



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios
beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión -
Tarapoto, 2018

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:
Maestro en Educación con mención en Docencia y Gestión Educativa**

AUTOR:

Sáenz Gaspar, Dan Enoc (orcid.org/0000-0001-8783-5964)

ASESOR:

Dr. Sanchez Davila, Keller (orcid.org/0000-0003-3911-3806)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizaje

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

TARAPOTO - PERÚ

2019

Dedicatoria

Al autor de la vida, guardián de la salud; dueño de toda sabiduría y fuente de verdad. A Paquita, por el invaluable apoyo incondicional al soportar las horas de investigación usadas en esta labor y a Daniel por ser la inspiración permanente para concluir la investigación.

Dan Enoc

Agradecimiento

A, los jóvenes universitarios del programa de Beca 18 de la Universidad Peruana Unión de Tarapoto. A los maestros y formadores de la Universidad César Vallejo, tanto de Tarapoto como de Lima; y a todos los que de una forma u otra apoyaron en la investigación. Al asesor de investigación por sus valiosos aportes para tener lista esta investigación.

El Autor

Declaratoria de autenticidad

Yo, **DAN ENOC SÁENZ GASPAS**, identificado con DNI N° 09762959, estudiante del programa de Maestría en Educación mención en Docencia y Gestión Educativa de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo con la tesis titulada; **“Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión – Tarapoto, 2018”**;

Declaro bajo juramento que:

La Tesis es de mi autoría.

He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.

La tesis no ha sido auto plagiada, es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

Los datos presentados en los resultados son reales no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presenten en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude (datos falsos), plagio (información sin citar autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (presentar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Tarapoto 22 de noviembre del 2019



Dan Enoc Sáenz Gaspar
DNI: 09762959

Presentación

La tesis denominada Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión – Tarapoto, 2018, desarrollada con finalidad de optar el título de maestro en educación con mención en docencia y gestión educativa, está dividida en siete capítulos.

El primer capítulo es la introducción, en donde se plasman los antecedentes y las bases teóricas, considerando los trabajos previos, la formulación del problema, justificación, las hipótesis planteadas y los objetivos a alcanzar.

En el segundo capítulo se presenta la parte metodológica, donde se detalla el diseño de investigación, variables, operacionalización, población, técnicas e instrumentos usados del mismo modo el método de análisis de dato y los aspectos éticos de la presente investigación.

En el tercer capítulo se muestran los resultados obtenidos, empezando con datos descriptivos luego detallando las relaciones encontradas para contrastar las hipótesis planteadas en cumplimiento de los objetivos trazados.

En el cuarto capítulo se presenta la discusión que engloba los resultados obtenidos comparándolos con los resultados de otras investigaciones.

En el quinto capítulo se presenta las conclusiones obtenidas en la presente investigación.

El sexto capítulo contiene recomendaciones mostrando la congruencia de los hallazgos y resultados afines con la investigación comparándolos con los encontrados y

Finalmente, en la última parte, el capítulo VII, se muestran las referencias bibliográficas y los anexos.

El autor

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Declaratoria de autenticidad.....	iv
Presentación	v
Índice de contenidos	vi
Índice de tablas	viii
Resumen.....	x
Abstract.....	xi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. Marco teórico	5
2.1. Antecedentes	5
2.2. Teorías	11
III. METODOLOGÍA	18
3.1. Tipo y diseño de la investigación.....	18
3.2. Variables y operacionalización	19
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis.....	19
3.4. Instrumentos y técnicas para recoger de datos	21
3.5. Procedimientos.....	25
3.6. Técnicas de minería de datos	25
3.7. Aspectos éticos	27
IV. RESULTADOS.....	29
4.1. Análisis descriptivo.....	29
4.2. Relación entre variables	33
V. DISCUSIÓN	47
VI. CONCLUSIONES	51
VII. RECOMENDACIONES.....	53

VIII. REFERENCIAS	55
ANEXOS	70
8.1. Matriz de Consistencia	71
8.2. Instrumentos de Recolección de datos.....	75
8.3. Índice o cálculo de confiabilidad de los instrumentos.....	81

Índice de tablas

Tabla 1 Estudiantes pertenecientes al programa Beca 18, UPeU 2018.....	20
Tabla 2 Fiabilidad de las dimensiones estudiadas	24
Tabla 3 Prueba de Levene de igualdad de varianzas, en el rendimiento académico ciclos 6 y 10 del semestre 2018-I.....	26
Tabla 4 Promedio ponderado del semestre 2018-I, por ciclos	27
Tabla 5 Prueba T sobre el rendimiento académico de Becarios, Ciclos 6 y 10....	27
Tabla 6 Rendimiento Académico.....	29
Tabla 7 Estilo de Vida	29
Tabla 8 Prueba de Kolmogorov-Smirnov para la variable rendimiento académico	34
Tabla 9 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov en las dimensiones del Estilo de Vida	34
Tabla 10 Correlación entre el estilo de vida y el rendimiento académico	35
Tabla 11 Correlación entre el rendimiento académico y el nivel de religiosidad ..	37
Tabla 12 Correlación entre el rendimiento académico y el nivel de uso problemático de nuevas tecnologías	38
Tabla 13 Correlación entre el rendimiento académico y nivel de uso problemático de nuevas tecnologías	39
Tabla 14 Correlación entre el rendimiento académico y actividad física	41
Tabla 15 Correlación entre el tabaquismo y el rendimiento académico	42
Tabla 16 Correlación entre el consumo de alcohol y el rendimiento académico..	43
Tabla 17 Correlación entre el consumo de drogas y el rendimiento académico ..	45

Tabla 18 Correlación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico 46

Tabla 19 Fiabilidad de las dimensiones estudiadas 81

Resumen

La presente investigación examinó la relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en estudiantes universitarios participantes del programa Beca 18 en la Universidad Peruana Unión de Tarapoto en 2018. La investigación se realizó utilizando una metodología cuantitativa y correlacional con un diseño de estudio transversal no experimental. La muestra incluyó 125 estudiantes beneficiarios de Beca 18, socioeconómicamente homogenizados a quienes se les administraron cinco instrumentos de evaluación para analizar su estilo de vida, rendimiento académico, nivel socioeconómico, uso problemático de nuevas tecnologías y actitud religiosa. Los resultados mostraron una relación significativa entre el estilo de vida y el rendimiento académico, encontrándose una correlación positiva entre el rendimiento académico y las dimensiones del estilo de vida: hábitos alimentarios, actividad física, tabaquismo, consumo de alcohol, consumo de drogas y uso problemático de nuevas tecnologías y la actitud religiosa. El análisis de correlación entre el estilo de vida y el rendimiento académico arrojó un valor $r=0,348$. Los resultados sugieren la importancia de adoptar un estilo de vida saludable para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios y destacan la necesidad de políticas públicas en educación y salud que promuevan un estilo de vida saludable en la población universitaria.

.

Palabras clave: Rendimiento académico, estilo de vida, Beca de estudios.

Abstract

The present study examined the relationship between lifestyle and academic performance in university students participating in the Beca 18 program at the Peruvian Union University in Tarapoto in 2018. The study utilized a quantitative and correlational methodology with a non-experimental cross-sectional design. The sample included 125 beneficiaries of the Beca 18 program, who were socioeconomically homogenized, and five evaluation instruments were administered to analyze their lifestyle, academic performance, socioeconomic level, problematic use of new technologies, and religious attitude. The results showed a significant relationship between lifestyle and academic performance, with a positive correlation found between academic performance and dimensions of lifestyle such as dietary habits, physical activity, smoking, alcohol consumption, drug use, problematic use of new technologies, and religious attitude. The correlation analysis between lifestyle and academic performance yielded a value of $r=0.348$. The results suggest the importance of adopting a healthy lifestyle to improve academic performance in university students and highlight the need for public policies in education and health that promote a healthy lifestyle among the university population.

Keywords: Academic performance, Academic achievement, lifestyle, scholarship

I. INTRODUCCIÓN

Uno de los indicadores de éxito más comunes en el proceso del aprendizaje y la enseñanza es el rendimiento académico. Cuando el desempeño académico en algún estudiante es bajo, se investigan las causas del incumplimiento de los objetivos. El expediente o promedio de notas del alumno suele ser el mejor indicador de la capacidad académica, debido a que en este proceso se encuentran inmersos muchos procesos pedagógicos cargados de rúbricas, logros, objetivos y métodos. Por otra parte, las realidades socioeconómicas, el estilo o hábitos de vida saludable, el control del estrés y las emociones negativas, así como a prevenir enfermedades crónicas y estacionales. (Mena y Rodríguez Areal, 2015).

Ante la cuestión de la desigualdad social y las oportunidades a una enseñanza de alta calidad para los sectores menos favorecidos, diversos países han implantado programas sociales que ofrecen becas a jóvenes de bajos recursos. Sin embargo, en algunos casos, los resultados obtenidos no son los óptimos. Sería necesario que el estado, al invertir en estos programas, tenga en cuenta otras condiciones que influyen en el desempeño académico y que no necesariamente están relacionados con la variable nivel socioeconómico, factores que deben ser controlados a fin de un aprovechamiento mejor de los recursos económicos asignados a estos programas sociales, y al mismo tiempo poder alcanzar las metas de una enseñanza con calidad. Se ejecutó una investigación en México la cual evaluó el impacto de las becas entregadas por el gobierno en los alumnos participantes beneficiarios. Al finalizar la investigación, se descubrieron problemas específicos con el aprovechamiento académico de los alumnos que participaron recibiendo estas becas, “en lugar de servir simplemente como recompensa por el esfuerzo y la capacidad académica de un estudiante, las becas deberían considerarse como una herramienta que aumenta las oportunidades de los estudiantes y, en la mayor medida posible, promueve una mayor equidad.” (Celis et al., 2005, p. 559).

En un ambiente homogéneo donde se pueda controlar el aspecto socio económico que guarda relación con el costumbres o hábitos de vida y por supuesto con el aprovechamiento académico, se logrará identificar mejor la relación entre otras dimensiones con el aprovechamiento económico. En tal sentido los estudiantes de la universidad que fueron beneficiados con el programa social de Beca 18

matriculados en la Universidad Peruana Unión del campus Tarapoto, presentan una situación problemática especial: provienen del mismo estrato económico, la mayoría estudió en colegios con similares características, sus promedios en los estudios secundarios son parecidos, las características de los hogares del cual provienen son semejantes, todos pasaron por el filtro de PRONABEC, habiendo recibido las charlas previas a la carrera y desarrollado el ciclo de nivelación, en la cual se contaba con programas de tutoría individual y grupal, tutorías académicas entre otras; recibiendo el mismo monto para sus gastos, viviendo en habientes muy semejantes entre ellos, existen diferencias en el rendimiento académico de ellos, incluso algunos perdieron la beca por su bajo rendimiento académico, se puede preguntar sobre los otras dimensiones que podrían estar teniendo influencia en el aprovechamiento académico; razón por la cual el estilo de vida es analizado para tal fin.

El problema planteado en la investigación es ¿cuál es la relación entre la variable rendimiento académico con la variable estilo de vida en los universitarios que participan del programa social Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018? Este es el problema general de la pesquisa; y a su vez los problemas específicos se desprenden al buscar la correlación entre la variable rendimiento académico que ocuparía un lugar de variable dependiente, con cada una de las siete dimensiones de la variable estilo de vida, la problemática nos lleva a preguntarnos ¿Cuál es la relación que existe entre la variable con cada una de las dimensiones? Estas dimensiones son el consumo de alcohol, consumo de drogas, hábitos alimenticios, ejercicio físico o deportes, religión, consumo de cigarrillo, adicción al internet y redes sociales.

El presente trabajo de investigación es relevante y conveniente debido a que se identificaron problemas en el aprovechamiento académico de jóvenes que recibieron la beca "Beca 18", la cual supuestamente estaba destinada a estudiantes destacados que cumplían con ciertos requisitos académicos. Esta investigación es pertinente en el contexto actual, donde existe una necesidad de mejorar la accesibilidad a una educación de calidad a través de propuestas de becas, pero que en algunos casos los beneficiarios pierden debido a su bajo rendimiento académico. Si se logra revertir esta situación, se podría mejorar la gestión de los

presupuestos destinados a estos programas y lograr concretizar los objetivos planteados. En la presente indagación se busca identificar la relación que se entre la variable aprovechamiento académico y la variable estilo o hábitos de vida para de esta manera se logre reducir la deserción universitaria debido a bajo rendimiento académico.

Del mismo modo en el aspecto teórico, la investigación actual se enfocó en aspectos específicos de los hábitos de vida, excluyendo la influencia que podría presentar la variable interviniente nivel socioeconómico, ya que la población estudiada era homogénea. La universidad privada y confesional en cuestión implicaba una dimensión especial del aspecto religioso. Este enfoque permitió comprender que, aunque pueda haber mejoras en el ámbito económico, existen otras condiciones importantes relacionados con los hábitos de vida que deben ser considerados para lograr las metas de la formación educativa.

En el aspecto práctico, fue importante conocer la relación que se presenta entre la variable de estudio rendimiento o aprovechamiento académico y la variable estilo o hábitos de vida en una población homogénea lo que permite enfatizar en los factores o dimensiones que guardan estrecha relación con las costumbres y estilo de vida, en lugar de enfocarse en la variable socioeconómica que es difícil de modificar en el contexto peruano. Esto se debe a que el enfoque en los factores de estilo de vida puede ser más efectivo para mejorar el aprovechamiento académico.

Por otra parte, al considerar el aspecto social se puede percibir que esto permitirá mejorar los hábitos de vida en los universitarios, debido a que cuando se identifique las dimensiones y factores que guardan una relación importante con el aprovechamiento académico, se mejorará esas condiciones y por consecuencia el aprovechamiento académico.

Considerando la metodología usada, el presente trabajo de investigación permite nuevamente validar los instrumentos usados para medir las dimensiones del estilo o hábitos de vida en especial en un ambiente académico y al mismo tiempo permite ver resultados de trabajar con una población homogénea. Permite hacer nuevas investigaciones en la misma línea de exploración.

El propósito general de la investigación presente es el de analizar la relación entre las variables y dimensiones hábitos o estilo de vida y la variable rendimiento o aprovechamiento académico encontrado en los alumnos que recibieron la Beca 18 en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. Además, la investigación cuenta con objetivos específicos como cuantificar la correlación entre la variable del aprovechamiento académico o rendimiento estudiantil con cada una de las siete dimensiones que conforman la dimensión de los estilos o hábitos de vida saludables, quedando los objetivos secundarios en establecer la relación de la variable con las dimensiones como la alimentación y dieta, el consumo de drogas, de alcohol y cigarrillos, así como del sedentarismo o la actividad física, la religiosidad, la alimentación saludable y la religiosidad.

En la presente investigación la hipótesis general planteada es: “Existe relación significativa entre la variable estilo o hábitos de vida y la variable aprovechamiento rendimiento académico en universitarios beneficiarios del programa social Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018”.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

García Séiquer (2013) en su revisión bibliográfica concluyó que contar con una sólida red de apoyo social y poseer habilidades sociales y de comunicación efectivas son factores que favorecen un desempeño académico satisfactorio. Asimismo, subrayó la trascendencia de la conexión desarrollada entre las habilidades sociales y el aprovechamiento educativo mostrada en cada momento del proceso educativo, independientemente de la edad encontrada en cada uno de los alumnos.

Gutiérrez y Matiz (2010) en un estudio cuantitativo correlacional desarrollado con la carrera de Administración y Finanzas de una universidad colombiana, se recolectó una muestra conformada por 840 alumnos los que se inscribieron por primera vez en la universidad, donde para evaluar la variable del aprovechamiento académico se utilizó un instrumento llamado "Dimensiones del rendimiento académico - DRA", que consta de seis módulos y el cuestionario se ejecutó en el año 2010. Durante la investigación se examinó una lista amplia de variables las que afectan al aprovechamiento académico y descubrió, entre otros resultados, que la dimensión institucional tiene una relación débil (0,01) con las dimensiones económica y familiar, lo que indica que estos dos factores por sí solos no representan una trascendencia significativa con la variable aprovechamiento educativo de los estudiantes. Pero se descubrió la existencia de correlaciones muy fuertes entre la dimensión académica y la dimensión institucional (0,33), la dimensión económica y familiar (0,48) y la dimensión personal (0,40), lo que demuestra ampliamente el impacto significativo que las relaciones entre las distintas dimensiones tienen sobre el aprovechamiento académico.

Ruiz Ariza et al (2016) al desarrollar su investigación que se ejecutó desde la Universidad de Granada y al mismo tiempo con la Universidad de Jaén, España, tuvo por objetivo medir la escala de interés o preferencias que presentan los universitarios al relacionar con la variable Actividad Física de 1009 estudiantes representando a 6 institutos en España. Se empleó una adaptación del instrumento desarrollado por Rose (2009) diseñado para recoger datos del rendimiento

académico. El diseño del estudio fue causal explicativa, arrojó resultados diferenciados por sexo, demostrando que "los chicos mostraron un nivel más alto de afinidad a la Actividad Física en los 4 factores evaluados (todos $p < .001$). En contraste, las chicas obtuvieron mejores resultados en la asignatura de Lengua con un valor $p < .001$; pero al analizar los resultados escolares en el curso de Matemáticas los resultados obtenidos fueron muy parecidos entre varones y damas ($p > .05$).

Angelucci et al., (2017) en una pesquisa explicativa no experimental, y con una temporalidad transversal y prospectivo, fue ejecutada en un grupo único, analizaron el comportamiento de la salud evidenciada en 312 universitarios de distintas carreras en la Universidad Católica de Andrés Bello. Se encontró que un estilo de sueño inadecuado y una mayor frecuencia de chequeo médico se relacionan con una mejor salud general, mientras que el hecho de presentar los problemas de sueño, al mismo tiempo ser mujer y tener un consumo alto de sustancias tóxicas las que tienen relación con la presencia de mayor ansiedad. Al mismo tiempo se determinó que el Índice de Quetelet y las costumbres alimentarias no parecen tener un impacto significativo en las dimensiones de salud evaluadas. Si bien los estilos o prácticas en salud negativos y los estilos de vida no saludables evidencian una ausencia de relación directamente en la salud de los jóvenes, sí tienen efectos menores en su rendimiento académico universitario. Los autores concluyen que existen investigaciones realizadas en diversos lugares y ellas llegan a las mismas conclusiones como el estilo de vida, incluyendo las costumbres de alimentación, las horas de sueño y la práctica del ejercicio, influye en el rendimiento para el éxito y aprovechamiento académico (Angelucci et al., 2017).

