

# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



## TESIS

Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela  
Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina  
de Tarma, 2024

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería

### **Autoras:**

Bach. Enf. Yanitza Leonela Paucar Vega  
Bach. Enf. Vivian Aracely Puente Anglas


### **Asesor:**

Dr. William Robert Escobar Blua

**Tarma, Perú**

**2025**

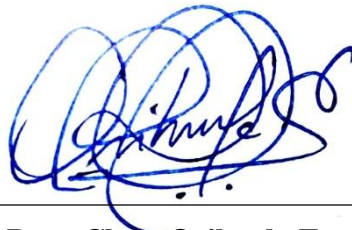
## **PÁGINA DE ASESOR**

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Escobar Blua', is written over a light blue rectangular background. The signature is stylized and somewhat obscured by overlapping lines.

---

**Dr. William Robert Escobar Blua**  
**ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9322-9311>**

## PÁGINA DE JURADO




---

**Dra. Rosa Clara Orihuela Espinoza**  
**Presidente**



---

**Dr. Luis Absalón Guevara Sarmiento**  
**Secretario**



---

**Mg. Félix Tito Ancalle**  
**Vocal**

## **DEDICATORIA**

A mis padres Sergio y Elesina, que me dieron su amor incondicional y por el constante apoyo; ustedes son mi mayor inspiración.

A mis queridos padres Rodolfo y Estela que me acompañaron con su apoyo emocional para culminar con éxito la carrera.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por ser nuestra fortaleza en la elaboración de la tesis, a nuestra casa superior de estudios (UNAAT) por brindarnos los conocimientos teóricos y prácticos a lo largo de la carrera, a los docentes por acompañarnos en cada etapa de estudio y ser nuestros guías en este camino de aprendizaje.

A nuestro asesor Dr. William Escobar Blua por el apoyo incondicional y su enseñanza dentro del desarrollo de la investigación.

# Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024

*por* Estilos De Vida Y Rendimiento Académico En Estudia Estilos De Vida Y Rendimiento Académico En Estudia

---

**Fecha de entrega:** 04-dic-2025 11:41p. m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2836297840

**Nombre del archivo:** S\_DE\_VIDA\_Y\_RENDIMIENTO\_ACADEMICO\_EN\_ESTUDIANTES\_28-11-2025.docx (16.67M)

**Total de palabras:** 13246

**Total de caracteres:** 72832

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
ALTOANDINA DE TARMA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**TESIS**

**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela  
Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina  
de Tarma, 2024**

**Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería**

**Autoras:**

Bach. Enf. Yanitza Leonela Paucar Vega  
Bach. Enf. Vivian Aracely Puente Anglas

**Asesor:**

Dr. William Robert Escobar Blua

**Tarma, Perú**

**2025**

# Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024

## INFORME DE ORIGINALIDAD

30%

INDICE DE SIMILITUD

28%

FUENTES DE INTERNET

23%

PUBLICACIONES

21%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	5%
2	<a href="#">Submitted to uncedu</a> Trabajo del estudiante	4%
3	<a href="https://repositorio.unsm.edu.pe">repositorio.unsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
4	<a href="https://repositorio.upeu.edu.pe">repositorio.upeu.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
5	<a href="https://repositorio.unjfsc.edu.pe">repositorio.unjfsc.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
6	<a href="#">Submitted to Universidad Nacional de Tumbes</a> Trabajo del estudiante	2%
7	<a href="https://apirepositorio.unu.edu.pe">apirepositorio.unu.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="https://repositorio.unaat.edu.pe">repositorio.unaat.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

9	ctscafe.pe Fuente de Internet	1 %
10	Neira Ortega, Idaluz Magly. "Percepciones sociales sobre el proceso de acreditación de la Escuela Profesional de Sociología UNA – Puno 2017.", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	1 %
11	Submitted to Universidad Tecnológica de los Andes Trabajo del estudiante	1 %
12	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
13	repositorio.utea.edu.pe Fuente de Internet	1 %
14	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	1 %
15	Franklin David Chisag Punina, Anderson Jose Sangacha Yugsi. "Emotional Intelligence and Its Relationship with Academic Performance in Students of the Technical University of Ambato", Enfermería Cuidándote, 2025 Publicación	<1 %
16	apirepositorio.unh.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

17	<a href="https://repositorio.unat.edu.pe">repositorio.unat.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
18	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
19	Aquize García, Graciela Del Carmen. "Relación entre las competencias emocionales y el desempeño de la práctica pre profesional de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Inicial de la Universidad Nacional del Altiplano Puno", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
20	<a href="https://repositorio.undac.edu.pe">repositorio.undac.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
21	Apaza Mamani, Edilberto. "Desempeño docente en la modalidad de educación virtual y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Sociología de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2020", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
22	Marcia Elena Chávez-Suárez, Darwin Gabriel García-Herrera, Ana Zulema Castro-Salazar, Juan Carlos Erazo-Álvarez. "Storytelling como	<1 %

estrategia para fortalecer el idioma Inglés",  
EPISTEME KOINONIA, 2020

Publicación

23

[repositorio.usmp.edu.pe](https://repositorio.usmp.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

24

Submitted to Miami University of Ohio

Trabajo del estudiante

<1 %

25

Paredes Ugarte, Wilber. "Biomarcadores del metabolismo del hierro y desarrollo psicomotor de niños de 6 a 59 meses de edad en la Región de Puno 2019", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

<1 %

26

[repositorio.upao.edu.pe](https://repositorio.upao.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

27

Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez

Trabajo del estudiante

<1 %

28

[repositorio.unife.edu.pe](https://repositorio.unife.edu.pe)

Fuente de Internet

<1 %

29

Huamaccto Tarazona, Jackeline Karina. "Maloclusión Dental en Adolescentes de 13 a 18 Años y sus Características del Habla en Lima Metropolitana.", Pontificia Universidad Catolica del Peru (Peru)

Publicación

<1 %

30

[repositorio.uandina.edu.pe](https://repositorio.uandina.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

31

Lipa Tudela, Luzbeth. "Estilos de vida y estrés en relación con el rendimiento académico en los adolescentes de la Institución Educativa Secundaria Maria Auxiliadora - Puno, 2017", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

&lt;1 %

32

Quicaño Nuñez, Filomena Lourdes. "Estilos de vida y estrés en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2012", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

&lt;1 %

33

Isia Larico, Sonia Marizela. "Vulneración a los derechos del arrestado en la aplicación del arresto ciudadano en delito flagrante y los límites en la acusación fiscal, distrito fiscal de Puno - 2017.", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

&lt;1 %

34

[repositorio.uns.edu.pe](https://repositorio.uns.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

35

[repositorio.unap.edu.pe](https://repositorio.unap.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

36	repositorio.uoosevelt.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
37	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
38	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
39	repositorio.upsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
40	Submitted to Universidad Continental Trabajo del estudiante	<1 %
41	Acero Aycaya, Edelmira. "Actitud emprendedora y habilidades sociales en estudiantes de Educación Básica Alternativa, en el CEBA Coronel Gregorio Albarracín - Tarata 2022.", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
42	Delgado Vargas, Sandra. "Nivel de conocimiento sobre los factores de riesgo y la práctica de prevención del cáncer de mama en estudiantes de enfermería del octavo ciclo de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2018", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) Publicación	<1 %

Submitted to Universidad Europea de Madrid

43

&lt;1 %

44

Zongjie Zhou, Gulmira Karabalaeva, Zhipeng Du, Sultan Karabalaev, Nargiz Ishtaeva.

&lt;1 %

"Condições pedagógicas para a formação de um estilo de vida saudável entre os alunos: o exemplo dos desportos tradicionais na China", Retos, 2025

Publicación

45

[repositorio.uap.edu.pe](https://repositorio.uap.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

46

[repositorio.usanpedro.edu.pe](https://repositorio.usanpedro.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

47

Carreon Cuba, Nataly Yamile | Cornejo Falcon, Elva Luz. "Implementacion de la politica en educacion intercultural bilingue a traves de redes educativas rurales, periodo 2011 a 2015 : la experiencia de la red educativa rural huallatiri, Puno - Peru.", Pontificia Universidad Catolica del Peru - CENTRUM Catolica (Peru), 2021

Publicación

&lt;1 %

48

[cybertesis.unmsm.edu.pe](https://cybertesis.unmsm.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

49

[repositorio.unprg.edu.pe](https://repositorio.unprg.edu.pe)

Fuente de Internet

&lt;1 %

50

Ana Cristina Duran Santiago, María del Carmen Santes-Bastián, Nazaria Martínez-Díaz. "Correlación de los estilos de vida con la obesidad y el sobrepeso en adultos", UVserva, 2023

Publicación

&lt;1 %

51

Arhuata, Edwin Jhonn Hurtado. "Brechas digitales y su influencia en el desempeño académico del área de ciencias sociales bajo la estrategia aprendo en casa de los estudiantes de IES Nuestra Señora del Carmen llave, 2021", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

&lt;1 %

52

Cumpa Ito, Yéssica Kely. "Niveles de estrés y rendimiento académico de los estudiantes del IX semestre del área de la salud, Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2022", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru)

Publicación

&lt;1 %

53

Gicela Camborda Palacios. "Improvement of the Marking and Cutting Processes in a Textile Knitwear Company", Industrial Data, 2024

Publicación

&lt;1 %

54

Submitted to Pontificia Universidad Católica del Ecuador - PUCE

Trabajo del estudiante

&lt;1 %

55	<a href="http://repositorio.unasam.edu.pe">repositorio.unasam.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
56	<a href="http://repositorio.untumbes.edu.pe">repositorio.untumbes.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
57	<a href="http://repositorio.uss.edu.pe">repositorio.uss.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
58	<a href="http://1library.co">1library.co</a> Fuente de Internet	<1 %
59	Machaca Apaza, Lianne Cadnis. "Hábitos de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Ingeniería Agrícola de la UNA Puno", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru) Publicación	<1 %
60	Villacorta Méndez, Jessica Esther. "Habilidades metacognitivas y rendimiento académico en el área de inglés en los estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria de la I.E. N° 88042 "Las Palmas", Nuevo Chimbote – 2017", Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (Peru) Publicación	<1 %

Excluir citas            Activo  
Excluir bibliografía    Activo

Excluir coincidencias    Apagado

## ÍNDICE GENERAL

PÁGINA DE ASESOR.....	2
PÁGINA DE JURADO .....	3
DEDICATORIA .....	4
AGRADECIMIENTO .....	5
RESUMEN.....	23
ABSTRACT .....	24
I. INTRODUCCIÓN .....	25
1.1. Planteamiento de Problema.....	26
1.2. Formulación de problema .....	28
1.3. Objetivos .....	29
1.4. Justificación .....	30
II. MARCO TEÓRICO.....	31
2.1. Antecedentes .....	31
2.2. Marco teórico - conceptual .....	34
2.2.1. Estilo de vida.....	34
2.2.2. Modelo de Promoción de la Salud según Nola Pender: .....	34
2.2.3. Estudiante universitario.....	37
2.2.4. Rendimiento académico .....	38
2.3. Definición de términos básico .....	40
III. MARCO METODOLÓGICO.....	41
3.1. Tipo de estudio.....	41
3.2. Diseño .....	41
3.3. Hipótesis .....	42
3.4. Variables .....	42
3.5. Operacionalización de variables. ....	43
3.6. Población, muestra y muestreo .....	47
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	48

3.8. Métodos de análisis de datos.....	50
3.9. Aspectos éticos de la investigación.....	51
IV. RESULTADOS.....	52
4.1. Resultados descriptivos.....	52
4.2. Resultados inferenciales.....	55
4.2.1. Hipótesis general .....	55
4.2.2. Hipótesis específica.....	57
V. DISCUSIÓN .....	69
VI. CONCLUSIONES .....	72
VII. RECOMENDACIONES.....	73
VIII. REFERENCIAS .....	74
IX. ANEXOS .....	77
Anexo 1. Matriz de consistencia.....	77
Anexo 2. Instrumentos de recolección de datos.....	79
Anexo 3. Operacionalización de variables.....	83
Anexo 4. Ficha de validez de instrumento(os).....	87
Anexo 5. Base de datos de la muestra real de estudio. ....	95
Anexo 6. Carta de aprobación del Comité de Ética. ....	96
Anexo 7. Carta de autorización para la ejecución de instrumento(os).....	97
Anexo 8. Galería fotográfica.....	98
Anexo 9. Resolución de designación de asesor. ....	100
Anexo 10. Resolución de aprobación de proyecto de tesis.....	102
Anexo 11. Resolución de designación de jurados.....	104
Anexo 12. Acta de sustentación de tesis.....	106
Anexo 13: Constancia de similitud .....	108

## INDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1</b>	<i>Estilo de vida de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>52</i>
<b>Figura 2</b>	<i>Rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>53</i>
<b>Figura 3</b>	<i>Estilo de vida y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>54</i>

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b>	<i>Estilo de vida y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>55</i>
<b>Tabla 2</b>	<i>Prueba de Chi – Cuadrado entre estilo de vida y rendimiento académico.....</i>	<i>56</i>
<b>Tabla 3</b>	<i>Nutrición y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>57</i>
<b>Tabla 4</b>	<i>Prueba de Chi – Cuadrado entre la nutrición y rendimiento académico.....</i>	<i>58</i>
<b>Tabla 5</b>	<i>Ejercicio y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>59</i>
<b>Tabla 6</b>	<i>Prueba de Chi-Cuadrado entre el ejercicio y rendimiento académico.....</i>	<i>60</i>
<b>Tabla 7</b>	<i>Responsabilidad en salud y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>61</i>
<b>Tabla 8</b>	<i>Responsabilidad en salud y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>62</i>
<b>Tabla 9</b>	<i>Manejo del estrés y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>63</i>
<b>Tabla 10</b>	<i>Prueba de Chi-Cuadrado entre el manejo de estrés y rendimiento académico.....</i>	<i>64</i>
<b>Tabla 11</b>	<i>Soporte interpersonal y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>65</i>
<b>Tabla 12</b>	<i>Prueba de Chi-Cuadrado entre el soporte interpersonal y rendimiento académico.....</i>	<i>66</i>
<b>Tabla 13</b>	<i>Autoactualización y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.....</i>	<i>67</i>
<b>Tabla 14</b>	<i>Prueba de Chi-Cuadrado entre la autoactualización y rendimiento académico.....</i>	<i>68</i>

## **PRESENTACION**

La tesis titulada “Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024” se delimita en un enfoque cuantitativo y un diseño experimental. El estudio tiene como objetivo contribuir contenido importante para futuras investigaciones.

En ese contexto, el análisis empleado se basa en la búsqueda de relación o implicancia del estilo de vida dentro del rendimiento académico en los universitarios.

El presente estudio se ha estructurado en nueve capítulos: I. Introducción, que contiene la determinación y formulación del problema, la justificación y los objetivos; II. Marco teórico, que incluye los antecedentes de la investigación, marco teórico conceptual y definición de términos básicos; III. Marco metodológico, que considera el tipo de estudio, diseño, hipótesis, variables y su operacionalización, población, muestra y muestreo, técnicas e instrumentos de recolección de datos, métodos de análisis y aspectos éticos de la investigación; IV. Resultados; V. Discusión; VI. Conclusiones; VII. Recomendaciones; VIII. Referencias y IX. Anexo.

