



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA
UNIVERSITARIA**

**Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de
la Universidad Nacional de Tumbes, Tumbes, 2019**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestra En Docencia Universitaria**

AUTORA:

Br. Leydi Tatiana Ramírez Neira
(ORCID: 0000-0001-9031-9733)

ASESORA:

Dra. Jannet Aspiros Bermudez
(ORCID: 0000-0002-4737-0944)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

Trujillo – Perú

2019

Dedicatoria

A Dios, que por medio de mis amados padres han permitido mi existencia, a ellos mi amor incondicional y agradecimiento profundo y pleno, al igual que a mis queridos e inigualables hermanos por el apoyo y ánimos brindados para comenzar y culminar este camino con bien.

A mi compañero de vida, gracias por el amor y paciencia en estos largos meses, el empuje brindado para comenzar esta etapa, la confianza puesta y sobretodo la comprensión en los momentos más importantes de mi vida para la dedicación al presente trabajo.

Agradecimiento

A mi asesora y maestra Dra. Jannet Aspiros Bermudez por la enseñanza, orientaciones, los ánimos brindados, las palabras de aliento permanente y la motivación generada en mí, para culminar con éxito este arduo trabajo.

A mis demás docentes de la Escuela de Postgrado durante todo el proceso de aprendizaje, ya que han demostrado su interés autentico y su arduo labor de docente, para el beneficio de sus alumnos futuros colegas.

Página del jurado

Dra. Gaby Esther Chunga Pingo

PRESIDENTE

Dr. Jorge Eduardo Neciosup Obando

SECRETARIO

Dra. Jannet Aspiros Bermudez

VOCAL

Página del jurado

SEÑORES MIEMBROS DEL JURADO CALIFICADOR:

De conformidad con el reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, ponemos a vuestra consideración la tesis denominada: **ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA DE NUTRICIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES – TUMBES** , la misma que ponemos a disposición para su revisión y evaluación correspondiente elaborada con la finalidad de obtener el grado de Maestra en Docencia Universitaria.

La presente investigación tuvo la finalidad mejorar los estilos de vida saludables, en los alumnos de la Escuela de Nutrición, de la Universidad Nacional de Tumbes, que se considera de suma importancia para lograr una educación nutricional que le permita en adelante mejorar sus hábitos de vida y por ende gozar de una vida larga y sana.

Así quedo de ustedes esperando con mucho gusto sus observaciones sugerencias y la respectiva aprobación.

La autora.

Declaratoria de autenticidad

Yo, Leydi Tatiana Ramírez Neira estudiante de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, sede Trujillo; declaro que la tesis titulada “ESTILOS DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA DE NUTRICION DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES” presentada, enfolios para la obtención del grado académico de Magister es de mi autoría.

Por lo tanto, declaro lo siguiente:

- He mencionado todas las fuentes empleadas en el presente trabajo de investigación identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes, de acuerdo establecido por las normas de elaboración de trabajo académico.
- No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquellas expresadamente señaladas en este trabajo.
- Este trabajo de investigación no ha sido previamente presentado completa ni parcialmente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
- Soy consciente de que mi trabajo puede ser revisado electrónicamente en búsqueda de plagio.
- De encontrar uso de material intelectual ajeno sin el debido reconocimiento de su fuente o autor, me someto a las sanciones que determinan el procedimiento disciplinario.

Trujillo, 08 de agosto de 2019



Firma

Nombres y apellidos

DNI: 46532868

Índice

CARATULA	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento	iii
Página del jurado	iv
Página del jurado	v
Declaratoria de autenticidad	vi
Índice	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MÉTODO.....	18
2.1 Tipo y diseño de investigación.....	18
2.2 Operacionalización de variables	19
2.3 Población, muestra y muestreo	21
2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	21
2.6 Procedimiento.....	22
2.7 Métodos de análisis de datos	23
2.8 Aspectos éticos	23
III. RESULTADOS.....	24
IV. DISCUSIÓN	30
V. CONCLUSIONES	34
VI. RECOMENDACIONES.....	36
VII. REFERENCIAS	37
ANEXOS	42
ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	43
ANEXO 2: INSTRUMENTO.....	44
ANEXO 3: FICHA TECNICA.....	48
ANEXO 4: BASE DE DATOS.....	50
ANEXO 5: CONSTANCIA DE APLICACION DE INSTRUMENTO.....	58
ANEXO 6: VALIDACION DE INSTRUMENTO.....	59
ANEXO 7: FOTOS.....	65

RESUMEN

El propósito de esta investigación es determinar cuál es el nivel de relación entre el estilo de vida y Rendimiento académico en los alumnos del I ciclo de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes – 2019. La investigación es de tipo descriptiva no experimental con diseño correlacional, de corte transversal con un enfoque cuantitativo, en una población Muestral de 186 estudiantes. Para la recopilación de información se empleó Cuestionario de Opinión sobre estilos de vida y el registro de notas para medir el rendimiento académico. Se analizaron los datos interpretando los resultados obtenidos, y encontrando la fuerza de la correlación entre las variables. Los datos fueron a analizados a través del programa SPSS 21, utilizándose para la contrastación de hipótesis la prueba estadística de spearman. Al establecer las correlaciones lineales ordinales entre las variables estilos de vida y rendimiento académico, se obtuvo un valor (Rho de Spearman = 0.071), es decir las variables presentan una correlación positiva débil. Ambas son independiente.

Palabras Clave: Estilo de vida, rendimiento académico, universidad, diseño correlacional, estudiantes

ABSTRACT

The purpose of this research is to determine the level of relationship between lifestyle and academic performance in students of the first cycle of the School of Nutrition of the National University of Tumbes - 2019.

The research is non-experimental descriptive type with correlational design, cross-sectional with a quantitative approach, in a sample population of 186 students. For the collection of information, an Opinion Questionnaire on lifestyles and the recording of grades were used to measure academic performance. The data were analyzed by interpreting the results obtained, and finding the strength of the correlation between the variables. The data were analyzed through the SPSS 21 program, using the spearman statistical test for hypothesis testing.

By establishing the ordinal linear correlations between the variables of lifestyles and academic performance, a value was obtained (Rho de Spearman = 0.071), that is, the variables have a weak positive correlation. Both are independent.

Keywords: Lifestyle, academic performance, university, correlational design, students

I. INTRODUCCIÓN

Las universidades ofrecen por intermedio de sus docentes los conocimientos a los alumnos, conocimientos que bien logrados hacen que el alumno tenga el mayor de los éxitos en su época universitaria y sobre todo en el campo fuera, hay muchos aspectos a tener en cuenta, desde su propio rendimiento hasta aquellas situaciones que intervienen en ésta. En la Universidad Nacional de Tumbes, en la Escuela de Nutrición y Dietética se enseñan cursos de construcción y concientización a los estudiantes y para que estos tengan la capacidad de resolver problemas en la comunidad con el mayor de los aciertos ya que se trabaja con vidas, muchos estudiantes no desarrollan sus conocimientos de manera plena y al parecer sin responsabilidad, teniendo como actual inconveniente muchos factores a nivel social y aquello inherentes a su propia salud, factores que pueden ser perjudiciales teniendo repercusiones no beneficiosas para ellos.

Uno de los principales problemas el bajo rendimiento que estos obtienen en variedad de cursos y que se mantiene con el paso de los ciclos académicos. Es necesario tener en cuenta que un bajo rendimiento académico se puede deber a diferentes causas, la metodología del docente, la poca planificación en el estudio y desarrollo de materias, problemas del entorno así como aquellos más relevantes como una alimentación inadecuada, descanso insuficiente, mayor atención y tiempo invertido en prácticas de consumo de tabaco y alcohol, mencionado esto ya que la vida adolescente de estos alumnos suele ser en su mayoría de esta manera. Mantener una auto decisión en cuanto a las practicas saludables o no, y el deseo de aprender y disfrutas la etapa universitaria con buenos resultados, es primordial en esta época, con mucha más razón cuando los promedios de ingreso a las diferentes carreras suelen ser bajos.

A nivel mundial la población juvenil crece , tan solo con el Censo del 2017, la educación superior subió 40% en diez años, teniendo 4.2 millones en educación universitaria, los últimos años esta población influenciada por la globalización, vida rápida y moderna a lo que la región de Tumbes no escapa, con la llegada de nuevos distractores sociales; todo el cambio nuevo trae consigo desequilibrios de los factores determinantes en cuanto a salud y calidad de vida de los individuos, por esta razón que cuando ingresan al sistema universitario revelan serias deficiencias académicas, plasmadas en un aprendizaje poco o no logrado, además dichos factores son los responsables de la falta académica, el bajo rendimiento y a la vez constituye un obstáculo personal a su futuro profesional.

Existen diferentes estudios que hablan y tratan sobre los diferentes estilos de vida en los alumnos de universidad, muchos de estos muestran que los estilos de vida pocos o no saludables son los que predominan en esta etapa de vida.

Se ha fundamentado que la etapa universitaria es una de las que se pueden dejar de lado algunos hábitos saludables. Actualmente, está ampliamente demostrado que determinadas conductas de riesgo como el tabaquismo, una dieta poco saludable, una conducta sedentaria o un excesivo consumo de alcohol pueden contribuir de forma independiente a incrementar la morbimortalidad. No obstante, se ha estudiado poco la agrupación entre los diferentes factores de riesgo.

Desde el punto internacional, los jóvenes universitarios manifiestan su nivel de creencias muy arraigado en ciertos ámbitos de la forma de vida resaltando aquellos que tengan estrecha relación con la salud.

Según los resultados de la investigación relacionados a los diferentes modos de vivir en universitarios, es realmente importante y necesario mirar y asumir nuevos enfoques que puedan intervenir en la mejora y progreso de la forma de vida que sean óptimos para los universitarios. (Muñoz, 2013)

Diferentes estudios buscan describir la manera de vida de los universitarios, estudios abundantes en Colombia, aunque estos se han enfocado en evaluar aquellas conductas perjudiciales o no saludables pero de manera individual, aunque la evidencia demuestra que estos hábitos o comportamientos relacionados a salud se terminan agrupando entre sí.

(Valera, T., 2016), en su trabajo, Tipologías de modo de vivir en universitarios de la Universidad Privada de la Ciudad de Cali - Colombia, cuyo objetivo fue conocer diferentes grupos entre los estudiantes, se ejecutó un trabajo transversal de corte descriptivo con una muestra de 370 universitarios, empleándose el Cuestionario de Estilos de vida en estudiantes de universidad, en su versión CEVJU-R2, que valora las prácticas en cada extensión de las formas de vivir (opciones de respuesta con escalamiento tipo Likert). Entre sus resultados entre los 228 elegidos, el 52.4% mujeres. Siendo un promedio de 20 años (rango entre 18 y 25 años). Más del 60% de universitarios resultó clasificado en el grupo con prácticas sanas, exceptuando la dimensión sobre actividad física, una gran cantidad de los estudiantes poseen prácticas no saludables. En cuanto al sustento alimentario, gran parte de universitarios dan a conocer que consumen con continuidad de productos con calorías vacías, diferentes tipos de dulces, bebidas gasificantes y artificiales;

aun así afirman consumir la primera comida del día, el almuerzo e ingerir sus alimentos en horarios habituales.

(Suescún, S., 2016), en su estudio *Estilos de vida en universitarios de Boyacá, Colombia*, cuyo objetivo reconocer estilos de vida saludables en los alumnos. Investigación que contó con 109 colaboradores (6 varones, 103 féminas) y que entre sus resultados el 38.5% mostró estilos de vivir óptimos y sanos, sus medias de edad fueron 20 años, estatura de 1.59 m aproximadamente, peso de 56.34kg e IMC de 22.16 m/t². Las conductas frente a la figura o no de un estilo de vivir saludable fueron estadísticamente significativas: $p=0.019$, para cumplir 30 minutos de ejercicio en promedio de tres veces por semana; $p=0.050$ si tiene la intención de realizar mayor ejercicio de manera regular; $p=0.046$ si consumen productos ricos en antioxidantes tales como frutas, verduras, granos integrales y alimentos en lo posible que no hayan sido procesados; y $p=0.008$ al dormir entre 7 y 8 horas. Estudio que permitió llegar a una conclusión donde hay una elevada proporción de colaboradores con maneras de vivir perjudiciales para su salud, según factores más resaltantes como cambios en hábitos nutricionales, sueño y descanso, los cuales obstaculizan el objetivo de lograr y conservar una vida óptima.