Zea Robles et al., (2017) en un estudio cuantitativo descriptivo transversal se trazaron el objetivo de relacionar los diferentes hábitos de vida que guardan una relación con la variable factores socioeconómicos y la salud en los universitarios en Bogotá, Colombia. La muestra estuvo conformada por 1410 estudiantes usando como criterio de inclusión a las edades entre los 24 y 29 años llegando a utilizarse un cuestionario estandarizado que incluía factores en estrés, la actividad física, las relaciones sociales, la nutrición y el comportamiento preventivo. Al analizar los resultados indican que los estudiantes preferían deportes individuales sin importar

su nivel socioeconómico y que había un alto porcentaje de padres con educación universitaria. El estudio concluye que los universitarios muestran un estilo o hábitos de vida no saludables, lo cual tiene una incidencia negativa en la salud.

Muñoz Argel y Uribe Urzola (2013) buscaron identificar los comportamientos expresados en las prácticas cotidianas de los universitarios evidenciado en sus prácticas diarias y sus creencias, además de examinar la relación entre el estrato socioeconómico y el nivel educativo. Utilizaron un enfoque descriptivo corte transversal y emplearon como instrumento el cuestionario desarrollado por Arrivillaga entre otros (2003), el cual consta de 116 ítems distribuidos en seis dimensiones: el estado de salud, el ejercicio y el deporte, el ocio y la gestión del tiempo, el autocuidado y la atención sanitaria, las pautas alimentarias y la adicción a sustancias. Se seleccionó una muestra aleatoria por conglomerado y sistemático de 180 estudiantes universitarios. Las conclusiones evidencian que no se encontraron diferencias relevantes en la permanencia del estilo o hábitos de vida saludable en correspondencia con el estrato socioeconómico, aunque se observaron discrepancias entre prácticas y creencias.

Capdevila et al (2015) en su investigación del descriptiva correlacional se enfocaron al comparar la práctica del tiempo libre y su relación con el aprovechamiento académico de adolescentes deportistas y no deportistas. Utilizando un enfoque del nivel descriptivo y también correlacional, eligió una muestra de 313 participantes integrada de 124 deportistas y 189 no deportistas. Se usaron dos mecanismos para recabar los datos en los estudiantes. Los datos indicaron que entre los deportistas adolescentes obtuvieron un mayor y mejor desempeño escolar, presentaron mejores prácticas de estudio y aprovechando mejor el tiempo, menos ocio y sedentarismo que los no deportistas. Además, los que practicaron deporte demostraron ser más planificados en el manejo del tiempo libre y presentaron una mejor disposición hacia los estudios. Las variables se correlacionaron de manera directa y positiva con el aprovechamiento académico, mientras que otras correlacionaron de forma positiva, pero con un menor nivel de significancia. El ocio y el sedentarismo correlacionó de forma inversa con el aprovechamiento académico.

Santos (2010) mide la correlación entre el tiempo usado en la variable redes sociales y al mismo tiempo mide la variable rendimiento académico en la PUCP, se trata de una investigación de naturaleza longitudinal, ya que se analiza el desarrollo de las dimensiones que tienen una influencia directa en el aprovechamiento académico a lo largo del tiempo. El muestreo utilizado fue aleatorio estratificado y se seleccionaron 132 escuelas secundarias, y se encuestaron a 90,118 estudiantes de estas escuelas en 1994. En el año 1995 se aplica un segundo cuestionario con la misma temática a 20,745 estudiantes y, del mismo modo en el primer semestre de 1996, se aplicó un tercer cuestionario. Finalmente, en 2008, se encuestaron a los estudiantes cuando tenían entre 24 y 32 años. Las conclusiones del estudio sugieren que se deben tomar medidas en el salón de clase, así como en las actividades no áulicas extracurriculares para fomentar la formación de redes sociales más heterogéneas donde se desarrolle el sentido de pertenencia a la institución educativa y direccionamiento que conduzca a actividades académicas.

Grimaldi (2015) presenta su informe electrónico publicado en el sitio web www.pronabec.gob.pe, se trata de un programa gubernamental donde se brindan beca y préstamos para estudios ejecutado por Ministerio de Educación, aborda diversos temas donde se encuentran factores que inciden directamente en el aprovechamiento académico o universitario de los beneficiarios participantes del programa estatal de Beca 18. Según sus hallazgos, el tipo y la administración de la institución académica presentan una influencia significativa en los resultados y logros educacionales de los estudiantes becarios. En particular, se ha evidenciado que los universitario becarios que pertenecen a universidades públicas obtienen de forma regular en promedio calificaciones más bajas del promedio, lo que lleva a la necesidad de seguir de cerca el progreso de los estudiantes que estudian en estas instituciones.

Lam-Figueroa et al (2011) desarrolla una investigación de un nivel de enfoque correlacional. Los investigadores diseñaron y aplicaron un cuestionario con lo que se determina los síntomas y las disfunciones relacionadas con la adicción a Internet. La encuesta fue aplicada en 248 adolescentes como muestra, y los resultados evidencian una relación estadística significativa asumiendo $p < 0,001$ entre la dimensión características de la adicción al internet con las variables como

el tiempo de uso durante la semana, al género masculino, y también antecedentes de problemas como la indisciplina y la distorsión de planes a futuro.

Damián Aldave (2014) en su tesis presenta una investigación descriptiva, transversal y correlacional que se desarrolló entre los miembros de la comunidad religiosa adventista de la zona de Puente Piedra, Lima. A través de una encuesta, el autor no encontró una relación estadística directa y significativa entre las costumbres de vida saludable y el síndrome metabólico en la comunidad religiosa. No obstante, se observó una relación significativa y directa en los indicadores de las dimensiones estudiadas como el alcohol, tabaco, o el poco consumo de menestras, cereales, oleaginosas y el exceso de frituras, los cuales están asociados a riesgos cardiovasculares. El autor también consideró que los hábitos alimenticios y el factor religioso son dimensiones de los hábitos de vida.

Gamarra et al (2010) en la revista UCV-Scientia publican su investigación de nivel correlacional, tipo descriptivo, transversal; el trabajo se enfocó en establecer la correspondencia entre la variable nivel de los hábitos de vida y la variable autoestima y el apoyo social, se trabajó con 136 universitarios de la carrera de Enfermería. Para determinar las costumbres de vida y para medir el apoyo social se utilizó como instrumento el test de Sherbourne y Stewart y también se hizo uso del cuestionario PEPS - I. Gamarra expone sus resultados que indicaron que un 54.4% de los estudiantes mostraron un nivel medio de estilo de vida, siendo el ejercicio y la nutrición las dimensiones más bajas. Además, los niveles de autoestima fueron predominantemente medios y bajos, y del mismo modo se halló una relación estadística importante positiva entre las costumbres de vida y la autoestima, pero no sucedió lo mismo al medir la relación entre los hábitos de vida y el apoyo comunitario. En general, más de la mitad de los educandos de la carrera de Enfermería tuvieron un nivel medio de estilo de vida.

Crisostomo Martinez (2019) en la investigación desarrollada pretende encontrar y analizar la correlación entre la variable gestión de la ejecución del servicio de tutoría universitaria en relación con la variable aprovechamiento académico en el 2018. Debido a la falta de una muestra representativa, la investigación tomó a todos los estudiantes universitarios matriculados durante el año 2018, un total de 100 estudiantes. Se usó como instrumento un cuestionario diseñado por el investigador,

el cual fue administrado a los estudiantes que habían asistido regularmente al servicio de tutoría. El estudio encontró una influencia negativa y baja de la administración del servicio de tutoría sobre el aprovechamiento académico.

En su estudio, Ramírez Gonzales (2018) investigó las relaciones entre la variable desempeño docente y el aprovechamiento educacional en un instituto de Tarapoto. Utilizando la población y muestra de 180 estudiantes de diferentes programas y ciclos de estudio en el IESPP de Tarapoto, se emplearon cuestionarios para determinar el ejercicio de los docentes y se utilizó el registro de notas para determinar los valores del aprovechamiento académico. Al mostrar los datos se encontró una relación moderada y directa entre el desempeño docente y la variable del aprovechamiento académico, con un coeficiente de valor de correlación de 0.63. Además, se encontró que la dimensión de responsabilidad profesional del docente se relacionó con el rendimiento académico con un valor de correlación = 0.64, y las relaciones interpersonales del profesor docente con un $r = 0.65$. Este estudio se clasificó como correlacional.

Silva Hidalgo (2014) realizó una investigación correlacional utilizando como instrumentos el cuestionario y estudio de documentos para medir el aprovechamiento académico con 96 estudiantes. El estudio concluyó que se establece una relación directa entre la resiliencia y el aprovechamiento estudiantil, con un valor de $r = 0.631$. Es una pesquisa descriptiva correlacional, centrado en las dimensiones y variables de resiliencia y aprovechamiento académico. Para determinar la resiliencia se empleó una encuesta con 25 preguntas validadas, mientras que para determinar el aprovechamiento estudiantil se hizo uso del Análisis Documental. La dimensión de Competencia personal tenía un valor de $r = 0.410$, la dimensión de Aceptación de uno mismo tenía un valor de $r = 0.457$, y la dimensión de Aceptación de la vida tenía un valor de $r = 0.524$ en relación con la variable de estudio.

Así mismo Vargas Fernández (2018) en su tesis de nivel descriptivo y correlacional no experimental, y para medir el desempeño docente se empleó un cuestionario con 20 ítems, se tuvo como población y muestra a 95 universitarios de la carrera de Enfermería, mientras que la fuente de información para determinar el aprovechamiento académico fue la secretaría académica de la universidad. El

análisis estadístico evidenció que el desempeño docente tiene una relación negativa significativa con la variable de aprovechamiento académico de los estudiantes, con un valor de $r = -0.22$. También se encontró que la variable de planificación docente guarda relación de forma negativa y significativa con el aprovechamiento estudiantil, con un valor r de -0.24 , aunque muestra una correlación baja, es negativa. Asimismo, se observó que la ejecución o práctica de la didáctica tiene una relación inversa, aunque no significativa, con el aprovechamiento académico, con un valor de correlación de -0.19 .

2.2. Teorías

Sobre el rendimiento académico existen diversas teorías entre las cuales se pueden destacar las siguientes:

La teoría de la motivación, donde se afirma que la estimulación del estudiante está directamente conexas con su aprovechamiento académico. Se establece que los alumnos altamente motivados presentan un mejor rendimiento escolar que aquellos que no lo están. Por otra parte, la teoría del procesamiento de la investigación sostiene que el rendimiento escolar se encuentra influenciada por la capacidad del estudiante para procesar la información. Según esta teoría, los estudiantes que pueden procesar la información de manera más efectiva tienen un mejor rendimiento académico. En la teoría del aprendizaje social se establece que el rendimiento académico está influenciado por las experiencias sociales del estudiante. Se afirma que los estudiantes que tienen experiencias sociales positivas tienen un mejor rendimiento académico que aquellos que no las tienen. En la teoría de la inteligencia se sostiene que el rendimiento escolar está afectado por la inteligencia del estudiante. Se afirma que los alumnos con una mejor inteligencia tienen un mejor rendimiento académico que aquellos con un nivel inferior. Por último, la teoría del ambiente escolar enseña que el rendimiento académico se encuentra influenciado por el ambiente escolar en el que se encuentra el estudiante. Se establece que los estudiantes que se encuentran en un ambiente escolar positivo tienen un mejor rendimiento académico que aquellos que se encuentran en un ambiente negativo.

El rendimiento académico puede definirse de diversas formas. Según Armenta, (2008). es el resultado del asunto de aprendizaje que permite al docente y al estudiante determinar en qué medida se ha facilitado el aprendizaje en métodos de cuantía y eficacia. Otra definición, propuesta por Diez (2017), demuestra que el aprovechamiento estudiantil es la capacidad para adquirir nueva información en un determinado campo o materia específico y para ello se toma en cuenta la edad del sujeto y el nivel escolar de cada uno. El aprovechamiento escolar se mide en función de los talentos, la información y las habilidades que un alumno ha aprendido en un entorno de aprendizaje durante un periodo de tiempo determinado. Según la investigación de Valle Arias (1997), algunas condiciones cognitivas y otras motivacionales son las que afectan al desempeño académico y al aprendizaje de los estudiantes son similares a los que trascienden en el aprovechamiento estudiantil de los universitarios. Por otro lado, Garbanzo (2013) señala que el aprovechamiento educativo es una condición muy complicada y multidimensional en el que influyen diversos factores institucionales, sociales y personales que pueden variar según la población (Garbanzo, 2013, p. 83).

El rendimiento académico es objeto de diversas teorías (Gutiérrez y Matiz, 2010). El rendimiento inmediato y el rendimiento pospuesto son dos categorías diferentes de rendimiento académico (Armenta et al., 2008). Según Tejedor y García - Valcárcel (2007) pueden interpretarse ampliamente como rendimiento académico estricto, rendimiento académico ordinario y rendimiento académico, que es al que nos referiremos aquí. El rendimiento diferido, que es bastante más complejo ya que contiene otros elementos difíciles de definir, se refiere a la aplicación o utilidad de la educación adquirida en la vida profesional y social. Otros distinguen entre rendimiento académico a nivel individual y rendimiento académico a nivel social (Blanco Pinedo, 2004).

Existen varias teorías del "estilo de vida" que se han desarrollado a lo largo del tiempo. Aquí se presentan algunas de las más destacadas: La teoría del estilo de vida de Allport, afirma que los estilos de vida estudiados son una manifestación de la personalidad interna del individuo. Según esta teoría, el estilo de vida se forma a partir de las características personales, las experiencias y los valores de cada persona. La teoría del estilo de vida de Allport es una teoría psicológica que asegura

que los hábitos de vida es una expresión de la personalidad del individuo. Esta teoría fue desarrollada por el psicólogo Gordon Allport en la década de 1930 y se ha mantenido como una de las teorías más influyentes sobre los comportamientos habituales. Según la teoría de Allport, los hábitos y rutinas diarias se construyen a partir de las características personales, las experiencias y los valores de cada persona. Allport identificó tres tipos de características: Los rasgos personales: Son características especiales de la personalidad del individuo que se mantienen estables en el tiempo y que influyen en su comportamiento. Algunos ejemplos de rasgos personales pueden ser la extroversión, la amabilidad o el neuroticismo. Las actitudes: Son las valoraciones positivas o negativas que el individuo tiene sobre determinados objetos, situaciones o personas. Las actitudes influyen en el comportamiento del individuo, ya que afectan la forma en que éste percibe el mundo y toma decisiones. Los valores: Son los principios fundamentales que guían la conducta del individuo. Los valores son considerados como las creencias más profundas que tiene el individuo sobre lo que es importante en la vida y lo que debe ser valorado. Según la teoría de Allport, estas tres características interactúan entre sí para influir en la formación de los hábitos de vida de cada individuo. En resumen, la teoría del estilo de vida de Allport sostiene que el las costumbres y comportamientos habituales son una expresión del temperamento del individuo y se cosntruye a partir de las características personales, las experiencias y los valores de cada persona. Esta teoría ha tenido una gran influencia en la psicología y ha sido aplicada en diversos campos.

Otra teoría del estilo de vida es la de Talcott Parsons. Esta teoría sostiene que el hábito de vida se da como consecuencia de la conexión que se da entre la estructura social y la personalidad individual. Según esta teoría, el estilo de vida se forma a partir de las normas y valores culturales que influyen en la personalidad del individuo. La teoría del estilo de vida de Talcott Parsons es una teoría sociológica que sostiene que los hábitos y patrones de vida son el resultado de la conexión entre la sociedad y la psicología individual.

Según los postulados de Parsons, los hábitos de vida se forman a partir de las normas y valores culturales que influyen en la personalidad del individuo. Parsons identificó cuatro componentes que influyen en la formación del estilo de vida: La

estructura social: Es el universo de relaciones sociales y las reglas sociales que dictan el comportamiento de los miembros de una sociedad. La estructura social influye en el comportamiento del individuo, ya que establece las normas y expectativas que éste debe seguir. La cultura influye en la personalidad del individuo, ya que establece los valores y creencias que son considerados importantes en la sociedad. Por otro lado, la personalidad: Es el universo de rasgos y características que distinguen a un individuo de otro. La personalidad influye en el comportamiento del individuo. El sistema de acción: Es el conjunto de motivaciones y objetivos que orientan el comportamiento del individuo. El sistema de acción influye en el comportamiento del individuo, ya que establece los objetivos que éste debe alcanzar y las motivaciones que lo impulsan a actuar. Según la teoría de Parsons, estos cuatro componentes interactúan entre sí para influir en cada individuo. Los comportamientos habituales son el resultado de la interrelación entre la estructura social y la personalidad individual. Esta teoría ha tenido una gran influencia en la sociología y ha sido aplicada en diversos campos.

La teoría del estilo de vida de Kurt Lewin sostiene que el estilo de vida se da como efecto de una dinámica entre la personalidad del individuo, el ambiente en el que se encuentra y la experiencia que vive. Según esta teoría, el estilo de vida es un proceso dinámico que puede cambiar con el tiempo desde la década de 1930 se ha mantenido como una de las teorías más influyentes sobre el comportamiento social, costumbres y estilo de vida. Se identifica tres elementos que influyen en la formación del estilo de vida: La persona: Es el individuo que interactúa con su entorno y que es influido por él. La persona influye en su estilo de vida, ya que determina cómo se percibe a sí misma y cómo interactúa con el mundo que le rodea. El entorno: Es el universo de factores físicos y sociales que rodean al individuo. El entorno influye en las costumbres de vida, ya que establece las oportunidades y limitaciones que el individuo tiene para interactuar con el mundo que le rodea. La dinámica que influye en el estilo de vida, ya que determina cómo el individuo se adapta a los cambios en su entorno y cómo cambia su propia personalidad en respuesta a estas circunstancias. Esta teoría ha tenido una gran influencia en la psicología y ha sido aplicada en diversos campos.

Otras teorías como la del estilo de vida de Engel, sostiene que el estilo de vida es el producto de la relación o conexión que existe entre una persona y su entorno físico y social. Se menciona que las costumbres de vida se forma a partir de las opciones y elecciones que el individuo hace en relación con su ambiente. La teoría del estilo de vida de Allport-Vernon-Lindzey, enseña que el estilo de vida se forma a partir de los valores, intereses y actitudes del individuo. Según esta teoría, el estilo de vida es una expresión de las preferencias y orientaciones que tiene el individuo hacia determinadas actividades y experiencias.

Con el término "estilo de vida", también conocido como "forma de vida", se describe la manera un grupo humano o una persona vive su vida, incluyendo su cosmovisión y cómo la lleva a cabo (García de Cuevillas, Navas-Carretero, Fernández Montero, Cuervo y Martínez J., 2019). También puede ser entendido como la identidad que adquiere una persona o sociedad (Vergara, Sánchez y Zunino, 2019). Al evaluar los desafíos a los que se enfrentan los beneficiarios de la Beca 18 en Perú, se encontró que muchos tienen dificultades para adaptarse. Sin embargo, este análisis no considera la relevancia del modo de vida o la forma de vivir que adopta una persona que no emigran centrándose los individuos que abandonan las áreas campestres para estudiar en las urbes y afirmando que este cambio "no siempre tiene un final feliz" (Cotler, 2016, p. 43). Es posible que un modo de vida saludable pueda contribuir positivamente a controlar el estrés y las emociones negativas, y prevenir enfermedades crónicas y estacionales (Diez, 2017). Los hábitos del estilo de vida se clasifican en hábitos saludables y no saludables (Zara y Farrington, 2019).