## **RESUMEN**

Los estilos de vida son parte del desarrollo académico en los universitarios ya que influyen en su bienestar físico y sentimental. Este estudio tuvo la finalidad de establecer la relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024. Se utilizó un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo correlacional y de corte transversal. La población fue de 258 y la muestra constó de 155 estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma. Se empleó la encuesta como técnica y registro de datos, utilizando como instrumentos el test de PEPS-I de Nola Pender (1996) y la hoja de recolección de datos. La información conseguida fue organizada y analizada mediante la prueba estadística del Chi Cuadrado, siendo el p valor de 0,032. Los resultados evidencian que una cantidad significativa de los estudiantes presentan un estilo de vida saludable y rendimiento académico regular. Esto permite concluir que hay un vínculo significativo entre estilo de vida y rendimiento académico ya que el p valor fue menor a 0,05, hallado en los estudiantes de facultad de enfermería.

**Palabras Claves:** Estudiante, estilo de vida y rendimiento académico

## **ABSTRACT**

Lifestyles are part of the academic development of university students as they influence their physical and emotional well-being. This study aimed to establish the relationship between lifestyles and academic performance in students of the Professional School of Nursing at the National Autonomous University of the Altoandina of Tarma, 2024. A quantitative, descriptive, correlational, and cross-sectional approach was used. The population was 258 and the sample consisted of 155 students from the Professional School of Nursing of the National Autonomous University of the Altoandina of Tarma. The survey was used as a technique and data recording, using the PEPS-I test by Nola Pender (1996) and the data collection sheet as instruments. The information obtained was organized and analyzed using the Chi-square statistical test, with a p value of 0.032. The results show that a significant number of students present a healthy lifestyle and regular academic performance. This allows us to conclude that there is a significant link between lifestyle and academic performance since the p value was less than 0.05, found in nursing school students.

**Keywords:** Students, lifestyle y academic performance

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad los modos de vida tienen un papel crucial en la salud, ya que es un factor importante porque impacta en su bienestar mental y físico, asimismo de influir dentro de su rendimiento académico. Durante la etapa universitaria, los jóvenes atraviesan un periodo decisivo en el que empiezan a formar y reforzar patrones de vida, ya sean positivos o negativos, al mismo tiempo que adquieren mayor autonomía. Llevar un modo de vida saludable es esencial si se quiere mantener un favorable nivel de desempeño académico y favorecer el crecimiento personal a lo largo de la carrera.

Por otro lado, las universidades muestran una creciente preocupación por garantizar una educación de calidad. Esto implica prestar especial atención a todas las variables que predominan en el desarrollo de comprensión. A este aspecto, es fundamental identificar los factores que pueden actuar como barrera o facilitadores para los universitarios en el cumplimiento de su proceso educativo.

El estudio realizado se basó teniendo el propósito de encontrar la existencia de relación en ambas variables planteadas dentro de un área no estudiada, fue realizado a través de un proceso consecutivo donde se otorgó el permiso para la ejecución dentro del centro de estudio, siendo los estudiantes participantes de manera voluntaria para la aplicación del instrumento, no se obtuvo ninguna dificultad durante el proceso de ejecución y procesamiento de datos los cuales fueron obtenidos por un muestreo de aleatorio simple, por último se aplicó la prueba estadística de chi-cuadrado para un resultado de confiabilidad.

## 1.1. Planteamiento de Problema

Según Briones (2021), de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, los hábitos de vida influyen negativamente en el bienestar de 820 millones de personas a nivel mundial, al promover hábitos perjudiciales en la ingesta exagerada de bebidas alcohólicas, el consumo de tabaco y el sedentarismo, lo cual repercute en la calidad de vida y favorece a enfermedades no transmisibles. Este problema es común entre estudiantes universitarios, ya que sus hábitos diarios impactan especialmente en su rendimiento académico, reflejándose en bajos resultados. Por ello, es fundamental fomentar prácticas saludables que mejoren tanto el bienestar físico y mental como el desempeño académico. Las regiones más afectadas son Asia, con 513.9 millones de habitantes; África, con 256.1 millones; y el Caribe y América Latina, con 42.5 millones. (1).

Mientras que a nivel nacional Rodríguez (2024), sostiene que el bajo rendimiento académico, la deserción y la repetición de cursos en universidades públicas reflejan una preparación deficiente, especialmente en los jóvenes de 15 y 24 años. Este período de transición se asocia con estilos de vida poco saludables, que afectan negativamente la autoimagen académica y el nivel cognitivo. Ante esta situación, el Ministerio de Salud (MINSA) puso en marcha Lineamientos de la Política de Promoción de la salud, reconociéndolos como factores claves del bienestar. Según ENDES (2021); el 62.7 % de la población de 15 a 24 años de edad en el país presenta exceso de peso, siendo las mujeres el grupo más afectado, con una prevalencia del 65.6 %, frente al 59.5 % observado en los hombres. (2).

El propósito de abordar este tema dentro de la UNAAT, específicamente en la población estudiantil de la carrera de enfermería, es resaltar su importancia, de ambas variables señalando que la mala alimentación constituye un problema significativo durante la etapa juvenil. Esta problemática impacta en el nivel académico alcanzado por los universitarios, poniendo como manifiesto una conexión directa entre la manera de vivir y los resultados académicos. En análisis del desempeño académico es un gran problema en la formación universitaria. (3)

Durante el transcurso de nuestra formación académica, fue posible observar y evidenciar que los educandos universitarios dentro de la dimensión de nutrición, se identificó un consumo constante de alimentos procesados, en cuanto a la actividad física, se evidencio la presencia continua de fatiga, cansancio físico e inactividad, respecto a la responsabilidad en salud, la gran mayoría de los estudiantes manifestaron no asistir ni participar en programas de prevención y jornadas médicas, en lo que concierne al manejo del estrés, se hizo evidente que muchos estudiantes presentaban síntomas recurrentes como dolores de cabeza, irritabilidad, cambios de humor y expresiones relaciones con el insomnio, los cuales eran atribuidos, en su mayoría, a la saturación de tareas académicas, responsabilidades universitarias y prácticas pre-profesionales, por último, en el soporte interpersonal, se presenciaron situaciones de conflicto, como discusiones y desacuerdos entre compañeros y amistades cercanas, que interferían con la armonía del entorno académico y social. Estos desacuerdos generaban tensiones emocionales que dificultaban el trabajo en equipo y el rendimiento individual en actividades académicas.

Todos estos factores descritos anteriormente resultaban ser influyentes den el nivel académico del estudiantado, ya que se convirtieron en causas frecuentes por las cuales se obtenían calificaciones tanto aprobatorias como desaprobatorias en diversas actividades académicas como tareas, exposiciones orales, prácticas y evaluaciones escritas. Ante esta realidad, surge la imperante necesidad de profundizar en el estudio de si existe conexión entre el estilo de vida con su rendimiento académico en los discentes, considerando las dimensiones mencionadas.

## 1.2. Formulación de problema

Problema general

¿Cuál es la relación entre los estilos de vida y el rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?

Problemas específicos

1. ¿Cuál es relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?
2. ¿Cuál es la relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?
3. ¿Cuál es la relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?
4. ¿Cuál es la relación entre el manejo del estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermaría de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?
5. ¿Cuál es la relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?
6. ¿Cuál es la relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?

### **1.3. Objetivos**

#### Objetivo general

Establecer la relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

#### Objetivos específicos

1. Establecer la relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
2. Establecer la relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
3. Establecer la relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
4. Establecer la relación entre el manejo de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
5. Establecer la relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
6. Establecer la relación entre autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

#### **1.4. Justificación**

La investigación tiene relevancia práctica, ya que resulta de gran utilidad los resultados obtenidos porque permitirán sustentar la implementación de nuevas estrategias orientadas al fortalecimiento en la forma de vida en la población universitaria. Al promover un estilo de vida equilibrado y consciente, se espera optimizar el desempeño académico de los estudiantes, favoreciendo no solo su proceso de aprendizaje, sino también su bienestar general. Esto repercute positivamente en su formación profesional integral, preparándolos para enfrentar con mayor eficacia los desafíos tanto académicos como laborales que se presenten a lo largo de su carrera.

Desde el enfoque metodológico, se busca optimizar las estrategias para obtener información precisa, pertinente y confiable mediante el uso de un instrumento de elaboración propia previamente validada y otra de Nola pender de 1996, su aplicación servirá a futuras investigaciones con las variables del estudio y mejorar la comprensión del modo de vida y rendimiento académico.

A nivel social, los resultados alcanzados refuerzan la importancia de los estilos de vida en el rendimiento académico. El estudio contribuirá directamente a los estudiantes y a la comunidad universitaria, a través de decisiones de los gestores para propuesta para actividades curriculares y extracurriculares alienadas al fomento de un patrón de vida sano, generando así diversos impactos positivos en el desenvolvimiento académico sino incluso en el bienestar físico, emocional y psicológico de los estudiantes.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### **Internacional**

Sáez, et al. (2022) Colombia, el estudio elaborado en estudiantes universitarios con el propósito de buscar el vínculo entre desempeño académico y hábito de vida. Mediante un enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo - correlacional. Finalmente teniendo como resultados que las personas de sexo femenino tienen mayor índice en un desempeño académico superior y un hábito de vida altamente beneficioso en cuanto a los varones, resultando sobresaliente el factor de la dimensión familiar en cuanto a las otras. Concluyendo con la relación comprometedora entre ambas variables. (4)

Lara, (2021) Ecuador, en el estudio realizado con estudiantes universitarios, en cual tuvo una cantidad de 30 estudiantes, teniendo como propósito fijar una conexión entre desempeño y la forma de vivir, teniendo por consiguiente que el 56,66% tuvo un estilo de vida medio, el 23,33% un estilo de vida bajo y el 20% alto. Concluyendo estadísticamente una evidente conexión entre ambas variables luego del procesamiento de datos en el SSPS. (5)

#### **Nacional**

Pari, (2023) Arequipa, en el estudio realizado con estudiantes universitarios, es de investigación correlacional de corte transversal, teniendo como propósito el encontrar un vínculo entre desempeño académico y modo de vida, se tuvo 320 estudiantes en la que se aplicó una investigación de corte transversal, puesto que el 86.42% de estudiantes tienen un modo de vida buena, el 13.04% tiene un modo de vida muy bueno y el 0.54% tiene un modo de vida regular; respecto al rendimiento académico se obtuvo que es 57.06% tiene un rendimiento académico regular, el 22.83% deficiente y el 20.11% bueno; mediante la prueba de r-pearson cuadrado obtuvo un valor de 0.426. Se confirma la existencia una de un vínculo medial de las dos variables estudiadas, esto avalado por la prueba r de Pearson. (6)

Urbina, (2021) Lima, en el estudio realizado con estudiantes universitarios, con finalidad de buscar la asociación de las constantes de rendimiento académico y estilo de vida, se tuvo como muestra un promedio de 80 estudiantes, siendo que el 52.5% casi siempre practican un buen hábito de vida y el 47.5% siempre realiza un buen hábito de vida, respecto al rendimiento académico resulto que el 63.8% frecuentemente se mide el rendimiento académico, el 23.8% considera que es imprescindible medir el desempeño académico y el 12.5% mencionan que solo a veces, desenlazando que cada una de las dimensiones de los hábitos de vida tiene un vínculo pronunciado y significativo con el desempeño académico, presentando como base los resultados del coeficiente de Spearman  $RHO = 0.854$ . Concluyendo con la relación positiva entre ambas variables. (7)

Chevesta y Quiñonez (2022) Lambayeque, en el estudio realizado con estudiantes universitarios tuvo como finalidad de encontrar el vínculo entre el desempeño académico y los hábitos de vida, teniendo 257 estudiantes como cantidad final, los cuales obtuvieron en un 59.9% tienen un estilo de vida saludable y el 40.1% tiene un estilo de vida no saludable, respecto al rendimiento académico un 30.7% obtuvo un rendimiento académico muy bueno, un 20.2% bueno, un 19.5% excelente, un 16.3% regular y el 13.2% deficiente. Finalmente se realizó el cruce de ambas variables teniendo de resultado  $p=0,021$  con un 95% de confianza, concluyendo con la confirmación de la existencia entre la asociación de ambas variables. (8)

Cure y Zegarra (2023) Huacho, en el estudio realizado con estudiantes universitarios tuvo el fin de ver el impacto de los hábitos de vida dentro del desenvolvimiento académico, tuvo como muestra una cantidad de 141 estudiantes, obteniendo como resultados que entorno al habitó de vida el 52% son saludables y el 48% no saludable, respecto al rendimiento académico el 43% es aceptable, el 39% es bueno, el 13% es deficiente y el 5% es muy bueno; los resultados realizados por R de Pearson fue de 0.450, concluyendo así con la relación directa de hábito de vida y resultados académico. (9)

Palomino, et al. (2021) Lima, el análisis realizado con estudiantes universitarios, tuvo como finalidad buscar la conexión entre el desempeño académico y los hábitos de vida, con una muestra de 157 personas, los resultados logrados son a través dos instrumentos ejecutados, se determinó que el 85.99% tiene un estilo de vida medianamente saludable y el 14.01% obtuvo un estilo de vida saludable, respecto al rendimiento académico el 67.5% se encuentra en regular y el 22.9% se encuentra en alto; se dispuso la prueba de Rho Spearman para ver correlación de la variable de estilo de vida y sus dimensiones con la variable de rendimiento académico. Concluyendo con el resultado de una correspondencia entre variables mencionadas y las dimensiones de estilo de vida como recreación, deporte, hábitos alimenticios, consumo de sustancias nocivas, autocuidado y hábitos de sueño con la variable de rendimiento académico. (10)

Balcona y Huamani (2023) Puno, en el estudio realizado en los estudiantes universitarios tuvo la intención de encontrar la asociación entre desempeño académico y hábito de vida, con una muestra de 202 universitarios se usó los instrumentos de encuesta y ficha de notas, siendo finalmente que el 64.4% sostiene un hábito de vida medial saludable siendo contrastado con el 55.9% un desempeño académico favorable y el 19.8% cuentan un buen hábito saludable siendo contratado con el 14.4% que obtuvieron un desempeño académico muy sobresaliente. Finalmente probando así su relación significativa de ambas variables estudiadas mediante la prueba de Rho Spearman 0.760. (11)

### **Local**

Huaman y Marcañaupa (2023) Huancayo, en el estudio realizado en estudiantes universitarios tuvo como la finalidad de buscar la asociación de desempeño académico y hábitos de vida, tuvo una muestra de 123 estudiantes con un resultado de que el 57,7% de los estudiantes mantienen ambas variables de forma medial, el 16,3% consiguió un hábito de vida y desempeño académico superior, 13% consiguió estilo de vida medial y en cuestión de rendimiento académico fue superior y el 2,3% un hábito de vida nocivo y un desempeño académico deficiente. Concluyendo con la existencia de vínculo entre las dos variables según resultados del procesamiento de datos. (12)

## **2.2. Marco teórico - conceptual**

### **2.2.1. Estilo de vida**

Hace referencia al conjunto de rutinas y comportamientos que impactan directamente en el bienestar y salud de las personas. Cuando se adoptan formas de vida perjudiciales, se pone en riesgo el bienestar físico, social y psicológico, especialmente en los estudiantes universitarios. Aquellos que no practican conductas saludables como cuidar su bienestar o realizar actividad física, tienen una mayor probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas. En contraste, las instituciones de educación superior que promuevan hábitos sanos pueden tener una repercusión positiva en el bienestar estudiantil, a diferencia de aquellas que no impulsan estas prácticas. (13)

En el contexto universitario, esta etapa es clave porque los jóvenes consolidan hábitos que pueden mantenerse en la adultez, influyendo en su bienestar integral y ser propenso a desarrollar enfermedades metabólicas o condiciones psicológicas adversas. Por ejemplo, García y Alvarez (2023), muestran que muchos estudiantes presentan hábitos alimenticios inadecuados, bajo nivel físico, alimentación riesgosa y sedentarismo, mientras que otros mantienen hábitos de vida saludables con esfuerzo físico medial y alimentación balanceada. Además, las conductas vida beneficiosas en universitarios son asociados a una mejor función académica, ya que una buena alimentación contribuye al desarrollo cognitivo y a la capacidad para enfrentar las demandas académicas. (14)

### **2.2.2. Modelo de Promoción de la Salud según Nola Pender:**

La propuesta de modelo por Nola Pender, facilita la comprensión de conductas humanas vinculadas para salud, a la vez, orienta hacia la adopción de hábitos de vida saludable. Busca entender la razón de los comportamientos humanos vinculadas al bienestar, y a su vez, orientarse hacia la creación de comportamientos saludables, explica qué comportamientos alteran las acciones de los seres humanos. (15).