(Barragán L. 2015), en su proyecto titulado “Estilos de vida saludables en personal docente, administrativo y de apoyo de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Guayaquil - Ecuador 2015”, estudiando cuatro aspectos básicos referentes a estas conductas que los individuos a diario realizan para mantenerse de manera adecuada tanto en cuerpo como en mente; como son las prácticas alimentarias, ejercicio, salud mental y sexualidad. Se implementó una metodología cuantitativa de tipo descriptiva y de corte transversal aplicada a 40 personas en el presente año. Siendo los resultados que el 85% de los estudiados son féminas, en lo que concierne a la fase nutricional dicha agrupación ingieren con mayor frecuencia alimentos proteicos, nutriente esencial e insustituible que no solo aporta energía sino también repara tejidos y ayuda favorablemente con el funcionamiento del sistema inmunológico, con un(62%), la otra cantidad (45%) consume derivados lácteos, vegetales y frutas que son alimentos de igual importancia debido a la diversidad de nutrimentos importantes para el organismo y consumidos de fuentes externas; y cantidades inferiores de cereales y comidas con calorías vacías las cuales representa un 10%, alimentos altos en carbohidratos simples y grasas saturadas causantes número uno de las enfermedades cardiovasculares, siendo realmente una mala elección ya que no aporta beneficio alguno en la ejecución de funciones corporales y que consumido de manera

habitual es perjudicial para la salud, ya que si hablamos de este consumo en los universitarios , pues los niveles de grasa y azúcar elevados que contiene estos productos irrumpen el funcionamiento regular del sistema nervioso, algunos procesos cognitivos.

Respecto a la actividad, el 48% realizan caminatas con poca frecuencia, que si estas caminatas fueran a diario y constantes en esta actividad podrían brindar a la persona muchos beneficios inclusive incrementar varios años la esperanza de vida, sin embargo no tienen una programación de ejercicios adecuada, ya que si hablamos de realizar este tipo de actividad comenzando por el tiempo podríamos decir que un buena caminata debe tener entre 45 a 60 minutos al día, evidenciando que aproximadamente 1 de cada 10 personas la realizan y de manera corta, corroborando que son sedentarios, esta insuficiencia, más claro y trágico esta falta de actividad es un enemigo claro para tener no poder conseguir una buena salud, pues el cuerpo humano está hecho para moverse, no hacerlo y no hacer lo suficiente conlleva a muchas consecuencias negativas, esto ya vas más allá y es un problema colectivo en la comunidad que debería ser un nuevo reto a combatir y reducir, inclusive desde aquellas edades tempranas, una mente ocupada, una buena actividad física que es tan buena tanto para el corazón, el cuerpo también lo es para el cerebro, además de repercutir en la motivación de las personas o el estado de ánimo .

Es conocido además que la práctica de un ejercicio regular es capaz de modificar el entorno neuronal y favorecer el aprendizaje sin límite de edades, un cerebro oxigenado es un cerebro apto de recibir nuevos conocimientos y procesarlos de manera adecuada contribuyendo a mejorar el rendimiento intelectual, por el contrario en el sedentario, por solo nombrar unas pocas consecuencias es que encontramos un alto índice de sobrepeso e inclusive medidas abdominales aumentadas, la cuál es la principal causante de enfermedades crónicas no transmisibles, que finalmente producirán daño multiorgánico producto del desequilibrio entre las ingestas mayores o menores a las necesidades.

Dentro de las conclusiones referente a la nutrición por grupo ocupacional, el mayor consumidor de alimentos proteicos son el personal docente administrativo / apoyo, haciendo hincapié que aun así no cuentan con buenos conocimientos respecto a la alimentación balanceada, con la finalidad que se pueda asegurar los aportes de los diferentes tipos de nutrientes , aquellos más los esenciales que el cuerpo non los fabrica y

se necesitan consumir de fuente externa, es decir de los alimentos; aquella alimentación adecuada es diferente según el grupo etario y los que en menor cantidad y calidad consumen alimentos proteicos son los estudiantes, es de vital importancia que deberían tener un mayor y mejor consumo, ya que las proteínas contribuyen a mejorar el estado nutricional.

(Pérez A., 2015) en su estudio denominado Hábitos Alimenticios de los estudiantes universitarios, realizado en Carabobo – Venezuela, al observar las conductas normales en relación a los comportamientos alimentarios, la selección de los alimentos que se van a consumir a diario, las cantidades a consumir por el individuo inclusive las técnicas culinarias para la preparación de los alimentos, puntos que forman la base de una conducta alimenticia; en general, los jóvenes descuidan su salud desde todos los puntos, en especial haciendo mención a la alimentación, debido a eso nace la inquietud del trabajo que consistió en plantear un programa alimenticio y nutricional, como su propia denominación lo dice, básicamente educación nutricional, término y actividad con gran valor, reconocida por su importancia en mejorar el comportamiento dietético y estado nutricional de las personas, sabiendo que así se contribuye a la seguridad alimentaria, pero con mayor importancia influyendo en el consumo de alimentos, con esta educación se puede modificar ciertos comportamiento dentro de su forma de vida, aquellos como hábitos de alimentación, ingesta de productos industrializados, mejor distribución de alimentos en la familia, prestándole atención a que así se refuerza y mejora el estilo de vida.

(Bastias, E., 2014) en su trabajo que trata de lo siguiente: estilos de vida en estudiantes Iberoamericanos, realizada en Chile, menciona que en la sociedad actual y moderna en general, ha cursado drásticas modificaciones en relación a la salud, modificación que por supuesto no solo han dependido tradicionalmente de sus necesidades a lo largo del tiempo, sino que también están ligados a los conocimientos de las personas, al trabajo de éstas y a las condiciones de vida. Cambios que tienen como causa una lista innumerable de elementos ambientales que interfieren en el desarrollo de comportamientos variados de vida y en su calidad, donde cuyo objetivo de dicho estudio fue estudiar el noción de estilo de vida de los alumnos según la evidencia encontrada. Comportamientos dirigidos por las distintas decisiones del individuo, aquellas sobre las que tiene diferente grado de control; si éstas son consecuencia de inadecuadas o inapropiadas medidas desde el espacio dentro de

la salud, la persona crearía un peligro impuesto por él mismo, teniendo en cuenta que el modo o estilo de vida son determinantes fuertes de la preservación de la salud. Los estilos son la manera o modo de llevar la vida individual, para ser más exacta la manera de vida de cada persona en la sociedad.

Siendo los resultados; un gran segmento de las investigaciones han estudiado de forma descriptiva los famosos y muy importantes estilos de vida. Algunas suelen tener mayor atención y por ende las más estudiadas y concluyendo que los estudiantes son un grupo importante, que con más detalle y de manera muy particular debe ser elemento fundamental de investigación, con la finalidad de crear programas nutricionales que puedan ir más allá de informar, programas que puedan intervenir en los jóvenes de acuerdo a las necesidades de estos.

(Cedillo L. 2016) en su artículo de revisión sobre Estilos de vida en alumnos de Ciencias de la salud, cuyo objetivo fue realizar una revisión a los diferentes trabajos que revelen el impacto que genera las formas de vida relacionados con el rubro de salud, el vocablo salud definición acuñada por la OMS, donde además resalta que no es solo la ausencia de la enfermedad o de distintas afecciones, por ello mismo el término salud se engloba actualmente como salud integral, salud en un todo. La mencionada investigación realizada en jóvenes de pregrado del área de salud, utilizando como método la mencionada forma de trabajo, la indagación electrónica de apartados que guardasen relación con las maneras de vivir en estudiantes. Las referencias buscadas siendo ISI, SCIELO, MEDLINE, BVS y PUBMED, mientras que las palabras claves para la indagación: estilo de vida, universitarios y ciencias de la salud.

Dentro los resultados fueron los siguientes: de 83 apartados explorados, se separaron 38 debido a que no cumplían con los requisitos pedidos en el trabajo y 12 fueron eliminados por ser propagados antes del 2010, permaneciendo 33 trabajos para esta investigación. De los 33 apartados escogidos, 18 investigaciones efectuaron con los juicios de averiguación, 15 considerados por contener aspectos teórico – conceptuales. En cuanto al ejercicio, una investigación puso en evidencia que el 40% de estudiantes son sedentarios ya que no realizan actividad física alguna, aumentando así el peligro de padecimientos crónicos no transmisibles; otro trabajo mostró que únicamente el 44% de los estudiantes realizaban

actividad física la cual se realiza con el fin de conservar la salud y a la larga pues trae consigo muchos beneficios, estos son los recomendados 45 minutos de ejercicio de manera diaria. Además los patrones alimentarios, aquellos que encierra o engloban a la ingesta de todos los alimentos y tipos de bebidas de los estudiantes fueron inadecuados, siendo la “comida chatarra” o también llamada “comida basura”, que realmente no sirve o no tiene ningún valor nutritivo, son el tipo de comida que más consumieron los participantes, cabe resaltar que estos productos están conformados por algunos ingredientes con altas cantidades y concentraciones de azúcares, grasas saturadas o grasas malas y sodio o más conocido como sal.

Por otro lado, se dio a conocer dentro de 5 jóvenes al menos 1 exteriorizan cambios no positivos en su salud mental y consumo de tabaco y/o drogas, siendo causa probable de problemas a futuro relacionado claro con su salud individual, actitudes que están asociadas a problemas de salud que inician peculiarmente en la etapa de la adolescencia. De esta manera los trabajos consultados muestran que la forma de vida que llevan estos jóvenes, especialmente aquellos del rubro de las ciencias médicas o salud, por factores ambientales negativos en la propia conducta de los jóvenes tiende a ser poco saludable.

Pacheco, M. (2014) La Habana – Cuba. En su trabajo “Calidad de vida relacionada con la salud en universitarios”. Trabajo observacional, descriptivo de corte transversal. Se usó un cuestionario a 143 alumnos, elegidos por medio del método aleatorio estratificado, fragmentados en tres grupos. Los resultados fueron que el 32,9 % de los entrevistados consideró tener un bienestar bajo en todas las áreas del ser humano, bienestar físico, material, social, psicológica y ecológicas. El índice de calidad de salud fue menos próspero para las mujeres. El 81 % de los estudiantes mencionó que su salud o su condición en la que goza del bienestar tanto físico, mental y social es satisfactorio. Las personas con peso por encima de lo que se considera saludable se cuadruplicó notándose mayor afectación en su calidad de vida, diferente para aquellas con normo peso. Llegando a la conclusión que el determinante de salud que perturba con mayor significancia a los alumnos consultados viene siendo la biología humana o la condición genética que recibimos a través de la herencia genética.

Muchos trabajos, emplearon distintas escalas y cuestionarios, pero hasta la actualidad pocos han sido trabajados a la situación del Perú. Para darle mayor importancia a este tema, que es vital para en la época universitaria y más aún si está relacionado con la salud,

realizar futuras investigaciones que aborden esta problemática podrá brindar muchas alternativas positivas para mitigar aquellos problemas suscitados. (Cedillo, 2016).

A nivel nacional las publicaciones con resultados señalan que la manera de vida de los jóvenes universitarios, especialmente aquellos pertenecientes a carreras relacionadas con el ámbito de la salud, tienden a ser valga la redundancia poco saludable, lo cual afecta si o si su rendimiento académico. Realidad que demuestra y obliga a los investigadores a tomar medidas en las que se pueda promover un cambio y que sea hacia la mejora de estos estilos, siendo necesaria la evaluación los comportamientos que forman parte de esta forma de vivir, a través un herramienta de medición que sea la más apropiada.

Ortiz K. (2015) Trujillo – Perú. Su estudio denominada “IMC y práctica de estilos de vida saludables en estudiantes del Servicio Nacional de Adiestramiento en trabajo industrial – La Esperanza, 2015”, aquella de tipo descriptivo, correlacional de corte transversal. La población conformada por 89 jóvenes estudiandos con los requisitos de inclusión. La recogida de datos realizada empleando estadiómetro y báscula normalizados para la toma de IMC y una herramienta sobre la práctica de formar de vivir saludable. Los resultados demostraron que en relación al IMC de los alumnos un total del 100% (89), 4.5% (4) con diagnostico antropométrico nutricional de delgadez, 68.5% (61) en estado normal, 23.6% (21) con exceso de peso categorizado dentro de sobrepeso y el 3.4% (3) con mayor exceso de peso catalogado como obesidad. En cuanto al estilo de vivir el 55.1% (49) muestra la no practica de hábitos que los ayuden a mantenerse sanos, una forma no saludable de vida, y el 44.9% comportamientos cotidianos propios de una manera de vivir saludable.

En cuanto al IMC y su correlación con el ejercicio de estas maneras de vivir de los estudiantes; el 63.3% (31) practican una forma de vida poco o no saludable y la relación que existe que se asocia entre la masa y sus respectivas tallas dentro de lo normal, de esta manera también una parte con el 75% (30) practican formas de vivir saludables además de IMC normal. Concluyéndose que hay relación alguna entre ambas variables, digamos entonces que no se relaciona significativamente pero si de manera inversa, aceptando la conjetura nula.

Ramón, C. (2017) Lima Metropolitana – Perú. En su trabajo “Estilos de vida saludables y estado nutricional en pedagógicos de una universidad de Lima Metropolitana, 2017”. De diseño correlacional, con la muestra constituida por 103 docentes, adoptados de manera probabilística. La técnica empleada tuvo la finalidad de recoger y analizar los datos de la muestra representativa, técnica empleada la encuesta y el instrumento para la recogida de datos el cuestionario. Con la finalidad de establecer la validez de los instrumentos se trabajó el juicio de expertos y la confiabilidad fue calculada empleando el Coeficiente Alfa de Cronbach con el resultado 0.906.