La actividad física se puede clasificar en tres niveles: alto, moderado y bajo, según el reporte semanal de actividad y la cantidad de metros recorridos (Bravo Bartra, 2012). En cuanto al tabaquismo, se trata de una enfermedad adictiva y crónica que puede ocasionar trastornos cardiovasculares, respiratorios y tumores en distintas partes del cuerpo. Es común que comience en la adolescencia y se mantenga debido a la dependencia a la nicotina (Álvarez et al., 2006).

Durante la juventud se forman hábitos y costumbres de vida, entre ellos el consumo de tabaco, el cual puede obstaculizar una buena salud (Saliba et al., 2017). El tabaquismo puede causar ansiedad, irritabilidad, insomnio, mayor apetito, cáncer y

problemas de alto riesgo en el embarazo (Roco et al., 2018). Existen diversos tratamientos para superar la adicción al tabaco, tales como terapias grupales e individuales, terapias farmacológicas que incluyen el uso de parches, chicles y cigarrillos electrónicos, Terapia Sustitutiva con Nicotina (TSN), Bupropión y Vareniclina (Carasol Campillo, Rodríguez Lozano y Lorente Pérez-Sierra, 2018).

El consumo adictivo de alcohol es una enfermedad que surge generando una fuerte necesidad y ansiedad por beber, y provocando una dependencia física del alcohol. El consumo de alcohol puede estar influenciado por el entorno social y familiar de una persona, que puede actuar como un mecanismo de control (según Salazar y Arrivillaga en 2008), pero a su vez puede convertirse en un problema que afecta en distintos estratos y ámbitos geográficos (Ordoñez y Ortega en 2008). Además, los alcohólicos pueden perder el control sobre su consumo y no reconocer los riesgos asociados este problema no solo afecta al alcohólico, sino también a las personas cercanas (Campollo Rivas, 2009). Uno de los tratamientos aplicados a un adicto al alcohol consiste en aceptar su condición de dependencia y luego someterse a desintoxicación y a un programa de rehabilitación. Además, hay terapias disponibles, como la terapia de aversión y repugnancia, así como el baclofeno (Quicaño Nuñez, 2017). El tipo I de alcoholismo es característico de las personas adultas que consumen grandes cantidades de alcohol en una etapa, seguida de períodos de abstinencia antes de repetir el ciclo. El tipo II, por otro lado, tiene su origen durante la adolescencia y está relacionado con un historial violento y arresto policial (según Ferrer Planchart en 2016).

El uso inapropiado de las nuevas tecnologías se refiere a la utilización indebida de herramientas destinadas a aumentar el nivel de vida, lo que puede generar trastornos como la adicción. Algunas de estas tecnologías incluyen teléfonos móviles, internet, videojuegos, computadoras y redes sociales. Algunos jóvenes universitarios muestran un comportamiento adictivo en relación a las compras, juegos, móviles e internet. El uso incorrecto del internet ha potenciado algunos problemas sociales, como la difusión de drogas. Algunos argumentan que el internet no es más que una herramienta útil que se utiliza en exceso debido a las exigencias actuales, y no debe ser considerado una adicción. Sin embargo, otros creen que el internet puede ser un reforzador de conductas adictivas existentes. El

uso excesivo de videojuegos por internet y la inactividad física son problemas asociados a estas tecnologías. El cuestionario UPNT es utilizado para medir el uso problemático de estas nuevas tecnologías.

La religiosidad se define como el grado en el que las personas adhiere y practica una creencia o religión adoptando las normas de vida presentadas, lo que se convierte en un estilo de vida. Esta característica tiene un impacto más individual que colectivo y puede tener influencia en diferentes aspectos sociales. Por ejemplo, la religiosidad puede tener un efecto en las actitudes políticas, mejorar el estilo de vida y la sexualidad como un elemento de protección, afectar la prevalencia de la depresión en jóvenes universitarios, y actuar como un medio de prevención contra el estrés. Además, la religiosidad puede tener un impacto positivo en el manejo de las emociones, la responsabilidad y los hábitos alimenticios, entre otros aspectos. Aunque la religiosidad es un tema difícil de medir, su estudio es importante y está en aumento. Se han construido instrumentos para medir la religiosidad en diferentes contextos, como en el caso de Perú y Puerto Rico.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de la investigación

Tipo

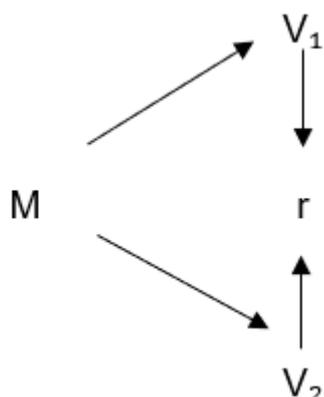
La investigación cuantitativa es usada frecuentemente en el área científica y social para analizar datos y verificar hipótesis en un contexto específico. Hernández Sampieri et al. (2016) afirman que esta metodología se enfoca en la sintetizar y análisis de datos numéricos para establecer relaciones y patrones entre las variables de estudio, lo que proporciona pruebas sólidas y objetivas sobre las directrices de la investigación.

En este caso, el estudio en cuestión es de naturaleza correlacional, lo que significa que se procura determinar la relación entre dos variables sin implicar causalidad entre ellas. Como señala Monje Álvarez (2011), este tipo de estudio permite analizar la conexión entre variables de manera objetiva, lo que resulta muy útil para establecer hipótesis y guiar la investigación.

Es importante tener en cuenta que este estudio es de tipo transversal, lo que significa que se medirá en una sola ocasión sin tener en cuenta su evolución en el tiempo. Según Salinas (2012), la investigación transversal se enfoca en medir un fenómeno en un momento específico, lo que resulta útil para establecer relaciones en un momento determinado, a pesar de esto, se realizarán varias pruebas.

Diseño de investigación

La pesquisa actual se ha diseñado como un tipo correlacional con un diseño no experimental, donde las variables no serán manipuladas para observar los hechos, no se modificarán ni se introducirán elementos de cambio, tal como se describe en la literatura (Hernández Sampieri et al., 2016, p. 152).



Leyenda:

M = Muestra, población: 125 becarios.

V₁ = Estilo de Vida.

V₂ = Rendimiento Académico.

r = Relación entre las variables de estudio

3.2. Variables y operacionalización

Variables

Se estudiaron dos variables:

Primera variable: Estilo de vida

Segunda variable: Rendimiento académico

Operacionalización

El proceso donde se analizan las variables es ampliado más adelante, ver la sección de anexos.

3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis

Población

El concepto en investigación se refiere a un grupo de sujetos con características similares las cuales se estudian en una investigación. Según Monje Álvarez (2011), la población no está limitada a una ubicación geográfica específica, por el contrario son rasgos o cualidades similares. Hernández Sampieri et al. (2016).

En el estudio actual, se analizó como población a 125 estudiantes de la filial Tarapoto de la Universidad Peruana Unión que recibieron la beca Beca 18 en 2018. Esta población fue elegida debido a que presentan características en común, como un promedio de ingreso superior a 14, haber completado juntos el programa de nivelación académica y pertenecer al mismo nivel socioeconómico.

Es importante seleccionar una población adecuada para una investigación, ya que esto puede afectar los resultados. Al elegir una población con características en común, se puede aumentar la homogeneidad de la muestra y reducir la variabilidad en los resultados.

Muestra

Al seleccionar nuestra muestra se consideró a la población, lo que implica que se trata de una muestra no probabilística. La selección de los mismos se basó en las características de la investigación y se eligió a los 125 estudiantes que se matricularon en el semestre I del año 2018. Esta decisión se tomó en concordancia con otros estudios realizados sobre grupos similares de Beca 18 en la misma institución. Durante los años 2013 y 2015, la universidad recibió a jóvenes becarios del programa de inclusión social.

Tabla 1

Estudiantes pertenecientes al programa Beca 18, UPeU 2018

		Sexo		Total
		Varón	Mujer	
Carrera - Ciclo	Ambiental VI	13	37	50
	Sistemas VI	3	2	5
	Ambiental X	18	28	46
	Sistemas X	15	9	24
Total		49	77	125

Muestreo

Al asumir que toda la población es el objeto de estudio, no se considera una técnica para el muestreo. La muestra es la población, debido a que la población es pequeña.

Unidad de análisis

En la investigación realizada la unidad de análisis es el estudiante universitario beneficiario del programa de Beca 18.

Criterios de Selección

Los criterios para elegir la población, fue por las características propias del grupo de Beca 18, jóvenes que reúnen ciertas condiciones exigidas por PRONABEC.

3.4. Instrumentos y técnicas para recoger de datos

Como método de recolección de datos estructurados en la presente investigación se usó a la encuesta y al registro documental, principalmente debido a su naturaleza cuantitativa. Como señala Monje Álvarez (2011), estos métodos permiten recolectar información que puede ser cuantificada con mayor facilidad.

Técnicas

Se utilizó un cuestionario como método para recopilar datos acerca de la variable "modo de vida". El cuestionario es un método frecuentemente utilizado en la investigación social están dirigidas a una muestra o universo de personas que cumplen con las características requeridas para el estudio. Para medir el Rendimiento académico, se recolectará información a partir de los documentos académicos brindados por la secretaría. Los registros de notas son una fuente de datos muy común en la investigación educativa, ya que proporcionan información objetiva y confiable sobre el desempeño académico de los estudiantes. Según Hernández Sampieri et al. (2016), "los registros académicos y los exámenes son fuentes de información importantes para medir el rendimiento académico" (p. 213). La elección de las herramientas de recolección de datos están de acorde con las metas de la investigación y de la naturaleza de las variables que se pretenden medir. En este caso, se optó por aplicar una encuesta para medir el estilo de vida y los registros de notas para medir el rendimiento académico, ya que son métodos confiables y válidos para medir estas variables en el contexto de la investigación.

Instrumentos

Cuestionario NSE AMAI 2018

El Cuestionario Nivel Socio Económico AMAI 2018 se utiliza para clasificar en siete niveles socioeconómicos diferentes a los hogares. Este índice se basa en un modelo estadístico que ha sido mejorado a lo largo de más de 20 años de uso en la industria de investigación, consultoría, mercadotecnia, publicidad y medios. La

herramienta consta de seis preguntas con escalas de valoración para determinar el nivel socioeconómico de cada hogar.

Cuestionario sobre estilos de vida 2010

En esta investigación, se emplea la encuesta ESVISAUN, la cual fue diseñada por el Dr. Miquel Bennassar Veny y validada en 2011 (Bennassar, 2010). Esta encuesta se utiliza para medir la forma de vida de los universitarios y consta de 92 preguntas (Bennassar, 2010). La ESVISAUN ha sido utilizada en diferentes estudios para evaluar la conducta cotidiana, como lo indica un estudio realizado por González-Carrascosa et al. (2016), en el que se utilizó esta encuesta para identificar el deportivismo o actividades y el sedentarismo en españoles. Además, según Bennassar (2010), esta encuesta ha demostrado ser una herramienta útil para identificar los determinantes sociales como la salud y planificar acciones para mejorar la salud en el entorno universitario.

Cuestionario utilizado para evaluar la presencia de problemas en el uso de tecnologías modernas (UPNT)

Se trata de una herramienta desarrollada y validada por expertos del Departamento de Psicología Clínica de la Universidad Complutense de Madrid en 2013. Esta herramienta tiene como objetivo evaluar la presencia de problemas en el uso de tecnologías. El cuestionario consta de 41 preguntas, de las cuales las primeras dos se refieren a la frecuencia y problemas en el uso de diferentes tecnologías, seguidas por 10 preguntas sobre el uso de internet, videojuegos y móviles, y 9 sobre el uso de televisión (Labrador et al., 2013).

Instrumento para medir el desempeño académico

El instrumento para medir el desempeño académico o resultados de logros académicos fueron los registros académicos que son visibles en el portal académico del estudiante. El promedio de los dos últimos semestres son los que se han considerado. Para fines de encontrar la relación del rendimiento académico se ha considerado el promedio del semestre 2018 – I, como consta en los registros académicos de la universidad.

Para la variable Estilo de Vida se estableció sus valores mediante sus dimensiones. En la dimensión de Religiosidad se usó el Nivel de Actitud Religiosa: Escala de Actitud religiosa donde la puntuación de 1-17 mostró una Baja Religiosidad, 40 – 62 Media Religiosidad y 63 – 85 Alta Religiosidad. Para evaluar la presencia de problemas en el uso de tecnologías modernas se usó el Nivel de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (Test UPNT), donde los puntajes de 8 – 50 muestran un Bajo Uso Problemático, 51 - 120 Moderado y 121 – 228 Alto Uso problemático. Para la dimensión Actividad física, se usó el Nivel de Actividad Física – Cuestionario ESVISAUN, donde de 0 – 20 muestra una baja actividad física, 21 – 40 Moderado y de 41 – 60 un Alto nivel de actividad física. Para el Tabaquismo se usó el Nivel de Tabaquismo – Cuestionario ESVISAUN, donde de 0 – 10 No muestra dependencia, de 11 – 20 Poca Dependencia, de 21 – 30 Dependencia Media y de 31 – 50 una Alta dependencia. En la dimensión Consumo de Alcohol se usó el Nivel de Consumo de Alcohol – Cuestionario ESVISAUN; donde de 0 – 10 no muestra dependencia, de 11 – 20 Poca Dependencia; de 21 – 30 Dependencia Media y de 31 – 50 Alta dependencia. En el Consumo de Drogas los puntajes de 0 – 10 No muestra Dependencia, de 11 – 20 poca Dependencia, de 21 – 30 Dependencia Media y de 31 – 50 Alta dependencia. Finalmente en la Alimentación se tiene que de 0 – 20 la alimentación es poco saludable, de 21 – 40 alimentación es Medianamente Saludable y de 41 – 60 la alimentación es muy saludable.

Para la variable Rendimiento académico se hizo uso de los registros académicos como el Registro de notas, donde el Promedio de notas en Escala vigesimal acepta decimales, siendo una variable numérica con un intervalo de 0 a 20.

Validez

La validez de un instrumento de investigación se refiere a la capacidad del instrumento para medir o evaluar de manera precisa y confiable lo que se supone que está midiendo o evaluando. Es decir, un instrumento es válido cuando realmente mide lo que se pretende medir y no mide otras cosas que no tienen relación con el objetivo de la investigación (Hernández Sampieri et al., 2016, p. 222). Los instrumentos usados son validados por las instituciones e investigadores que proponen dichos instrumentos, del mismo modo son usados en otras

investigaciones en donde se miden variables similares. Adicionalmente se consultó con expertos y profesionales confirmando la validez exigida.

Confiabilidad

Un resultado ser superior a 0.8 una buena señal confiabilidad del instrumento. Al medir el rendimiento académico durante los semestres 2017-II, promedio simple y promedio ponderado, se obtuvo los siguientes datos: 0.982. Para el semestre 2018 – I, donde se considera el promedio simple y el promedio ponderado se obtuvo un resultado de 0.988 con el cual se considera un nivel muy confiable. La prueba del Cuestionario NSE AMAI 2018, el Alfa de Cronbach fue de .324 esto es debido a las características propias de la población, provenientes de un mismo estrato social. La escala de Actitud Religiosa obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.970, mientras que en el Cuestionario UPNT mostró un Alfa de Cronbach de 0.888. El Cuestionario sobre estilos de vida tuvo una confiabilidad de 0.731, este nivel de confiabilidad no muy alto se debe a ciertas características de la población en referencia al uso de drogas, el alcohol y el tabaco, cómo se podrá ver más adelante. Todas las variables en estudio tienen un nivel de confiabilidad aceptable.

Tabla 2

Fiabilidad de las dimensiones estudiadas

Dimensiones	Alfa de Cronbach	Nº de elementos
Rendimiento académico	0.988	125
Nivel socioeconómico	0.324	125
Hábitos alimentarios.	0.964	125
Actividad Física.	0.793	125
Tabaquismo	0.896	125
Consumo de alcohol	0.802	125
Consumo de Drogas	0.760	125
Uso problemático de nuevas tecnologías	0.888	125
Actitud religiosa	0.970	125

3.5. Procedimientos

En esta investigación se aplicó las escalas del cuestionario ESVISAUN, como también del cuestionario Escala de Actitud Religiosa y el Cuestionario UPNT. Determinados los niveles correspondientes de las variables y las dimensiones intervinientes y buscar la relación entre las variables nos permite confirmar la hipótesis de investigación logrando alcanzar las metas trazadas.

3.6. Técnicas de minería de datos

Es el conjunto de técnicas y procedimientos utilizados para examinar, interpretar y sacar conclusiones de los datos recopilados en un estudio; tiene como objetivo examinar los datos codificados y tabulados con el fin de conceptualizar, comparar y establecer relaciones entre ellos (Niño Rojas, 2011). En la presente investigación, se utilizó un enfoque estadístico descriptivo e inferencial para analizar los datos, haciendo uso del software SPSS v.19 y Statistica v.13. En primer lugar, se evaluó el nivel de confiabilidad o consistencia haciendo uso de la prueba coeficiente alfa de homogeneidad, y se aplicó el Test de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov, homocedasticidad y la prueba de Levene. Asimismo, se utilizó la Correlación de Pearson, la Correlación de Spearman y la prueba T de Student, según fuera requerido en cada caso.

En el caso de la correlación, tanto para Spearman como para Pearson, los valores cercanos a -1 muestran una correlación es fuerte e inversa o negativa, por el contrario si se acerca a 1 la correlación es fuerte y directa o positiva, mientras que si los valores se aproximan a 0 la correlación es débil (Martínez Ortega, 2009). El mismo análisis se realizó con la Rho de Spearman. A medida que los valores se acercan a los extremos, la correlación se vuelve más fuerte.

Sin embargo, en el presente análisis no se pudo establecer causalidad, ni la dirección de la correlación.

a. Prueba de homocedasticidad, homogeneidad de varianzas, Test de Levene

La prueba de homocedasticidad ayuda a determinar si las variables usadas en más de un grupo son semejantes en sus varianzas, se buscará medir la diferencia de

varianzas en el rendimiento académico. Para medir la homocedasticidad en este caso será la prueba de Levene. Para ello planteamos nuestras hipótesis:

H₀: Los grupos a comparar tienen una varianza equivalente

H₁: Los grupos a comparar no tienen una varianza equivalente

Los grupos a comparar son los ciclos VI y X, en los que nuestra población estudiada está distribuida. Pueden encontrarse otros grupos a asociar; pero se trabaja con los ciclos VI y X por la diferencia cronológica de ingreso; por las características diferenciales entre ambos grupos como: edad promedio, ayudas recibidas por PRONABEC, sistema de tutorías personalizadas cubiertas por Beca 18 entre otros. Al aplicar la prueba de Levene se obtiene:

Tabla 3

Análisis de la igualdad de varianzas en el rendimiento académico de los ciclos 6 y 10 durante el semestre 2018 - I utilizando la prueba de Levene.