Así pues, este modelo posibilita establecer categorías fundamentales sobre conductas relacionadas con la salud que hasta el momento aún están en duda para mejorar y perfeccionar. El principal argumento del modelo es instruir a las personas acerca de cómo deben proteger su salud, es decir, tomar conciencia y esforzarse para llevar una vida saludable. De esta manera, se puede prevenir la aparición de ciertas enfermedades, contribuir a reducir recursos y, sobre todo, preservar la salud. Además, este modelo contribuye de manera significativa al personal sanitario, particularmente en la enfermería.

Dimensiones de estilo de vida según Nola Pender 1996:

En 1996, Nola Pender presentó un método de evaluación de estilo de vida que divide entre un estado saludable y no saludable, abarcando entre ellas seis dimensiones: relaciones interpersonales, nutrición, manejo del estrés, autoactualización, ejercicio, responsabilidad social, aquellas dimensiones fueron incorporadas en el cuestionario que se utilizó como instrumento en esta investigación. (16)

#### **2.2.2.1. Nutrición:**

La nutrición debe ser de naturaleza pura, en medidas correctas y balanceada, pues proporcionará la energía requerida para el debido desempeño en los órganos, además previene el surgimiento de diversas enfermedades que surgen debido al déficit o sobreabundancia de alimentos. (17)

Los estudiantes universitarios son susceptibles a estas influencias y susceptibles a hábitos de vida escasamente sano, al igual que la desobediencia en guías de consumo orientados a asegurar un apropiado estado nutricional. Se distinguen por llevar a cabo menos de tres comidas al día, usualmente omiten el desayuno y es habitual el consumo de comidas rápidas causando una carga de malnutrición a nivel poblacional. (18)

#### **2.2.2.2. Ejercicio:**

En la actualidad la ausencia de ejercicio físico se intensifica debido a las malas costumbres de estilo de vida, un ejemplo claro es el uso de un ordenador por horas extensas. También se puede sostener que la actividad física es una actuación planificada, organizada y reiterada, cuyo propósito es prosperar o preservar el cuerpo en buen estado físico. Es imprescindible memorizar definitivamente el mantenerse en movimiento constante, igualmente, aunque parezca poco, puede contribuir significativamente en el bienestar y la salud. (19)

#### **2.2.2.3. Responsabilidad en salud:**

Consiste en un compromiso proactivo personal dentro del bienestar, que abarca conductas de análisis personal y la búsqueda de su mejoría, denominado como autocuidado. Esto implica comportamientos en la comunicación con los expertos en salud acerca de las acciones preventivas para el cuidado de la salud, así como la habilidad para determinar el momento adecuado en el que se requiere asistencia médica. (20)

Dorotea Orem apoya la responsabilidad de todas las personas de cuidar su salud y fortalecer sus recursos para atender a las necesidades personales que demanda la salud. Así también, el autocuidado es fundamental para ella, ya que la falta del mismo puede provocar problemas y complicaciones en el bienestar. (21)

#### **2.2.2.4. Manejo del estrés:**

Este problema del estrés está fuertemente relacionado con las circunstancias incómodas que experimentan miles de individuos que generalmente se caracteriza por la existencia de tensión, nerviosismo, alteración del estado de ánimo, fatiga y desmoronamiento emocional. Esto puede provenir de diversas fuentes como: Trabajo, educación y emocional. Este problema único es difícil de gestionar, dado que no está bajo el control, sino que proviene del entorno vivido. (22)

#### **2.2.2.5. Soporte interpersonal:**

Las actividades sociales a cualquier edad son resultan ventajosas porque la interacción promueve la salud física y mental, la interacción con las personas, amigos y familiares, permite el apoyo al individuo en mantenerse dentro de un entorno sano sin problemas en el bienestar. En este contexto, el intercambio verbal con los demás es crucial si queremos lograr un sentido de intimidad y proximidad, conlleva la transmisión y manifestación de pensamientos y emociones mediante la expresión corporal y no corporal. Las interacciones personales brindan compañerismo, apoyo y desarrollo emocional. Además, los valores individuales concuerdan con los conceptos de vida, estos impactan la manera de razonar, sobre nuestras emociones y en nuestras conductas, implicando un compromiso genuino y profundo del individuo hacia sí mismo y hacia el entorno. (23)

#### **2.2.2.6. Autoactualización:**

La autoactualización se refiere al desarrollo personal en contribución a sus necesidades más elevadas, especialmente las vinculadas con el propósito de la vida. Así pues, la actualización facilita la creación de meyas flexibles de forma que cada individuo mantiene estas metas a lo largo de su existencia. (24)

#### **2.2.3. Estudiante universitario**

Un estudiante universitario es aquel que ha sido admitido y matriculado en un centro educativo superior de pregrado o postgrado. En el Perú, según la ley universitaria N°30220, los programas de pregrado duran en promedio cinco años y están sujetos a regulación estatal. Los años referentes de los estudiantes oscila entre 17 y 24, aunque también es común encontrar personas mayores que estudian a tiempo parcial o han retomado sus estudios. (25)

### **2.2.3.1. Características de un estudiante universitario**

En la actualidad, se reconoce al estudiante como un agente activo y central en su propio proceso de aprendizaje. Ya no es visto simplemente como un receptor de conocimientos, y no como alguien capaz de construir saberes a través del dialogo, la colaboración y la participación activa. Asimismo, ha desarrollado capacidades para colaborar con otros, expresarse asertivamente y aplicar diversas estrategias que le permiten aprender de forma más autónoma y eficiente. Gracias a su familiaridad con las tecnologías y nuevas metodologías, asimila la información con mayor rapidez y flexibilidad, puede desempeñar varias tareas al mismo tiempo y, en muchos casos, muestra una clara preferencia por enfoques prácticos y experienciales del aprendizaje, valorando el saber hacer tanto como el saber teórico. (26)

### **2.2.3.2. Adaptación a la vida universitaria**

Iniciar la vida universitaria constituye una etapa importante en la formación académica e integral del estudiante. Este proceso requiere adaptarse a nuevas realidades sociales, académicas y emocionales, lo cual puede influir considerablemente en su rendimiento y bienestar general. Ser estudiante universitario no solo implica formar parte activa de un proceso educativo orientado al dominio de conocimientos, habilidades y competencias dentro de un área específica, sino también asumir responsabilidades académicas y administrativas establecidas por la institución. Asimismo, esta etapa representa un compromiso con la formación integral, la incorporación de valores y la participación en la vida universitaria, lo que favorece un aprendizaje contante en lo académico, personal y social. (27)

### **2.2.4. Rendimiento académico**

Se hace mención que se refiere a la manifestación de rasgos psicológicos y habilidades que el alumno incrementa durante la educación que se le brinda, dándole la posibilidad de que logre cumplir con las metas que se haya establecido, esto se fusionara para conseguir finalmente el promedio ponderado que se espera. (28)

El logro académico de los jóvenes universitarios representa indicador clave para medir la calidad de la educación superior, ya que refleja la influencia de múltiples factores que afectan su vida académica. Este desempeño se manifiesta en la comprensión de contenidos, la aplicación práctica del conocimiento y el desarrollo de habilidades, destrezas y capacidades, tal como lo establecen los resultados del sistema educativo. Las investigaciones ofrecen una perspectiva realista sobre la situación de los estudiantes en carreras vinculadas a ciencias de la salud, quienes, a pesar de poseer conocimientos en temas de salud, no siempre adoptan estilos de vida coherentes con una adecuada percepción y manejo de riesgos, lo que puede afectar su bienestar. (29)

El desenvolvimiento académico dentro de centros de enseñanza superior es consecuencia de diversos factores involucrados, como la parte cognitiva, social y emocional. Jóvenes de todas las edades adquieren conocimientos a partir de los momentos vividos del ambiente de clases, así como las motivaciones y la comunicación con sus maestros. En el universitario las emociones negativas, el análisis interior a la carrera, la comunicación con sus maestros y la impresión de la enseñanza son elementos que pueden llegar a frenar todo el avance en su educación. Por esta razón, los promedios ponderados no siempre reflejan con precisión lo que el estudiante aprende. (30)

El desempeño académico se evalúa a nivel nacional, mediante la escala vigesimal, al término de cada curso del programa académico de la carrera profesional. Cuyo resultado de evaluación académica se expresará mediante una calificación numérica. Los rangos de puntuación son vigesimales de cero hasta veinte. La calificación mínima aprobatoria en pregrado es 10.5, que equivale a once por redondeo. (31)

Según la normativa de la UNAAT los rangos de la escala de calificación son los siguientes:

Excelente: Cuando el estudiante logra satisfactoriamente sus metas establecidas, obteniendo una calificación de 20 y 19.

Muy bueno: Cuando el estudiante consigue alcanzar de manera positiva sus metas establecidas con una calificación de 18 y 17.

Bueno: Cuando el estudiante casi consigue cumplir con sus metas establecidas con una calificación de 16 y 15.

Regular: Cuando el estudiante consigue cumplir parcialmente sus metas establecidas con una calificación de 14,13,12.

Deficiente: Cuando el estudiante no consigue alcanzar los objetivos previstos, con una calificación de 11 y 10.

Muy deficiente: Cuando el estudiante no consigue cumplir con sus metas establecidas y su calificación es inferior a 10. (31).

### **2.3. Definición de términos básico**

1. Estudiante: Individuo que realiza sus estudios en una universidad. (32)
2. Estilos: Uso, práctica y costumbre. (32)
3. Estilo de vida: La manera en que un individuo lleva su vida cotidiana, incluyendo sus costumbres, intereses y principios. (32)
4. Estudiante universitario: Persona que cursan enseñanzas oficiales de formación permanente u otros estudios complementarios disponibles por casas de estudio superior (33)
5. Enfermería: Labor profesional que implica el cuidado de pacientes y la ejecución de medidas preventivas contra enfermedades, siguiendo protocolos hospitalarios. (32)
6. Estudiante universitario de Enfermería: es alguien que cursa estudios superiores en una universidad, enfocándose en la ciencia y práctica de la enfermería. (33)
7. Rendimiento: Equilibrio entre los resultados conseguidos y los modos empleados. (32)
8. Rendimiento académico: Logro y progreso de un estudiante en su educación formal, medido a través de indicadores de desempeño. (32)

### III. MARCO METODOLÓGICO

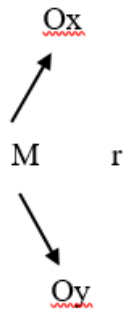
#### 3.1. Tipo de estudio

Fue básico puesto que se centra en la búsqueda de conocimientos innovadores y campos de investigación, sin perseguir metas prácticas concretas. Su propósito principal es recopilar datos sobre el entorno con el fin de ampliar el saber académico, con un enfoque dirigido al descubrimiento de principios y leyes. (34)

#### 3.2. Diseño

Fue el no experimental, se trabajó usando datos estadísticos, los cuales no fueron manipulados deliberadamente las variables, sino que se observaron y describieron las relaciones entre las variables tal como se presentan de manera natural. Fue de corte transversal, ya que ambas variables e información obtenida fueron analizadas y medidos en una sola ocasión, sin una consecución a largo plazo. (34)

El esquema es:



M: Muestra.

Ox: Variable estilos de vida.

Oy: Variable rendimiento académico.

r: Índice de Correlación.

### **3.3. Hipótesis**

#### Hipótesis general

Existe relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

#### Hipótesis específicas

1. Existe relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
2. Existe relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
3. Existe relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
4. Existe relación entre el manejo de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
5. Existe relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
6. Existe relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

### **3.4. Variables**

V1: Estilo de vida

V2: Rendimiento Académico

### 3.5. Operacionalización de variables.

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTOS	ESCALA DE MEDICION
ESTILOS DE VIDA	Es el resultado de un conjunto de hábitos que nos permiten disfrutar de un equilibrio entre bienestar físico, mental y social. (35)	Operacionalmente se define a los estilos de vida como el proceso de análisis del estado nutricional.	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas.</li> <li>• Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservaciones (sustancias que te eleven la presión arterial).</li> <li>• Comes tres veces al día.</li> <li>• Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)</li> <li>• Incluyes en tu dieta alimentos que contengan fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas).</li> <li>• Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidrato, grasas, vitaminas)</li> </ul>	1= Nunca 2= A veces 3= Frecuentemente 4= Rutinariamente	Cuestionario Del Perfil De Estilo De Vida (Peps-I)	Nominal
			Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar ejercicios para relajar tus músculos al menos tres veces al día o por semana.</li> <li>• Realizas ejercicio vigoroso de 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.</li> <li>• Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión</li> <li>• Controlas tu pulso durante el ejercicio.</li> <li>• Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo.</li> </ul>			

			<p>Responsabilidad en salud</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatas al médico cualquier síntoma relacionado a tu salud.</li> <li>• Conoces el nivel de colesterol en tu sangre</li> <li>• Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud</li> <li>• Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.</li> <li>• Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.</li> <li>• Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado</li> <li>• Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.</li> <li>• Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.</li> <li>• Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas en tu cuerpo.</li> <li>• Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal.</li> </ul>			
			<p>Manejo de Estrés</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomas tiempo cada día para el relajamiento.</li> <li>• Eres consciente de las fuentes que producen tensión en tu vida.</li> <li>• Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación.</li> <li>• Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.</li> <li>• Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.</li> <li>• Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.</li> <li>• Usas métodos para calmar los nervios.</li> </ul>			

			<p>Soporte interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales.</li> <li>• Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos.</li> <li>• Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti.</li> <li>• Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción.</li> <li>• Pasas tiempo con tus amigos cercanos.</li> <li>• Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros.</li> <li>• Te gusta mostrar y que te muestren afecto con gestos físicos como abrazos y besos por personas importantes para ti.</li> </ul>			
			<p>Autoactualización</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Te quieres a ti mismo (a).</li> <li>• Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida.</li> <li>• Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.</li> <li>• Te sientes feliz y contento(a).</li> <li>• Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales.</li> <li>• Trabajas en apoyo de metas de largo plazo en tu vida.</li> <li>• Miras hacia el futuro.</li> <li>• Eres consciente de lo que te importa en la vida.</li> <li>• Respetas tus propios éxitos.</li> <li>• Ves cada día como interesante y desafiante.</li> <li>• Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida.</li> <li>• Eres realista en las metas que te propones.</li> <li>• Crees que tu vida tiene un propósito.</li> </ul>			

RENDIMIENTO ACADEMICO	Referencia a la valoración del aprendizaje en el nivel de conocimientos demostrados en un área o materia frecuentemente demostrado mediante calificaciones. (36)	Calificativo o nota obtenida por el estudiante durante el desarrollo de sus actividades académicas.	Nivel de Promedio Ponderado	Aprobatoria 10.5 Desaprobatoria 10.4	Excelente 20 y 19	Ficha de recolección de datos.	Ordinal
					Muy bueno 18 y 17		
					Bueno 16 y 15		
					Regular 14, 13 y 12		
					Deficiente 11 y 10		
					Muy deficiente menos de 10		

### 3.6. Población, muestra y muestreo

Población: Fue conformado por 258 estudiantes de la UNAAT, de la Escuela Profesional de Enfermería matriculados en el 2024.