Los resultados hacen ultimar que hay asociación estadística significativa entre las formas de vida adecuadas para el individuo y el IMC en catedráticos universitarios de Lima Metropolitana, año 2017. La evaluación del estado nutricional , con parte a ellos la evaluación antropométrica, permite que se puedan tomar medidas de prevención en beneficio de la salud de la persona, de mayor importancia cuando se trata de personas adultas , en especial y si nos enfocamos a universitarios como un grupo vulnerable en el desarrollo de ciertas costumbres y en la práctica de algunos hábitos no tan saludable que repercuten en un buen estilo de vida, tal como lo describe Córdova, D. en su investigación primaria de relación de la forma de vida y estado nutricional en alumnos, trabajo que da mayor solidez a la investigación citada, concluyendo y esto significa que a mejor forma de vida mejor estado nutricional.

Aquella casa de estudios superior, comprometida con la salud de sus alumnos es aquella que incluye dentro de sus planes académicos intervenciones y fomento de estilos saludables de vida, como parte de un proyecto en bienestar de su población, con el fin de promover y asegurar la calidad de vida de estos, tanto alumnos como aquellos que laboran en sus instituciones.

Las instituciones universitarias, haciendo abordaje a la promoción de la salud y basado en ello, pueden contribuir considerablemente a mejorar y mantener un estado óptimo de salud y mejorando a su vez el lugar donde se desenvuelve la tarea laboral, social y cultural. El rendimiento académico muestra el desarrollo del alumno durante el transcurso de formación universitaria, agregado a esto muestra también su desempeño, y se convierte en el factor importante para hablar de temas como calidad de educación superior.

Corregir los inadecuados hábitos o aquellos hábitos no saludables, para tener un óptimo estilo de vida y con bienestar desde todos sus aspectos y sobre todo un buen rendimiento académico si hablamos de época universitaria, es y debería ser la prioridad en este ambiente, dado que si la mayoría de estudiantes tienen o practican hábitos perjudiciales para su salud y por rendimiento pueden provocar graves consecuencias y sobretodo negativos para salud y rendimiento.

En términos cotidianos, éste “modo de vivir”, que a su vez es un término amplio y que conceptualizado por uno de las entidades rectoras a nivel mundial en cuanto a temas de salud se refieren, hablamos de la OMS, pues la define como la manera de vivir del individuo en todos sus aspectos, pero esta, está regida sobre dos puntos importantes, la correlación existente entre las situaciones de vida y los estándares de conducta de la persona, modelos definidos por causas o componentes sociales, culturales y las particularidades individuales. (Suescún, 2017)

Esta manera de vivir abarca distintas de espacios como por ejemplo la práctica o no de ejercicio, la alimentación y nutrición, las relaciones con el entorno que lo rodea, aspectos psicológicos hasta el ámbito espiritual. Mientras estos puntos se mantengan en buen estado, se puede garantizar el equilibrio individual como consecuencia de su desarrollo integral. (Cedillo, 2016)

Estos estilos, se encuentran supeditados a las determinaciones que el sujeto pueda definir como decisión y que pues, le influyen de manera positiva o negativa, resaltando que son decisiones sobre las cuales se tiene el control y dependiendo de eso pueden llegar a ser beneficiosas o perjudiciales. Por lo anterior, resultados encontrados determinan que la palabra estilo de vida es una esfera muy amplia de hábitos cotidianos, todos bajo un marco de cultura, que muestran durabilidad y consistencia con el paso del tiempo. (Muñoz, 2013)

La forma de vida desde la perspectiva general, es hablar del modo o manera de vivir, expresado en los ámbitos de la conducta. Según Guerrero (2010) en su manera más sencilla y similar a las formas de vida es la forma y manera de vivir.

Mientras que las formas de vida saludable refieren a las actitudes diarias que los individuos realizan, para proteger su organismo y sentido de la forma más correcta.

La Organización Mundial de la Salud lo conceptualiza como la apreciación del lugar que tiene la persona de sí misma dentro de la vida, en el ámbito cultural y del medio de valores o conjunto de reglas de conducta tanto morales como sociales, o de cualquier otro índole, en los que vive y se desarrolló.

Wong, C. lo describe como una manera amplia de vivir establecida en la interacción existente de los escenarios de vida y los modelos individuales de comportamiento definitivos por causas sociales culturales y características individuales. (OMS, 1986)

Estos están muy emparejados con modelos de ingesta del sujeto en cuanto al sustento alimentario, consumo de cigarro, etc. así mismo con el progreso de ejercicio o práctica de sedentarismo, los peligros relacionados con el ocio como la ingesta de bebidas alcohólicas y consumo de sustancias estimulantes.

Wong, C. conceptualiza los estilos de vivir como aquellas prácticas, costumbres, conductas y maneras que forman parte de la sociedad y que de alguna manera ayudan a cubrir las obligaciones individuales y sociales para llegar a un período óptimo de prosperidad.

El modo de vivir puede estar modelado ya sea por conductas que llevan a una adecuada salud o aquellas que la tornan perjudicial. Estando permanentemente sometidos a las distintas maneras de interpretar y a espera de diferentes contextos sociales, que no es para nada fijo, sino que son dependientes a cualquier cambio. Las formas de vivir de cada persona están caracterizados por modelos de conducta determinables, pueden tener una buena repercusión en la salud del individuo y en su alrededor social. Siempre que la salud este mejorando debido a que las personas hayan permitido que modificar y mejorar sus estilos de vida y que estos tengan efecto positivo en su vida, pues el trabajo debe ir avocado no únicamente al individuo, sino además a las circunstancias ambientales de su vida que influyen para originar y conservar estos modelos de conducta.

García, C. 2005, en su trabajo Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios, estudio realizado en Lima – Perú, que tuvo como objetivo principal establecer la relación entre las habilidades sociales y el clima social familiar con el rendimiento académico en grupo de estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Llegando a la conclusión que el rendimiento académico reflejado en notas globales no tiene correlación significativa ni con habilidades sociales ni con un clima en la familia , esta poca correlación podría darse porque el rendimiento académico se concibe

como aprendizajes obtenidos por el alumno a través de las diferentes actividades planteadas por el docente en relación con los objetivos planificados previamente.

Además Sánchez, L. 2017, quien realizó un estudio con enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, con una muestra estratificada aleatoria de 207 estudiantes, donde se analiza la temática de la educación superior desde diferentes ramas del conocimiento, que de una u otra forma, han provocado el proceso del rendimiento académico a través de múltiples aspectos, se elaboró un cuestionario correspondiente a las variables de estudio con un total de 85 ítems, luego los datos fueron evaluados e interpretados, posteriormente se realizó el análisis multivariado. Finalmente el estudio llegó a la conclusión general que existe incidencia significativa entre los factores personales, factores sociales y factores institucionales con el rendimiento académico de los estudiantes

Por otro lado el rendimiento académico nos da a deducir que pues es el valor que el docente le da a lo que aquel alumno conoce en el transcurso de su vida universitaria, aquellos conocimientos que son adquiridos en este caso en el ámbito netamente universitario, en consecuencia el alumno con una disposición buena, aceptable ante el juicio del evaluador para así aprender y aplicar sus conocimientos obtendrá valoraciones beneficiosas en aquellas pruebas a rendir a lo largo de cada experiencia curricular. Entendiéndolo mejor, el rendimiento académico mide la capacidad del estudiante, que muestra lo que él ha asimilado en el transcurso formativo universitario dentro de dicha institución, por el contrario estaremos hablando de un rendimiento bajo o insatisfactorio cuando el alumno no haya alcanzado el nivel por lo menos mínimo de aprobación. Hay que tener presente también, que cuando hablamos de rendimiento académico que pues se espera lo mejor y que sea satisfactorio, éste no solo nos da una referencia de las capacidades de los alumnos sino también nos brinda a su vez una idea de la predisposición que los jóvenes presentan y como viene en aquel momento a clases.

Podemos decir entonces que el rendimiento académico universitario efecto del aprender, derivado por la actividad en este caso universitaria del educador, y suscitado en el estudiante, aunque es claro que no siempre todo acto de aprender es resultado del solo trabajo del profesor universitario, el cual expresa en una valoración en cantidad y calidad basadas en una nota, cual es el resultado de ciertos o determinados momentos de aprendizaje, como calificaciones académicas las cuales estima o calcula el grado del

rendimiento académico en los universitarios. Desde otro punto y académico el rendimiento surge del transcurso de aprendizaje y así de esta manera está relacionado con la capacidad y la voluntad del estudiante.

En otro sentido el rendimiento es el producto de lo aprendido, creado por parte del estudiando y del valorar los rendimientos generados a lo largo del proceso académico, actividad complicada que exige obrar del maestro, con la mayor rectitud y claridad (Reyes, Y. 2007).

Ha de saberse que los resultados que los universitarios obtienen a través del proceso de estudios hasta llegar a alcanzar la titulación correspondiente. Existe dentro del régimen formativo peruano, las casas de educación superior establecen sus calificativos en el sistema vigesimal 0 a 20 (Miljanovich 2000), régimen donde la calificación alcanzada se convierte a la clasificación del beneficio de aprender.

Sin embargo, a pesar de esta realidad, se desconoce en la región Tumbes, específicamente en alguna universidad de esta región, el desarrollo de un trabajo de investigación que nos permita echar a ver la correspondencia existente entre el modo de vida y los resultados académicos de los jóvenes universitarios.

Si bien es cierto existen investigaciones sobre programas nutricionales con enfoque netamente hacia el bienestar universitario, con la finalidad además de fomentar y de optimizar la calidad de vida de los estudiantes, promoviendo hábitos adecuados para así contar con una forma de vida sana.

De tal manera, sería importante realizar un trabajo que establezca la relación la manera de vida y la valoración académica que alumno alcanza en este periodo universitario, el cual tenga efectos positivos sobre la vida y salud del estudiante.

Otro factor positivo es que se facilitará las herramientas para corregir, conseguir, mantener un estilo acorde con el bienestar e ir optimizando la condición de vida de los universitarios, disminuyendo la predisposición a contraer algún tipo de enfermedad en un futuro no muy lejano.

Por lo anterior mencionado se decide realizar una investigación más profunda de la cuál surge la interrogante:

¿Cuál es relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes? Como problemas específicos: ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida – social y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes? y ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida – biológico y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes?

Este trabajo se cimentó sobre la proposición del aprendizaje por observación de Albert Bandura. El presente trabajo cuantitativo; el método utilizado es proyecto factible, consiente el diseño y desarrollo de una proposición de carácter descriptiva. La técnica para recolectar los datos fue la encuesta, y el cuestionario como instrumento, al mismo se le aplicó la validez por parte de expertos y la confiabilidad a través de la fórmula del Alfa de Crombach.

El análisis ejecutado mostró la necesidad urgente de plantear un programa nutricional enfocado hacia los jóvenes universitarios con el fin de sembrar conductas de vida beneficiosas, estilos con repercusión positiva a corto, mediano y largo plazo en su salud, previniendo enfermedades y demás consecuencias, y mejoramiento de salud. Por otro lado después de la realización del presente trabajo, se pudo ultimar a través de un diagnóstico conociendo que dichos cuentan con poco conocimiento sobre alimentación sana, adecuada, limpia y saludable, quiera o no repercute sobre su calidad de vida, siendo necesario cambiar o mejorar aquellos comportamientos para que la alimentación sea lo más sana posible y además se logre una práctica docente con mejores resultados en el rendimiento.

La presente investigación es factible, ya que permitirá conocer la relación que existe entre las diferentes formas de vivir ya sean sanas y optimas o no, con el rendimiento académicos de los jóvenes universitarios. Asimismo, permitirá contribuir a la ciencia con nuevos conocimientos los cuales servirán a las futuras investigaciones como una base sólida para continuar desarrollando otro tipo de investigaciones o aquellas relacionadas con estas variables. De igual manera, el trabajo es de interés porque servirá de ayuda en la toma de decisiones a las autoridades respectivas para implementar un programa de esta índole y mejorar aquellos comportamientos de vida de sus universitarios.

Muchas personas, jóvenes y adultos en etapa universitaria, tienen diferentes comportamientos que definen su tipo de estilo de vida, tener un adecuado estilo, realizar unas adecuadas conductas serán lo que defina si esta se torna saludable o no saludable, esperando que al ser favorable también influya de buena manera en todos aquellos aspectos concernientes en la vida universitaria.