	F	Sig.
Ponderado 2018 - I Se asumen varianzas iguales	.897	.346

Si el p valor es menor a 0.05 entonces rechazamos H₀. Al comparar el aprovechamiento académico en los grupos ciclo VI y ciclo X, se encontró p = 0.346 > 0.05 aceptamos H₀, y concluimos que los grupos a comparar tienen una varianza equivalente. Con una probabilidad del 34.6% las varianzas a comparar son similares.

T de Student

Finalmente analizaremos los grupos de estudiantes que forman los ciclos VI y ciclos X, para esto se usó T de Student. Se plantea las hipótesis

H₀ : Las medias a comparar son iguales

H₁ : Las medias a comparar son distintas

Tabla 4*Promedio ponderado del semestre 2018-I, por ciclos*

	Ciclo	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Ponderado 2018 - I	6	55	15.7245	.52068	.07021
	10	70	15.6397	.58251	.06962

Se puede ver el valor de la media en ambos grupos muy similares, para el ciclo VI la media es 15.72 y para el ciclo X la media es 15.64

Tabla 5*Prueba T sobre el rendimiento académico de Becarios, Ciclos 6 y 10*

t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
.846	123	.399	.08483	.10022	-.11355	.28321

El valor p de la significancia es = 0.399 > 0.05, por lo tanto, asumimos H_0 , donde los valores de las medias son semejantes. Concluimos que el rendimiento académico en estudiantes del ciclo 6 ($M=15.72$, $SE= 0.07$) es similar al rendimiento académico en estudiantes del ciclo 10 ($M=15.64$, $SE = 0.07$, $t(123)=0.846$, $p=0.399>0.05$).

Con estos datos que muestran similitud entre los ciclos VI y X en los cuales estudian los beneficiarios de Beca 18 en adelante al analizar la correspondencia entre las variables y las dimensiones en estudio, se considerará a los 125 becarios como un solo grupo de becarios.

3.7. Aspectos éticos

Se cuenta con el permiso del comité de ética y la confidencialidad, los cuales son aspectos importantes que deben ser considerados en cualquier investigación. Es necesario que se respeten los derechos de los participantes y se les informe sobre los objetivos de la investigación y la forma en que se utilizarán sus datos. De acuerdo con Pérez-Montoro y Guerrero (2014), la ética en la investigación implica

garantizar la privacidad y la precisión de los datos. En cuanto a la confidencialidad de los datos, De la Cuesta-Benjumea y Castaño-Perez (2019) señalan que "se debe garantizar que los datos sean almacenados en un lugar seguro y que solo sean accesibles por el personal autorizado". Además, se debe asegurar que la información no sea divulgada sin el consentimiento de los participantes.

IV. RESULTADOS

Tabla 6

Rendimiento Académico

Dimensión – Variable	Bajo	Medio	Alto	Muy Alto
Rendimiento Académico	7.2 %	46 %	36.8 %	2.4 %

Tabla 7

Consolidado de los hábitos de Vida en los becarios

Dimensión - Variable	No Saludable	Saludable
Estilo de Vida	48.8	51.2 %

4.1. Análisis descriptivo Después de aplicar los instrumentos los datos analizados inicialmente se mostró los resultados generales de las variables estudiadas de manera descriptiva; posteriormente se muestra el contraste de las hipótesis correspondientes.

Rendimiento Académico

El aprovechamiento académico se midió por las calificaciones registradas durante el semestre académico, en este caso se toma en cuenta la del último semestre: 2018-I, no se toma en cuenta las notas obtenidas durante los cursos extraprogramáticos considerados como 2018-0, 2018-M o 2017-M, debido a que no son semestres ordinarios y común a todos los estudiantes becarios, sino dirigido ante todo a aquellos que desaprobaron cursos durante el semestre ordinario.

El promedio de notas de los 125 estudiantes está distribuido de la siguiente manera: 9 estudiantes, el 7.2% obtuvo un promedio menor de 16 en escala vigesimal; 67 estudiantes, es decir el 53.6% obtuvo un promedio mayor o igual a 16 pero menor

a 17; para 46 estudiantes (36.8%), el promedio fue entre 17 y 18; y sólo 3 estudiantes (2.4%) el promedio fue mayor o igual a 18.

Del mismo modo los datos de los promedios de notas del semestre 2018 – I mostró una media = 15.9236; con un error estándar de la media = 0.04728, una mediana = 16.0; la desviación estándar = 0.52862 y una varianza = 0.279. Se puede ver en la gráfica una curva mesocúrtica y simétrica.

Comportamientos habituales o estilo de vida

Los patrones de conducta y sus siete dimensiones analizadas fueron consideradas para que sumadas se las considera el valor final para determinar el estilo de vida: saludables y no saludables. Los 125 estudiantes de la Universidad Peruana Unión, becarios matriculados en el semestre 2018 – I, ciclo VI y X respectivamente, el 48.8% es decir 61 estudiantes presentan un estilo de vida no saludable; y 64 estudiantes equivalente al 51.2% presentan comportamientos saludables.

Considerando los puntos obtenidos en esta escala. Se encontró un valor mínimo de 187.76, un valor máximo de 578.13, la media = 455.52, el error estándar de la media = 6.18, la mediana = 476.63, la moda = 187.76, Desviación estándar = 69.13; Varianza = 4779.45, Asimetría = -1.29. Se puede ver en la gráfica una curva mesocúrtica y la curva de asimetría negativa.

Dimensión de nivel de religiosidad

Los resultados de medir la dimensión nivel de religiosidad en los 125 estudiantes de la población estudiada, usando el cuestionario de actitudes religiosas, se agrupa en tres niveles: Baja, mediana y alta religiosidad.

Se encontró que 11 estudiantes muestran un nivel bajo de religiosidad (8.8%), 62 becarios (49.6%) evidencian un nivel de religiosidad medio; mientras que 52 estudiantes (41.6%) tienen un nivel alto de religiosidad

El nivel de religiosidad tiene una Media = 58.98, con una desviación estándar de la media muestral = 1.06, la Mediana = 60.00, Moda = 66.00, mientras que la desviación estándar = 11.90, Varianza = 141.58, Asimetría = -.530, un valor mínimo = 22.00, y el valor máximo = 85.00.

Dimensión del uso problemático de nuevas tecnologías

El uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT), fue medido en una escala en donde a mayor puntaje, mayor problema del UPNT. De los 125 becarios, 111 estudiantes (88.8%) evidencian un bajo nivel de uso problemático de nuevas tecnologías, es decir no muestran problemas en el uso de nuevas tecnologías; 14 estudiantes (11.2%) evidencian un moderado bajo nivel de uso problemático de nuevas tecnologías; no se encontraron estudiantes con nivel alto de uso problemático de nuevas tecnologías.

El valor de la media es de 38.55 y la desviación estándar de la media muestral = 0.83; la mediana = 36.30; Moda = 34.00; desviación estándar = 9.24; varianza = 85.41; se observa un valor mínimo = 24.30; y un valor máximo = 72.50

Dimensión del grado de Actividad Física

La población estudiada de 125 becarios se distribuye de la siguiente forma: 2 estudiantes (1.6%) con el nivel bajo de actividad física, 115 estudiantes (92 %) con el nivel medio de actividad física y 8 estudiantes (6.4 %) con el nivel alto de actividad física. La cantidad de actividad física diaria muestra una media = 9.98 con una desviación típica estándar de la media = 0.20; el valor de la mediana es de 10.00 mientras que la moda es 10.00; la desviación estándar = 2.27; la varianza = 5.15; con un valor mínimo = 0.00 y un valor máximo = 17.00

Dimensión Tabaquismo

En la dimensión tabaquismo se agrupan la población estudiada en nada dependiente, poco dependiente, dependencia media y altamente dependiente de la nicotina.

Ningún estudiante presenta dependencia alta a la nicotina; aunque con dependencia media a la nicotina se encuentran a 3 estudiantes (2.4%); mientras que 7 estudiantes (5.6 %) están en el nivel poco dependiente a la nicotina; la gran mayoría de estudiantes, 115 (92 %), están en el nivel nada dependiente de la nicotina. El alto porcentaje de estudiantes que no consumen tabaco o cigarrillos, se debe a que un gran número de ellos son participantes de la filosofía de la organizadora de la Universidad Peruana Unión. Los puntos con el cual se determina

el nivel de tabaquismo tiene una media = 1.43 con una desviación típica estándar de la media = 0.39; el valor de la mediana y el valor de la moda son semejantes = 0.00; desviación estándar = 4.32; varianza = 18.67; un valor mínimo = 0.00 y un valor máximo = 19.00

Dimensión Consumo de Alcohol

Los grupos de la dimensión consumo de alcohol en los beneficiarios de beca 18 son los de abstemio, habitual y abuso. Los resultados encontrados en los 125 becarios muestra que la mayoría de estudiantes son abstemios en el consumo de alcohol, se encontró 102 (81.6 %) estudiantes en este nivel; 15 estudiantes tienen un consumo habitual (12 %); mientras que 8 estudiantes (6.4 %) se ubican en el nivel de abuso de consumo de alcohol. Estos resultados bajos es debido a que una buena parte de los estudiantes comparten el estilo de vida de la promotora de la Universidad Peruana Unión, la Iglesia Adventista, que tiene como uno de sus creencias fundamentales el tema del cuidado del cuerpo con la abstinencia de sustancias como drogas, alcohol y drogas. La cerveza es la bebida alcohólica más consumida. Al medir el nivel de alcoholismo se obtuvo un promedio de 2.40; con un error estándar de la media = 0.28; el valor de la mediana y el valor de la moda son idénticos = 1.00; mientras que la desviación estándar = 3.08; y una varianza de 9.48; el valor mínimo encontrado es de 1.00 y el valor máximo = 13.00

Dimensión consumo de drogas

De los cinco niveles para evaluar el consumo de drogas (abstemio, ocasional, habitual, abuso y dependencia), sólo se registró los tres primeros, los que señalan un bajo consumo de drogas o sustancias adictivas.

Se encontró 96 estudiantes (76.8 %) abstemios frente al consumo de drogas; 27 ocasionalmente (21,6 %), 2 estudiantes consumen habitualmente drogas (1.6 %); ningún estudiante se encontró en los niveles abuso y dependencia, esto debido a las características propias de la población estudiada. En el nivel ocasional, se encontró el consumo de tranquilizantes como el antidepresivo más usado, pero la frecuencia de su uso se ve disminuido al ingresar a la universidad; caso similar se observa con los consumen cocaína y derivados, donde es marcado la diferencia al estudiar en la universidad; mientras que los alucinógenos como el éxtasis, heroína

son los que no son consumidos en la población estudiada. Se puede evidenciar el alto porcentaje de abstinencia de sustancias adictivas como las drogas. Se obtuvo en esta dimensión una media de 2.08; con una desviación típica estándar de la media = 0.37; el valor de la mediana es de 0.00; mientras que la moda es igual a = 0.00; desviación estándar = 4.17; la varianza es de 17.41; el valor mínimo = 0.00 y un valor máximo de 22.

Dimensión hábitos alimenticios

La Universidad Peruana Unión, promueve el estilo de alimentación lacto ovo vegetariano, la abstinencia total de sustancias o alimentos dañinos y el uso moderado de lo bueno. Los hábitos alimentarios como poco, medianamente o muy saludables. El mayor porcentaje de estudiantes tiene hábitos alimentarios medianamente saludables (112 estudiantes, 89.6%); mientras que 9 estudiantes (7.2%) presentan hábitos alimentarios muy saludables y solamente 4 estudiantes evidencian hábitos alimentarios poco saludables (3.2%). Al medir la dimensión de los hábitos alimentarios se obtuvo una media de 85.79 con un error estándar de la media igual a 1.38; la mediana es de 84.50 y la moda igual a 77,50 con una desviación estándar de 15.42 y una varianza 237.91; el valor mínimo encontrado es de 44.25 y el valor máximo de 129.75

4.2. Relación entre variables

A continuación, se presentan los datos correlacionales entre las variables en estudio; alcanzando el objetivo general de la investigación, y evaluando la hipótesis general. Enseguida se analiza la correlación entre las siete dimensiones de la variable Estilo de Vida, con el Rendimiento académico; esto se logra satisfacer los objetivos específicos, analizando las hipótesis específicas al mismo tiempo.

Se aplicó las pruebas de normalidad y de homocedasticidad.

Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov

H₀: La distribución de la variable de rendimiento académico es normal

H₁: La distribución de la variable de rendimiento académico no es normal

Tabla 8

Evaluación de la normalidad de la variable de calificación académica mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Promedio 2018 – I	.077	125	.063
Ponderado 2018 – I	.055	125	,200*

Al obtener el valor $p < 0,05$ se rechazará la hipótesis nula y aceptaremos la hipótesis del investigador; pero si el valor p es mayor que $0,05$ entonces aceptamos la hipótesis nula H_0 y por lo tanto guarda una distribución normal. El valor p encontrado en el promedio 2018 – I = $0.063 > 0.05$, entonces aceptamos H_0 e inferimos que tiene una distribución normal. Del mismo modo con el promedio ponderado del semestre 2018 – I donde $p = 0.200 > 0.05$, concluimos que tiene una distribución normal. Aceptamos en ambos casos H_0 : La variable rendimiento académico guarda una distribución normal.

Se aplicó el test de bondad de ajuste de Kolmogorov-Smirnov a la variable Estilo de Vida y sus dimensiones estudiadas y del mismo modo a la posible variable interviniente: nivel socio económico obteniendo:

Tabla 9

Evaluación de la distribución normal en las dimensiones del Estilo de Vida mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Nivel Socioeconómico	.158	125	.000
Puntos de Religiosidad	.105	125	.002
Uso problemático de nuevas tecnologías	.180	125	.000
Actividad Física	.313	125	.000
Tabaquismo	.510	125	.000
Consumo de alcohol	.491	125	.000
Consumo de Drogas	.403	125	.000
Hábitos alimentarios	.056	125	,200*
Estilo de Vida	.149	125	.000

H₀: La variable estilo de vida tiene distribución normal

H₁: La variable estilo de vida no tiene distribución normal

Si el valor p, de la significancia asintótica, es menor a 0.05 rechazamos H₀ y aceptamos H₁. En los datos obtenidos y mostrados en la tabla todos los valores son menores a 0.05, a excepción de la dimensión hábitos alimentarios. Por lo tanto, no podremos usar las pruebas estadísticas paramétricas.

Correlación entre el estilo de vida y el desempeño académico

El principal objetivo de la investigación es la de evidenciar relación entre el rendimiento académico y el estilo de vida. El promedio de notas en estudiantes con el estilo de vida no saludable es de 15.5, mientras que en los estudiantes con estilo de vida saludable el promedio es de 15.85.

H₁: Existe una asociación significativa entre el estilo de vida y el desempeño académico en universitarios beneficiarios del programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe una asociación significativa entre el estilo de vida y el desempeño académico en universitarios beneficiarios del programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Tabla 10

Relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico

		Ponderado 2018 - I	Estilo de Vida
Ponderado 2018 - I	Coefficiente de correlación	1.000	,348**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	125	125
Estilo de vida	Coefficiente de correlación	,348**	1.000
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	125	125

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Al determinar la relación existente entre la variable estilo de vida y el rendimiento académico obtenemos un valor de “Rho” calculado = 0.348; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.00007 = 0.000 < 0,05$.

Tener un valor $p < 0,05$ nos da la seguridad al 95% nuestras conclusiones son certeras; en el dato obtenido tenemos el valor $p < 0.01$ es decir el nivel de significancia utilizado en este estudio fue de 0.01, lo que significa que el investigador cuenta con un margen de 99% de confianza para generalizar los resultados sin temor, mientras que el 1% restante queda en contra de dicha generalización (Hernández Sampieri et al., 2016, p. 302).

Al obtener el valor $p < 0,05$ se rechaza la hipótesis nula, concluyendo que existe una asociación significativa entre el estilo de vida y el desempeño académico en universitarios beneficiarios del programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018..

Si bien existe correlación directa entre la variable estilo de vida y la variable rendimiento académico, la correlación es de 0.348, es decir una baja correlación, pero muy cercana a una correlación moderada. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.1211$, lo que nos permite concluir que el estilo de vida influye en un 12,11% en el rendimiento académico.

Vínculo entre la práctica religiosa y el éxito académico

Uno de los objetivos específicos de la presente investigación es el de determinar la relación entre la variable rendimiento académico, con su indicador promedio ponderado 2018-I con la dimensión nivel de religiosidad, de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: Baja Religiosidad, Media Religiosidad, Alta Religiosidad. El promedio de notas en estudiantes con baja religiosidad es de 15.62; en estudiantes con media religiosidad es de 15.81; mientras que en los estudiantes con un nivel alto de religiosidad el promedio es de 16.12

H₁: Existe correlación significativa entre la práctica religiosa y la variable rendimiento académico en universitarios beneficiados con el programa

Beca 18 estudiantes de la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto, 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre la práctica religiosa y la variable rendimiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiantes de la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto, 2018.

Tabla 11

Correlación entre la variable aprovechamiento académico y el nivel de religiosidad

		Ponderado 2018 - I	Nivel de religiosidad
Ponderado 2018 - I	Coefficiente de correlación	1.000	,353**
	Sig. (bilateral)		.000
	N	125	125
Nivel de religiosidad	Coefficiente de correlación	,353**	1.000
	Sig. (bilateral)	.000	
	N	125	125

Al medir la correlación entre el aprovechamiento académico y el nivel de religiosidad obtenemos un valor de "Rho" calculado = 0.353; y el valor de $p = 0.000 < 0,05$.

Por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre la práctica religiosa y la variable rendimiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiantes de la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto, 2018.

La correlación es de 0.353, es decir una baja correlación, pero muy cercana a una correlación moderada. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.12460$, lo que nos permite concluir que el nivel de religiosidad influye en un 12,46 % en el rendimiento académico.

Relación entre la dependencia de las nuevas tecnologías y el aprovechamiento académico

Del mismo modo se determinó la relación entre la variable rendimiento académico, con su indicador promedio ponderado 2018-I con la dimensión uso problemático de nuevas tecnologías, de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: Bajo nivel de uso problemático de nuevas tecnologías, Moderado nivel de uso problemático de nuevas tecnologías y Alto nivel de uso problemático de nuevas tecnologías. El promedio de notas en estudiantes con Bajo nivel de uso problemático de nuevas tecnologías es de 15.72; mientras que en los estudiantes con un moderado nivel de uso problemático de nuevas tecnologías el promedio es de 15.37; lo cual anticipa una relación inversa.