Muestra: Estaba conformada por 155 estudiantes de la UNAAT, de la Escuela Profesional de Enfermería.

Para determinar la longitud de la muestra, se aplicó la fórmula de muestreo de proporciones para poblamiento limitado, logrando una fiabilidad de muestra del 95% y un error de muestra del 5%.

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

N: Número total de estudiantes

n: Magnitud de muestra

Z: Nivel de fiabilidad. (95%= 1,96)

q: Proporción de individuos de la población que no tienen las características a estudiar.

p: Proporción de casos de la población que tienen las características a estudiar

e<sup>2</sup>: Error muestral= 5%

Reemplazando tenemos:

$$n = \frac{[1.96]^2 [0.5] [0.5] [258]}{[0.05]^2 [257] + [1.96]^2 [0.5] [0.5]}$$
$$n = \frac{3.8416 \cdot 0.25 \cdot 258}{0.0025 \cdot 257 + 0.96} = \frac{247.78}{1.6029}$$
$$n = 154.58$$

<b>n =</b>	<b>155</b>
------------	------------

Muestreo: Es probabilístico (aleatorio simple).

### 3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas:

En la recopilación de información se trabajó con la técnica de encuesta, ya que nos proporcionó información acerca de la evaluación del test.

Instrumentos:

- Para calcular el estilo de vida se usó el cuestionario del perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) con Escala de Likert.

Las 48 preguntas se ramifican en:

- Nutrición: 1, 5, 14, 19, 26, 35.
- Ejercicio: 4, 13, 22, 30, 38.
- Responsabilidad en Salud: 2,7,15,20, 28, 32, 33, 42, 43, 46.
- Manejo de estrés: 6, 11, 27, 36, 40, 41, 45.
- Soporte interpersonal: 10, 18, 24, 25, 31, 39, 47.
- Autoactualización: 3, 8, 9, 12, 16, 17, 21, 23, 29, 34, 37, 44, 48.

### **La escala de estatinos**

- Saludable: 145-192.
- En Proceso: 97 - 144.
- No saludable: 48 – 96.

### **Dimensiones**

Nutrición:

- Saludable:19 -24.
- En Proceso: 13 - 18.
- No saludable:5 -10.

Ejercicio:

- Saludable:16 -20.
- En proceso;11 -15.
- No saludable:5 -10.

Responsabilidad en salud

- Saludable: 31 - 40.
- En Proceso: 21 - 30.
- No saludable:10 -20.

Manejo del estrés:

- Saludable:22 -28.
- En proceso:15 -21.
- No saludable:7 -14.

Soporte interpersonal

- Saludable:22 -28.
- En proceso:15 -21.
- No saludable:7 -14.

#### Autoactualización

- Saludable:40 -52.
- En proceso:27 -39.
- No saludable:13- 26.

b) Para medir el rendimiento académico se utilizó la ficha de recolección de datos, el cual fue diseñado por las bach. Yanitza Leonela Paucar Vega y Vivian Aracely Puente Anglas, siendo validado por el Mg. John Alexander Jara Ruiz, Mg. Luz Verónica Salinas Acosta, Mg. Currito Rafael Villalba Gutiérrez y Mg. Arturo Uzziel Morales Nieva.

### **3.8. Métodos de análisis de datos**

Como método general y específico se usó dentro de la investigación el método científico, así también se hizo uso del método analítico ya que se empleó variables de estilos de vida y rendimiento académico.

Así mismo, el nivel de la investigación fue descriptivo correlacional, este tipo es ampliamente empleado en los campos de la ciencia de la salud. Su propósito principal es identificar la conexión presente entre dos o más variables dentro de una misma muestra de individuos, entre dos sucesos o hechos analizados. Además, se caracteriza por ser un enfoque relativamente sencillo de planificar y ejecutar. En este contexto, la propuesta planteada para la investigación está vinculada con la hipótesis dada. De igual forma se planteó diversas dimensiones parte del estilo de vida, queriendo comprobar la relación de ellos con el rendimiento académico. (34)

La estadística descriptiva fue empleada en el análisis de la información para crear cuadros de frecuencia, tablas de contingencia e ilustración en la exposición de la variable. Asimismo, se empleó la estadística inferencial para llevar a cabo el ensayo de hipótesis, para establecer la correlación dentro de distintos factores específicamente se empleó la

prueba Chi - Cuadrado ya que se trata de variables cualitativas ordinales. Se dio uso del programa estadístico SPSS IBM Estadístico v.25. Asimismo, se manejó el programa Microsoft Office Excel 2016 para la elaboración de la matriz de datos donde se realizaron los cálculos de los datos preliminares y el cálculo de las escalas correspondientes, debido a que se procesaron los datos cuantitativos.

### **3.9. Aspectos éticos de la investigación**

Durante el desarrollo del proceso investigativo, se efectuó los principios éticos siguientes:

- **Beneficencia:** Dentro del proyecto se buscó encontrar la conexión que un estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.
- **No Maleficencia:** Durante el desarrollo de las actividades del proyecto no se generaron a ningún perjuicio o daño a los participantes ya que es una investigación observacional.
- **Justicia:** En el proyecto todas las personas fueron tratadas de la misma forma, sin ningún tipo de favoritismo ni discriminación.
- **Autonomía:** Para su participación todos los integrantes de la muestra firmaron un consentimiento informado, previa explicación de las actividades y objetivos de la investigación.

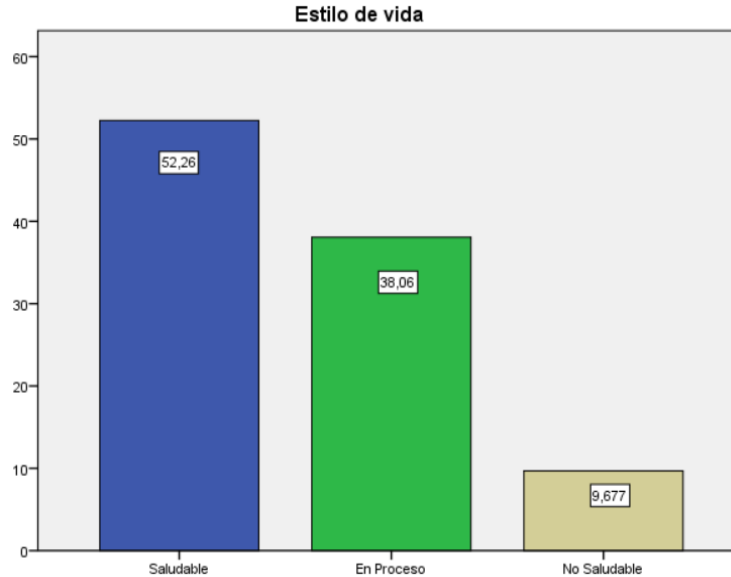
Finalmente, se hace constar que el proyecto fue revisado y aprobado por el comité de ética de la Facultad de Ciencias de la Salud con la CARTA N°016-CE-FCS-2024, el cual se encuentra en el anexo 6.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados descriptivos

**Figura 1**

*Estilo de vida de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

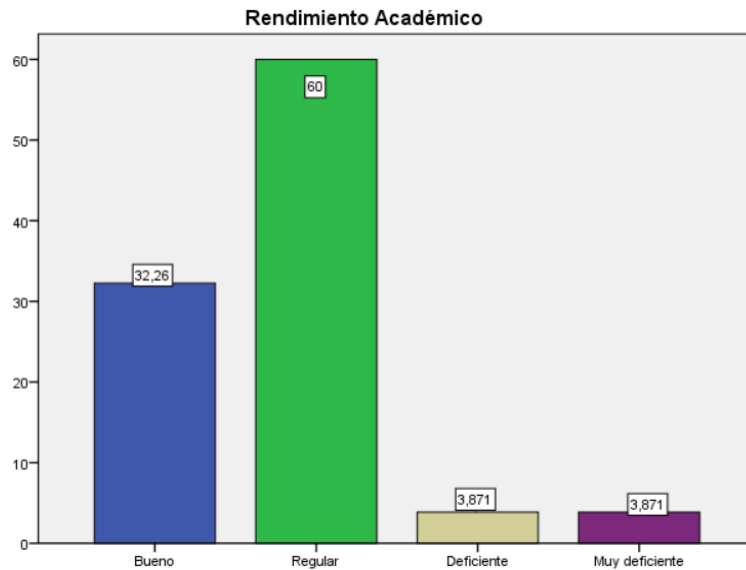


*Nota:* Elaborado a través del instrumento PESP-I aplicado.

En el gráfico se muestra que la mayor parte de los discentes de la Escuela Profesional de Enfermería presentan un estilo de vida saludable con 52,26 %, un estilo de vida en proceso con 38,06% y un estilo de vida no saludable con 9,67%. Siendo que las dimensiones nutrición, responsabilidad en salud, soporte interpersonal y auto actualización tienden a ser porcentajes más altos en estilo de vida sano, mientras que el ejercicio y manejo del estrés suelen ser más elevados en proceso por los comportamientos que aún faltan optar dentro de la dimensión, finalmente todas las dimensiones se inclinan en no saludable con unos porcentajes más bajos a los demás, ya que no cumplen en su totalidad aspectos propios de cada dimensión, sin embargo suelen estar encaminados.

## Figura 2

*Rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

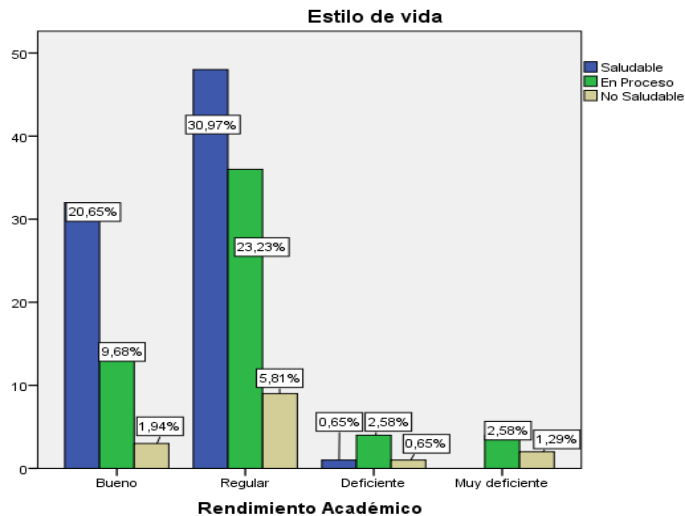


*Nota:* Elaborado a través de la ficha de recolección de datos aplicado.

Se evidencia que la gran parte de discentes de la Escuela Profesional de Enfermería, presentan un rendimiento académico regular con 60%, un rendimiento académico bueno con 32,26%, un rendimiento académico deficiente con 3,87% y un rendimiento académico muy deficiente con 3,87%. Se muestra porcentajes altos en un rendimiento académico regular con promedios entre 12-14, seguido de un porcentaje mediano en bueno 16-15 y porcentajes iguales, pero en menor cantidad con deficiente y muy deficiente, ya que sus promedios son igual o menor a 11.

### Figura 3

*Estilo de vida y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*



*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

En el gráfico se muestra que los educandos con rendimiento académico regular mantienen un 30,97 % un estilo de vida saludable, un 23,23% en proceso y un 5,81% no saludable. Los estudiantes con rendimiento académico bueno muestran un 20,65% de estilo de vida saludable, un 9,68% en proceso y 1,94% no saludable. Los estudiantes con rendimiento académico deficiente presentan en 0,65% un estilo de vida saludable, un 2,58% en proceso y el 0,65% no saludable. Finalmente, los estudiantes con rendimiento académico muy deficiente muestran en 2,58% un estilo de vida en proceso y 1,29% con un estilo de vida no saludable.

El desenvolvimiento académico deficiente es evidenciado por limitaciones significativas en el desarrollo de competencias, quien no cumple con los logros esperados y el hábito de vida no sano se rige a los comportamientos cotidianos de estudiantes universitarios que afectan negativamente el bienestar físico, social y psicológico. La aceptación de la forma de vida no sano influye negativamente en el desempeño académico, lo que deriva en un bajo nivel de logro.

## 4.2. Resultados inferenciales

### 4.2.1. Hipótesis general

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H<sub>1</sub>: Existe relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 1**

*Estilo de vida y rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

	Rendimiento Académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
Estilo de vida	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Saludable	32	20,65%	48	30,97%	1	0,65%	0	0%	81	52,3%
En proceso	15	9,68%	36	23,23%	4	2,58%	4	2,58%	59	38,1%
No saludable	3	1,94%	9	5,81%	1	0,65%	2	1,29%	15	9,7
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>32,3</b>	<b>93</b>	<b>60%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>155</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado

e). Calculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 2**

*Prueba de Chi – Cuadrado entre estilo de vida y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi-Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi-cuadrado de Pearson</b>	13,831 <sup>a</sup>	6	,032
<b>Razón de verosimilitudes</b>	15,694	6	,015
<b>Asociación lineal por lineal</b>	11,600	1	,001
<b>N de casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión

Si el p es mayor que 0,05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0,05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es 0.032, se descarta la hipótesis nula y se reconoce la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% de la información explican la existencia del vínculo entre los estilos de vida y rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT,2024.

#### 4.2.2. Hipótesis específica

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma

H<sub>1</sub>: Existe relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 3**

*Nutrición y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

Nutrición	Rendimiento académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Saludable	25	16,13%	35	22,58%	0	0%	0	0%	60	38,7%
En proceso	18	11,61%	37	23,87%	1	0,65%	1	0,65%	57	36,8%
No saludable	7	4,52%	21	13,55%	5	3,23%	5	3,23%	38	24,5%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>32,3</b>	<b>93</b>	<b>60%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>155</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Calculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 4**

*Prueba de Chi – Cuadrado entre la nutrición y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi-Cuadrado</b>				
		<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi-cuadrado de Pearson</b>	<b>de</b>	27,207 <sup>a</sup>	6	,000
<b>Razón de verosimilitudes</b>	<b>de</b>	25,889	6	,000
<b>Asociación lineal por lineal</b>	<b>por</b>	17,911	1	,000
<b>N de casos válidos</b>		155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión:

Si el valor es mayor que 0,05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0,05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es 0,000; se descarta la hipótesis nula y se elige la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significación del 5% en la información muestra que hay una conexión entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.

Hipótesis específica 2

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H1: Existe relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significación: 5%

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 5**

*Ejercicio y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

	<b>Rendimiento académico</b>									
	<b>Bueno</b>		<b>Regular</b>		<b>Deficiente</b>		<b>Muy deficiente</b>		<b>Total</b>	
<b>Ejercicio</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Saludable</b>	13	8,89%	16	10,32%	0	0%	1	0,65%	30	19,4%
<b>En proceso</b>	26	16,77%	59	38,06%	3	1,94%	4	2,58%	92	59,4%
<b>No saludable</b>	11	7,10%	18	11,61%	3	1,94%	1	9,65%	33	21,3%
<b>Total</b>	50	32,3%	93	60%	6	3,9%	6	3,9%	155	100%

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESPI-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Calculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 6**

*Prueba de Chi-Cuadrado entre el ejercicio y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi-Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>Gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi-cuadrado de Pearson</b>	5,965 <sup>a</sup>	6	,427
<b>Razón de verosimilitudes</b>	6,406	6	,379
<b>Asociación lineal por lineal</b>	1,053	1	,305
<b>N de casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión:

Si el p valor es mayor que 0,05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0,05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es 0,427; se descarta la hipótesis alterna y se admite la hipótesis nula.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% la información señala que no hay un vínculo entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.