Investigación que se justifica teóricamente bajo la vista que asume la perspectiva de la OMS para estudiar las formas de vida saludable, que bajo esta mirada no solo se refiere a hábitos que deben de desarrollar individualmente las personas sino a todos aquellos comportamientos resultante de la interacción de factores individuales, ambientales, las circunstancias financieras y medioambientales donde el sujeto se desenvuelve. Por otro lado, las formas de vida radican en una serie de medidas que la persona asume y que tiene un efecto, sobre las que existe más o menos control; si aquellas son inoportunas o decisiones erradas desde el contexto de salud, la persona estaría creando un peligro puesto por él mismo, que puede en algún futuro ponerlo en posición de candidato a enfermar inclusive peligrar contra su salud, mostrarse de acuerdo a la variedad de decisiones que se pueden tomar.

De éste modo, el actual trabajo desde el punto de vista teórico cuenta con los escritores y referencias que proporcionan apoyo a la misma, como a Pérez A. (2015), que sustenta la necesidad de crear un programa nutricional encaminado en mira a universitarios, teniendo como objetivo iniciar formas de vida óptimas beneficiosas a través de la buena alimentación que proporcione a su vez una adecuada nutrición.

Dentro de la práctica el trabajo se justifica dado que aborda el tema nutricional de los universitarios, que dado a su labor están expuestos a desbalance nutricional debido a su horario laboral, actividad sedentaria y hábitos alimenticios que en suma son las principales causas de sobrepeso, obesidad y trastornos cardiometabólicos. Estudiando sus estilos de vida se podrían plantear acciones de prevención e higiene que permitan generar estrategias de protección integral a su salud y organismo desde la autogestión de espacios destinados a la práctica de ejercicio, recreación, sueño, hábitos alimenticios y autocuidado.

En la práctica la tesis se justifica dado que aborda el tema de salud, tema relevante en cualquier etapa de la vida, con más peso si hablamos de jóvenes universitario, que dado a su labor están expuestos a desbalance en el estilo de vida debido a su horario académico,

actividad sedentaria y hábitos alimenticios, etc., que en suma son las principales causas diversas complicaciones o enfermedades crónicas no transmisibles. Estudiando sus estilos de vida se podrían plantear acciones de promoción, prevención e higiene que permitan generar estrategias del cuidado de la salud de manera integral partiendo de la autogestión de espacios con fines de práctica de ejercicio, recreación, sueño, cuidado personal y sobretodo hábitos de alimentación saludables. De manera social puede favorecer a estudiantes universitarios y otros miembros de la institución para bien propio.

Metodológicamente en vista que propone la medición cuantitativa de los estilos de vida saludable a través del cuestionario con respuestas tipo Likert, una vez determinado su eficacia y seguridad podrá utilizarse por otros investigadores que decidan estudiar la misma variable, pero desde diferentes diseños y muestras o asociándola con otras variables explicativas, de tal modo que se permita una mejor comprensión del constructo.

Desde el ámbito pedagógico la investigación se justifica en tanto que aborda la salud de los estudiantes universitarios. Considerando que ésta es un estado justo de bienestar corporal, espiritual y social, que solo en ese estado, toda persona puede desempeñarse cabalmente, entonces se puede señalar que solo con buena salud el universitario podrá recibir la enseñanza y utilizar sus conocimientos con eficiencia y calidad. Para ello practicar constantemente y hacer parte nuestra las formas de vivir saludables es sumamente importante.

Esta tesis asume una perspectiva positivista., dado que toma lo siguiente: el conocimiento se origina a partir de la práctica corroborada desde los sentidos. En este sentido la información recogida sobre la correlación entre estilos de vida y rendimiento académico se corrobora mediante deducción a fin de validar hipótesis. Estas hipótesis están formuladas siguiendo como modelo el enfoque relacional propuesto por Menéndez (2009) quien sostiene que es el mismo individuo quien tiene responsabilidad de su salud, razón por el cual su estado nutricional es resultante de conductas que intencionadamente valora y emite.

Siendo el objetivo general: Determinar el nivel de relación entre el estilo de vida y Rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, mientras que como objetivos específicos tenemos:

Determinar la relación entre el estilo de vida – social y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional, además determinar la relación entre el estilo de vida – biológico y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes.

A lo que nos planteamos las siguiente H1: La relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, es significativa, H 0: La relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, no es significativa y como H1: La relación entre el estilo de vida – social y el rendimiento académico es significativa y H2: La relación entre el estilo de vida – biológico y el rendimiento académico es significativa.

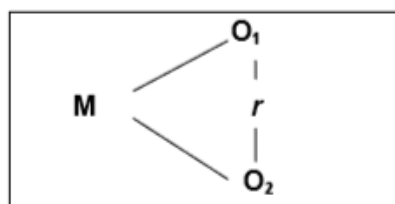
II. MÉTODO

2.1 Tipo y diseño de investigación

- Tipo de Estudio : Descriptivo
- Diseño de Investigación : Conforme con Hernández, R & Fernández, C y Batista P. (2010), el presente trabajo trata de un diseño no experimental porque fue ejecutada sin manipulación libre de las variables y donde se tomaron y observaron los sucesos tal y como se dieron para proceder seguidamente a su estudio y evaluación.

Con un enfoque cuantitativo, debido a que permitió determinar la correlación entre variables previamente cuantificadas con escalas, interpretando los resultados obtenidos, y encontrando la fuerza de la correlación entre las variables.

El esquema es el siguiente:



Donde:

M : 186 Alumnos de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes

O₁ : Estilos de vida

O₂ : Rendimiento académico.

r : Relación entre las dos variables de estudio.

2.2 Operacionalización de variables

Variable 1: ESTILO DE VIDA

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Sub indicadores	Escala de medición
ESTILOS DE VIDA	Como nos dice la OMS (1986), el estilo de vida significa el cimiento de la calidad de ésta, que la precisa como el conocimiento que la persona tiene de su vida, teniendo en cuenta los aspectos culturales y de sociedad donde habita y desarrolla en correlación con sus objetivos, perspectivas, reglas e inquietudes.	Un conjunto de comportamientos y actitudes practicadas a diario o mucha frecuencia que tienen relación con la salud y la sociedad, bien practicados brindan un beneficio al individuo y mal practicados se convierten en un peligro para su salud. Será medido en sus dimensiones biológica y social, a través del cuestionario “Estilos de vida”, con un número de ítems de 36.	Biológica	• Alimentación	Lugar, Frecuencia Horario	Ordinal Estilos de vida saludable = 1 Estilo de vida no saludable = 2
				• Descanso y sueño	Horas de sueño	
				• Actividad física – deporte	Tipo de deporte Frecuencia	
				• Tiempo libre	Uso de tiempo libre	
			Social	• Consulta médica	Frecuencia	
				• Consumo de tabaco • Ingesta de bebidas alcohólicas • Consumo de productos excitantes (te, café)	Frecuencia Cantidad	
				• Convivencia de personas	Organización Normas	
				• Ambiente de estudio	Lugar Frecuencia Tiempo	

• **VARIABLE 2: RENDIMIENTO ACADÉMICO**

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición nominal , ordinal,
<p align="center">RENDIMIENTO ACADÉMICO</p>	<p>Nivel de conocimientos justificado en una materia de estudio. Podría tenerse óptima capacidad intelectual, excelente capacidad y aun así no tener un resultado positivo en cuanto a rendimiento se trate; por diversas razones como puede ser: desmotivación, poco interés, dedicación insuficiente al estudiar, inadecuados método de estudio, inconvenientes particulares, además de otros motivos. (Colonio, 2017)</p>	<p>Medida de las capacidades logradas en forma estimativa, aquello que se ha podido aprender como resultado de un proceso de educación o formación. Será medido a través de las dimensiones: Aprendizaje logrado, aprendizaje regularmente logrado y aprendizaje deficiente; mediante el análisis documental de las actas de evaluación – promedio final.</p>	<p>Aprendizaje logrado</p>	<p>Puntaje obtenido : 15 -20</p>	<p align="center">Ordinal Intervalo</p>
			<p>Aprendizaje Regularmente logrado</p>	<p>Puntaje obtenido : 11 - 14</p>	
			<p>Aprendizaje deficiente</p>	<p>Puntaje obtenido : 0 -10</p>	

2.3 Población, muestra y muestreo

La población es la sumatoria de los sujetos a quienes se difundirán los resultados del trabajo, encontrándose demarcados por similitud y que son precisados en el espacio y tiempo fijo. Hernández, Fernández y Batista (2010) (Hernandez, 2016)

Población conformada por 186 alumnos de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional Tumbes, matriculados dentro del periodo 2018 – II. El estudio cubre esta población al 100% como se muestra en la siguiente tabla:

POBLACIÓN DE ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE NUTRICION Y DIETETICA, PERIODO 2018

UNIVERSIDAD	CARRERA SUPERIOR	SEMESTRE DE ESTUDIOS	TOTAL DE ESTUDIANTES
Universidad Nacional de Tumbes	Nutrición y Dietética	2018 - II	186

2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

En la ejecución y desarrollo del presente trabajo, se empleó entre otras los siguientes instrumentos y técnicas investigativas:

TÉCNICAS	INSTRUMENTOS
Encuesta: se utiliza esta técnica para indagar las formas de vida de los universitarios en las distintas dimensiones en relación a la variable independiente.	Cuestionario: se utiliza el instrumento de medición Cuestionario de Opinión sobre Estilos de vida Autor: Juana Baldeon M. (U.N. del Callao)
Análisis documental: forma de estudio detallado de los documentos que constituye fuentes de datos sobre la variable dependiente, en este caso es el rendimiento académico.	Actas de Evaluación: se utiliza los registros académicos de los alumnos de Nutrición, Universidad Nacional de Tumbes, periodo 2018 - II

Ficha técnica del instrumento

NOMBRE	Ficha de evaluación sobre estilos de vida
Autor	Juana Baldeon M. (U.N. del Callao)
Año de edición	2013
Validación	Escuela de Nutrición, Universidad Nacional de Tumbes
Administración	Individual
Tiempo de duración	30 minutos
Objetivo	Recoger datos sobre los estilos de vida de los universitarios
Campo de aplicación	Alumnos matriculados en el semestre 2018 - II
Tipo de Items	Cerrado
Número de Items	36
Áreas del cuestionario	Dimensión Biológico Dimensión social
Índice de Valoración	Saludable No saludable
Proceso de resultados	Sistemático, después de la aplicación del cuestionario
Fecha de aplicación	De mayo a junio de 2019

Calificación: Las respuestas se calificaron de acuerdo a los indicadores planteados, colocando 0 puntos si es un estilo de vida no saludable y 1 punto si es un estilo de vida saludable

2.6 Procedimiento

Se utilizó el Cuestionario de Opinión sobre Estilos de vida a la muestra de estudiantes seleccionada, dentro de horarios de clase con la autorización respectiva; antes validado por medio de juicio de expertos.

Se revisó y analizó el acta de notas de la muestra de estudiantes seleccionada, acta facilitada por el personal de dirección de la escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.

Posteriormente se aplicó la correlación estadística a los resultados del cuestionario correspondiente.

2.7 Métodos de análisis de datos

En la presente investigación, en cuanto a los datos se analizó de la siguiente manera: para el nivel descriptivo los datos se analizaron mediante porcentajes y frecuencias, para el nivel inferencial se utilizó la prueba estadística no paramétrica Rho de Spearman para la comprobación de las hipótesis planteadas.

Con la prueba de Kolmogorov – Smirnov se determinó que los datos se aproximan a una distribución normal. Cálculos se realizaron mediante el paquete estadístico SPSS v21.

2.8 Aspectos éticos

La investigación se realizó tomando en cuenta los siguientes criterios éticos:

En cuanto a la recolección de datos a través del instrumento CHAEA, y del registro oficial de notas de los estudiantes.

Por otro lado, la investigación ha sido redactada tomando como guía fundamental el Publication Manual of the American Psychological Association – APA.

En la redacción del informe final se respetó en su totalidad los resultados obtenidos, no se manipuló a conveniencia del investigador.

Finalmente, se mantendrá en total confidencialidad todos los datos recolectados en la investigación.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Estilo de vida, según dimensión social, de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

ESTILOS DE VIDA	n	%
Estilo de vida no saludable	110	59.14
Estilo de vida saludable	76	40.86
Total	186	100.00

Fuente: Aplicación de la encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Descripción:

En la tabla 1 se observa que el 59.14% de universitarios de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, presentan un estilo de vida no saludables y solo el 40.86% presenta un estilo de vida saludable en la dimensión social.