H₁: Existe correlación significativa entre la dependencia de las nuevas tecnologías y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: Existe correlación significativa entre la dependencia de las nuevas tecnologías y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Tabla 12

Correlación entre el aprovechamiento académico y el nivel de uso problemático de nuevas tecnologías

		Ponderado 2018 - I	Nivel de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías
Ponderado 2018 – I	Coefficiente de correlación	1.000	-,201*
	Sig. (bilateral)		.025
	N	125	125
Nivel de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías	Coefficiente de correlación	-,201*	1.000
	Sig. (bilateral)	.025	
	N	125	125

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Al medir la correlación entre el aprovechamiento académico y la dimensión nivel de uso problemático de nuevas tecnologías obtenemos un valor de “Rho” calculado = - 0.201; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.025 < 0,05$.

Con estos valores se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre la dependencia de las nuevas tecnologías y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación negativa entre el nivel de uso problemático de nuevas tecnologías y el rendimiento académico, la correlación negativa es de - 0.201, es decir una baja correlación negativa. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.04040$, lo que nos permite concluir que el uso problemático de nuevas tecnologías influye en un 4,04 % en el rendimiento académico.

Esta dimensión requiere de un análisis más detallado, debido a que una de las razones que exponen los docentes consultados para que los becarios obtengan bajas calificaciones son el uso excesivo del teléfono celular y videojuegos.

Se relacionó el rendimiento académico con los indicadores que muestran el uso problemático de nuevas tecnologías. Mediante la Rho de Spearman se relacionó los valores, y en la tabla siguiente se muestran los valores de correlación más altos encontrados, negativamente.

Tabla 13

Correlación entre el aprovechamiento académico y algunos indicadores del de uso problemático de nuevas tecnologías

	Frecuencia de uso de video juegos	Frecuencia de uso de televisión	Dependencia a los video juegos	Dependencia al uso de móvil
Coeficiente de correlación	-,442**	-,412**	-,329**	-,303**
Sig. (bilateral)	.000	.000	.000	.001
N	125	125	125	125

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El valor de la significancia mostrada en la tabla es menor a 0.05; entonces podemos afirmar que considerando un error menor 0.1% que la fuerza de correlación entre la frecuencia de uso de video juegos y el aprovechamiento académico es de -0.442, una correlación negativa media; del mismo modo la fuerza de correlación entre la frecuencia de uso de televisión y el aprovechamiento académico es de -0.412, una correlación negativa media. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.169744$, lo que nos permite concluir que los video juegos influyen en un 16,97 % en el aprovechamiento académico.

Vínculo entre el ejercicio físico y el éxito académico

Otro objetivo planteado era el de determinar la relación entre la variable rendimiento académico, con su indicador promedio ponderado 2018-I, con la dimensión actividad física de nuevas tecnologías, de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: Bajo, Medio y Alto. El promedio de las calificaciones de universitarios con poca actividad física es de 15.21; en los universitarios con un medio nivel de actividad física el promedio es de 15.64; mientras que en los universitarios con un alto nivel de actividad física el promedio es de 16.28.

H₁: Existe correlación significativa entre el nivel de ejercicio físico y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre el nivel de ejercicio físico y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Al medir la relación entre el rendimiento académico y el nivel de actividad física obtenemos un valor de "Rho" calculado = 0.247; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.006 < 0,05$.

Tabla 14*Correlación entre el rendimiento académico y el ejercicio físico*

		Ponderado 2018 - I	Nivel de actividad física
Ponderado 2018 – I	Coeficiente de correlación	1.000	,247**
	Sig. (bilateral)		.006
	N	125	125
Nivel de actividad física	Coeficiente de correlación	,247**	1.000
	Sig. (bilateral)	.006	
	N	125	125

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Al encontrar estos valores se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre el nivel de ejercicio físico y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación directa entre el nivel de ejercicio físico y el aprovechamiento académico, la correlación es de 0.247, es decir una baja correlación. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.06100$, lo que nos permite concluir que la actividad física influye en un 6,10 % en el aprovechamiento académico.

Relación que existe entre el tabaquismo y el aprovechamiento académico

Se determinó la relación entre el indicador promedio ponderado 2018-I de la variable aprovechamiento académico, con la dimensión tabaquismo de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: Sin dependencia de la nicotina, con bajo nivel de dependencia de la nicotina y con un nivel moderado de dependencia de la nicotina.. El promedio de notas en estudiantes con el nivel nada dependiente de la nicotina es 15.71; en los estudiantes con el nivel nada dependiente de la nicotina el promedio es de 15.17; mientras que en los estudiantes con el nivel nada dependiente de la nicotina el promedio es de 15.70.

H₁: Existe correlación significativa entre el tabaquismo y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el

programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre el tabaquismo y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Tabla 15

Nivel de relación de la dimensión tabaquismo con el aprovechamiento académico

		Ponderado 2018 - I	Tabaquismo
Ponderado 2018 - I	Coefficiente de correlación	1.000	-,201*
	Sig. (bilateral)		.025
	N	125	125
Tabaquismo	Coefficiente de correlación	-,201*	1.000
	Sig. (bilateral)	.025	
	N	125	125

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Al medir la fuerza de relación entre la dimensión nivel de tabaquismo y el aprovechamiento académico obtenemos un valor de “Rho” calculado = - 0.201; y el valor de $p = 0.025 < 0,05$.

Por lo consiguiente se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre el tabaquismo y el aprovechamiento académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación significativa entre la dimensión tabaquismo y el aprovechamiento académico, la relación negativa es de - 0.201, es decir una baja correlación negativa. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.04040$, lo que nos permite concluir que el nivel de tabaquismo influye en un 4,04 % en el rendimiento académico.

Vínculo entre el consumo de alcohol y el éxito académico

Al determinar la relación del indicador promedio ponderado 2018-I de la variable éxito académico, con la dimensión consumo de alcohol de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: abstemio, habitual y abuso. El promedio de notas en estudiantes con el nivel abstemio es 15.73; en los estudiantes con el nivel habitual el promedio es de 15.52; mientras que en los estudiantes con el nivel abuso el promedio es de 15.33.

H₁: Existe correlación significativa entre el nivel de consumo de alcohol y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre el nivel de consumo de alcohol y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Se determinó que la relación entre el nivel de consumo de alcohol y el éxito académico obtenemos un valor de "Rho" calculado = - 0.196; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.028 < 0,05$.

Tabla 16

Correlación entre la dimensión consumo de alcohol con el éxito académico.

		Ponderado 2018 - I	Consumo de alcohol
Ponderado 2018 - I	Coeficiente de correlación	1.000	-,196*
	Sig. (bilateral)		.028
	N	125	125
Consumo de alcohol	Coeficiente de correlación	-,196*	1.000
	Sig. (bilateral)		.028
	N	125	125

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Con estos resultados rechazamos la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre el nivel de consumo de alcohol y el éxito académico

en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación negativa entre la dimensión consumo de alcohol y el éxito académico, la correlación negativa es de - 0.196, es decir una baja correlación negativa. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.03841$, lo que nos permite concluir que el consumo de alcohol influye en un 3,84 % en el rendimiento académico.

Vínculo entre el consumo de sustancias psicoactivas y el éxito académico

Se buscó determinar la relación entre el indicador promedio ponderado 2018-I de la variable éxito académico, con la dimensión consumo de drogas de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías: abstemio, ocasional y habitual. El promedio de notas en estudiantes con el nivel abstemio es 15.76; en los estudiantes con el nivel ocasional el promedio es de 15.43; mientras que en los estudiantes con el nivel habitual el promedio es de 15.21.

H₁: Existe correlación significativa entre el nivel de consumo sustancias psicoactivas y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre el nivel de consumo sustancias psicoactivas y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018

Al medir la relación entre el nivel de consumo de drogas y el rendimiento académico obtenemos un valor de “Rho” calculado = - 0.254; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.004 < 0,05$.

Tabla 17*Correlación entre el consumo de sustancias psicoactivas y el éxito académico*

			Ponderado 2018 - I	Consumo de drogas
Ponderado 2018 - I	Coefficiente correlación	de	1.000	-,254**
	Sig. (bilateral)			.004
	N		125	125
Consumo de drogas	Coefficiente correlación	de	-,254**	1.000
	Sig. (bilateral)		.004	
	N		125	125

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Al determinar los resultados se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre el nivel de consumo sustancias psicoactivas y el éxito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación negativa entre el nivel consumo de drogas y el éxito académico, la correlación negativa es de - 0.254, es decir una baja correlación negativa. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.06451$, lo que nos permite concluir que el nivel de consumo de drogas influye en un 6,45 % en el rendimiento académico.

Relación entre la dieta y el éxito en el ámbito académico

Se buscó determinar la relación entre el indicador promedio ponderado 2018-I de la variable éxito en el ámbito académico, con la dimensión hábitos alimentarios de la variable estilo de vida, que tiene tres categorías. El promedio de notas en estudiantes con hábitos alimentarios poco saludables es 15.34; en los estudiantes con hábitos alimentarios medianamente saludables el promedio es de 15.64; mientras que en los estudiantes con hábitos alimentarios muy saludables el promedio es de 16.25.

H₁: Existe correlación significativa entre los hábitos alimentarios y el éxito en el ámbito académico en universitarios beneficiados con el programa

Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

H₀: No existe correlación significativa entre los hábitos alimentarios y el éxito en el ámbito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018

Al medir la relación entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico obtenemos un valor de “Rho” calculado = 0.298; y el nivel de significancia, el valor de $p = 0.001 < 0,05$.

Tabla 18

Correlación entre la dieta y el éxito en el ámbito académico

			Ponderado 2018 - I	Hábitos alimentarios
Ponderado 2018 - I	Coeficiente correlación	de	1.000	,298**
	Sig. (bilateral)			.001
	N		125	125
Hábitos alimentarios	Coeficiente correlación	de	,298**	1.000
	Sig. (bilateral)		.001	
	N		125	125

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Al analizar los resultados se rechaza la hipótesis nula y concluimos que existe correlación significativa entre los hábitos alimentarios y el éxito en el ámbito académico en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

Si bien existe correlación positiva entre los hábitos alimentarios y el éxito en el ámbito académico, la correlación es de 0.298, es decir una baja correlación. Este resultado permite calcular el coeficiente de determinación r^2 siendo en este caso $r^2 = 0.08880$, lo que nos permite concluir que los hábitos alimentarios influyen en un 8,88 % en el aprovechamiento académico.

V. DISCUSIÓN

Al comparar los resultados obtenidos en el que hay una relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico de los universitarios beneficiados con el programa social de Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018, con el valor $r = 0.348$ de correlación y con un coeficiente de determinación $r^2 = 0.1211$, donde la variable estilo de vida tiene un 12,11 % de influencia en la variable rendimiento académico. Estos resultados guardan relación con la investigación realizada en Tacna, donde se encontró una relación ($r = 2.00$) entre la variable estilo de vida y la variable rendimiento académico (Aguilar Encinas, 2012). Conclusión similar se llega en la investigación que realiza Pari (2012) empleando dimensiones parecidas. Considerando otras dimensiones del Estilo de Vida, se encontró que la dimensión salud se relaciona de una manera fuerte y positiva con el rendimiento académico (Díaz Cárdenas, Martínez Redondo, y Zapata Teherán, 2017). $r=0.176$ (Córdova Caro, 2010). Del mismo modos se establece una relación positiva y moderada entre la variable estilo de vida y la variable rendimiento académico (Capdevila Seder et al., 2015).

En cuanto al primer supuesto específico, se encontró en la presente investigación, relación entre la variable rendimiento académico y la dimensión nivel de religiosidad en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto, durante el año 2018. Estos resultados guardan relación con la investigación de García Séiquer (2013) que encontró relación entre las habilidades sociales, incluyendo el factor religioso, y el rendimiento académico . Del mismo modo entre la dimensión nivel de religiosidad y la variable rendimiento académico se encontró una relación directa y moderada (Palomares Palomares, 2011). Así mismo se encontró una relación entre la religiosidad como factor influyente en diversas áreas en estudiantes donde guarda relación con el rendimiento académico (Bomfim et al., 2017).

En cuanto al segundo supuesto específico se logró establecer una correlación inversa o negativa entre la variable rendimiento académico y la dimensión nivel de uso problemático de nuevas tecnologías en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto, durante el año 2018. En las subdimensiones analizados se determinó que el uso

de video juegos es el factor con mayor fuerza de correlación encontrado. Los resultados encontrados son similares con Bustos et al. (2016), donde se determina que la variable rendimiento académico es influenciada significativamente por la dimensión uso de las redes sociales, siempre en cuando la frecuencia de acceso no es contralada o supervisada y durante largo tiempo. Así mismo la adicción al internet está relacionada con un bajo rendimiento académico (Mendoza et al., 2014). Pero los resultados obtenidos no concuerdan con Botello y Guerrero Rincón (2012) donde utilización adecuada de las TIC inciden positivamente en el aprovechamiento académico. Del mismo modo se encontró mejoras al usar nuevas tecnologías en estudiantes de medicina (González Guitérrez, Tovilla Zárate, Juárez Rojop, y López Narvaez, 2017). Para Mena y Rodriguez Areal (2015) cuando el uso de las nuevas tecnologías que son usadas por el docente, tutor o mentor, tiene un incidencia positiva sobre el aprovechamiento académico. Otra investigación encontró que la utilización correcta de las Tecnologías de la Información incrementan el aprovechamiento académico (Botello y Guerrero Rincón, 2012), del mismo modo Grimaldi (2015) concluye que en las universidades donde se mejoraron el uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones estas contribuyeron al mejor aprovechamiento académico de sus estudiantes; mientras que para Hernández (2014), no encontró relación significativa al comparar la variable uso de las redes sociales y la variable rendimiento académico. Finalmente, González (2016) muestra que las redes sociales no tienen influencia en el aprovechamiento académico, pero el uso excesivo de ellas en cantidad de tiempo tienen una influencia negativa.

En cuanto al tercer supuesto específico, se encontró que entre la variable rendimiento académico y la dimensión nivel de actividad física, existe correlación esto es en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión, 2018. Los resultados guardan relación con lo encontrado por Capdevila Seder et al (2015), donde el rendimiento académico de los sujetos guarda una correlación de forma positiva con las variables Estilo de Vida y de manera inversa con la variable Ocio sedentario y por el contrario la relación entre el aprovechamiento Académico y las variables Sueño, Estado físico, Técnicas de Estudio y Trabajos no pudo ser establecida. Del mismo modo en otra

investigación se halló que la actividad física y deportiva tiene un influjo beneficioso en la variable rendimiento académico (Bennassar, 2010; González Hernández y Portolés, 2014). El ejercicio físico tiene una fuerte influencia en las capacidades cognitivas y en el rendimiento académico (Ramírez, Vinaccia, y Suárez, 2004). Similares conclusiones llega Evaristo Chiyong (2012) y Ruiz Ariza et al (2016) donde los estudiantes que tienen mayores condiciones físicas, evidenciadas en mayor fuerza muscular y capacidad aeróbica, obtienen un mejor aprovechamiento académico.

En cuanto al cuarto supuesto específico, donde se establece que la variable rendimiento guarda una correlación negativa o inversa con la dimensión nivel de tabaquismo en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. Los resultados obtenidos guardan relación con González Hernández y Portolés (2014) donde los individuos con mayor rendimiento académico presentan un menor consumo de tabaco. El dejar de fumar está relacionado con un mejor rendimiento, aunque esto está más relacionado con el locus de control (Palomares Palomares, 2011). Para Córdova Caro (Córdova Caro, 2010) y Bennassar (2010) una de las características encontrada en los alumnos con alto rendimiento académico es el no consumo de cigarrillos. El tabaquismo está relacionado a un deficiente desempeño académico, aunque no existen diferencias significativas entre fumadores y no fumadores (De San Jorge Cárdenas et al., 2017).

En cuanto al quinto supuesto específico se determinó que la variable rendimiento académico posee una correlación inversa negativa con la dimensión nivel de consumo de alcohol en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. Estos resultados guardan relación con lo hallado por González Hernández y Portolés (2014), Álvarez et al (2006) y Bennassar (2010), donde los estudiantes con mayor aprovechamiento académico presentan un menor consumo de alcohol; y Córdova Caro (2010), en la que no consumir alcohol es una característica de los alumnos con alto aprovechamiento académico; del mismo modo el bajo rendimiento académico está relacionado con los problemas del alcoholismo (Serra Taylor, 2010).

En cuanto al sexto supuesto específico se encontró que la variable aprovechamiento o rendimiento académico guarda una correlación inversa o negativa con la dimensión nivel de consumo de drogas en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión durante el año 2018. Resultados que coinciden con lo hallado por Córdova Caro (2010); De San Jorge Cárdenas et al (2017) y Bennassar (2010), en donde los alumnos con alto desempeño estudiantil no consumen drogas. Los estudiantes con mayor desempeño estudiantil presentan un menor consumo de cannabis (González Hernández y Portolés, 2014).

En cuanto al último supuesto específico, se encontró que la variable rendimiento académico guarda una correlación positiva o directa con la dimensión hábitos alimentarios en universitarios beneficiados del programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. Se encontró la relación similar en la investigación de Córdova Caro (2010), Bennassar (2010), Pari Torrez (2012), Gutiérrez y Matiz (2010), Evaristo Chiyong (2012); donde se muestra el desempeño académico guarda una relación directa con el variable hábitos de vida saludable y de manera especial con la dimensión hábitos alimentarios. Las personas con un desempeño académico superior tienen un mejor concepto y manejo de los alimentos que componen un desayuno y alimentos saludables. (Ramírez et al., 2004).

VI. CONCLUSIONES

- 6.1 Se establece una relación positiva y significativa entre la variable rendimiento académico y el estilo de vida de los universitarios participantes del programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. Se confirma mediante un coeficiente de correlación rho de 0.348 y con nivel de significancia bilateral p de valor 0.000 ($p < 0.05$), con lo que indica se puede afirmar que se guarda una correlación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en los mencionados estudiantes.
- 6.2 Entre la variable rendimiento académico y la dimensión de nivel de religiosidad se encontró una relación directa y positiva en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018, esto se confirma mediante un valor rho calculado de 0.353 y con un nivel de significancia bilateral de $p = 0.000$, menor a 0.05; lo cual indica que existe una correlación entre la variable y la dimensión estudiada.
- 6.3 Entre la variable rendimiento académico y la dimensión Nivel de uso Problemático de Nuevas Tecnologías de la variable Estilo de Vida se estableció una relación negativa o inversa y significativa; el valor rho calculado = - 0.201 y $p = 0.025 < 0,05$., permite asegurar que entre la variable rendimiento académico y la dimensión nivel de uso problemático de nuevas tecnologías existe correlación negativa en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiado en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018. De los criterios considerados, la frecuencia de la práctica de los video juegos es el que tiene una relación más fuerte con el rendimiento académico.
- 6.4 La variable rendimiento académico guarda una relaciona directa positiva y significativa con el nivel de actividad física de la variable Estilo de Vida. La fuerza de la correlación es evidenciado por el valor rho = 0.247 y $p = 0.006 < 0.05$, con lo cual aseguramos que existe correlación entre las variables en estudio.