Hipótesis específica 3

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H1: Existe relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 7**

*Responsabilidad en salud y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

Responsabilidad en salud	Rendimiento académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Saludable	29	18,71%	48	30,97%	1	0,65%	1	0,65%	79	51%
En proceso	15	9,68%	29	18,71%	3	1,94%	1	0,65%	48	31%
No saludable	6	3,87%	16	10,32%	2	1,29%	4	2,58%	28	18,1%
<b>Total</b>	50	32,3%	93	60%	6	3,9%	6	3,9%	155	100%

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Calculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 8***Prueba de Chi –Cuadrado entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi-Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi-cuadrado de Pearson</b>	14,054 <sup>a</sup>	6	,029
<b>Razón de verosimilitudes</b>	11,744	6	,068
<b>Asociación lineal por lineal</b>	8,817	1	,003
<b>N de casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión:

Si el p valor es mayor que 0.05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0.05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es de 0.029; se descarta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% las informaciones muestran que hay una conexión entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAT, 2024.

Hipótesis específica 4

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre el manejo de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H1: Existe relación entre el manejo de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 9**

*Manejo del estrés y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

Manejo de estrés	Rendimiento académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	F	%
<b>Saludable</b>	24	15,48%	40	25,81%	0	0%	0	0%	64	41,3%
<b>En proceso</b>	19	12,26%	41	26,45%	4	2,58%	3	1,94%	67	43,2%
<b>No saludable</b>	7	4,52%	12	7,74%	2	1,29%	3	1,94%	24	15,5%
<b>Total</b>	50	32,3%	93	60%	6	3,9%	6	3,9%	155	100%

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Calculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 10**

*Prueba de Chi –Cuadrado entre manejo de estrés y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi-Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi- cuadrado de Pearson</b>	13,047 <sup>a</sup>	6	,042
<b>Razón de verosimilitudes</b>	15,867	6	,014
<b>Asociación lineal por lineal</b>	7,571	1	,006
<b>N de casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de desición:

Si el p valor es mayor que 0.05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0.05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es 0.042; se descarta la hipótesis nula y se elige la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% la información muestra que hay un vínculo entre el manejo de estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.

Hipótesis específica 5

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H<sub>1</sub>: Existe relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%.

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativos ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 11**

*Soporte interpersonal y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

Soporte interpersonal	Rendimiento académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
<b>Saludable</b>	29	18,71%	45	29,03%	1	0,650%	0	0%	75	48,4%
<b>En proceso</b>	18	11,61%	36	23,23%	2	1,29%	4	2,58%	60	38,7%
<b>No saludable</b>	3	1,94%	12	7,74%	3	1,94%	2	1,29%	20	12,9%
<b>Total</b>	50	32,3%	93	60%	6	3,9%	6	3,9%	155	100%

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Cálculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 12**

*Prueba de Chi –Cuadrado entre el soporte interpersonal y rendimiento académico.*

<b>Pruebas de Chi –Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi –cuadrado de Pearson</b>	16,644 <sup>a</sup>	6	,011
<b>Razón de verosimilitudes</b>	16,846	6	,010
<b>Asociación lineal por lineal</b>	11,848	1	,001
<b>N casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión:

Si el p valor es mayor que 0.05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0.05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Puesto que el valor de la significancia es 0.011; se niega la hipótesis nula y se admite la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% la información señala que hay una conexión entre soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.

### Hipótesis específica 6

a). Formulación de hipótesis

H<sub>0</sub>: No existe relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

H<sub>1</sub>: Existe relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

b). Nivel de significancia: 5%.

c). Prueba estadística: Chi Cuadrado, por tratarse de dos variables cualitativas ordinales, con diferente número de valores finales.

d). Datos:

**Tabla 13**

*Autoactualización y rendimiento académico de estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.*

Autoactualización	Rendimiento académico									
	Bueno		Regular		Deficiente		Muy deficiente		Total	
	f	%	f	%	F	%	f	%	F	%
Saludable	34	21,94%	40	25,81%	1	0,65%	1	0,65%	76	49%
En proceso	10	6,45%	29	18,71%	2	1,29%	1	0,65%	42	27,1%
No saludable	6	3,87%	24	15,48%	3	1,94%	4	2,58%	37	23,9%
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>32,3%</b>	<b>93</b>	<b>60%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>6</b>	<b>3,9%</b>	<b>155</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

e). Cálculo: Utilizando el programa SPSS versión 25 se obtiene.

**Tabla 14**

*Prueba de Chi –Cuadrado entre la autoactualización y rendimiento académico.*

<b>Prueba de Chi –Cuadrado</b>			
	<b>Valor</b>	<b>gl</b>	<b>Sig. Asintótica (bilateral)</b>
<b>Chi –cuadrado de Pearson</b>	18,167 <sup>a</sup>	6	,006
<b>Razón de verosimilitudes</b>	17,510	6	,008
<b>Asociación lineal por lineal</b>	15,884	1	,000
<b>N de casos válidos</b>	155		

*Nota:* Datos obtenidos a través del instrumento PESP-I y ficha de recolección de datos aplicado.

f). Regla de decisión:

Si el p valor es mayor que 0.05, se elige la hipótesis nula.

Si el p valor es menor o igual que 0.05, se descarta la hipótesis nula.

g). Discusión estadística: Dado que el valor de la significancia es 0.006; se descarta la hipótesis nula y se aprueba la hipótesis alterna.

h). Conclusión: Con un nivel de significancia del 5% la información obtenida muestra que hay implicancia entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, 2024.

## V. DISCUSIÓN

El estilo de vida según Nola Pender son grupos de elecciones y hábitos que influyen en el bienestar, que pueden ser modificados a través de la motivación, educación y el apoyo sobre todo en los estudiantes ya que contribuye en el desempeño académico. (37). Este trabajo fue generado en vista a las diversas problemáticas presentadas dentro de estudios similares en universitarios, por ello se buscó la generación de este proyecto para hallar la existencia de la hipótesis planteada dentro de esta institución, obteniendo los siguientes resultados.

Respecto a la variable estilo de vida se obtuvo, de los 155 participantes encuestados presentan estilos de vida saludable 52,26%, estilo de vida en proceso 38,06% y estilo de vida no saludables 9,67%. Los hallazgos presentan similitudes a la investigación realizada por Chevesta y Quiñonez que evidenció del 50% de los estudiantes de la carrera de medicina llevan estilo de vida saludable con 59,9% de los estudiantes de medicina y no saludable con 40,1%. (8); así como el de Lara, tuvo como resultado que el 56,66% tuvo estilo de vida medio, el 23,33% estilo de vida bajo y el 20% estilo de vida alto. (5). A partir de estos datos, las autoras sostienen que los futuros profesionales formados en la carrera de enfermería suelen adoptar estilos de vida saludables, asociados a su formación profesional, adquieren conocimientos que les permiten comprender la importancia de cuidar su salud; así también, tienden a ajustar sus hábitos diarios en función de las demandas propias de la vida universitaria. Por otro lado, Urbina sostiene que la mayoría de la población casi siempre practica los estilos de vida en un 52,5% y finalmente un 47,5% siempre manteniendo un ritmo saludable. (7), demostrando así que un poco más de la mitad no lo realiza con persistencia, sin embargo, la práctica es constante en esta carrera que involucra buenos hábitos para su salud.

Referente al rendimiento académico se determinó que, de los 155 estudiantes encuestados exhiben rendimiento académico regular 60%, bueno 32,26%, deficiente 3,87% y muy deficiente 3,87%. La mayoría de resultados académicos se mantienen en porcentajes mediales mas no llegan a considerarse como excelente. Los resultados se asemejan a Cure

y Zegarra, sostienen que el 43% discentes de la Facultad de Enfermería mantienen el desempeño estudiantil aceptable, bueno 39%, deficiente 13% y muy bueno 5% (9). Mientras Huamán y Marcañaupa evidenciaron en su estudio que el 61,8% tienen un rendimiento académico regular, 30,9% bueno y el 7,3% bajo. (13). Destacando que mayormente los estudiantes de Enfermería tienden a presentar un rendimiento académico regular sin ser destacados, cabe mencionar que también existe un porcentaje menor de promedios considerados deficientes. Por otro lado, Palomino y colaboradores, en su investigación obtuvo que el 67,5% cuenta con desempeño estudiantil regular y el 22,9% desempeño estudiantil alto. (11). De esta manera se evidencia que en universitarios de educación inicial prevalece un promedio entre medio y alto, no existen promedios deficientes, mientras que en la carrera de enfermería resultó de medio a bajo.

El propósito principal de este trabajo fue encontrar conexión entre estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería, y de acuerdo con el valor de la significancia se aprueba la hipótesis alterna concluyendo con la vinculo de las variables de acuerdo a la confiabilidad del coeficiente chi cuadrado (valor p igual a 0,032 menor al 5%). Este hallazgo es comparable a la investigación de Pari, que manifiesta que hay un vínculo medial entre ambas variables chi cuadrado valor p igual a 0,000 menor al 5% con un 95% de confianza en la relación positiva moderada entre dichas variables (6); y el estudio de Balcona y Huamaní, encontrándose que el coeficiente de correlación de Spearman (0,76) evidencia una fuerte relación válida entre estilos vida y rendimiento académico. Dado que el valor de significancia de ( $p= 0,000$ ) es menor que 0.05, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna (12). Esto permite concluir que se encontró un vínculo estadísticamente relevante entre las dos variables. En otras palabras, esto afirma que, a mejores hábitos de vida, mayor será el rendimiento académico.

Un aspecto adicional es el estudio realizado por Sáez y colaboradores, en la búsqueda de la conexión entre las variables estilo de vida y rendimiento académico en universitarios de ciencias sociales y humanidades, tuvo como resultado un p valor mayor de 0,05 lo cual señala que no hay conexión entre ambas variables.(4) Finalmente se deduce que, en investigaciones semejantes entorno a los participantes de la carrera de Ciencias de

la salud se obtuvieron hallazgos similares con el vínculo de las variables de estudio estilo de vida y rendimiento académico, siendo contraria en estudiantes de otras carreras.

Esta investigación contribuye a identificar que los estilos de vida inciden dentro de un desarrollo y competencias académicas en la institución universitaria.

## VI. CONCLUSIONES

Existe relación significativa entre estilo de vida y rendimiento académico ya que el p valor fue inferior a 0.05, hallado en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT, ya que al contrastar con otras investigaciones similares a la población estudiada se comprobó que ambas variables influyen en la otra, siendo diferente en otro tipo de población.

Existe relación significativa entre la nutrición y rendimiento académico puesto que el valor fue 0.000, lo que involucra que el estilo de ingesta de alimentos es crucial dentro del desenvolvimiento académico de la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

No existe relación significativa entre el ejercicio y rendimiento académico debido a que el p valor fue 0.427, lo cual indica que la aplicación de actividad física no repercute en el desenvolvimiento educativo en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

Existe relación significativa entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico puesto que p valor fue inferior a 0.05, siendo así que las medidas de cuidado en el bienestar intervienen dentro del desarrollo pedagógico en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

Existe la relación significativa entre el manejo de estrés y rendimiento académico por tanto que el p valor fue 0.042, siendo que las técnicas de relajación implican hacia un impulso académico en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

Existe relación significativa entre el soporte interpersonal y rendimiento académico puesto que el p valor fue 0.01, en vista que la interrelación y el apoyo emocional condicionan un mejor alcance educativo en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

Existe relación significativa entre la autoactualización y rendimiento académico debido que el p valor fue 0.006, lo que implica que ante un mayor nivel de desarrollo personal tiende a destacar más en su desempeño pedagógico en la población estudiantil de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- A las autoridades de la Facultad de Ciencias de la Salud que incluyan en la malla curricular académico, asignaturas o módulos formativos que estén orientados específicamente al desarrollo de competencias personales, emocionales y sociales, así como el uso fortalecido de hábitos de vida vigorosos.
- A la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, para que tomen en consideración los resultados de las variables en cuestión, y desarrollen estrategias educativas que mejoren el modo de vida de estudiantes de otras carreras profesionales.
- A los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la UNAAT que desarrollen investigaciones similares con poblaciones de estudiantes universitaria pertenecientes a diversas carreras profesionales, con el propósito de obtener resultados más amplios y representativos. Esto permitirá identificar patrones comunes, comparar conductas y, eventualmente, establecer lineamientos que contribuyan a estandarizar e incentivar la adopción de práctica de vida saludable.

## VIII. REFERENCIAS

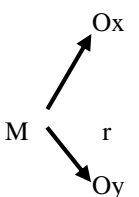
1. Briones V, Flores R. Hábitos alimenticios y rendimiento académico de los estudiantes del 4° y 5° grado de primaria de la IEP José María Escrivá de Balaguer. Cajamarca; 2021.
2. Rodríguez D. Inteligencia Emocional como Factor Determinante en el Rendimiento Académico en Estudiantes.. Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0, 17(1), 400-411. 2024.
3. Lopez L, Saldana Y, Corcuera G.. Estilo de vida saludable y mejora del aprendizaje en estudiantes del séptimo ciclo de la institución educativa república Argentina, 2021 Chimbote: Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar; 2022.
4. Sáez Abello G, Sierra Arias V, Laurin L, Ariza Viviescas A, Mora Pedreros P. Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Universidad Uniciencia de Bucaramanga, Colombia. European Journal of Child Development. 2022; X(1).
5. Lara Inga S. Relación entre los estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios. MENTOR Revista De Investigación Educativa y Deportiva. 2022; II(1).
6. Pari Rodríguez N. Estilos de Vida y Rendimiento Académico de los Estudiantes de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada Peruana. Ciencia Latina Internacional Revista Científica Multidisciplinar. 2023; VII(5).
7. Urbina Galvez A. Estilo de vida saludable y rendimiento académico en los estudiantes de educación física de una Universidad Nacional de Lima, 2021. Tesis para obtener el grado académico de: Maestro en Docencia Universitaria. 2022.
8. Chevesta Pajuelo L, Quiñonez Prado W. Estilos de vida y rendimiento académico de estudiantes de Medicina Humana de una universidad de Lambayeque, Perú, 2022. Tesis para optar título: Médico Cirujano. 2022.
9. Cure Mendoza M, Zegarra Romero H. Influencia de los estilos de vida en el rendimiento academico en estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huacho 2023. 2023.
10. Palomino Orizano JA, Zevallos Ypanaqué G, Orizano Quedo LA. Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Delectus. 2021; IV(1).
11. Balcona Churra M, Huamani Huaihua S. Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2023. Tesis para optar por el título de: Licenciada en Enfermería. 2024.

