Fumas?				
46. ¿Consumes café?				
47. ¿Consumes bebidas energizantes (redbull, burn, monster energy)?				

ANEXO N° 4

Estilos de vida	Medicina Humana				Enfermería				Obstetricia			
	Saludable		No saludable		Saludable		No saludable		Saludable		No saludable	
	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%	fi (n=51)	%
Hábitos alimentarios	4	23,53	17	50,0	3	15	6	19,4	5	25,0	12	38,7
Actividad y ejercicio	2	11,76	7	20,6	4	20	11	35,5	2	10,0	7	22,6
Sueño	3	17,65	1	2,9	3	15	5	16,1	1	5,0	1	3,2
recreación	4	23,53	5	14,7	6	30	4	12,9	4	20,0	2	6,5
Salud mental	1	5,88	1	2,9	2	10	3	9,7	5	25,0	7	22,6
Autocuidado y responsabilidad en salud	3	17,65	3	8,8	2	10	2	6,5	3	15,0	2	6,5
Total	17	100	34	100	20	100	31	100	20	100	31	100

Fuente: elaboración propia