- 6.5 La relación entre la variable rendimiento académico y la dimensión nivel de tabaquismo de la variable Estilo de Vida es negativa o inversa. Se halló un coeficiente de correlación rho de -0.201 con $p = 0.025 < 0,05$, lo cual permite concluir que existe correlación negativa entre las variables en estudio.
- 6.6 La variable rendimiento académico guarda una relación negativa con la dimensión nivel de consumo de alcohol de la variable Estilo de Vida. Al obtener un valor de rho calculado = - 0.196; y el valor de $p = 0.028 < 0,05$, permite concluir que existe correlación negativa entre las variables mencionadas en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.
- 6.7 Al comparar la variable rendimiento académico con la dimensión nivel de consumo de drogas de la variable Estilo de Vida, se evidenció una relación inversa o negativa, encontrando un valor r de - 0.254 y $p = 0.004 < 0,05$ lo cual permite afirmar la relación entre el desempeño académico y el consumo de drogas en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión.
- 6.8 La relación encontrada entre la variable rendimiento académico y la dimensión hábitos alimentarios de la variable Estilo de Vida es positiva y moderada; con un valor $r = 0.298$ y $p = 0.001 < 0.05$, podemos afirmar que existe correlación entre la variable rendimiento académico y la dimensión hábitos alimentarios en universitarios beneficiados con el programa Beca 18 estudiando en la Universidad Peruana Unión campus Tarapoto durante el año 2018.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1 A los responsables y administradores del Programa Beca 18 y similares, desarrollar estrategias conducentes a mejorar el estilo de vida de manera integral, motivando y monitoreando su implementación; debido a que los hábitos de vida saludable se relaciona positiva y significativamente con el desempeño estudiantil.
- 7.2 A los estudiantes, considerar ser consecuentes con sus creencias y prácticas religiosas cualquiera sea su filiación o filosofía. Puesto que el desempeño universitario exitoso guarda relación directa con sus prácticas religiosas.
- 7.3 A los responsables y ejecutivos del Programa Beca 18, considerar que las ayudas que se brinda en temas tecnológicos estén acompañadas de programas de inducción sobre los peligros del uso inadecuado de esas tecnologías y brindar ayuda a los que puedan presentar algún tipo de adicción. Toda vez que el desempeño universitario óptimo se relaciona negativamente con el uso adictivo y problemático de nuevas tecnologías.
- 7.4 A los responsables del programa de Cultura Física o similar, no solamente en el primer año de estudios incorporar la actividad física de manera programada en el currículo, sino que dentro del contenido del sílabo de cursos transversales colocar actividades conducentes a la difusión e internalización de la actividad física; debido a que el desempeño académico exitoso tiene una relación directa con el nivel de actividades deportivas y físicas.
- 7.5 Al área de Bienestar Universitario, desarrollar actividades orientadas a prevenir el consumo y adicción al tabaco. Puesto que el aprovechamiento académico óptimo guarda una correlación inversa con el consumo de cigarrillo y tabaco.
- 7.6 Al área de Bienestar Universitario, desarrollar actividades orientadas a prevenir el consumo y adicción al alcohol, esto es debido a la relación

negativa o inversa entre el desempeño académico universitario y el consumo de bebidas alcohólicas.

- 7.7 Al área de Bienestar Universitario, desarrollar actividades orientadas a prevenir el consumo y adicción al tabaco consumo de drogas, toda vez que el aprovechamiento académico exitoso se relaciona de manera inversa o negativa con el consumo de sustancias toxicas, drogas y similares.
- 7.8 Al área de Bienestar Universitario, no solamente brindar seminario o charlas conducentes a mejorar los hábitos alimentarios, sino planificar la implementación de comedores universitarios externos donde se brinda una mejor alimentación, desarrollar programas orientados a las pensiones donde se alimentan los estudiantes mostrando las ventajas de mejorar la nutrición en las comidas brindadas a estudiantes universitarios. Puesto que el desempeño académico exitoso guarda relación directa con los hábitos alimentarios.

VIII. REFERENCIAS

- Aguilar Encinas, I. (2012). Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann.
Recuperado a partir de
<http://repositorio.unjbg.edu.pe/bitstream/handle/UNJBG/642/TM0091.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Álvarez, J. L., Castrillón, J. J. C., Marin, J. G., Navas, C., Noreña, P. V., Ovalle, H. M., ... Valderrama, A. M. (2006). Estilos de Vida en Estudiantes de la Universidad de Manizales, año 2006. Universidad de Manizales, 9.
- AMAI, A. M. de A. de I. de M. y O. (2018a). Cuestionario para la aplicación de la regla AMAI 2018 y tabla de clasificación. NSE AMAI, 2-4.
- AMAI, A. M. de A. de I. de M. y O. (2018b). Nivel Socio Económico AMAI 2018, Nota Metodológica. Regla NSE AMAI 2018.
- Angelucci, L. T., Cañoto, Y., y Hernández, M. J. (2017). Influencia del estilo de vida, el sexo, la edad y el imc sobre la salud física y psicológica en jóvenes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35, 531-546.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.12804/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4454>
- Armenta, N., Pacheco, C., y Pineda, E. (2008). Factores socioeconómicos que intervienen en el desempeño académico de los estudiantes universitarios de la facultad de ciencias humanas de la universidad autónoma de baja california. *Revista IIPSI*, 11(1), 153-165.
- Behar, D. S. (2010). *Introducción a la Metodología de la Investigación*. Shalom (Vol. 1). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Bennassar, M. (2010). Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: La universidad como entorno promotor de la salud. *Saude e Sociedade*, 4(2), 365.
- Berlanga, V., Figuera, P., y Pons-Fanals, E. (2013). Impact of the «salary scholarship»: Impact profile and student achievement. *RELIEVE - Revista Electronica de Investigacion y Evaluacion Educativa*, 19(2), 1-14.
<https://doi.org/10.7203/relieve.19.2.3023>

- Berner G, J. E., y Santander T, J. (2012). Abuso y dependencia de internet: la epidemia y su controversia. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria*, 50(3), 181-190. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272012000300008>
- Blanco Pinedo, J. (2004). El rendimiento académico y el desarrollo psicosocial. Editorial Universitaria. Universidad Francisco Gavidia. Recuperado a partir de [http://ri.ufg.edu.sv/jspui/bitstream/11592/6360/3/371.262-B634f-CAPITULO II.pdf](http://ri.ufg.edu.sv/jspui/bitstream/11592/6360/3/371.262-B634f-CAPITULO%20II.pdf)
- Bomfim, R. A., Silva Mafra, M. A., Samih Gharib, I. M., De-Carli, A. D., y Zafalon, E. J. (2017). Factors associated with a fantastic lifestyle in Brazilian college students, a multilevel analysis. *Revista CEFAC*, 19(5), 601-610. <https://doi.org/10.1590/1982-0216201719518716>
- Botello, H. A., y Guerrero Rincón, A. (2012). La influencia de las TIC en el desempeño académico de los estudiantes en América Latina : Evidencia de la prueba PISA 2012. Universidad Industrial de Santander.
- Bravo Bartra, M. I. (2012). Actividad física intensa: Dulce o Amargo. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 5(1), 76-76. <https://doi.org/10.4321/S1699-695X2012000100016>
- Briones, G. (2002). Investigación cuantitativa en las ciencias sociales (1.a ed.). Bogotá: Instituto colombiano para el fomento de la educación superior, ICFES. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Bustos Gaibor, A., Flores Nicolalde, B., y Flores Nicolalde, F. (2016). Las redes sociales, su influencia e incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de una entidad educativa ecuatoriana en las asignaturas de Física y Matemática. *Latin-American Journal of Physics Education*, 10(1), 1-7. Recuperado a partir de <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ehh&AN=115261211&lang=es&site=eds-live>
- Cáceres, D., Salazar, I., Varela, M., y Tovar, Y. J. (2006). Consumo De Drogas En Jóvenes Universitarios Y Su Relación De Riesgo Y Protección Con Los Factores Psicosociales. *Univ. Psychol. Bogotá (Colombia)*, 5(3), 521-534. <https://doi.org/10.2307/40117187>

- Campo, K., Escorcía, D., Moreno, M., y Palacio, J. (2016). Metacognición, escritura y rendimiento académico en universitarios de Colombia y Francia. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(2), 233-252.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.12804/apl34.2.2016.03>
- Campo, Y., Pombo, L., y Teheran, A. (2016). De Riesgo En Estudiantes De Medicina, 48(3), 301-309.
- Campollo Rivas, O. (Ed.). (2009). *Anuario de Investigación en Adicciones*. Centro de Estudios de Alcoholismo y Adicciones (Vol. 10). México.
- Capdevila Seder, A., Bellmunt Villalonga, H., y Hernando Domingo, C. (2015). Estilo de vida y rendimiento académico en adolescentes: comparación entre deportistas y no deportistas. *Revista de estudios sociales*, 27, 28-33.
- Carasol Campillo, M., Rodríguez Lozano, F. J., y Lorente Pérez-Sierra, A. (2018). Gaceta dental industria y profesiones. *Gaceta dental: Industria y profesiones*, ISSN 1135-2949, No. 301 (Abril), 2018, págs. 120-133. PUES. Recuperado a partir de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6363359>
- Carbonell, X. (2014). La adicción a los videojuegos en el DSM-5. *Adicciones*, 26(2), 91-95. <https://doi.org/ARTN 72r10.1007/s11920-015-0610-0>
- Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A., y Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: Una revisión de estudios empíricos Españoles. *Papeles del Psicólogo*, 33(2), 82-89. <https://doi.org/http://www.cop.es/papeles>
- Carrera Herrera, X. P. (2015). Valores morales y estilo de vida en niños / as y adolescentes , en el Ecuador. Universidad de Santiago de Compostela.
- Caso-Niebla, J., y Hernández-Guzmán, L. (2007). Variables que inciden en el rendimiento académico de adolescentes mexicanos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 487-501.
- Celis, M. E., Martínez Stack, J., y Lozano Espinosa, J. (2005). Los programas de becas de la UNAM. Características de operación y análisis inicial de su impacto académico. V Congreso Nacional y IV Internacional «Retos y Expectativas de la Universidad», 550-560.
- Cervera, P., Clapés, J., y Rigolfas, R. (2004). Alimentación y dietoterapia. The

- British Journal of Psychiatry (3°). Madrid: Mc Graw Hill.
<https://doi.org/10.1192/bjp.112.483.211-a>
- Cervini, R., Dari, N., y Quiroz, S. (2016). Las determinaciones socioeconómicas sobre la distribución de los aprendizajes escolares. Los datos del TERCE. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 14(4), 61-79. <https://doi.org/10.15366/reice2016.14.4.003>
- Córdova Caro, L. G. (2010). Hábitos de estilo de vida en relación con el rendimiento académico en alumnos de la ESO de Extremadura-Badajoz. Revista Española de Educación y Deportes, Julio Seti(15). Recuperado a partir de <http://www.reefd.es/index.php/reefd/article/viewFile/270/261>
- Coschiza, C. C., Martín Fernández, J., Gapel Redcozub, G., Nievas, M. E., y Ruiz, H. E. (2016). Características socioeconómicas y rendimiento académico. El caso de una universidad argentina. REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 14.3(2016), 51-76.
<https://doi.org/10.15366/reice2016.14.3.003>
- Cotler, J. (2016). Educación superior e inclusión social. Un estudio cualitativo de los becario de la beca 18.
- Crisostomo Martinez, J. A. (2019). Influencia de la gestión del servicio de tutoría en el rendimiento académico de estudiantes de una universidad particular de Lima, 2018. Universidad César Vallejo.
- Cruzado Rodríguez, J. A., Muñoz-Rivas, M. J., y Navarro, M. E. (2001). Adicción a Internet: de la hipotética entidad diagnóstica a la realidad clínica. Psicopatología Clínica, Legal y Forense, 1(2), 93-102. Recuperado a partir de <http://www.masterforense.com/pdf/2001/2001art13.pdf>
- Dalle, P. (2005). Manual de metodología. Construcción del marco teórico, formulación de los objetivos y elección de la metodología (1.a ed.). Buenos Aires, Argentina: Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Damián Aldave, T. (2014). Relación entre estilo de vida y síndrome metabólico en la comunidad adventista de Puente Piedra. Universidad Peruana Unión.
- De San Jorge Cárdenas, X., Beverido Sustaeta, P., Salas García, B., Cruz Juárez,

- A., Roa Cubaque, M. A., y Rubiano Díaz, G. H. (2017). Drogas y rendimiento académico en estudiantes del área de salud de dos universidades latinoamericanas. *Pensando Psicología*, 13(22), 51-60.
- Deetjen, U. (2017). The lifestyle paradox: adverse effects of Internet use on self-rated health status. *Information, Communication & Society*, 4462(July), 1-15. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2017.1313293>
- Delgado, J. R. P. (2015). Estimación psicométrica de la escala de autoeficacia ante conductas de riesgo para adolescentes en México. *Psychosocial Intervention*, 24(1), 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.psi.2014.11.004>
- Díaz-Mora, C., García, J. A., y Molina, A. (2016). What is the key to academic success? An analysis of the relationship between time use and student performance / ¿Dónde está la clave del éxito académico? Un análisis de la relación entre el uso del tiempo y el rendimiento académico. *Cultura y Educación*, 28(1), 157-195. <https://doi.org/10.1080/11356405.2015.1130294>
- Díaz Cárdenas, S., Martínez Redondo, M., y Zapata Teherán, A. M. (2017). Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. *Salud Uninorte*, 33(2), 139-151. Recuperado a partir de <http://scielo.sld.cu>
- Diez, O. J. (2017). *University Students and Lifestyle*, 4.
- Doumont, G., y Clua, R. (2015). Acercamiento socio-antropológico al concepto de estilo de vida. *APOSTA, Revista de Ciencias Sociales*, 66(Julio, Agosto, Septiembre), 83-99. Recuperado a partir de <http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/dumont1.pdf>
- Evaristo Chiyong, T. A. (2012). Calidad de vida y su relación con el rendimiento académico según características sociodemográficas de estudiantes de Odontología. Universidad Nacional Mayor de San Marcos -Tesis para optar el grado Académico de Magister en Odontología de Salud Pública. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Fernández Montalvo, J., Peñalva, A., y Irazabal, I. (2015). Hábitos de uso y conductas de riesgo en Internet en la preadolescencia. *Comunicar*, 22(44), 113-120. <https://doi.org/10.3916/C44-2015-12>

- Ferrer Planchart, S. C. (2016). Programa de orientación para la mejora del estilo de vida en la educación secundaria. Innovaciones y curriculum. Recuperado a partir de <http://helvia.uco.es/xmlui/handle/10396/13374#.WaL0e7WEJGw.mendeley>
- Gamarra Sánchez, M. E., Rivera Tajada, H. S., Alcalde Giove, M. E., y Cabellos Vargas, D. (2010). Estilo de vida , autoestima y apoyo social en estudiantes de enfermería. *Ucv-Scientia*, 2(2), 73-81.
- Garbanzo, G. (2013). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios desde el nivel socioeconómico: Un estudio en la Universidad de Costa Rica. *Revista Electronica Educare*, 17(3), 57-87. Recuperado a partir de <http://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v17n3/a04v17n3.pdf>
- García de Cuevillas, B., Navas-Carretero, S., Fernández Montero, A., Cuervo, M., y Martínez J., A. (2019). Estilo de vida y factores clínicos que afectan a la calidad de vida relacionada con la salud. *Journal of Negative and No Positive Results*, 4(2), 159-171. <https://doi.org/10.19230/JONNPR.2887>
- García del Castillo, J. A., Terol, M. del C., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M., y Sitges, E. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20(2), 131. <https://doi.org/10.20882/adicciones.277>
- García, E. R., Nancy, D., Muñoz, R., Gaquín, D. K., y Mérida, R. A. H. (2015). Conductas de riesgo en los adolescentes Risk behavior in adolescents, 44(2), 218-229.
- García Séiquer, M. (2013). Influencia de las Interacciones Sociales en el Rendimiento Académico. Universidad Internacional de La Rioja.
- Gárciga Ortega, O., Reynaldo, J., Roche, F., Iglesias More, S., y Machado Vásquez, L. I. (2016). Consumo de drogas y estilo de vida en estudiantes de la facultad de comunicación. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42(3), 361-374.
- Gonzáles Guitérrez, K. P., Tovilla Zárata, C. A., Juárez Rojop, E., y López Narvaez, M. L. (2017). Uso de tecnologías de la información en el rendimiento académico basados en una población mexicana de estudiantes de Medicina. *Universidad Juarez de Tabasco*, 31(2), 1-11.