12. Huaman Santoyo L, Marcañaupa Lima V. Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de enfermería de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt - 2023. Tesis de Grado. 2023.
13. Huamán Salazar N, Berrios Pacheco EE, García Arias GF, Santos Falcón GC, Valderrama Rios OG. Explorando el estilo de vida en estudiantes de una Universidad Pública Peruana. Resvista de Salud Vive. 2024; VII(20).
14. García Ramos W, Alvarez Huari MY. Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. South Florida JOURNAL OF DEVELOPMENT. 2023; IV(7).
15. Sakraida J. Modelo de Promoción de la Salud. sexta ed. España: Elsevier; 2007.
16. Vijil M, Valeriano M, Espinoza B. Estilo de vida en estudiantes de medicina en internado rotatorio del hospital Mario Catarino Rivas. Escuela Universitaria Ciencias de la Salud. 2018; 5(2).
17. Ministerio de Salud. Módulo educativo para la Promoción y Nutrición Saludable dirigido al personal de salud. [Online]; 2014. Acceso 22 de 11de 2024. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3007.PDF>.
18. Troncoso C. Percepción de condicionantes del comportamiento alimentario en estudiantes universitarios con malnutrición por exceso. Escuela de nutrición y dietica. 2014; 16(2).
19. Márquez S, Garatachea N. Estilos de vida y actividad física. primera ed. Madrid: Diaz de Santos; 2012.
20. Dossey B, Keegan L, Guzzetta C, Kolkmeer L. Enfermería holística: manual para la práctica. Open Journal of Nursing. 2016; VI(9).
21. Marriner Tomey A, Raile Alligood M. Modelos y teorías en enfermería. sexta ed.: Elsevier-Mosby; 2011.
22. Berrío García N, Mazo Zea R. Estrés académico. Journal of Experimental Psychology. 2011; 3(2).
23. Rojas S. Desestrésate Libérate de la tensión y mejora tu vida. primera ed. España: Planeta Colombiana; 2012.
24. Homero L, Carrera C, Eurrieta M, García L, Gómez M, Lanillo J. La teoría de la auto actualización. Psychology Today. 2020; 1(1).
25. Ministerio de Educación. Ley univeristaria N°30220; 2014.

26. Espinola Byareli L. UPAP. [Online]; 2021. Acceso 6 de julio de 2025. Disponible en: <https://upap.edu.py/caracteristicas-del-estudiante-universitario-de-hoy/>.
27. Edel Navarro R. El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE. 2003; I(2).
28. Chadwick. Tecnología Educativa para el Docente; 1997.
29. Colque Duran A. Una visión panorámica del estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de medicina: una visión actualizada. Revista de la Facultad de Medicina Humana. 2023; 23(4).
30. Educación Md. Apoyo de las familias al rendimiento académico de hijas e hijos; 2022.
31. Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma. Reglamento Académico. Tarma.; Junín.
32. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española. 23rd ed. Madrid; 2023.
33. Diccionario de la lengua española. Diccionario panhispánico del español jurídico; 2025.
34. Sánchez H, Reyes C. Metodología y Diseños en la Investigación Científica. Lima: 6th ed; 2021.
35. OMS. Cambios en el estilo de vida; 2022.
36. Gonzalo Delgado M, León del Barco B, Romero Moncayo M. Buenas prácticas del estudiante universitario que predicen su rendimiento académico.: Educación XXI; 2022.

x

## IX. ANEXOS

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuál es la relación entre los estilos de vida y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</p> <p>Problema específico:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cuál es la relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</li> <li>2. ¿Cuál es la relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</li> <li>3. ¿Cuál es la relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</li> </ol>	<p>Objetivo General:</p> <p>Establecer la relación entre los estilos de vida y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024</p> <p>Objetivo Específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Establecer la relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> <li>2. Establecer la relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> <li>3. Determinar la relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> </ol>	<p>Hipótesis General:</p> <p>Existe una relación entre estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Existe relación entre la nutrición y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> <li>2. Existe relación entre el ejercicio y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> <li>3. Existe relación entre la responsabilidad en salud y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</li> </ol>	<p>Variable 1:</p> <p>Estilo de Vida</p>	<p>D1: Nutrición</p> <p>D2: Ejercicio</p> <p>D3: Responsabilidad en salud</p> <p>D4: Manejo del estrés</p> <p>D5: Soporte interpersonal</p> <p>D6: Autoactualización</p>	<p>Enfoque: Cualitativo ordinal</p> <p>Métodos: El método que se usara es el método científico como método general y específico.</p> <p>Tipo: Es de tipo básica porque recoge información de la realidad para enriquecer el conocimiento científico.</p> <p>Nivel: Es de nivel descriptivo correlacional porque son dos variables y nos ayudara a recopilar los datos importantes que van a ser utilizadas durante la investigación.</p> <p>Diseño: Diseño de tipo correlacional porque se orienta a la determinación del grado de relación existente entre dos o más variables-</p> <p>El esquema es:</p> <div style="text-align: center;">  <pre> graph TD     M --&gt; Ox     M --&gt; Oy     Ox --- r --- Oy             </pre> </div> <p>M: Muestra</p> <p>Ox: Variable estilos de vida.</p>

<p>4. ¿Cuál es la relación entre el manejo del estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería en la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</p> <p>5. ¿Cuál es la relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería en la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</p> <p>6. ¿Cuál es la relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de enfermería en la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024?</p>	<p>4. Establecer la relación entre el manejo del estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p> <p>5. Determinar la relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p> <p>6. Establecer la relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p>	<p>4. Existe relación entre el manejo del estrés y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p> <p>5. Existe relación entre el soporte interpersonal y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p> <p>6. Existe relación entre la autoactualización y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.</p>	<p>Variable 2: Rendimiento Académico</p>	<p>Nivel de promedio ponderado</p>	<p>Oy: Variable rendimiento académico. r: Índice de Correlación.</p> <p>Población: La población total es de 258 estudiantes.</p> <p>Muestra: Está conformada por 155 estudiantes.</p> <p>Muestreo: Probabilístico (Aleatoria Simple).</p> <p>Unidad de análisis: Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería.</p> <p>Instrumentos de recolección de datos: Cuestionario del perfil de estilo de vida (Peps-I) con Escala de Likert y Ficha de recolección de datos.</p>
---	---	--	--	------------------------------------	---

## **Cuestionario de Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I)**

**Pender (1996)**

**Ficha N° .....**

Apellidos y Nombres:.....

Sexo: Masculino ( ) Femenino ( )

Edad: .....

Fecha:.....

Semestre:.....

Instrucciones:

- a) En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a los hábitos personales actuales.
- b) No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir. Por favor de no dejar preguntas sin responder.
- c) Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor tu forma de vivir.

1= Nunca

2 = A veces

3= Frecuentemente

4 =Rutinariamente

N°	PREGUNTAS	1	2	3	4
1	Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas.				
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud.				
3	Te quieres a ti mismo (a)				
4	Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día por semana.				
5	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial).				
6	Tomas tiempo cada día para el relajamiento.				
7	Conoces el nivel de colesterol en la sangre.				
8	Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida.				
9	Creces que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.				
10	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales.				
11	Eres consciente de las fuentes que producen tensión en tu vida.				
12	Te sientes feliz y contento(a)				
13	Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
14	Comes tres comidas al día.				
15	Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud.				
16	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales.				
17	Trabajas en apoyo de metas de largo plazo en tu vida.				
18	Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos.				
19	Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes.				
20	Preguntas a otros médicos o buscas opciones cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda				
21	Miras hacia el futuro.				
22	Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión.				
23	Eres consciente de lo que te importa en la vida.				
24	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti.				
25	Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción.				
26	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra.				
27	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación.				

28	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.				
29	Respetas tus propios éxitos.				
30	Revisas tu pulso durante el ejercicio físico.				
31	Pasas tiempo con tus amigos cercanos.				
32	Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado.				
33	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.				
34	Ves cada día como interesante y desafiante.				
35	Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día.				
36	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.				
37	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida.				
38	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar , jugar futbol, ciclismo, etc.				
39	Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros.				
40	Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.				
41	Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.				
42	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.				
43	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro.				
44	Eres realista en las metas que te propones .				
45	Usas métodos para calmar los nervios.				
46	Asistes o ves programas educativos relacionados al cuidado de tu salud.				
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con gestos físicos como abrazos y besos por personas importantes para ti.				
48	Creer que tu vida tiene un propósito.				

*¡Gracias por participar.....!*

## RENDIMIENTO ACADEMICO

FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS N°.....

Sexo: M  F

Edad:.....

Promedio ponderado:

Rangos de las calificaciones:

<b>01</b>	<b>Excelente</b>	<b>20 y 19</b>	
<b>02</b>	<b>Muy bueno</b>	<b>18 y 17</b>	
<b>03</b>	<b>Bueno</b>	<b>16 y 15</b>	
<b>04</b>	<b>Regular</b>	<b>14, 13 y 12</b>	
<b>05</b>	<b>Deficiente</b>	<b>11 y 10</b>	
<b>06</b>	<b>Muy deficiente</b>	<b>Menos de 10</b>	

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INSTRUMENTOS	ESCALA DE MEDICION
ESTILOS DE VIDA	Es el resultado de un conjunto de hábitos que nos permiten disfrutar de un equilibrio entre bienestar físico, mental y social. (35)	Operacionalmente se define a los estilos de vida como el proceso de análisis del estado nutricional.	Nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas.</li> <li>• Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservaciones (sustancias que te eleven la presión arterial).</li> <li>• Comes tres veces al día.</li> <li>• Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)</li> <li>• Incluyes en tu dieta alimentos que contengan fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas).</li> <li>• Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidrato, grasas, vitaminas)</li> </ul>	1= Nunca 2= A veces 3= Frecuentemente 4= Rutinariamente	Cuestionario Del Perfil De Estilo De Vida (Peps-I)	Nominal
			Ejercicio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar ejercicios para relajar tus músculos al menos tres veces al día o por semana.</li> <li>• Realizas ejercicio vigoroso de 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana.</li> <li>• Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión</li> <li>• Controlas tu pulso durante el ejercicio.</li> <li>• Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo.</li> <li>•</li> </ul>			

			Responsabilidad en salud	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relatas al médico cualquier síntoma relacionado a tu salud.</li> <li>• Conoces el nivel de colesterol en tu sangre</li> <li>• Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud</li> <li>• Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.</li> <li>• Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud.</li> <li>• Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado</li> <li>• Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives.</li> <li>• Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos.</li> <li>• Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas en tu cuerpo.</li> <li>• Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal.</li> </ul>			
			Manejo de Estrés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tomas tiempo cada día para el relajamiento.</li> <li>• Eres consciente de las fuentes que producen tensión en tu vida.</li> <li>• Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación.</li> <li>• Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir.</li> <li>• Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir.</li> <li>• Pides información a los profesionales para cuidar tu salud.</li> <li>• Usas métodos para calmar los nervios</li> <li>• .</li> </ul>			

			<p>Soporte interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales.</li> <li>• Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos.</li> <li>• Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti.</li> <li>• Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción.</li> <li>• Pasas tiempo con tus amigos cercanos.</li> <li>• Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros.</li> <li>• Te gusta mostrar y que te muestren afecto con gestos físicos como abrazos y besos por personas importantes para ti.</li> <li>•</li> </ul>			
			<p>Autoactualización</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Te quieres a ti mismo (a).</li> <li>• Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida.</li> <li>• Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas.</li> <li>• Te sientes feliz y contento(a).</li> <li>• Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales.</li> <li>• Trabajas en apoyo de metas de largo plazo en tu vida.</li> <li>• Miras hacia el futuro.</li> <li>• Eres consciente de lo que te importa en la vida.</li> <li>• Respetas tus propios éxitos.</li> <li>• Ves cada día como interesante y desafiante.</li> <li>• Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida.</li> <li>• Eres realista en las metas que te propones.</li> <li>• Crees que tu vida tiene un propósito.</li> </ul>			

RENDIMIENTO ACADEMICO	Referencia a la valoración del aprendizaje en el nivel de conocimientos demostrados en un área o materia frecuentemente demostrado mediante calificaciones. (36)	Calificativo o nota obtenida por el estudiante durante el desarrollo de sus actividades académicas.	Nivel de Promedio Ponderado	Aprobatoria 10.5 Desaprobatoria 10.4	Excelente 20 y 19	Ficha de recolección de datos.	Ordinal
					Muy bueno 18 y 17		
					Bueno 16 y 15		
					Regular 14, 13 y 12		
					Deficiente 11 y 10		
					Muy deficiente menos de 10		



## VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### 1. Datos generales:

1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Jara Ruiz John Alexander

1.2. Grado académico del informante: Maestro en: Gestión de los Servicios de la Salud

1.3. Institución donde labora: Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma (UNAAT)

1.4. Título de la Investigación: Estilos de Vida y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

1.5. Tipo del Instrumento: Ficha de recolección de datos

1.6. Autor del Instrumento: Paucar Vega Yanitza Leonela – Puente Anglas Vivian Aracely

### 2. Aspectos de validación:

Nº	Indicadores	Criterios	Deficiente 00-20%	Regular 21-40%	Buena 41-60%	Muy Buena 61-80%	Excelente 81-100%
1.	Claridad	Está formulado con lenguaje claro.				80%	
2.	Objetividad	Revela propiedades realmente existentes en los objetos de materia de investigación.				68%	
3.	Actualidad	Adecuado al Estado del arte.				63%	
4.	Organización	Existe coherencia en el manejo de la información.					83%



5.	Suficiencia	Relación de cantidad y calidad de la información.					90%
6.	Intencionalidad	La intención del investigador es la objetividad propia de la ciencia y de la técnica.				80%	
7.	Consistencia	La estructura de la investigación es sólida y verificable.				63%	
8.	Coherencia	Entre el problema, la hipótesis, variables e indicadores.				68%	
9.	Metodología	Es un conjunto formalizado de preguntas.				73%	
10.	Pertinencia	Es oportuno, adecuado y conveniente al propósito de la investigación.					90%

**Opinión de aplicabilidad:**

El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.

El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado, y nuevamente validado.

**3. Promedio de valoración:**

75.8%

Tarma, 17 de diciembre de 2024



*John Jara R*  
John Alexander Jara Ruiz  
LICENCIADO EN ENFERMERÍA  
C.E.P. 73083

MG. JOHN ALEXANDER JARA RUIZ

**Experto Informante**



## VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### 1. Datos generales:

1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Luz Verónica Salinas Acosta

1.2. Grado académico del informante: Maestro en Salud Pública y Comunitaria  
Mención: Gerencia en Salud

1.3. Institución donde labora: Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma (UNAAT)

1.4. Título de la Investigación: Estilos de Vida y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

1.5. Tipo del Instrumento: Ficha de recolección de datos

1.6. Autor del Instrumento: Paucar Vega Yanitza Leonela – Puente Anglas Vivian Aracely

### 2. Aspectos de validación:

Nº	Indicadores	Criterios	Deficiente 00-20%	Regular 21-40%	Buena 41-60%	Muy Buena 61-80%	Excelente 81-100%
1.	Claridad	Está formulado con lenguaje claro.				68%	
2.	Objetividad	Revela propiedades realmente existentes en los objetos de materia de investigación.					90%
3.	Actualidad	Adecuado al Estado del arte.					85%
4.	Organización	Existe coherencia en el manejo de la información.					81%



5.	Suficiencia	Relación de cantidad y calidad de la información.				80%	
6.	Intencionalidad	La intención del investigador es la objetividad propia de la ciencia y de la técnica.					90%
7.	Consistencia	La estructura de la investigación es sólida y verificable.					92%
8.	Coherencia	Entre el problema, la hipótesis, variables e indicadores.					90%
9.	Metodología	Es un conjunto formalizado de preguntas.					93%
10.	Pertinencia	Es oportuno, adecuado y conveniente al propósito de la investigación.					93%

**Opinión de aplicabilidad:**

El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.

El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado, y nuevamente validado.

**3. Promedio de valoración:**

86.2

Tarma, 17 de diciembre de 2024

MINISTERIO JUNIN SALUD TARMA  
CENTRO INTEGRAL DE SALUD TARMA  
CENTRO DE SALUD ACOBAMBA

*Luz Verónica Robinson Acosta*  
LICENCIADA EN ENFERMERÍA  
CEP. 37657  
DNI N° 21124448

MG.