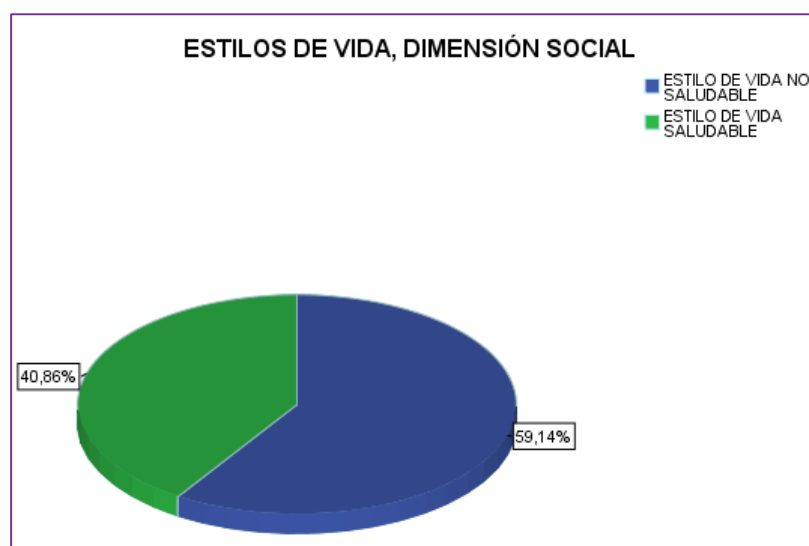


Figura 1: Representación del estilo de vida, según dimensión social, de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes. Fuente: Tabla 1

Tabla 2

Estilo de vida, según dimensión biológica, de universitarios de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

ESTILOS DE VIDA	n	%
Estilo de vida no saludable	113	60.75
Estilo de vida saludable	73	39.25
Total	186	100.00

Fuente: Aplicación de la encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes.

Descripción:

En la tabla 2 se observa que el 60.75% de universitarios de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes presentan un estilo de vida no saludables y solo el 39.25% presenta un estilo de vida saludable en la dimensión biológica.

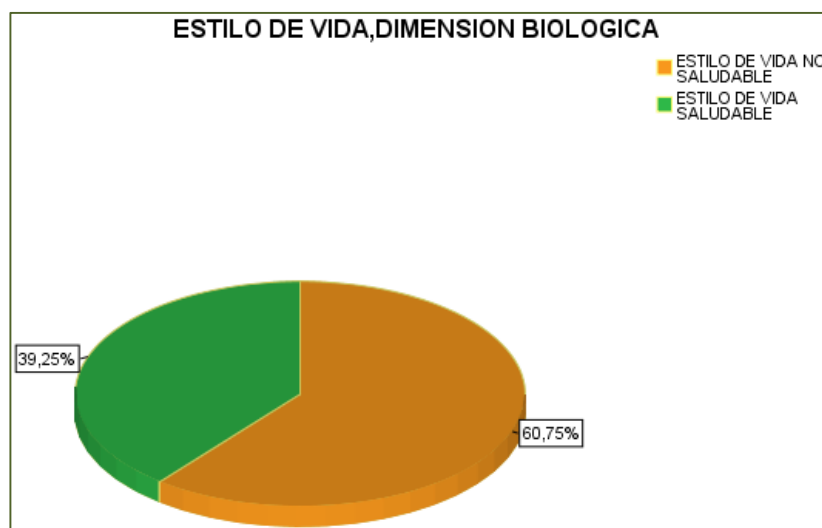


Figura 2: Representación del estilo de vida, según dimensión biológica, de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes. Fuente: Tabla 2

Tabla 3

Nivel de rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

RENDIMIENTO ACADEMICO	n	%
Aprendizaje deficiente	34	18.28
Aprendizaje regularmente logrado	123	66.13
Aprendizaje logrado	29	15.59
Total	186	100.00

Fuente: Aplicación de la encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Descripción:

En la tabla 3 se observa que el 66.13% de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes han logrado un aprendizaje regular, el 18.28% presento un aprendizaje deficiente y solo el 15.59% logro el proceso de aprendizaje.

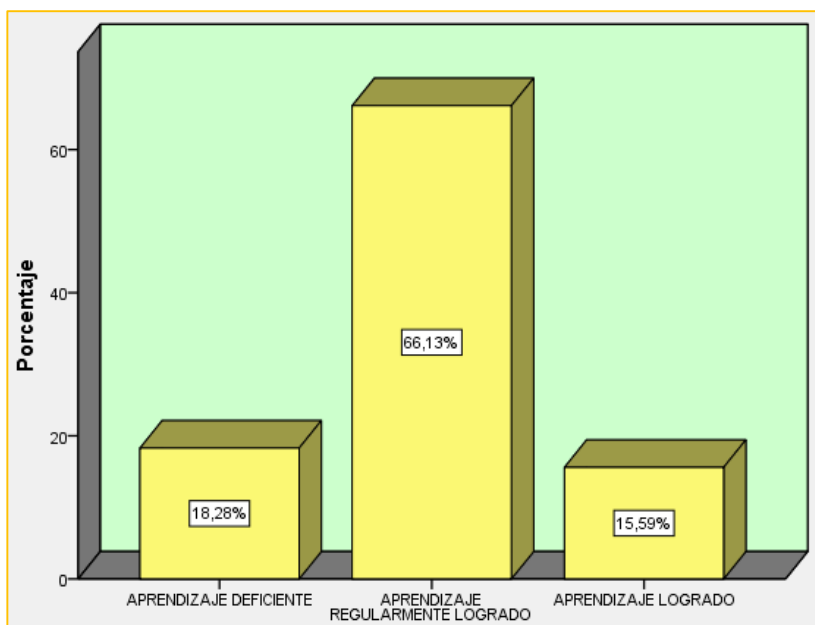


Figura 3: Representación del nivel de rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes. Fuente: Tabla 3

Tabla 4.

Relación entre el estilo de vida, según dimensión social y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

RENDIMIENTO ACADEMICO	ESTILOS DE VIDA			
	SALUDABLE		NO SALUDABLE	
	n	%	n	%
Deficiente	11	14.5	23	20.9
Regularmente logrado	57	75	66	60
Logrado	8	10.5	21	19.1
Total	76	100	110	100

Fuente: Aplicación de la encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Descripción:

En la tabla 4 se observa que dentro de alumnos que practican estilos de vida saludable la mayor parte el 75% de estudiantes tienen un aprendizaje regularmente logrado y solo un 10.5% también con practica de estilo saludable tienen un aprendizaje logrado. Mientras que de aquellos alumnos que practican un estilo de vida no saludable el 60% ha logrado un aprendizaje regular y un 19.1% un aprendizaje logrado.

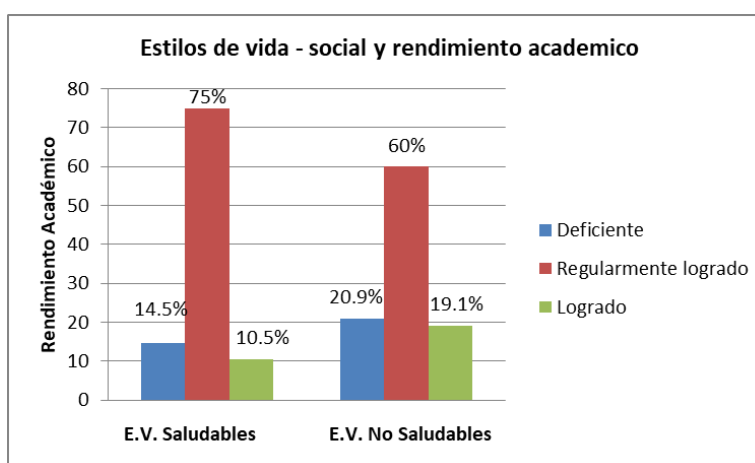


Figura 4: Relación entre el estilo de vida, según dimensión social y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes. Fuente: Tabla 4

Tabla 5

Relación entre el estilo de vida, según dimensión biológica y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

RENDIMIENTO ACADEMICO	ESTILOS DE VIDA			
	SALUDABLE		NO SALUDABLE	
	n	%	n	%
Deficiente	11	15	23	20
Regularmente logrado	51	70	72	64
Logrado	11	15	18	16
Total	73	100	113	100

Fuente: Aplicación de la encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Descripción:

En la tabla 5 se observa que dentro de los alumnos con prácticas saludables el 70% de nuestra población siendo mayoritaria tiene un aprendizaje regularmente logrado y la diferencia es igual para alumnos con rendimiento académico deficiente y logrado. Mientras que en aquellos alumnos que practican un estilo de vida no saludable, la mayor parte con un 64% han logrado un rendimiento regularmente logrado y solo un 16% un aprendizaje logrado.

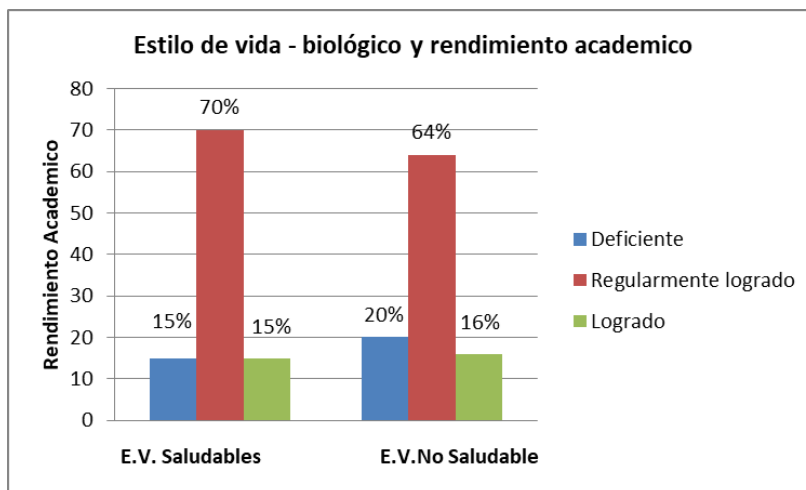


Figura 5: Relación entre el estilo de vida, según dimensión social y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes. Fuente: Tabla 5

Tabla 6.

Prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnova : Relación entre el estilo de vida, según dimensión biológica – social y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
TOTAL_BIO	,106	186	,000	,973	186	,001
TOTAL_SOC	,137	186	,000	,958	186	,000
EST_VIDA	,073	186	,018	,985	186	,050
Rerend_acad	,108	186	,000	,963	186	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

La prueba de bondad de ajuste de Kolmogorov, para determinar la normalidad y probar el grado de concordancia entre la distribución de datos empíricos de la muestra y alguna distribución teórica específica, presenta un valor de $p > 0.05$; siendo los datos de distribución normal.

Tabla 7.

Coeficiente de correlación por jerarquías de Spearman (Rho de Spearman) para establecer la relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

	Valor	Error estándar asintótico ^a	Aprox. S ^b	Aprox. Sig.	
Intervalo por intervalo	R de persona	-.018	.070	-.244	,807 ^c
Ordinal por ordinal	Correlación de Spearman	-.016	.071	-.216	,829 ^c
N de casos válidos		186			

$$\text{Rho} = 0.071$$

Al establecer las correlaciones lineales ordinales entre las variables estilos de vida y rendimiento académico, se obtuvo un valor (Rho de Spearman = 0.071), es decir las variables presentan una correlación positiva débil.

IV. DISCUSIÓN

La formación profesional es un proceso de exigencia, que deviene del desarrollo social y es impartida en la didáctica de la educación superior, donde se demanda de una formación teórica y práctica en las disciplinas y asignaturas que se imparte. Este proceso es agente de cambio social, que permite elevar el desempeño profesional y productividad de una nación. (Soler Morejón, 2011)

Sin embargo, no todos logran culminar el proceso de formación profesional, debido a diversos factores entre ellos; las conductas no saludables como el sedentarismo, el alcohol, las drogas, muy sobre todo alimentación inadecuada o no saludable, prácticas que aunadas interfieren en los procesos de enseñanza aprendizaje además de su salud.

En el estudio, la tabla 1, que revela datos sobre el estilo de vida - dimensión social que engloba prácticas como el consumo de tabaco, alcohol, etc., muestra que el 59.14% de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, presentan una forma de vida no saludables en la dimensión social, es decir tiene o practican con frecuencias estos comportamientos y 40.86% restante presenta una forma de vida saludable en esta dimensión , es decir no tienen práctica de estos comportamientos. Datos similares nos reporta Pacheco, 2014, donde sus resultados mostrados fueron que un 32.% se consideró tener un bienestar bajo o forma de vida poco saludable en todas las áreas del ser humano en especial en la parte de las prácticas sociales, así mismo Cedillo, 2016, en su artículo de revisión sobre los Estilos de vida de alumnos de Ciencias Médicas, nos habla que de cada 5 jóvenes al menos 1 exteriorizar cambios no positivos en cuanto al consumo de tabaco, drogas, etc, es decir hacer practica de esto, siendo causa probable de problemas a futuro relacionados con la salud individual, reforzando con nuestra teoría el estilo de vida es una esfera muy amplia de hábitos cotidianos, todos bajo un marco de cultura, que muestran durabilidad y consistencia con el paso del tiempo, todo esto expresando en conductas, muchas buenas que protegen al organismo como otras perjudiciales que afectan organismo, que afectan sociabilidad e incluso éxito académico en esta etapa.