- Gonzalez, A. J. (1988). Indicadores del rendimiento escolar: relación entre pruebas objetivas y calificaciones. *Revista de Educación*, 287(septiembre-diciembre), 31-54. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=45644%5Cn>
- González de Garcia, E. de J., Guevara Castro, M. E., y Torres de Gómez, E. J. (2016). La influencia que tienen las redes sociales en el rendimiento académico científico en los estudiantes de primero y segundo de bachillerato general y técnico.... Recuperado a partir de <http://ri.ues.edu.sv/11648/1/14102978.pdf>
- González Hernández, J., y Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: Relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 51-65.
- Grimaldi, D. (2015). ¿Qué explica el rendimiento académico de los beneficiarios de Beca 18? (Vol. 1). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Gutiérrez, I., y Matiz, J. (2010). Rendimiento Académico de los estudiantes de pregrado de la Universidad EAFIT. *Perspectiva cuantitativa. Grupo de estudios en economía y empresa*, 158. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2010.01.003>
- Hernandez, G., A. (2014). Influencia de las redes sociales de internet en el rendimiento academico del area de informatica en los estudiantes delos grados 8° y 9° del instituto social del norte de bucaramanga, 1-95. Recuperado a partir de <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1145/1/RIUT-BHA-spa-2014-Influencia de las redes sociales de internet en el rendimiento académico del área de informática en los estudiantes de los grados 8° y 9° del instituto promoción social del norte de Bucara>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, M. del P. (2016). *Metodología de la investigación. Statewide Agricultural Land Use Baseline 2015* (6.a ed., Vol. 1). Mexico: Mc Graw Hill. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Julcamoro Acevedo, B. M. (2019). *Estilos de vida según la teoría de Nola Pender*

en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal 2018. Universidad Nacional Federico Villarreal. Universidad Nacional Federico Villarreal. Recuperado a partir de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2829>

Koenig, H. G., y Büssing, A. (2010). The Duke University Religion Index (DUREL): A Five-Item Measure for Use in Epidemiological Studies. *Religions*, 1(1), 78-85. <https://doi.org/10.3390/rel1010078>

Koenraadt, R., y Van de Ven, K. (2017). The Internet and lifestyle drugs: an analysis of demographic characteristics, methods, and motives of online purchasers of illicit lifestyle drugs in the Netherlands. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 24(0), 1-11. <https://doi.org/10.1080/09687637.2017.1369936>

La, M., y Latina, A. (2016). REICE Revista Iberoamericana sobre Calidad , Eficacia y Cambio en Educación. REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 14(1696-4713), 5-157. <https://doi.org/10.15366/reice2016.14.4>

Labrador, F., Villadangos, S., Crespo, M., y Becoña, E. (2013). Desarrollo y validación del cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT). *Anales de Psicología*, 29(3), 836-847. <https://doi.org/http://dx.doi.org/http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.159291>

Lam-Figueroa, N., Contreras-Pulache, H., Mori-Quispe, E., Nizama-Valladolid, M., Gutiérrez, C., Hinostroza-Camposano, W., ... Hinostroza-Camposano, W. D. (2011). Adicción a internet: desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescentes de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 28(3), 462-469. <https://doi.org/10.1590/S1726-46342011000300009>

Leyton, M., Lobato, S., Batista, M., Aspano, I., y Jiménez, R. (2018). Validación del Cuestionario de Estilo de Vida Saludable (EVS) en una población española. *Revista Iberoamericana de Psicología del ejercicio y el deporte.*, 13(1), 23-31. Recuperado a partir de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311153534002>

- Lima-Serrano, M., Guerra-Martín, M.D., Lima-Rodríguez, J. S. (2015). Lifestyles and factors associated to nutrition and physical activity among adolescents | Estilos de vida y factores asociados a la alimentación y la actividad física en adolescentes. *Nutricion Hospitalaria*, 32(6), 2838-2847.
<https://doi.org/10.3305/nh.2015.32.6.9831>
- López-Carmona, J. M., Rodríguez-Moctezuma, R., Munguía-Miranda, C., Hernández-Santiago, J. L., y Casas de la Torre, E. (2000). Validez y fiabilidad del instrumento «FANTASTIC» para medir el estilo de vida en pacientes mexicanos con hipertensión arterial. *Atencion primaria / Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria*, 26(8), 542-549.
[https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(00\)78719-1](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(00)78719-1)
- Martínez-Otero Pérez, V. (1997). Los adolescentes ante el estudio : causas y consecuencias del rendimiento académico. *Fundamentos*. Recuperado a partir de
[https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=G_eWnliRpQgC&oi=fnd&pg=PA23&dq=definicion+de+rendimiento+académico&ots=R1tRE8STf&sig=5KE4v4Sq3CCAd0nK3f_6GNPoQ5g#v=onepage&q=definicion de rendimiento académico&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=G_eWnliRpQgC&oi=fnd&pg=PA23&dq=definicion+de+rendimiento+académico&ots=R1tRE8STf&sig=5KE4v4Sq3CCAd0nK3f_6GNPoQ5g#v=onepage&q=definicion+de+rendimiento+académico&f=false)
- Martínez, A. D., Martínez, L. R. D., Hernández, C. a, Robles, J. N., Varela, H. F., y Torres, C. S. (2008). Prevalencia del consumo riesgoso y dañino de alcohol y factores de riesgo en estudiantes universitarios de primer ingreso. *Prevalencia Del Consumo Riesgoso Y Dañino De Alcohol Y Factores De Riesgo En Estudiantes Unversitarios De Primer Ingreso*, 31(4), 271-282.
Recuperado a partir de
http://scholar.google.es/scholar?q=abuso+de+alcohol+en+estudiantes+en+Ecuador&btnG=&hl=es&as_sdt=0,5
- Martínez Ortega, R. M. (2009). El coeficiente de correlación de los rangos de Spearman caracterización. *Rev. haban cienc méd La Habana*, VIII(2), 1-19.
Recuperado a partir de <http://scielo.sld.cu/pdf/rhcm/v8n2/rhcm17209.pdf>
- Mejía, C. F., Agudelo, S. G., y Perea, E. (2011). Asociación Entre Depresión Y Bajo Rendimiento Association Between Depression and Poor Academic. *Psicogente*, 14(25), 67-75. Recuperado a partir de

<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/psicogente/index.php/psicogente/article/viewFile/261/248>

Mena, A., y Rodríguez Areal, E. (2015). Evaluación de estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios y su relación con el rendimiento académico en procesos mediados por TIC, 1-10.

Méndez Mateo, I., y Cerezo Ramírez, F. (2018). La repetición escolar en educación secundaria y Factores de riesgo asociados. *Educación XXI*, 21(1), 41-62. <https://doi.org/10.5944/educXX1.13717>

Mendoza Valdés, R. (2007). Amor de enamoramiento hacia amistad perenne. *La Colmena*. Recuperado a partir de <http://lacolmena.uaemex.mx/index.php/lacolmena/article/view/3214>

Mendoza, Y., Méndez, L., Mendoza, Y., Mendez, L., Ramos, M., y Aguilera, V. (2014). Adicción a Internet. *Educación, Handbook*, (01592), 121-129. Recuperado a partir de <http://www.ecorfan.org/handbooks/Educacion>

Molina, L. R., Martínez, A. A., Torres, M. T. G., y Diosa, L. S. (2011). Factores de contexto asociados al consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Revista CES Salud Pública*, 2(2), 136-147. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3818031>

Monje Álvarez, C. A. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Universidad Surcolombiana (1.a ed.). Colombia: Universidad Sucolombiana.

Muñoz Argel, M., y Uribe Urzola, A. (2013). Estilos de vida en estudiantes universitarios. *Publicaciones.Unisimonbolivar.Edu. ...*, 16, 356-367. Recuperado a partir de <http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co:82/rdigital/psicogente/index.php/psicogente/article/viewFile/399/374>

Murillo Torrecilla, F. J., y Martínez Garrido, C. A. (2019). Perfiles de segregación escolar por nivel socioeconómico en España y sus Comunidades Autónomas. *Relieve: Revista Electrónica de Investigación y Evaluación Educativa* (Vol. 25). RELIEVE - Revista Electronica de Investigacion y Evaluacion Educativa. Recuperado a partir de

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6936488>

- Niño Rojas, V. M. (2011). Metodología de la investigación: diseño y ejecución. Investigación Diseño y Ejecución. Recuperado a partir de [http://roa.ult.edu.cu/bitstream/123456789/3243/1/METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION DISENO Y EJECUCION.pdf](http://roa.ult.edu.cu/bitstream/123456789/3243/1/METODOLOGIA_DE_LA_INVESTIGACION_DISENO_Y_EJECUCION.pdf)
- Ordoñez, M., y Ortega, L. (2008). Factores asociados al consumo de alcohol en estudiantes de los dos primeros años de carrera universitaria. Liberabit. Revista de Psicología, 13. Recuperado a partir de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v14n14/a07v14n14.pdf>
- Orozco Parra, C. L., y Domínguez Espinosa, A. D. C. (2014). Diseño y validación de la Escala de Actitud Religiosa. Revista de Psicología, 23(1), 3-11. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2014.32868>
- Palomares Palomares, C. B. (2011). Desempeño académico, religiosidad y locus de control en alumnos de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. Universidad Autónoma de Ciudad Juárez.
- Pari Torrez, E. (2012). Estilos de vida saludable en relación al rendimiento académico de los alumnos de las unidades educativas 20 de Octubre I y República del Perú. Universidad Mayor de San Andrés.
- Perula de Torres, L. A. et al. (1998). Prevalencia de actividad física y su relación con variables sociodemográficas y ciertos estilos de vida en escolares cordobeses. Rev Esp Salud Pública, 3(72), 233-244.
- Programa Nacional de Beca y Crédito Educativo, M. de E. (2014). Plan de gestión institucional Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo del Ministerio de Educación 2014 - 2018.
- Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo - Ministerio de Educación. (2014). Lineamientos de política para un sistema de becas y créditos subsidiados por una educación superior de calidad.
- PRONABEC. (2013). Área De Tutoría, 2012-2013.
- PRONABEC, P. N. de B. y C. E. (2015). Artículos Científicos: Resultados e impacto de Beca 18. Lima.

- Puerta-Cortés, D. X., y Carbonell, X. (2013). Uso problemático de Internet en una muestra de estudiantes universitarios Colombianos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 31(3), 620-631.
- Puitiza Lucano, C. M. (2014). Conocimientos y prácticas sobre sexualidad en estudiantes universitarios del primer y quinto semestre de la escuela académico profesional de obstetricia. Universidad Nacional Mayor De San Marcos.
- Quicaño Nuñez, F. L. (2017). Estilos de vida y estrés en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2012. Universidad Nacional Del Altiplano.
- Ramírez-Hoffmann, H. (2002). Acondicionamiento físico y estilos de vida saludable. *Colombia Médica Colomb Med*, 33(33), 3-5.
- Ramírez-Vélez, R., y Agredo, R. A. (2012). Fiabilidad y validez del instrumento " Fantástico " para medir el estilo de vida en adultos colombianos The Fantastic instrument's validity and reliability for measuring Colombian adults' life-style. *Rev. salud pública*, 14(2), 226-237.
<https://doi.org/10.1590/S0124-00642012000200004>
- Ramírez Gonzales, L. (2018). El desempeño docente y el rendimiento académico de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Tarapoto-2018. Universidad César Vallejo. Recuperado a partir de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/26051>
- Ramírez, W., Vinaccia, S., y Suárez, G. R. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, 18(18), 67-75.
<https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2010.04.008>
- Reyes Estrada, M., Rivera Segarra, E., Ramos Pibernus, A., Rosario-Hernández, E., y Rivera Medina, C. (2014). Desarrollo y validación de una escala para medir religiosidad en una muestra de adultos en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 25(2), 226-242.
- Rivera Ledesma, A., y Montero, M. (2005). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores, 28, 51-58.

- Roco, Á., Cerda, B., Cayún, J. P., Lavanderos, A., Rubilar, J. C., Cerro, R., ... Quiñones, L. A. (2018). Farmacogenética, tabaco, alcohol y su efecto sobre el riesgo de desarrollar cáncer. *Revista chilena de pediatría*, (ahead), 0-0. <https://doi.org/10.4067/S0370-41062018005000709>
- Ruiz-Olivares, R., Lucena, V., Pino, M. J., y Herruzo, J. (2010). Analisis de comportamientos relacionados con el uso/abuso de Internet, teléfono móvil, comprasy juegos en estudiantes universitarios. *Adicciones*, 22(4), 301-309. <https://doi.org/10.20882/adicciones.171>
- Ruiz Ariza, A., Ruiz, J. R., De la Torre Cruz, M., Latorre Román, P., y Martínez López, E. J. (2016). Influencia del nivel de atracción hacia la actividad física en el rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 48(1), 42-50. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2015.09.005>
- Salazar, I. C., y Arrivillaga, M. (2008). El consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, como parte del estilo de vida de jóvenes universitarios. *Revista Colombiana de Psicología*, 13(1), 74-89. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3246386>
- Saliba, T. A., De Sandre, A. S., Saliba Moimaz, S. A., y Saliba Garbin, C. A. (2017). Perfil de estilo de vida individual de estudiantes de primer año de odontología de la Universidad de Aracatuba, Brasil - 2015. *Universidad y Salud*, 19(2), 258-266. <https://doi.org/10.22267/rus.171902.88>
- Salinas, P. J. (2012). Metodología De La Investigación Científica. *Construction and Building Materials* (Vol. 22). <https://doi.org/10.1016/j.conbuildmat.2007.03.027>
- Sánchez-Ojeda, M., Angustias, y De Luna-Bertos, E. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutricion Hospitalaria*, 31(5), 1910-1919. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.5.8608>
- Sanguinetti, J., López, R., Vieta, M., Berruezo, S., y Chagra, C. (2013). Factores relacionados con el rendimiento académico en alumnos de fisiopatología. *Investigación en Educación Médica*, 2(8), 177-182. [https://doi.org/10.1016/S2007-5057\(13\)72710-8](https://doi.org/10.1016/S2007-5057(13)72710-8)
- Santos, M. (2010). Análisis de redes sociales y rendimiento académico : lecciones

- a partir del caso de los Estados Unidos. *Debates en Sociología*, (35), 7-44.
- Serra Taylor, J. (2010). Autoeficacia, Depresión y el Rendimiento Académico en Universitarios. *Cuaderno de Investigación en la Educación* (Vol. 25). Recuperado a partir de http://cie.uprrp.edu/cuaderno/ediciones/25/pdf/cuaderno_vol25_04.pdf%5Cnh <http://eprints.ucm.es/11105/1/T32194.pdf>
- Silva Hidalgo, L. E. (2014). La resiliencia y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Profesional de Agropecuaria del I . S . T . P . de Huallaga - Saposoa, departamento San Martín, 2011. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Soprano, R. (2009). Tiempo y Calificación. Dimensiones del rendimiento académico en disciplinas proyectuales, 1-16.
- Tejedor, F., y García-Valcárcel, A. (2007). Causas del bajo rendimiento del estudiante universitario (en opinión de los profesores y alumnos): propuestas de mejora en el marco del EEES. *Revista de Educación*, (343), 443-473. <https://doi.org/342>
- Torres-Díaz, J.-C., Duart, J. M., Gómez-Alvarado, H.-F., Marín-Gutiérrez, I., y Segarra-Faggioni, V. (2016). Internet Use and Academic Success in University Students. *Comunicar*, 24(48), 61-70. <https://doi.org/10.3916/C48-2016-06>
- Universidad Peruana Unión, R. Estatuo (2017).
- Valencia-Peris, A., Devís-Devís, J., y Peiró-Velert, C. (2016). Involvement in sedentary activities and academic performance in adolescents: differences according to sociodemographic variables / *Implicación en actividades sedentarias y rendimiento académico en adolescentes: diferencias según variables sociodemográf.* *Cultura y Educación*, 28(2), 301-327. <https://doi.org/10.1080/11356405.2016.1158451>
- Valencia, L. I. (2011). Causas y estrategias de solución de conflictos en las relaciones de pareja formadas por estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26), 336-351.

- Valle Arias, A. (1997). Determinantes cognitivo-motivacionales del rendimiento académico en estudiantes universitarios. Universidade da Coruña.
- Valle Arias, A., González Cabanach, R., Núñez Pérez, J., y González-Pienda, J. A. (1998). Variables cognitivo-motivacionales, enfoques de aprendizaje y rendimiento académico. *Psicothema*, 10(2), 393-412.
- Vargas Fernández, M. de J. (2018). Desempeño docente y rendimiento académico en estudiantes de la Carrera Profesional de Psicología en la Universidad Católica Sedes Sapientiae, Nueva Cajamarca, 2017. Universidad César Vallejo.
- Venegas-Medina, M. (2011). La investigación acción educativa en educación afectivosexual : una metodología para el cambio social. *Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, 21, 39-61.
- Vergara, L., Sánchez, C., y Zunino, H. M. (2019). Migración por estilo de vida: ¿Creando comunidades diversas y cohesionadas? El caso de Los Riscos, Pucón, Chile. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, (36), 47-67.
<https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2019.n36-03>
- Vivanco Canchari, L. V. (2016). Práctica religiosa y adhesión al estilo de vida adventista de los jóvenes de la Misión del Oriente Peruano en el 2015. Universidad Peruana Unión.
- Zara, G., y Farrington, D. P. (2019). Unsuccessful life style in middle-aged official and self-reported types of offenders. *Journal of Criminal Justice*, 101624.
<https://doi.org/10.1016/J.JCRIMJUS.2019.101624>
- Zea Robles, A. C., Martins, M. D. S., Rodríguez Caro, G. C., y Molina Pinzón, A. (2017). Estilo de vida y factores socioeconómicos en estudiantes de electivas de actividad física y deporte de la Pontificia Universidad Javeriana. *Análisis*, 49(90), 231-245. <https://doi.org/https://doi.org/10.15332/s0120-8454.2017.0090.10>

ANEXOS

8.1. Matriz de Consistencia

Título: Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios de beca 18 de la Universidad Peruana Unión, Tarapoto, 2018.							
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
Problema General:	Objetivo general:	Hipótesis general:	Variable 1: Estilo de Vida (Variable Asociada)				
Problemas Específicos:	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
¿Cómo se relaciona el estilo de vida con el rendimiento académico del estudiante universitario de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?	Determinar la relación entre el estilo de vida y el rendimiento académico en estudiantes beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018	Existe una correlación significativa entre el estilo de vida y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018	Religiosidad	Nivel de Actitud Religiosa: Escala de Actitud religiosa	1 - 17	Likert, 5 alternativas	1-17 Baja Relig. 40 – 62 Media Relig. 63 – 85 Alta Relig.
			Uso problemático de nuevas tecnologías	Nivel de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (Test UPNT)	1a – 6.9	Variadas, Likert y otros	8 – 50 Bajo Uso Prob. 51 - 120 Moderado 121 – 228 Alto
PE1: “¿Qué relación existe entre la religiosidad y el rendimiento académico en los estudiantes de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?”.	OE1: Determinar la relación entre la religiosidad y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	HE1: Existe correlación significativa entre el nivel de religiosidad y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	Actividad física	Nivel de Actividad Física – Cuestionario ESVISAUN	36-41; 43-47; 42; 48	Likert	0 – 20 Act Fis. Bajo 21 – 40 Moderado 41 – 60 Act. Fis. Alto
PE2: “¿Qué relación existe entre el uso problemático de nuevas tecnologías y el rendimiento académico del estudiante de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?”.	OE2: Determinar la relación entre el uso problemático de nuevas tecnologías y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	HE2: Existe correlación significativa entre el nivel de uso problemático de nuevas tecnologías y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	Tabaquismo	Nivel de Tabaquismo – Cuestionario ESVISAUN	49-52; 50; 59-64; 53-58; 65	Likert	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
PE3: “¿Qué relación existe entre la actividad física y el rendimiento académico del estudiante de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?”.	OE3: Determinar la relación entre la actividad física y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	HE3: Existe correlación significativa entre el nivel de actividad física y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión – Tarapoto, 2018.	Consumo de Alcohol	Nivel de Consumo de Alcohol – Cuestionario ESVISAUN	66-70	Likert	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
PE4: “¿Qué relación existe entre el Tabaquismo y el rendimiento académico en los estudiantes de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?”.	OE4: Determinar la relación que existe entre el tabaquismo y el rendimiento académico en estudiantes beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, durante el año 2018.	HE4: Existe correlación significativa entre el nivel de tabaquismo y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.	Consumo de Drogas	Nivel de Consumo de Drogas – Cuestionario ESVISAUN	71-73	Likert	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
			Alimentación	Nivel de Alimentación – Cuestionario ESVISAUN	74 - 80	Likert	0 – 20 Alim. Poco Saludable 21 – 40 Alim. Med. Saludable 41 – 60 Alim. Muy saludable.