**Experto Informante**



## VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### 1. Datos generales:

1.1. Apellidos y Nombres del Informante: Mg. Currito Rafael Villalba Gutiérrez

1.2. Grado académico del informante: Mg. Administración de la educación  
Dr. en Educación

1.3. Institución donde labora: Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma (UNAAT)

1.4. Título de la Investigación: Estilos de Vida y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

1.5. Tipo del Instrumento: Ficha de recolección de datos

1.6. Autor del Instrumento: Paucar Vega Yanitza Leonela – Puente Anglas Vivian Aracely

### 2. Aspectos de validación:

Nº	Indicadores	Criterios	Deficiente 00-20%	Regular 21-40%	Buena 41-60%	Muy Buena 61-80%	Excelente 81-100%
1.	Claridad	Está formulado con lenguaje claro.				70%	
2.	Objetividad	Revela propiedades realmente existentes en los objetos de materia de investigación.					92%
3.	Actualidad	Adecuado al Estado del arte.					89%
4.	Organización	Existe coherencia en el manejo de la información.					90%



5.	Suficiencia	Relación de cantidad y calidad de la información.					92%
6.	Intencionalidad	La intención del investigador es la objetividad propia de la ciencia y de la técnica.					95%
7.	Consistencia	La estructura de la investigación es sólida y verificable.					92%
8.	Coherencia	Entre el problema, la hipótesis, variables e indicadores.					93%
9.	Metodología	Es un conjunto formalizado de preguntas.					90%
10.	Pertinencia	Es oportuno, adecuado y conveniente al propósito de la investigación.					93%

**Opinión de aplicabilidad:**

() El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.

(  ) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado, y nuevamente validado.

**3. Promedio de valoración:**

89.6

Tarma, 10 de diciembre de 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA  
DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO

*Villalba*  
Mg. Currito Rafael Villalba Gutiérrez  
RESPONSABLE DEL TALLER DE ANÁLISIS Y REPORTE

**MG. Currito Rafael Villalba Gutiérrez**  
D.N.I. 21118740  
**Experto Informante**



## VALIDACIÓN DE JUICIO DE EXPERTO DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### 1. Datos generales:

**1.1. Apellidos y Nombres del Informante:** Morales Nieva Arturo Uzziel

**1.2. Grado académico del informante:** Magister en Administración de la educación.

**1.3. Institución donde labora:** Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma

**1.4. Título de la Investigación:** Estilos de Vida y Rendimiento Académico en Estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024.

**1.5. Tipo del Instrumento:** Ficha de recolección de datos

**1.6. Autor del Instrumento:** Paucar Vega Yanitza Leonela – Puente Anglas  
Vivian Aracely

### 2. Aspectos de validación:

Nº	Indicadores	Criterios	Deficiente 00-20%	Regular 21-40%	Buena 41- 60%	Muy Buena 61-80%	Excelente 81-100%
1.	Claridad	Está formulado con lenguaje claro.			50		
2.	Objetividad	Revela propiedades realmente existentes en los objetos de materia de investigación.			45		
3.	Actualidad	Adecuado al Estado del arte.		38			
4.	Organización	Existe coherencia en el manejo de la información.			60		
5.	Suficiencia	Relación de cantidad y calidad de la información.			55		



5.	Suficiencia	Relación de cantidad y calidad de la información.			35		
6.	Intencionalidad	La intención del investigador es la objetividad propia de la ciencia y de la técnica.			45		
7.	Consistencia	La estructura de la investigación es sólida y verificable.			50		
8.	Coherencia	Entre el problema, la hipótesis, variables e indicadores.			58		
9.	Metodología	Es un conjunto formalizado de preguntas.		40			
10.	Pertinencia	Es oportuno, adecuado y conveniente al propósito de la investigación.			54		

**Opinión de aplicabilidad:**


El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.

El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado, y nuevamente validado.


**3. Promedio de valoración:**

49.8

Tarma, 17 de diciembre de 2024

  
 \_\_\_\_\_  
 MG. ARTURO OZZIEL MORALES NIEVA  
 DNI: 21085846  
 Experto Informante

	Promedio	Estilo	Nutrición	Ejercicio	Responsabilidad	Manejo	Soporte	Autoactualización
1	Bueno	Saludable	Saludable	Saludable	En Proceso	No Saludable	Saludable	Saludable
2	Bueno	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	Saludable
3	Bueno	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable
4	Bueno	En Proceso	En Proceso	Saludable	Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable
5	Bueno	Saludable	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
6	Bueno	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable	Saludable	Saludable
7	Bueno	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	No Saludable
8	Bueno	Saludable	Saludable	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable
9	Bueno	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	Saludable	En Proceso	No Saludable
10	Bueno	No Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable	No Saludable	Saludable
11	Bueno	Saludable	En Proceso	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	Saludable
12	Bueno	No Saludable	No Saludable	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable
13	Bueno	En Proceso	No Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	En Proceso	No Saludable
14	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable
15	Regular	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	Saludable	No Saludable	Saludable
16	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable	No Saludable	En Proceso	No Saludable
17	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
18	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable	En Proceso	No Saludable
19	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable
20	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable	Saludable	No Saludable
21	Regular	En Proceso	No Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	No Saludable	No Saludable
22	Regular	Saludable	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	Saludable
23	Regular	Saludable	No Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable
24	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable
25	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable	Saludable	No Saludable	No Saludable
26	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso
27	Regular	No Saludable	No Saludable	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable
28	Deficiente	En Proceso	No Saludable	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable
29	Muy defici...	En Proceso	No Saludable	En Proceso	No Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable
30	Muy defici...	En Proceso	No Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable	No Saludable	No Saludable
31	Deficiente	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable
32	Bueno	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable
33	Bueno	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
34	Bueno	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable
35	Regular	En Proceso	En Proceso	Saludable	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable
36	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable
37	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	En Proceso	Saludable	No Saludable	No Saludable
38	Regular	En Proceso	En Proceso	En Proceso	No Saludable	Saludable	En Proceso	No Saludable
39	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable
40	Regular	No Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable	No Saludable	En Proceso	En Proceso
41	Regular	Saludable	No Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
42	Regular	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable
43	Regular	En Proceso	No Saludable	No Saludable	No Saludable	Saludable	En Proceso	En Proceso
44	Regular	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
45	Regular	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable
46	Regular	Saludable	Saludable	No Saludable	Saludable	Saludable	Saludable	Saludable
47	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable	Saludable	En Proceso
48	Regular	En Proceso	No Saludable	En Proceso	Saludable	Saludable	En Proceso	No Saludable
49	Regular	Saludable	Saludable	En Proceso	Saludable	En Proceso	Saludable	No Saludable
50	Regular	En Proceso	No Saludable	En Proceso	En Proceso	No Saludable	En Proceso	En Proceso

	UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA.	REGLAMENTO DEL COMITÉ DE ÉTICA DE LA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD	FACULTAD: CIENCIAS DE LA SALUD
			VERSIÓN: 01
			VIGENCIA: 11 de junio de 2024
			PÁGINA: 1 DE 13



## CARTA N°016-CE-FCS-2024

### Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma

**Asunto:** APROBADO/APROBADO CON OBSERVACIONES/DESAPROBADO como dictamen final del Comité de Ética del Proyecto de Investigación intitulado: “Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma”

Estimado(a) Dr./Dra./Sr./Sra.

- Paucar Vega Yanitza Leonela
- Puente Anglas Vivian Aracely

Informarle que, tras una revisión detallada y exhaustiva, el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma ha **APROBADO** su proyecto de investigación titulado “ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA”

En base al resultado de la Rúbrica de Evaluación del Comité de Ética (CI). Le recordamos que la aprobación ética es válida por un año a partir de la fecha de esta carta. Si su investigación se prolonga más allá de este periodo, deberá solicitar una renovación de la aprobación ética.

Sin otro particular, agradecemos su compromiso con la investigación ética.

Tarma: 16, de diciembre, 2024.

Atentamente,


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA  
DE TARMA  
COMITE DE ETICA - FCS  
  
Dr. Antony Pau Espiritu Martinez  
PRESIDENTE

Firma, Nombres y apellidos  
Presidente del Comité de Ética – FCS  
y/o Encargado (De ser el caso)


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA  
DE TARMA  
COMITE DE ETICA - FCS  
  
Dra. Melvi Janett Espinoza Egoavil  
Secretaria

Firma, Nombres y apellidos  
Secretaria(o) del Comité de Ética – FCS  
y/o Encargado (De ser el caso)



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

VICEPRESIDENCIA  
ACADÉMICA

ESCUELA PROFESIONAL DE  
ENFERMERÍA



**Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”**

Tarma, 13 de diciembre de 2024

**CARTA N° 031-2024-UNAAT/VPA/EPE**

Señorita:  
**Yanitza Leonela Paucar Vega**  
**Vivian Aracely Puente Anglas**  
**Estudiantes de la Carrera Profesional de Enfermería.**  
Presente. –

**Asunto:** Autorización para aplicación de instrumento de recolección de datos para Proyecto de investigación “**Estilos de Vida y Rendimiento Académico en Estudiantes de la EPE – UNAAT, 2024**”.

**Referencia:** Solicitud de estudiantes.

De mi consideración:

Es grato dirigirme a usted, para expresarle un saludo cordial a nombre de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma; asimismo, en atención al documento de la referencia, **AUTORIZAR** la aplicación del instrumento de recolección de datos para el proyecto de investigación “**Estilos de vida y Rendimiento Académico en los Estudiantes de la EPE UNAAT, 2024**”.

Agradeciendo su atención al presente y le renuevo los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente;

  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA  
DE TARMA  
  
Dra. Miriam Zuleta Espinoza Veltz  
GOBERNADORA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA SALUD

C.C/ Archivos  
MZEV/mm.cc.

[www.unaat.edu.pe](http://www.unaat.edu.pe)

Local académico  
Jr. Malecón Gálvez 2202  
Tarma, Junín, Perú  
T. 064 321140







# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

## Resolución de Coordinación de Facultad N° 067-2024-UNAAT

Tarma, 18 de octubre de 2024

### VISTO:

El Informe N°025-2024- UNAAT/FCS/UI-APEM de fecha 18 de octubre de 2024, del Responsable de la Unidad de Investigación y la solicitud de las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely;

### CONSIDERANDO:

Que, el artículo 18° de la Constitución Política del Perú, en su cuarto párrafo establece que cada universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno académico, administrativo y económico. Las universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y las leyes;

Que, según Ley N° 29652, modificada por la Ley N° 30139, se creó la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, como persona jurídica de derecho público interno;

Que, mediante Resolución del Consejo Directivo N° 142-2018-SUNEDU/CD, de fecha 18 de octubre de 2018, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria resolvió otorgar la licencia institucional a la UNAAT, para ofrecer el servicio educativo superior universitario, con una vigencia de seis (06) años; la misma que fue modificada con Resolución del Consejo Directivo N° 061-2022-SUNEDU/CD, de fecha 17 de junio de 2022, en el extremo de reconocer la creación de dos (2) locales y el cambio de locación;

Que, el artículo 29 de la Ley N° 30220, Ley Universitaria, establece que, aprobada la ley de creación de una universidad pública, el Ministerio de Educación constituye una Comisión Organizadora y que el proceso de constitución de una universidad concluye con la designación de sus autoridades, dentro de los plazos establecidos por el Ministerio de Educación;

Que, con Resolución Viceministerial N° 008-2023-MINEDU, de fecha 11 de enero de 2023, se reconforma la Comisión Organizadora de la UNAAT, integrada por los académicos Dra. Milagro Rosario Henríquez Suárez, como Presidente; Dr. Angel Almidón Elescano como Vicepresidente Académico y Dr. David Elí Salazar Espinoza como Vicepresidente de Investigación;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0196-2024-UNAAT, de fecha 27 de junio de 2024 se amplía la designación como Coordinadora de la Facultad de Ciencias de la Salud a la Dra. Miriam Zulema Espinoza Véliz;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0113-2024-UNAAT de fecha 12 de abril de 2024 se designa al docente ordinario en la categoría Principal; Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes como Secretario Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0241-2024-UNAAT de fecha 09 de agosto de 2024 se otorga al Coordinador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT, la facultad de emitir acto resolutorio enmarcadas en las atribuciones de Decano de la Facultad establecidas en la Ley universitaria y el Estatuto de la UNAAT;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0256-2023-UNAAT de fecha 18 de setiembre de 2023, se aprueban las líneas de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT;





# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

## Resolución de Coordinación de Facultad N° 067-2024-UNAAT

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0050-2024-UNAAT de fecha 28 de febrero de 2024, se ratifica la línea de Investigación de la Escuela Profesional de Enfermería denominada Gestión en Enfermería, aprobada por la Vicepresidencia de Investigación; la misma que se incorpora a las líneas de investigación de la EPE ratificadas con Resolución de Comisión Organizadora N° 0256-2023-UNAAT;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0227-2024-UNAAT de fecha 25 de julio de 2024, se aprueba el Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT, novena versión;

Que, mediante Resolución de Coordinación de Facultad N° 043-2024-UNAAT de fecha 26 de setiembre de 2024 se aprueba la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud;

Que, visto lo establecido en los artículos 23, 24 y 25 del Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT respecto a la formulación y aprobación del Proyecto de Tesis para obtener el título profesional y lo determinado en los artículos 88, 89 y 90 del mismo reglamento respecto a los asesores; contexto que también se considera en el acápite 1 del artículo 4 de la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud; y contando con el Informe N° 024-2024-UNAAT/FCS/UI-APEM de fecha 18 de octubre de 2024, mediante el cual el Responsable de la Unidad de Investigación presenta la conformidad de expedientes para inscripción de tema de investigación y propuesta de designación de asesores en atención a la solicitud de las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely, y;

En uso de las atribuciones que se le confiere a la Coordinación de Facultad;

### SE RESUELVE:

**ARTÍCULO PRIMERO. – INSCRIBIR** el Proyecto de Tesis intitulado “*Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024*” presentado por las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely.

**ARTÍCULO SEGUNDO. - DESIGNAR ASESOR** del Proyecto de Tesis de las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely al **Dr. William Robert Escobar Blua** en concordancia con el dominio de la línea de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud.

**ARTÍCULO TERCERO. - NOTIFICAR** la presente resolución a la Alta Dirección, a los estudiantes, al asesor designado y la Unidad de Investigación de la FCS, para su conocimiento y demás fines.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y PUBLÍQUESE.