En la tabla 2, que revela datos sobre el estilo de vida - dimensión biológica, el 60.75% de los alumnos, presentan una forma de vida no saludables y el 39.25% presenta una manera de vivir saludable, abarcando aquí la alimentación, actividad física, descanso, etc) Datos

similares en estudio pero distinto en resultado se reportan en el trabajo de Valera, 2016, en su trabajo denominado Tipologías de modo de vivir en universitarios de Universidad Privada de Cali donde aquí la mayor parte de su población, hablamos de un 60% de sus universitarios resultó clasificado como el grupo con prácticas sanas o saludables en otras palabras, mientras que un porcentaje similar al trabajo presente fue calificado como estudiantes que poseen practicas no saludables, algo inverso y al mismo tiempo similar, reforzado con nuestra teoría que nos dice que los estilos de vida que abarcan ejercicio, alimentación y nutrición, aspectos psicológicos, mientras estos puntos se mantengan en buen estado se puede garantizar el equilibrio individual como consecuencia de su desarrollo integral , con repercusión positiva en la salu y además tal como nos dice la OMS

En relación al rendimiento académico en la tabla 3, muestra al 66.13% de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, han logrado un aprendizaje regular, el 18.28% presento un aprendizaje deficiente y solo el 15.59% logro el proceso de aprendizaje. Información similar, reporta Barrera L, 2019, donde el grupo de estudiante evaluados tuvo un rendimiento académico adecuado y este era relacionado de manera positiva con el número de materias positivas y de manera negativa con el número de materias reprobadas. Hay que tener presente que cuando hablamos de rendimiento académico, esperamos que sea satisfactorio ya que nos da una referencia de la capacidad del alumno y pre disposición a continuar aprendiendo. Reforzando con nuestra teoría pues Aliaga en 1998, nos señala que el rendimiento no es nada más y nada menos que el producto de lo aprendido, creado por el estudiante, dado por el maestro y que es un largo proceso y actividad complicada que exige de rectitud, claridad y disposición del alumno para aprender.

En relación al estilo de vida – social y el rendimiento académico en la tabla 4, podemos observar que en ambos estados tanto estilos de vida saludables y aquellos con practica de vida no saludables existen la mayor cantidad de alumnos con un aprendizaje regularmente logrado , un 75% y un 60% respectivamente, y solo un 10.5% tiene un aprendizaje logrado resaltando que este porcentaje prima en el grupo de alumnos con prácticas saludables, resultados reforzados con lo que nos dice Bastias,2014; quien menciona que la sociedad actual y moderna en general, ha cursado drásticas modificaciones en relación a la salud, modificación que por supuesto no solo han dependido tradicionalmente de sus necesidades

a lo largo del tiempo, sino que también están ligados a las condiciones de vida, al trabajo y sobre todo y algo muy importante a los conocimientos que las personas obtiene, contrastado con nuestra teoría pues las maneras de vivir de los jóvenes universitarios en general tienden a ser poco saludables lo cual afecta si o si el rendimiento académico.

En relación al estilo de vida – biológica y el rendimiento académico en la tabla 5, podemos observar que en ambos estados tanto estilos de vida saludables y aquellos con practica de vida no saludables existen la mayor cantidad de alumnos con un aprendizaje regularmente logrado , un 70% y un 64% respectivamente, y con un similar 15% dentro de prácticas saludables han logrado un aprendizaje deficiente y logrado respectivamente, mientras que por otro lado un 16% lograron un aprendizaje exitoso y estos ubicados en aquellos con prácticas no saludables, datos en ambas dimensiones relacionadas con el rendimiento académico son muy similares, reforzando con la conclusión a la que llega Suescún, 2016, en su estudio realizado en Colombia, donde exista una elevada proporción de individuos con maneras de vivir perjudiciales o estilos de vida no saludables, se obstaculizará conservar una vida optima y por sobre todo se obstaculizará los objetivos a lograr en el caso de la vida universitaria, reforzando en la teoría y solo nos queda agregar lo que la OMS nos dice, los estilos de vida son maneras amplias de vivir, modelos de comportamiento definidos por las causas sociales, culturales, características individuales, mientras que Aliaga, nos habla que el rendimiento académico es el producto de lo aprendido, entonces llevado esto a la realidad no siempre que se tenga o practiquen estilos de vida saludables vamos a tener buenos resultados en nuestra vida , en este caso con nuestro porcentaje más alto quienes tienen un aprendizaje regular a pesar de llevar un estilo de vida que es no saludable.

En la tabla 7, al establecer las correlaciones lineales ordinales entre las variables estilos de vida y rendimiento académico, se obtuvo un valor (Rho de Spearman = 0.071), las variables presentan una correlación positiva débil, es decir existe independencia cada una de ellas. Contrario lo descrito (Ibarra J; 2019), precisa que el tener un alto nivel de actividad física, se asocia a tener un alto habito de alimentación por ende a un mejor rendimiento académico. Reafirmando lo antes mencionado (Bonifaz A et al, 2019), demostró en su estudio que el beber, fumar, y ver televisión por más de dos horas al día y pertenecer a un grupo socioeconómico bajo afecta de manera negativa a las calificaciones

académicas. Además reforzando con nuestra teoría que la sociedad actual y moderna a causado drásticas modificaciones en relación a la salud, ligados y con repercusión directa sobre la vida actual y los estilos que las personas adoptan y practican.(Bastias, E. 2014)

V. CONCLUSIONES

Conclusión general:

Existe correlación positiva débil entre los estilos de vida y rendimiento académico según el común valor de Rho de Spearman = 0.071 (Tabla 7)

Conclusiones específicas:

En estilos de vida en la dimensión social, el 59.14% de universitarios de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, presentan un estilo de vida no saludables y solo el 40.86% presenta un estilo de vida saludable (Tabla 1)

En estilos de vida en la dimensión biológica, el 60.75% de universitarios de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes presentan un estilo de vida no saludables y solo el 39.25% presenta un estilo de vida saludable (Tabla 2)

El nivel de rendimiento académico de los alumnos alcanza un 66.13% en aprendizaje regular, el 18.28% un aprendizaje deficiente y solo el 15.59% logro el proceso de aprendizaje. (Tabla 3)

En relación al estilo de vida – social y el rendimiento académico, con porcentaje más alto tenemos que el 75% de los estudiantes tienen un aprendizaje regularmente logrado a pesar de estar clasificado dentro del estilo de vida saludable, lo mismo sucede con solo el 10.5% ha tenido un aprendizaje logrado con también un estilo de vida saludable, esto nos demuestra que no siempre a pesar de tener un estilo de vida sano la mayoría va a tener un buen rendimiento académico en la época universitaria. (Tabla 4)

En relación al estilo de vida – biológica y el rendimiento académico, igualmente con porcentaje más alto tenemos al 70% de los estudiados quienes tienen un aprendizaje regularmente logrado a pesar de tener un estilo de vida saludable y el 16% ha tenido un aprendizaje logrado a pesar de tener un estilo de vida no saludable, lo mismo sucede en cantidades con otro 15% que ha tenido un aprendizaje en este caso deficiente a pesar de tener un estilo de vida saludable, pues nuestros datos en ambas dimensiones relacionadas con el rendimiento académico son muy similares, que nos demuestra que no siempre a pesar de tener un estilo de vida sano la mayoría va a tener un buen rendimiento académico

en la época universitaria, así como también sucede que a pesar de tener un estilo de vida poco saludable se puede tener un rendimiento académico logrado (Tabla 5)

VI. RECOMENDACIONES

Establecer dentro las actividades co curriculares y servicios complementarios la adopción de mejores estilos de vida dentro de la población estudiantil de la Universidad Nacional de Tumbes.

Implementar centros de reforzamiento académico, además de fortalecer las competencias docentes en la aplicación de estrategias didácticas, a fin de mejorar los procesos de enseñanza aprendizaje en la Dirección de Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad Nacional de Tumbes.

Sugerir nuevas investigaciones, sobre otros factores de tipo social, familiar involucrados en el rendimiento académico de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Álvarez, L. (2012). *Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto*. En Revista Facultad Nacional de Salud Pública. Universidad de Antioquia. Colombia
Recuperado de
<http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v30n1/v30n1a11.pdf>
- Ambientes de aprendizaje. Universidad Interamericana para el desarrollo. Recuperado de
https://mimateriaenlinea.unid.edu.mx/dts_cursos_mdl/pos/ED/AP/S01/AP01_Lectura.pdf
- Baldeon, J. (2014). *Relación de estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación física*. Universidad Nacional del Callao. Lima – Perú
- Bastias, E. (2014). *Una revisión de los estilos de vida de estudiantes Universitarios Iberoamericanos*. Revista Ciencia y Enfermería. Chile. Recuperado de
https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v20n2/art_10.pdf
- Campos, J. (2016). *Características y funciones de la recreación*. SV deportes el Salvador.
Recuperado de
http://www.svdeportes.net/caracteristicas_y_funciones_de_la_recreacion/
- Capdevilla, A. (2015). *Estilos de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no deportistas*. En Revista Red de Revistas científicas de América latina y el Caribe, España y Portugal. Federación Española de Docentes de Educación Física. España
Recuperado de
<http://www.redalyc.org/pdf/3457/345738764006.pdf>
- Cedillo, L. (2016). *Estilos de vida de estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. En Revista Facultad de Medicina Humana – Universidad Ricardo Palma. Peru
Recuperado de
<http://www.revistas.uro.edu.pe/index.php/RFMH/article/download/670/637/>
- Cifuentes, L. (2016) *Relación entre el estilo de vida y el rendimiento laboral en un grupo de trabajadores del área administrativa de una Organización dedicada a la publicidad*. Universidad Rafael Landívar – Guatemala la Asuncion
Recuperado de
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/43/Cifuentes-Luisa.pdf>

- Colonio, L. (2017). *Estilos de aprendizaje y rendimiento académico de los estudiantes de los cursos comprendidos dentro de la línea de construcción – DAC – FIC –UNI*. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú
- Córdoba, L. (2011). *Influencia de los estilos de vida en el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina*. (Tesis doctoral). Universidad Nacional de Trujillo, Trujillo – Perú
- Díaz, S. *Calidad de vida y rendimiento académico en estudiantes de odontología*. Universidad de Cartagena – Colombia. Recuperado de <http://repositorio.unicartagena.edu.co:8080/jspui/bitstream/11227/2672/4/Articulo%20Calidad%20de%20Vida%20y%20Rendimiento%20academico.pdf>
- Dirección Nacional de Promoción de la salud y control de enfermedades no transmisibles. Ministerio de salud de Argentina. Recuperado de <http://www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/tabaco>
- Edel, R. (2003). *El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo*. En Revista Electrónica Iberoamericana sobre calidad, eficacia y cambio en educación REICE. Madrid - España
Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/551/55110208.pdf>
- Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Organización mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Evaristo, T. (2012). *Calidad de vida y su relación con el rendimiento académico según características sociodemográficas de estudiantes de Odontología*. Lima – Perú.
Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/2293/Evaristo_ct.pdf;jsessionid=231C9B3D596A3A9C406C100D622C836D?sequence=1
- Flores, R. (2017). *Ambientes de aprendizaje y sus mediaciones*. Instituto de Investigación Educativa y el Desarrollo Pedagógico – Colombia
- García, C. (2005). *Habilidades sociales, clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes universitarios*. Universidad San Martín de Porras. Lima – Perú
Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2750694>

- García, M. (2014). *Hábitos de estilo de vida en relación con el rendimiento académico en alumnos de la ESO de Extremadura-Badajoz*. En Revista Española de Educación Física y Deportes. España
- Garrote, L. *La consulta médica - Guía de aprendizaje, Crecimiento y desarrollo*. Recuperado de <https://areacyd.files.wordpress.com/2011/06/material-bibliogrc3a1fico.pdf>
- Gazitúa, R. (2007). *Manual de Semiología*. Recuperado de <http://publicacionesmedicina.uc.cl/ManualSemiologia/indice.html>
- Gomez, A. *Procedimientos para aprender a aprender*. Recuperado de <https://previa.uclm.es/profesorado/dverastegui/DOCUMENTOS/ambiente.PDF>
- Guerrero, L. (2010). *Estilos de vida y salud*. Universidad de los Andes Mérida - Venezuela. Revista Venezolana de educación EDUCERE. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
- Gutiérrez, G. (2010). *Guía para la intervención social a través de las actividades deportivas. Deporte, Actividad física e Inclusión social*. Madrid –España. Recuperado en <http://www.planamasd.es/sites/default/files/programas/medidas/actuaciones/WEB-GUIA+I.pdf>
- Jofré, I. (2014). *Desarrollo de la Actividad física y deportiva, fomento público y responsabilidad social empresarial*. Universidad de Chile - Santiago de Chile. Recuperado en http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/115608/dejofre_i.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- León, P. (2002). *La Consulta médica, una práctica de la medicina en el siglo XVIII*. DYNAMIS. En Revista SCielo. Recuperado de <https://www.ugr.es/~dynamis/completo22/PDF/dyna-11.pdf>
- Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes. Plataforma de Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN). Recuperado de <https://plataformacelac.org/ley/15>
- Manual Nacional de Abordaje del Tabaquismo en el Primer Nivel de Atención. Manual PNA, Ministerio de Salud Pública. Recuperado de <https://www.who.int/fctc/reporting/Annexsixurue.pdf>
- Material complementario. - *Enfermería comunitaria*. Iztacala. Recuperado de

<https://mira.ired.unam.mx/enfermeria/wp-content/uploads/2013/05/necesidades.pdf>

Muñoz, M. (2013). *Estilos de vida en estudiantes universitarios*. En Revista Psicogente – Universidad Simón Bolívar de Colombia. Recuperado de:

<http://www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/4975/497552364009/6>

Pacheco, M. (2014). *Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios*. En Revista Cubana de Medicina Militar. Recuperado de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572014000200004

Ortiz, K. (2015). *Índice de masa corporal y practica de estilos de vida saludables en estudiantes del servicio nacional de adiestramiento en trabajo industrial*.

Recuperado de

http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1686/1/RE_ENFER_INDICE-MASA-CORPORAL-ESTILO.VIDA.SALUDABLE_TESIS.pdf

Papandrela, M. (2007). *Seminario de campos de aplicación del juego y la creatividad*.

Recuperado de

<http://www.inesmoreno.com.ar/estudio/wp-content/uploads/2016/04/tiempo-libre.pdf>

Paz, M. (2017). *El tabaquismo: una adicción*. Programa de Tabaquismo Centro Medico Fundación, del Banco Estado. Sociedad Chilena de Enfermedades Respiratorias. En Revista Chilena Enfermedades Respiratorias. Recupera en

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcher/v33n3/0717-7348-rcher-33-03-0186.pdf>

Pérez, A. (2002). *Tiempo, tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual*". Centro de documentación virtual en recreación, tiempo libre y ocio FUNLIBRE. Recuperado de

<http://www.redcreacion.org/documentos/congreso7/APerez.html>

¿Qué es el tabaco? Secretariado Técnico del Consejo Nacional contra las Adicciones.

Recuperado de

<http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/publicaciones/abctab.pdf>

Reyes, Y. (2007). Relación entre el rendimiento académico, la ansiedad antes los exámenes, los rasgos de personalidad, el autoconcepto y la asertividad en estudiantes del primer año de Psicología de la UNMSM.

Recuperado de:

http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/tesis/salud/reyes_t_y/cap2.htm

Rodríguez, H. *Ambientes de aprendizaje*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo – México.

Recuperado de:

<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/huejutla/n4/e1.html>

Sánchez, L. (2017). *Factores que indican en el rendimiento académico de los estudiantes de Ingeniería Industrial*. Tesis doctoral de la Universidad Cesar Vallejo Lima – Perú

Recuperado de:

http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/5345/S%C3%A1nchez_RLG.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sandoval, Y. (2018). *Abecé – Efectos en la salud por el consumo de tabaco*. Gobierno de Colombia – Min salud – Subdirección de Enfermedades No Transmisibles –

Dirección de Promoción y Prevención. Recuperado de

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/abecé-efectos-salud-tabaco.pdf>

Suescún, S. (2017). *Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá – Colombia*. Recuperado de

<http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v65n2/0120-0011-rfmun-65-02-227.pdf>

Talero, C. *Sueño: características generales. Patrones fisiológicos y fisiopatológicos en la adolescencia*”. En Revista Científica de Salud. Colombia

<http://www.scielo.org.co/pdf/recis/v11n3/v11n3a08.pdf>

Valera, M. “*Tipologías de estilos de vida en jóvenes universitarios*. En Revista Científica Universidad y salud. Recuperado de

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072016000200006

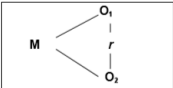
Wong, C. (2012). *Estilos de vida*. Facultad de Ciencias Médicas - Universidad de San Carlos de Guatemala. Recuperado de

<https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>

ANEXOS

ANEXO1: MATRIZ DE CONSISTENCIA DE LA INVESTIGACIÓN

TITULO: Estilo de vida y Rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición en la Universidad Nacional de Tumbes

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES	METODOLOGÍA
<p>GENERAL ¿Existe relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes?</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida – social y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes? • ¿Cuál es la relación que existe entre el estilo de vida – biológico y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes? 	<p>GENERAL: Determinar el nivel de relación entre el estilo de vida y Rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes.</p> <p>ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación entre el estilo de vida - social y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes • Determinar la relación entre el estilo de vida - biológico y el rendimiento académico de los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes 	<p>HIPÓTESIS GENERAL La relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, es significativa.</p> <p>HIPOTESIS NULA La relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes, no es significativa</p> <p>HIPOTESIS ESPECIFICAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La relación entre el estilo de vida – social y el rendimiento académico es significativa • La relación entre el estilo de vida – biológico y el rendimiento académico es significativa. 	<p>VARIABLE DE ESTUDIO 1:</p> <p>Estilo de vida</p> <p>Dimensión Social</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tabaquismo • Alcohólico • Consumo de sustancias <p>Dimensión biológica</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimentación • Deporte • Recreación • Sueño <p>VARIABLE DE ESTUDIO 2 :</p> <p>Rendimiento académico</p> <p>Dimensiones Aprendizaje Logrado</p> <p>Dimensión Aprendizaje regularmente logrado</p> <p>Dimensión aprendizaje deficiente</p>	<p>TIPO DE ESTUDIO: Cualitativa</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN: Correlacional</p>  <p>Donde: M : Alumnos O1: Estilos de vida O2: Rendimiento académico r : Grado de relación entre variables</p> <p>POBLACIÓN Y MUESTRA: Población: muestral de 186 alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes</p> <p>Muestra: 186 alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes</p> <p>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS Técnica: Encuesta Instrumento: Cuestionarios para medir el nivel de estilos e vida</p> <p>MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS Estadísticos descriptivos e inferencial (tablas y figuras) Prueba de hipótesis.</p>

ANEXO 2: INSTRUMENTO

ENCUESTA

TITULO: Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Presentación: Estimado alumno (a), estamos realizando un trabajo de investigación con la finalidad de obtener información, sobre los estilos de vida de los Estudiantes de la Escuela Profesional de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes

Para lo cual solicitamos se sirva contestar con veracidad las preguntas que a continuación se proponen, expresándole que los datos son de carácter anónimo y de uso exclusivos para la investigación. Nos despedimos agradeciéndole anticipadamente su participación.

instrucciones Marcar con una X la respuesta que usted crea conveniente.

Datos Generales:

Edad: _____

Sexo:

a) Femenino ()

b) Masculino ()

3. Ciclo académico que cursa: (I) (II) (III) (IV) (V) (VI)

Lugar de procedencia:

Usted trabaja: a) Si () b) No ()

Datos específicos:

1. ¿Ud. donde consume su desayuno?

a) En su casa. b) En OBU. c) En restaurantes d) en quioscos e) no tomo desayuno

2. ¿A qué hora consume su desayuno?

a) Antes de las 7 a.m. b) De 7 a 8 a.m. c) De 8 a a.m. d) De 9 a más

3. ¿Ud. donde consume su almuerzo?

a) En su casa. b) En OBU. c) En restaurantes d) en quioscos e) no tomo almuerzo

4. ¿A qué hora consume su almuerzo?

a) De 12 a 1 p.m. b) De 1 a 2 p.m. c) Mas de 2 p.m.

5. ¿En su almuerzo usted consume?

a) Verduras b) Menestras c) Frutas d) Legumbres e) Carnes

6. ¿Dónde consume Ud. su cena?

a) En su casa. b) En OBU. c) En restaurantes d) en quioscos e) no ceno

7. ¿A qué hora consume su cena?
a) Antes de 6 p.m. b) De 6 a 8 p.m. c) más de 8 p.m. d) no ceno
8. ¿En su cena usted consume? '
a) Verduras b) Menstras c) Lácteos d) Frutas e) Harinas
9. ¿Consume usted gaseosa?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
10. ¿Consume usted hamburguesa?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
11. ¿Con que frecuencia consume usted hamburguesas?
a) Diario b) 2 a 3 veces por semana c) Semanal
12. ¿Consume usted salchipapa?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
13. ¿Con qué frecuencia consume usted salchipapa?
a) Diario b) 2 a 3 veces por semana c) Semanal
14. ¿Consume usted alita broaster?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
15. ¿Con qué frecuencia consume usted alita broaster? ,
a) Diario b) 2 a 3 veces por semana c) Semanal
16. ¿Consume usted papa rellena?
a) Siempre b) A veces A c) Nunca
17. ¿Con que frecuencia consume usted papa rellena?
a) Diario b) 2 a 3 veces por semana c) Semanal
18. ¿Consume usted dulces?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
19. ¿Cuantos vasos de agua consume al día?
a) Menos de 4 vasos b) De 4 a 8 vasos c) más de 8 vasos
20. ¿Considera usted que su alimentación es balaceada?
a) Siempre I b) A veces c) Nunca
21. ¿Cuantas horas diarias duerme?
a) Menos de 4 horas b) 4 horas c) 6 - 8 horas d) más de 8 horas
22. ¿En semana de parciales cuantas horas duerme?
a) Menos de 4 horas b) De 4 a 6 horas c) De 6 a 8 horas d) Mas de 8 horas

23. ¿Qué actividad deportiva realiza usted?
a) Fútbol b) Voleibol c) Basquetbol d) Gimnasio e) otros
24. ¿Cuánto tiempo se dedica al deporte mencionado?
a) Menos de 30 minutos b) De 30 a 60 minutos c) más de 60 minutos
25. ¿Qué hace usted en su tiempo libre?
a) Ir a fiesta b) Ir al cine c) Ver televisión d) Estar en internet e) Otros
26. ¿Cuánto tiempo dedica a la actividad mencionada en la pregunta anterior?
a) Menos de 2 horas b) De 2 a 4 horas c) De 5 a 8 horas d) Mas de 8 horas
27. ¿Con que frecuencia usted se realiza su control médico?
a) Semanal b) Mensual c) Anual d) Cada vez que se siente mal
28. ¿Consume usted cigarrillos?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
29. ¿Cuantos cigarrillos consume diario?
a) 1-4 b) 5-10 c) más de 10 d) Otros
30. ¿Consume usted bebidas alcohólicas?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
31. Con respecto a la pregunta anterior. ¿Con que frecuencia usted consume bebidas alcohólicas?
a) Diario b) Inter diario c) 1 o 2 veces por semana d) mensual
32. ¿Consume Usted. Café? A
a) Siempre V b) A veces c) Nunca
33. ¿Con que frecuencia consume usted café? .
a) Diario b) 2 a 3 veces por semana c) semanal
34. ¿Consume usted té?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
35. ¿Con que frecuencia consume usted té?
a) Diario b) 2a 3 veces por semana c) Semanal
36. ¿Cómo considera usted la relación con sus compañeros?
a) Buena b) Regular c) Mala

Gracias

Fuente: Baldeón, J. –“Relación de estilos de vida y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela profesional de educación física de la Universidad Nacional del Callao 2013”

ANEXO 3 : FICHA TECNICA

NOMBRE	Ficha de evaluación sobre estilos de vida
Autor	Juana Baldeon M. (U.N. del Callao)
Año de edición	2013
Validación	Escuela de Nutrición, Universidad Nacional de Tumbes
Administración	Individual
Tiempo de duración	30 minutos
Objetivo	Recoger datos sobre los estilos de vida de los universitarios
Campo de aplicación	Alumnos matriculados en el semestre 2018 - II
Tipo de Items	Cerrado
Número de Items	36
Áreas del cuestionario	Dimensión Biológico Dimensión social
Índice de Valoración	Saludable No saludable
Proceso de resultados	Sistemático, después de la aplicación del cuestionario
Fecha de aplicación	De mayo a junio de 2019

Calificación: Las respuestas se calificaron de acuerdo a los indicadores planteados, colocando 0 puntos si es un estilo de vida no saludable y 1 punto si es un estilo de vida saludable

Análisis de fiabilidad:

Para el análisis de confiabilidad, se aplicó un piloto de 10 encuestas en un grupo distinto al objeto de estudio. Se obtuvo un valor de alfa de Cronbach de 0.74, siendo fiable el instrumento para su aplicación.

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
.7	.741	34

Validez de Contenido:

Para determinar la validez, se entrevistó a 5 jueces, a fin de determinar el índice de validez de contenido y se elaboró la siguiente matriz:

Criterios	Juez 1		Juez 2		Juez 3		Juez 4		Juez 5		Items esencial	Items no esencial	N° de Jueces	RVC
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No				
De apariencia	1		1		1		1		1		5	1	5	1.00
De contenido	1			0	1		1		1		4	1	5	0.80
De criterio	1		1		1		1		1		5	1	5	1.00
De constructo	1			0	1		1		1		4	1	5	0.80
													IVC	0.90

RVC : Razón de validez de contenido

IVC : Índice de validez de contenido

En el análisis de concordancia entre jueces, se obtuvo un índice de validez de contenido de 0.9, es decir el 90% de los jueces coinciden que el instrumento es válido.