  
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA  
DE TARMA  
  
Dra. Miriam Zulema Espinoza Veliz  
COORDINADORA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA SALUD

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA  
DE TARMA  
  
Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes  
SECRETARIA DOCENTE DE LA FACULTAD  
DE CIENCIAS DE LA SALUD



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

## Resolución de Coordinación de Facultad N° 104-2024-UNAAT

Tarma, 17 de diciembre de 2024

### VISTO:

El Informe N° 041-2024-UNAAT/FCS/UI/APEM de fecha 16 de diciembre de 2024 del Responsable de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud y el Informe N°011-2024-UNAAT/PCI-APEM de fecha 16 de diciembre de 2024, del presidente del Comité de Ética de la FCS, en atención al expediente presentado por los estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely, y;



### CONSIDERANDO:

Que, el artículo 18° de la Constitución Política del Perú, en su cuarto párrafo establece que cada universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno académico, administrativo y económico. Las universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y las leyes;

Que, según Ley N° 29652, modificada por la Ley N° 30139, se creó la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, como persona jurídica de derecho público interno;

Que, mediante Resolución del Consejo Directivo N° 142-2018-SUNEDU/CD, de fecha 18 de octubre de 2018, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria resolvió otorgar la licencia institucional a la UNAAT, para ofrecer el servicio educativo superior universitario, con una vigencia de seis (06) años; la misma que fue modificada con Resolución del Consejo Directivo N° 061-2022-SUNEDU/CD, de fecha 17 de junio de 2022, en el extremo de reconocer la creación de dos (2) locales y el cambio de locación;

Que, el artículo 29 de la Ley N° 30220, Ley Universitaria, establece que, aprobada la ley de creación de una universidad pública, el Ministerio de Educación constituye una Comisión Organizadora y que el proceso de constitución de una universidad concluye con la designación de sus autoridades, dentro de los plazos establecidos por el Ministerio de Educación;



Que, con Resolución Viceministerial N° 008-2023-MINEDU, de fecha 11 de enero de 2023, se reconforma la Comisión Organizadora de la UNAAT, integrada por los académicos Dra. Milagro Rosario Henríquez Suárez, como Presidente; Dr. Ángel Almidón Elescano como Vicepresidente Académico y Dr. David Elí Salazar Espinoza como Vicepresidente de Investigación;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0196-2024-UNAAT, de fecha 27 de junio de 2024 se amplía la designación como Coordinadora de la Facultad de Ciencias de la Salud a la Dra. Miriam Zulema Espinoza Véliz;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0113-2024-UNAAT de fecha 12 de abril de 2024 se designa al docente ordinario en la categoría Principal; Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes como Secretario Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0241-2024-UNAAT de fecha 09 de agosto de 2024 se otorga al Coordinador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT, la facultad de emitir acto resolutorio enmarcadas en las atribuciones de Decano de la Facultad establecidas en la Ley universitaria y el Estatuto de la UNAAT;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0256-2023-UNAAT de fecha 18 de setiembre de 2023, se aprueban las líneas de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT;



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

## Resolución de Coordinación de Facultad N° 104-2024-UNAAT

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0050-2024-UNAAT de fecha 28 de febrero de 2024, se ratifica la línea de Investigación de la Escuela Profesional de Enfermería denominada Gestión en Enfermería, aprobada por la Vicepresidencia de Investigación; la misma que se incorpora a las líneas de investigación de la EPE ratificadas con Resolución de Comisión Organizadora N° 0256-2023-UNAAT;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0227-2024-UNAAT de fecha 25 de julio de 2024, se aprueba el Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT, novena versión;

Que, mediante Resolución de Coordinación de Facultad N° 043-2024-UNAAT de fecha 26 de setiembre de 2024 se aprueba la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud;

Que, mediante Resolución de Coordinación de Facultad N° 067-2024-UNAAT de fecha 18 de octubre de 2024, se **INSCRIBE** el Proyecto de Tesis intitulado "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024**" presentado por las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely;

Que, visto lo establecido en los artículos 26, 27, 28, 29 y 30 del Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT respecto a la formulación y aprobación del Proyecto de Tesis para obtener el título profesional; contexto que también se considera en el acápite 2 del artículo 4 de la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud y contando con el Informe N°011-2024-UNAAT/PCI-APEM de fecha 16 de diciembre de 2024, del presidente del Comité de Ética de la FCS, a través del cual adjunta la Carta N°016-CE-FCS-2024 que APRUEBA el Proyecto de Investigación "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024**" presentado por las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely y el Informe N° 041-2024-UNAAT/FCS/UI/APEM de fecha 16 de diciembre de 2024 del Responsable de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud mediante el cual dictamina favorable la APROBACIÓN y EJECUCIÓN del Proyecto de Tesis;

En uso de las atribuciones que se le confiere a la Coordinación de Facultad de Ciencias de la Salud;

### SE RESUELVE:

**ARTÍCULO PRIMERO.** – **APROBAR** el Proyecto de Tesis "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma**" presentado por las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely y **AUTORIZAR** su ejecución.

**ARTÍCULO SEGUNDO.** - **NOTIFICAR** la presente resolución a la Alta Dirección, a las estudiantes, al asesor designado y la Unidad de Investigación de la FCS, para su conocimiento y demás fines.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y PUBLÍQUESE.

  
Dra. Miriam Zúñiga Espinoza Veliz  
COORDINADORA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA SALUD

  
Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes  
SECRETARIA DOCENTE DE LA FACULTAD  
DE CIENCIAS DE LA SALUD



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA  
CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**Resolución de Coordinación de Facultad N° 057-2025-UNAAT**

Tarma, 23 de mayo de 2025

**VISTO:**

El Informe N° 043-2025-UNAAT/FCS/UI/APEM de fecha 23 de mayo de 2025 del Responsable de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, en atención al expediente presentado por las bachilleres Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely, y;

**CONSIDERANDO:**

Que, el artículo 18° de la Constitución Política del Perú, en su cuarto párrafo establece que cada universidad es autónoma en su régimen normativo, de gobierno académico, administrativo y económico. Las universidades se rigen por sus propios estatutos en el marco de la Constitución y las leyes;

Que, según Ley N° 29652, modificada por la Ley N° 30139, se creó la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, como persona jurídica de derecho público interno;

Que, mediante Resolución del Consejo Directivo N° 142-2018-SUNEDU/CD, de fecha 18 de octubre de 2018, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria resolvió otorgar la licencia institucional a la UNAAT, para ofrecer el servicio educativo superior universitario, con una vigencia de seis (06) años; la misma que fue modificada con Resolución del Consejo Directivo N° 061-2022-SUNEDU/CD, de fecha 17 de junio de 2022, en el extremo de reconocer la creación de dos (2) locales y el cambio de locación;

Que, el artículo 29 de la Ley N° 30220, Ley Universitaria, establece que: "Aprobada la ley de creación de una universidad pública, el Ministerio de Educación constituye una Comisión Organizadora integrada por tres (3) académicos de reconocido prestigio, que cumplan los mismos requisitos para ser Rector...!", así mismo que: "El proceso de constitución de una universidad concluye con la designación de sus autoridades, dentro de los plazos establecidos por el Ministerio de Educación";

Que, con Resolución Viceministerial N° 008-2023-MINEDU, de fecha 11 de enero de 2023, se reconfirma la Comisión Organizadora de la UNAAT, integrada por los académicos Dra. Milagro Rosario Henríquez Suárez, como Presidente; Dr. Ángel Almidón Elescano como Vicepresidente Académico y Dr. David Elí Salazar Espinoza como Vicepresidente de Investigación;

Que, mediante Resolución Viceministerial N° 244-2021-MINEDU, de fecha 27 de julio de 2021, se aprueba el Documento Normativo denominado "Disposiciones para la constitución y funcionamiento de las comisiones organizadoras de las universidades públicas en proceso de constitución", documento que consigna en el numeral 7.3 lo siguiente: "La Comisión Organizadora, en tanto no se constituyan los órganos de gobierno, puede designar un Coordinador de Facultad, un Responsable de Escuela Profesional, y un Responsable de Departamento Académico, de manera provisional y mediante un acto resolutivo, que harán las veces de Decano de Facultad, Director de Escuela Profesional y Director de Departamento Académico, respectivamente. Los designados deben cumplir con los requisitos establecidos en los artículos 33°, 36° y 69° de la Ley Universitaria...!".

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0427-2024-UNAAT, de fecha 26 de diciembre de 2024 se amplía la designación como Coordinadora de la Facultad de Ciencias de la Salud a la Dra. Miriam Zulema Espinoza Véliz;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0113-2024-UNAAT de fecha 12 de abril de 2024 se designa al docente ordinario en la categoría Principal; Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes como Secretario Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT;

Que, con Resolución de Comisión Organizadora N° 0241-2024-UNAAT de fecha 09 de agosto de 2024 se otorga al Coordinador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNAAT, la facultad de emitir acto resolutivo enmarcadas en las atribuciones de Decano de la Facultad establecidas en la Ley universitaria



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA

CREADA POR LEY N° 29652 Y LEY N° 30139  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

## Resolución de Coordinación de Facultad N° 057-2025-UNAAT

y el Estatuto de la UNAAT;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0227-2024-UNAAT de fecha 25 de julio de 2024, se aprueba el Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT, novena versión;

Que, mediante Resolución de Coordinación de Facultad N° 043-2024-UNAAT de fecha 26 de setiembre de 2024 se aprueba la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud;

Que, mediante Resolución de Comisión Organizadora N° 0002-2025-UNAAT de fecha 09 de enero de 2025, se RATIFICA las líneas de Investigación de las Escuelas Profesionales de la UNAAT aprobadas por la Vicepresidencia de Investigación;

Que, mediante Resolución de Coordinación de Facultad N° 104-2024-UNAAT de fecha 17 de diciembre de 2024, se **APRUEBA** el Proyecto de Tesis "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma**" presentado por las estudiantes Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely y **AUTORIZA** su ejecución;

Que, visto lo establecido en los artículos 31, 32, 33, 34 y 35 del Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT respecto a la estructura y procedimiento del Informe de Tesis para obtener el título profesional; contexto que también se considera en el acápite 3 del artículo 4 de la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud y bajo el fundamento consignado en el Informe N° 043-2025-UNAAT/FCS/UI/APEM de fecha 23 de mayo de 2025 del Responsable de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud mediante el cual propone a los miembros de Jurado Evaluador del Informe de Tesis "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma**" presentado por las bachilleres Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely, y;

En uso de las atribuciones que se le confiere a la Coordinación de Facultad de Ciencias de la Salud;

### SE RESUELVE:

**ARTÍCULO PRIMERO.** – **DESIGNAR** como miembros de Jurado Evaluador del Informe de Tesis "**Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma**" presentado por las bachilleres Paucar Vega Yanitza Leonela y Puente Anglas Vivian Aracely a los siguientes docentes ordinarios:

Dra. Rosa Clara Orihuela Espinoza	Presidente
Dr. Luis Absalón Guevara Sarmiento	Secretario
Mg. Tito Ancalle Félix	Vocal
Dra. Yolanda Aroquipa Duran	Accesitario

**ARTÍCULO SEGUNDO.** – **INSTAR** a los miembros de Jurado Evaluador, cumplir con lo establecido en los artículos 34 y 35 del Reglamento de Grados y Títulos de la UNAAT y el acápite 3 del artículo 4 de la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud.

**ARTÍCULO TERCERO.** – **NOTIFICAR** a los miembros del Jurado Evaluador, al Asesor designado, a las interesadas y a la Unidad de Investigación de la FCS, para su conocimiento y demás fines.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y PUBLÍQUESE.

Dra. Miriam Zulema Espinoza Veliz  
COORDINADORA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Dra. Galia Mavel Manyari Cervantes  
SECRETARIA DOCENTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
ALTOANDINA DE TARMA  
UNAAT  
COPIA FIEL  
DEL ORIGINAL



39

Acta de sustentación de tesis N° 19 EPE-FDC 2025

En la C.U. el 19/08/25 en la sede de la Planta  
de C.S. - UNAAT. Reunidos los miembros del  
jurado de tesis por resolver 0103-2025-UNAAT  
Con los miembros del Comité Examen  
Dr. Rosa C. Chikule Espin  
Dr. Félix Tito Aucay  
Dr. Juan Coronado

Con la finalidad de analizar el título académico  
de la sustentación de la tesis Examen de tesis  
7 Rendimiento Académico de la sustentación de la  
tesis Propuesta de Examen de Tesis Nivel Académico  
Altoandino de Tarma Examen de Tesis en Tarma  
N° 0104-2025- 23/08/25

Acuerdo de sustenar la tesis de la  
de la

- Bach. Exp. Yacintre Leonel Páucar Esp
- Bach. Exp. Vivian Kracely Puente Aucay

Resolución aprobatoria de la tesis  
Final

Por lo que se pide al presentador de la tesis  
de la tesis de Tarma.

R





Firme el Jurado Examinador

Dn

*[Signature]*  
19/08/25  
Dr. Luis Guara  
Secretar

*[Signature]*  
Dra. Rosa Orihuela  
PRESIDENTE

*[Signature]*  
Dr. Felix Tito  
Vocal

*[Signature]*  
Yanitze Leonor Paucar Vega

*[Signature]*  
Vivian Aracely Puente Anco

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA  
La Secretaría General de la UNAAT de conformidad con el art. 73 de la Ley Universitaria 30220 C.E.T.S.I.C. y Cui la presente es copia de su original al que merecimo en caso necesario.


UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA  
*[Signature]*  
Dra. Gafía Mavel Manyari Cervantes  
SECRETARIA DOCENTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

09 de 09 del 2025  
*[Signature]*  
Lic. Delia Soledad Barcocha Vilchez  
SECRETARIA GENERAL

Acta de sustentación de Tesis N° 19 EPE-FC 9- 2025

En la Ciudad Universitaria, 19/08/25 en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud-UNAAT, Reunidos los miembros del jurado, por Resolución 03-2025-UNAAT :- Rosa C. Orihuela, Dr. Felix Tito y Dr. Luis Guara en la finalidad de llevar el acto académico de la sustentación de la Tesis: "Estilos de vida y Rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma", aprobado con Resolución N° 0104-2025 del 23/08/25, donde se programó la fecha y hora de la defensa de los Bachilleros Yanitze Leonor Paucar Vega y Vivian Aracely Puente Anco; y concluida la exposición, obtuvieron el Resultado final: **BUENO**. Por lo que se expide el presente acta.

TARMA 19 de Agosto de 2025

	UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA ALTOANDINA DE TARMA	FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD	GUÍA PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL EN LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD	CÓDIGO: FCS-UI-GTP- 2025
				VERSIÓN: 0001
				VIGENCIA: A PARTIR DEL 07 DE ENERO DE 2025
				PÁGINA: 1 DE 1

## CONSTANCIA DE SIMILITUD

**N°018-FCS-UI-2025**

**El responsable de la Unidad de Investigación, hace constar mediante la presente, que la Tesis titulada:**

“Estilos de vida y rendimiento académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma, 2024”

**Autor(es)** : Bach. Enf. Yanitza Leonela Paucar Vega

Bach. Enf. Vivian Aracely Puente Anglas

**Facultad** : Ciencias de la Salud

**Escuela profesional** : Enfermería

**Asesor(a)** : Dr. William Robert Escobar Blua

**Fue analizada por el software anti plagio TURNITIN INSTITUCIONAL con 108 pág.; bajo los siguientes criterios:**

CRITERIOS DE SOFTWARE	DECISIÓN DE CONFIGURACIÓN DE ANÁLISIS
Excluye citas	<b>X</b>
Excluye Bibliografía	<b>X</b>
Excluye Cadenas hasta ..... palabras.	-
Otros criterios (Especificar)	-

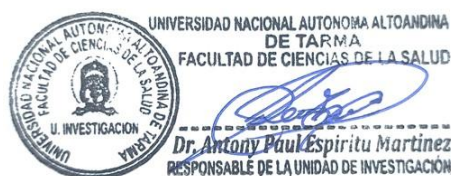
**Luego de la evaluación el documento presenta un porcentaje de similitud de: 30%**

Por lo tanto, de acuerdo con el Reglamento de Grados y títulos de la Universidad Nacional Autónoma Altoandina de Tarma y la Directiva para la elaboración, presentación y sustentación de Tesis en la Facultad de Ciencias de la Salud aprobada con Resolución de Coordinación de Facultad N°043 -2024-UNAAT. Se declara la presente Tesis con un Índice de Similitud APROBADO.

**Observaciones:** Ninguna.

En señal de conformidad y verificación firma y sella la presente constancia.

Tarma, 05 de diciembre de 2025



Dr. Antony Paul Espiritu Martinez  
Responsable de la Unidad de Investigación FCS-UNAAT