ANEXO 4 : BASE DE DATOS

ALUMNOS	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P 21	P 22	P 23	P 24	P 25	P 26	P 27	TOTAL_ BIO	P 28	P 29	P 30	P 31	P 32	P 33	P 34	P 35	P 36	TOTAL_ SOC	Rerend_acad	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	16	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	12.38	
2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	13	1	1	0	1	0	0	0	0	0	3	11.00	
3	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	12.08
4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	22	0	1	0	0	0	0	1	1	1	4	13.37	
5	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	15	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	12.09	
6	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	9	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	8.18		
7	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	11	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	13.79		
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	13	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	14.56		
9	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	16	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	11.71		
10	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	13	1	1	1	1	0	0	1	1	0	6	8.38	
11	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	14	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	14.29		
12	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	13	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	12.79		
13	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	12	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	12.28		
14	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	12	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	13.16		
15	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13.20	
16	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	13	1	0	0	0	0	0	0	0	1	2	12.60		
17	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	16	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	13.70		
18	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	16	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	13.25		
19	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	7	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	8.63			
20	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	13	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	16.00		
21	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	11	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	13.29		
22	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	12	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	10.15			
23	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	12	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	13.00		

24	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	15	1	1	0	0	0	0	1	1	1	5	11.61
25	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	9	1	0	0	0	0	0	1	1	1	4	10.38	
26	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	15	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	11.16		
27	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	1	1	0	0	0	0	1	1	1	5	10.66		
28	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12.13		
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	25	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	14.95		
30	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	13.80		
31	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	18	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	13.50			
32	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12.25		
33	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	13	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	14.20			
34	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	12	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	13.75			
35	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	13	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	16.00		
36	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	15	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	9.95			
37	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	13.31			
38	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	14	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	14.16		
39	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	19	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	14.41		
40	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	15	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	12.92			
41	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	21	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	13.68		
42	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	14	1	1	1	1	1	0	0	1	7	13.33			
43	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	13	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	14.58		
44	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	21	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	10.62		
45	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	17	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	8.63		
46	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	19.00			
47	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	15	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12.50		
48	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	16	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	15.00		
49	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	11	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	16.00			
50	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	18	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	14.87			

51	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	20	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	13.33
52	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	15	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	12.76
53	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	10.44	
54	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	17	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	12.60	
55	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	11	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	10.95	
56	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	19	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	12.52
57	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	13	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	7.27
58	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	21	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	10.12	
59	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	13	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	14.13
60	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	14	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	12.04	
61	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	11	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	11.00	
62	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	8.18	
63	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	13.83	
64	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	17	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	11.40	
65	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	12	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	16.00	
66	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	11	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12.00	
67	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	10	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	14.86	
68	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	13	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	11.52	
69	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	13	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	10.47	
70	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	13	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	16.00	
71	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	14.12	
72	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	13	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	10.33	
73	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	12.45	
74	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	17	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	15.08	
75	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	7.52	
76	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	18	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	13.73	
77	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	12	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	13.63	

78	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3	8.66				
79	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	3	14.62				
80	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	13.66				
81	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	15	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	15.29		
82	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	13.76				
83	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	13.58				
84	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	15	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	12.20				
85	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	10	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	12.23		
86	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	13	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	7.72				
87	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	18	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	11.77		
88	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	9	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	5	12.52				
89	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	12	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	14.31		
90	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	12.30			
91	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	15	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	14.91				
92	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	15	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	13.95					
93	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	15	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	14.17					
94	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12.81
95	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	14	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	8.18			
96	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	14	0	0	0	0	0	0	1	1	1	3	11.52		
97	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	8	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3	13.66					
98	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	12	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	8.18					
99	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	14.00					
100	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	2	9.68					
101	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	16	1	1	0	0	0	0	1	0	0	3	8.63			
102	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	18	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	13.26					
103	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	14	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	13.87					
104	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	6.77					

105	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	16	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	12.23			
106	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	11	1	1	0	0	0	0	0	0	2	13.12			
107	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	9	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	16.00			
108	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	10	1	1	0	0	0	0	0	0	2	12.58		
109	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	12.29			
110	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	10	1	0	0	0	0	0	0	1	2	14.16
111	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	15	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	9.66		
112	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	25	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	14.31		
113	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	18	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	14.45		
114	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	17	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	14.12			
115	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	13	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	8.18		
116	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	12.54		
117	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	18	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	11.66		
118	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	12.00			
119	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	20	1	1	1	1	1	1	1	1	0	8	13.20		
120	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	16	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	15.00			
121	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	16	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	14.27			
122	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	16	1	1	0	0	0	0	1	1	0	4	3.26			
123	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	12.62			
124	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	16	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7	13.04			
125	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	16	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	11.58			
126	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	12.60			
127	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	8.18			
128	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	11	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	10.92			
129	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	13.68			
130	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	11	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	12.17		
131	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	10.08			

132	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	14	1	1	1	1	0	0	1	0	1	6	12.46	
133	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	16	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	11.12	
134	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	13.76	
135	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	14.53	
136	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	10.17	
137	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	15	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	14.29	
138	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	13	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	12.52	
139	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	8.18	
140	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	13.57	
141	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	16	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	12.08	
142	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	16	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	14.40	
143	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	8.18	
144	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	14.18	
145	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	11	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	14.81	
146	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	14.41	
147	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	13.40	
148	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	16	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	12.62	
149	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	16	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	13.23	
150	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	17	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	8.18	
151	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	14	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	16.00	
152	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	11	1	1	0	0	1	1	0	0	0	4	16.00	
153	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	8	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	9.95	
154	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	12	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	18.00	
155	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	14	1	1	0	0	1	1	1	1	1	7	12.17	
156	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	11	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	11.52
157	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	16	1	1	0	0	0	0	1	0	0	3	12.62
158	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	9	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	14.15	

159	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	8.63
160	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	22	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	4	14.18							
161	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	5	6.00							
162	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	9	1	1	1	1	1	1	0	0	0	6	12.58								
163	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	6	16.00								
164	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	13	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	16.00								
165	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	12.54								
166	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	6	11.00								
167	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	12.27								
168	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	14.33								
169	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	13.60								
170	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	13.32								
171	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	11.57								
172	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	13.87								
173	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7	19.00								
174	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	3	10.76							
175	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	17.00								
176	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	13.84								
177	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	4	14.59								
178	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	7	14.04								
179	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	3	9.52							
180	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	15.63								
181	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	5	12.84								
182	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	7	13.82									
183	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	3	10.79							
184	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	12.54								
185	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2	12.62								

186	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	13	1	1	1	1	0	0	0	0	0	4	11.33
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-------

ANEXO 5 : CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE NUTRICION Y DIETETICA



Tumbes 22 de Julio del 2019

Sres. Universidad Cesar Vallejo

Presente.-

Por la presente dejamos constancia que la alumna **Leydi Tatiana Ramírez Neira** del programa académico de **Maestría en Docencia Universitaria** de la Universidad Cesar Vallejo – Trujillo fue autorizada para aplicar en mi representada la **Encuesta Relación entre los estilos de vida y el Rendimiento Académico** a los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes registrados en matrícula del semestre anterior (2018-II), durante los días 6 de junio al 13 de junio del presente año.

Expedimos esta constancia para los fines que ustedes estimen pertinentes.

Atentamente



Director de la Escuela de Nutrición y Dietética

Lic. José Silva Rodríguez

ANEXO 6 : VALIDEZ DE INSTRUMENTO

VALIDEZ

Estimado profesional, usted ha sido considerado como juez para validar el instrumento de la investigación denominada “Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes”.

Nombre y Apellido Maria del Rosario Zapata Jimenez

Grado académico alcanzado Magister en Gestión Pública.

Marque con un aspa (x), la respuesta que usted considera:

Criterios	Indicadores	Si	No
De apariencia (lógica)	los ítems mide de forma lógica un constructo dado	✓	
De contenido	Los ítems del instrumento representan adecuadamente el constructo que pretende medir		✓
De criterio (concurrente y/o predictiva)	Grado de similitud en los puntajes de la escala comparados con un estándar o patrón de referencia (criterio)	✓	
De constructo	El instrumento refleja adecuadamente la teoría subyacente del fenómeno o constructo que se quiere medir		✓



 Maria del R. Zapata Jimenez

 OBSTETRA
 COR N° 17104



PERÚ

Ministerio de Educación

Superintendencia Nacional de
Educación Superior Universitaria

Dirección de Documentación e
Información Universitaria y
Registro de Grados y Títulos

REGISTRO NACIONAL DE GRADOS ACADÉMICOS Y TÍTULOS PROFESIONALES

GRADUADO	GRADO O TÍTULO	INSTITUCIÓN
ZAPATA JIMENEZ, MARIA DEL ROSARIO DNI 00253588	BACHILLER EN OBSTETRICIA Fecha de Diploma:26/10/2001	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
ZAPATA JIMENEZ, MARIA DEL ROSARIO DNI 00253588	MAESTRA EN GESTIÓN PÚBLICA Fecha de Diploma:12/11/18	UNIVERSIDAD PRIVADA CÉSAR VALLEJO
ZAPATA JIMENEZ, MARIA DEL ROSARIO DNI 00253588	LICENCIADA EN OBSTETRICIA Fecha de Diploma:25/10/2002	UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

VALIDEZ

Estimado profesional, usted ha sido considerado como juez para validar el instrumento de la investigación denominada “Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes”.

Nombre y Apellido *Felicita Tapia Cabrera*

Grado académico alcanzado *Magister*

Marque con un aspa (x), la respuesta que usted considera:

Criterios	Indicadores	Si	No
De apariencia (lógica)	los ítems mide de forma lógica un constructo dado	X	
De contenido	Los ítems del instrumento representan adecuadamente el constructo que pretende medir	X	
De criterio (concurrente y/o predictiva)	Grado de similitud en los puntajes de la escala comparados con un estándar o patrón de referencia (criterio)	X	
De constructo	El instrumento refleja adecuadamente la teoría subyacente del fenómeno o constructo que se quiere medir	X	


Mg. Felicita Tapia Cabrera
CNP. 1284
NUTRICIONISTA

VALIDEZ

Estimado profesional, usted ha sido considerado como juez para validar el instrumento de la investigación denominada “Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes”.

Nombre y Apellido Paul Vilchez Castro

Grado académico alcanzado..... Magister

Marque con un aspa (x), la respuesta que usted considera:

Criterios	Indicadores	Si	No
De apariencia (lógica)	los ítems mide de forma lógica un constructo dado	✓	
De contenido	Los ítems del instrumento representan adecuadamente el constructo que pretende medir	✓	
De criterio (concurrente y/o predictiva)	Grado de similitud en los puntajes de la escala comparados con un estándar o patrón de referencia (criterio)	✓	
De constructo	El instrumento refleja adecuadamente la teoría subyacente del fenómeno o constructo que se quiere medir	✓	


Mg. Paul Vilchez Castro
JEFE DEL PUESTO DE SALUD
- CABUYAL

VALIDEZ

Estimado profesional, usted ha sido considerado como juez para validar el instrumento de la investigación denominada “Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes”.

Nombre y Apellido Javier Orlando Luján Ouedo

Grado académico alcanzado..... Magister

Marque con un aspa (x), la respuesta que usted considera:

Criterios	Indicadores	Si	No
De apariencia (lógica)	los ítems mide de forma lógica un constructo dado	x	
De contenido	Los ítems del instrumento representan adecuadamente el constructo que pretende medir	x	
De criterio (concurrente y/o predictiva)	Grado de similitud en los puntajes de la escala comparados con un estándar o patrón de referencia (criterio)	x	
De constructo	El instrumento refleja adecuadamente la teoría subyacente del fenómeno o constructo que se quiere medir	x	


Mg. Javier Orlando Luján Ouedo
LIC. EN OBSTETRICIA
COP. 27004

VALIDEZ

Estimado profesional, usted ha sido considerado como juez para validar el instrumento de la investigación denominada "Estilos de vida y rendimiento académico en los alumnos de la Escuela de Nutrición de la Universidad Nacional de Tumbes".

Nombre y Apellido *Jhon Ypanaque Ancajima*

Grado académico alcanzado..... *Maestro en Gestión de Servicios de*

Marque con un aspa (x), la respuesta que usted considera: *• Salud.*

Criterios	Indicadores	Si	No
De apariencia (lógica)	los ítems mide de forma lógica un constructo dado	✓	
De contenido	Los ítems del instrumento representan adecuadamente el constructo que pretende medir	✓	
De criterio (concurrente y/o predictiva)	Grado de similitud en los puntajes de la escala comparados con un estándar o patrón de referencia (criterio)	✓	
De constructo	El instrumento refleja adecuadamente la teoría subyacente del fenómeno o constructo que se quiere medir	✓	


Mg. Jhon Ypanaque Ancajima
COP: 23665

ANEXO 7 : FOTOS