			Variable 2: Rendimiento académico (Variable de Supervisión)				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rangos
			Rendimiento académico	Registro de notas	Promedio de notas	Escala vigesimal, se acepta decimales	Numérica / intervalo de 0 a 20
<p>PE5: "¿Qué relación existe entre el consumo de alcohol y el rendimiento académico en los estudiantes de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?.</p> <p>PE6: ¿Qué relación existe entre el consumo de drogas y el rendimiento académico del estudiante de beca 18 de la Universidad Peruana Unión, 2018?.</p> <p>PE7: ¿Qué relación existe entre la alimentación, la dieta y el rendimiento académico en los estudiantes de beca 18 de la Universidad Peruana Unión filial Tarapoto, 2018?</p>	<p>OE5: Determinar la relación entre el consumo de alcohol y el rendimiento académico en estudiantes beneficiarios del programa Beca 18 universitarios de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p> <p>OE6: Determinar la relación entre el consumo de drogas y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p> <p>OE7: Determinar la relación entre la alimentación y la dieta con el rendimiento académico en estudiantes beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p>	<p>HE5: Existe correlación significativa entre el nivel de consumo de alcohol y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p> <p>HE6: Existe correlación significativa entre el nivel de consumo de drogas y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p> <p>HE7: Existe correlación significativa entre los hábitos alimentarios y el rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018.</p>					

Operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Estilo de Vida	Conjunto de comportamientos que adquiere una persona y lo practica, habitualmente en forma consciente y voluntaria.	Se mide las actitudes y comportamiento del estudiante mediante los cuestionarios validados	Actividad física	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio físico Hábitos de actividad física familiares Servicio Actividades deportivas de la Universidad 	0 – 20 Act Fis. Bajo 21 – 40 Moderado 41 – 60 Act. Fis. Alto
			Tabaquismo	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de tabaco Grado de adicción Motivación para el cese y determinación de la fase de cambio TP o Exposición a humo ambiental de tabaco 	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
			Alcohol y otras drogas	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de alcohol 	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
			Drogas	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de otras drogas 	0 – 10 No Depend 11 – 20 Poco Depend. 21 – 30 Depen. Media 31 – 50 Alta Media
			Hábitos alimentarios	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de alimentos Hábitos Servicios de la alimentación Dios me ayuda a llevar una vida mejor. Me gusta mucho aprender sobre de Dios Dios significa nada para mí (R) Creo que Dios ayuda a la gente La oración me ayuda mucho Pienso que orar es una buena cosa Pienso que los textos religiosos (e.g., la Biblia,) son anticuados (R) Dios es muy real para mí Pienso que orar sirve para nada (R) La religión me ayuda a llevar una mejor vida Encuentro difícil creer en Dios (R) Pienso que los rituales religiosos son una pérdida de tiempo (R) Para mí es importante practicar mi religión/creencias espirituales La religión es relevante en el mundo moderno. Pienso que ir al templo (e.g., Iglesia) es una pérdida de tiempo (R) Mis creencias religiosas realmente dan forma a mi enfoque total de vida La espiritualidad es importante en mi vida 	0 – 20 Alim. Poco Saludable 21 – 40 Alim. Med. Saludable 41 – 60 Alim. Muy saludable.
			Actitud religiosa	<ul style="list-style-type: none"> Dios es muy real para mí Pienso que orar sirve para nada (R) La religión me ayuda a llevar una mejor vida Encuentro difícil creer en Dios (R) Pienso que los rituales religiosos son una pérdida de tiempo (R) Para mí es importante practicar mi religión/creencias espirituales La religión es relevante en el mundo moderno. Pienso que ir al templo (e.g., Iglesia) es una pérdida de tiempo (R) Mis creencias religiosas realmente dan forma a mi enfoque total de vida La espiritualidad es importante en mi vida 	1-17 Baja Relig. 40 – 62 Media Relig. 63 – 85 Alta Relig

			Uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT)	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de UPNT • Dependencia de UPNT • Frecuencia uso de Internet: • Dependencia uso de Internet: • Frecuencia uso de Video Juegos: • Dependencia uso de Video Juegos: • Frecuencia uso del teléfono móvil • Dependencia uso del teléfono móvil • Frecuencia uso de la televisión • Dependencia uso de la televisión 	8 – 50 Bajo Uso Prob. 51 - 120 Moderado 121 – 228 Alto
Rendimiento académico	El rendimiento académico es la evaluación del conocimiento adquirido en un periodo de tiempo	En una escala vigesimal de obtiene la nota del estudiante obtenida en el ciclo estudiado.	Rendimiento académico	Promedio ponderado de los cursos llevados durante el semestre 2018 - I	Numérica Intervalo 0 -20

8.2. Instrumentos de Recolección de datos

CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA Y SALUD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS (ESVISAUN)

Carrera Profesional: _____ Ciclo actual de estudios: _____

1. Código de estudiante:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2. Lugar de residencia

- a. Morales
- b. Tarapoto
- c. Banda de Shilcayo
- d. Lamas
- e. Cacatachi
- f. Otro

3. Años de residencia

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

4. Ingreso a la universidad

- a. Examen ordinario
- b. Examen de Beca 18
- c. Traslado
- d. Otro

5. Colegio de procedencia

- a. Nacional
- b. Particular
- c. Militar
- d. Otro

6. Promedio ponderado actual:

2017-I: _____

2017-II: _____

Total acumulado: _____

7. Lugar de nacimiento

- a. Departamento: _____
- b. Provincia: _____
- c. Distrito: _____

8. Estado Civil:

- a. Soltero
- b. Casado
- c. Otro _____

9. Número de hijos: _____

10. Número de hermanos:

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

11. ¿Cómo te defines en materia religiosa?

- a. Creyente practicante
- b. Creyente no practicante
- c. No creyente

12. ¿Cuál es la residencia habitual durante el curso académico?

- a. Con padres
- b. Con tu pareja
- c. Con otros familiares
- d. Piso compartido con amigos(as)
- e. Residencia Universitaria
- f. Vivo solo

13. Número de personas con las que vives. (incluido tú): _____

14. ¿Trabajas actualmente? Sí _____
No _____

15. En caso de trabajar ¿cuántas horas trabajas a la semana?
Horas semanales: _____

16. ¿Cuál es la ocupación que desempeñan en la actualidad tú y tus padres, o la última que han desempeñado?

- a. Tú: _____
- b. Padre: _____
- c. Madre: _____

17. Sexo: a. Hombre b. Mujer

18. ¿Cuál es el nivel más alto de estudios que han completado tú y tus padres? (sin estudios, primarios completos, secundaria, superior no universitario, bachillerato, posgrado)

- Tú: _____
- Padre: _____
- Madre: _____

19. ¿Cuál es la principal vía de financiamiento de tus estudios?

- a. Padres
- b. Beca
- c. Otro _____

20. Aproximadamente ¿cuáles son tus ingresos netos mensuales por trabajo?

21. En caso de no disponer de ingresos por trabajo, ¿de cuánto dinero

Cannabis, Marihuana, hachis			
Cocaína			
Éxtasis o drogas de diseño (pastis, pirulas)			
Alucinógenos (LSD, trips, ácido, ketamina)			
Anfetaminas o Speed			
Heroína			

72. Si consumes alguna sustancia de la pregunta anterior, ¿cómo crees que ha variado tu consumo desde que empezaste en la universidad?

- a. Dejé de consumir
- b. Consumo menos
- c. Empecé a consumir mas
- d. Consumo mas
- e. Consumo igual

73. Señala con qué frecuencia consumes la/s sustancia/s que has señalado en las siguientes situaciones

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
Estando solo					
Estando en compañía					
En bares					
En pubs y discotecas					
En la universidad					
Piso de amigos/as					

74. En el momento actual, ¿sigues alguna dieta o régimen especial?

- c. Sí, para perder peso
- d. Sí, por enfermedad / salud.

75. Señala el número de veces que en promedio has consumido a los siguientes alimentos:

	Nunca o casi nunca	Al mes	A la semana	Al día
Leche / Yogur entero/a (1				
Leche semidesnatada				
Leche / Yogur desnatado/a				
Natillas, flan, puding (1				
Quesos (1 porción - 50 gr)				
Quesos desnatados				
Helados (uno)				
Huevos de gallina (uno)				
Carne de ternera (una				
Carne de pollo / pavo				
Carne de cerdo, cordero				
Hamburguesa / Salchicha				
Embutidos: salchichón,				
Jamón serrano o similar (1				
Pescado azul: sardinas,				
Pescado blanco: merluza,				
Marisco (1 ración)				
Frutas cítricas: naranja,				
Frutas no cítricas:				
Zumo de frutas comercial				
Frutos secos: almendras,				
Verduras y hortalizas				
Verduras y hortalizas				
Legumbres: lentejas,				
Pan blanco (3 rodajas, 60				
Pan moreno / integral				
Cereales desayuno (30 gr				
Cereales desayuno				

Arroz blanco (60 gr en				
Arroz integral				
Pasta: fideos, macarrones,				
Pasta integral				
Pizza (1 ración, 200 gr)				
Sopas y cremas de sobre				
Margarina (1 cucharada)				
Aceite de oliva				
Mantequilla				
Manteca de cerdo				
Azúcar (1 cucharadita)				
Mermelada				
Miel				
Golosinas (30 gr)				
Bollería comercial:				
Bollería casera				
Chocolates y bombones				
Galletas tipo María (4-6				
Snacks: patatilla,				
Bebidas carbonatadas con				
Bebidas carbonatadas				
Café o té (una taza)				

76. Señala la frecuencia con la que consumes o realizas las siguientes acciones:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Desayunar					
Revisar las etiquetas de los alimentos					
Comer entre horas / picotear					
Comer alimentos fritos					
Comer alimentos hervidos					
Comer alimentos asados o a la					
Me sirvo la cantidad que quiero y no miro si es mucho o poco					

77. Señala con qué frecuencia comes en los siguientes lugares durante el periodo lectivo.

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Bar / Cafetería					
En casa con tu familia					
En un piso con otros estudiantes					
En la universidad, pero me traigo la comida de casa					

78. En caso de vivir en un piso con otros estudiantes:

- a. Te traes la comida preparada de casa
- b. Se turnan para preparar la comida
- c. Cocinas tú.
- d. Comprar comida precocinada

79. ¿Cuántas comidas realizas al día?

80. Como valorarías los siguientes aspectos de esta universidad en cuanto a bares / cafeterías:

	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
Variedad de la oferta					
Oferta de productos saludables					
Precio					
Calidad					
Presentación					

Horarios						Superas el límite de velocidad					
						Usas el casco al circular en moto					
						Usas el casco al circular en bici					
						Respetas las señales de tráfico					

81. ¿Consideras que tienes la suficiente formación en cuanto a temas de sexualidad? Sí _____ No _____

82. ¿Has tenido alguna vez relaciones sexuales? Sí _____ No _____

83. Señala con qué frecuencia utilizas, tú o tu pareja (estable o esporádica), los siguientes métodos anticonceptivos:

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Muy a menudo
Preservativo o condón					
Píldora/parche/inyección anticonceptiva					
Marcha atrás (coito interrumpido)					
DIU (dispositivo intrauterino)					
Cremas / óvulos espermicidas					
Métodos naturales: Ogino, Billings, Tª...					

84. Tú o tu pareja ¿habéis tenido que recurrir alguna vez a la píldora del día después? Sí _____ No _____

85. ¿Has padecido o padeces alguna enfermedad de transmisión sexual? Sí _____ No _____

86. ¿Consideras que la manera de vivir tu sexualidad es ...?
 Nada satisfactoria 1 2 3 4 5
 Muy satisfactoria

87. ¿Con qué frecuencia ...?

	Nunca	Casi nunca	A veces	A menudo	Siempre
Usas el cinturón de seguridad delantero					
Usas el cinturón de seguridad trasero					
Conduces bajo los efectos del alcohol u otras drogas					
Conduces hablando por teléfono					

88. ¿Cuántas veces te cepillas los dientes?

- a. Nunca o casi nunca b. Varias veces a la semana, pero no cada día.
 c. Por lo menos una vez al día d. Después de cada comida.

89. ¿Te han diagnosticado alguna enfermedad crónica?

No _____
 Sí _____
 (especificar) _____

90. ¿Tienes alguna discapacidad?

- a. No b. Sí c. Auditiva
 d. Visual f.
 e. Motora
 Otro _____

91. En qué medida consideras que debería implicarse la universidad en la promoción de la salud de sus estudiantes:

Nada 1 2 3 4 5
 Mucho

92. Puntúa globalmente el papel que en tu opinión está desempeñando actualmente la universidad para la promoción de la salud de sus estudiantes:

Nada importante 1 2 3 4
 5 Muy importante

8.3. Índice o cálculo de confiabilidad de los instrumentos.

La prueba del Cuestionario NSE AMAI 2018, el Alfa de Cronbach fue de .324 esto es debido a las características propias de la población, provenientes de un mismo estrato social.

La escala de Actitud Religiosa obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.970, mientras que en el Cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT) mostró un Alfa de Cronbach de 0.888. El Cuestionario sobre estilos de vida y salud en estudiantes universitarios mostró un Alfa de Cronbach de 0.731, este nivel de confiabilidad no muy alto se debe a ciertas características de la población en referencia al uso de drogas, el alcohol y el tabaco, cómo se podrá ver más adelante. Todas las variables en estudio tienen un nivel de confiabilidad aceptable.

Tabla 19

Fiabilidad de las dimensiones estudiadas

Dimensiones	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Rendimiento académico	0.988	125
Nivel socioeconómico	0.324	125
Hábitos alimentarios.	0.964	125
Actividad Física.	0.793	125
Tabaquismo	0.896	125
Consumo de alcohol	0.802	125
Consumo de Drogas	0.760	125
Uso problemático de nuevas tecnologías	0.888	125
Actitud religiosa	0.970	125

ESCALA DE ACTITUD RELIGIOSA

Código: _____

	Totalmente desacuerdo	Desacuerdo	Inseguro	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1. Dios me ayuda a llevar una vida mejor.					
2. Me gusta mucho aprender sobre de Dios					
3. Dios significa nada para mí (R)					
4. Creo que Dios ayuda a la gente					
5. La oración me ayuda mucho					
6. Pienso que orar es una buena cosa					
7. Pienso que los textos religiosos (e.g., la Biblia, el Corán, el Torá) son anticuados (R)					
8. Dios es muy real para mí					
9. Pienso que orar sirve para nada (R)					
10. La religión me ayuda a llevar una mejor vida					
11. Encuentro difícil creer en Dios (R)					
12. Pienso que los rituales religiosos son una pérdida de tiempo (R)					
13. Para mí es importante practicar mi religión/creencias espirituales					
14. La religión es relevante en el mundo moderno.					
15. Pienso que ir al templo (e.g., Iglesia, Sinagoga, Mezquita) es una pérdida de tiempo (R)					
16. Mis creencias religiosas realmente dan forma a mi enfoque total de vida					
17. La espiritualidad es importante en mi vida					

Cuestionario de uso problemático de nuevas tecnologías (UPNT)

Código: _____ Sexo: V M Edad: _____

1. Indica la frecuencia con la que realizas las siguientes actividades:

	Nunca	Alguna vez al mes	Alguna vez a la semana	Todos los días
Utilización de Internet...				
Jugar con videojuegos...				
Ir al ciber...				
Teléfono móvil...				
Televisión...				

2. Indica si alguna de las siguientes actividades te causa problemas porque le dedicas exceso de tiempo, tienes discusiones debido a ellas con tus padres, gastas demasiado dinero en ella o te encuentras en parte enganchado a ella:

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
Utilización de Internet...				
Jugar con videojuegos...				
Ir al ciber...				
Teléfono móvil...				
Televisión...				

3. Uso de Internet

3.1. ¿Dónde utilizas Internet?

Casa (0) Ciber (1) Otros (2)

3.2. ¿Cuántas horas dedicas a Internet a la semana?

Entre 1-2 (1) Entre 2-5 (2) Entre 5-10 (4) Mas de 10 (5)

3.3. ¿Cuántas horas dedicas a Internet al día?

1(1) 2(2) 3(3) 4(4) 5 (5) 6(6) 7 o más (7)

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
3.4. ¿Dedicas más tiempo del que crees necesario a Internet?				
3.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes utilizar Internet queriendo hacerlo?				

3.6. ¿Estás pensando desde horas antes de conectarte a Internet en ello?				
3.7. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a utilizar Internet?				
3.8. ¿Alguna vez has intentado desconectarte de Internet y no lo has conseguido?				
3.9. ¿Te relaja navegar por Internet?				
3.10. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que estuviste conectado a Internet?				

4. Uso de Video Juegos

4.1. ¿Dónde juegas con videojuegos?

Casa(0) Ciber (1)..... Otros (2)

4.2. ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos a la semana?

Entre 1-2 (1) Entre 2-5 (2) Entre 5-10 (4) Mas de 10 (5)

4.3. ¿Cuántas horas dedicas a los videojuegos al día?

1(1) 2(2) 3(3) 4(4) 5 (5) 6(6) 7 o más (7)

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
4.4. ¿Dedicas más tiempo del que crees necesario a los videojuegos?				
4.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes jugar a los videojuegos?				
4.6. ¿Estás pensando desde horas antes de jugar con los videojuegos?				
4.7. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a jugar a los videojuegos?				
4.8. ¿Alguna vez has intentado dejar de jugar y no lo has conseguido?				
4.9. ¿Te relaja jugar a los videojuegos?				
4.10. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que jugaste?				

5. Uso del teléfono móvil

5.1 ¿Dónde?

En mi habitación (0) En el colegio (1) En el salón de casa (2)

5.2. ¿Quién lo paga?

Mis padres (0) Yo, con mi dinero (1) Otros (2)

5.3. ¿Cuántas horas dedicas al móvil a la semana?

Entre 1-2 (1) Entre 2-5 (2) Entre 5-10 (4) Mas de 10 (5)

5.4. ¿Cuántas horas dedicas al móvil al día?

1(1) 2(2) 3(3) 4(4) 5 (5) 6(6) 7 o más (7)

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
5.5. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes usar el teléfono móvil?				
5.6. ¿Estás pensando desde horas antes de usar el móvil?				
5.7. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas al móvil?				
5.8. ¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo has conseguido?				
5.9. ¿Te relaja usar el móvil?				
5.10. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que usaste el móvil?				

6. Uso de televisión

6.1. ¿Dónde sueles ver la televisión?

En mi habitación (0) En el salón de casa (1) Otros (2)

6.2. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión a la semana?

Entre 1-2 (1) Entre 2-5 (2) Entre 5-10 (4) Mas de 10 (5)

6.3. ¿Cuántas horas dedicas a la televisión al día?

1(1) 2(2) 3(3) 4(4) 5 (5) 6(6) 7 o más (7)

	Nunca	A veces	Con frecuencia	Siempre
6.4. ¿Te encuentras mal cuando por algún motivo no puedes ver la televisión?				
6.5. ¿Estás pensando desde horas antes de ver la televisión?				
6.6. ¿Mientes a tu familia o amigos sobre las horas que dedicas a ver la televisión?				
6.7. ¿Alguna vez has intentado dejar de ver la televisión y no lo has conseguido?				
6.8. ¿Te relaja ver la televisión?				
6.9. ¿Te sientes nervioso si pasa mucho tiempo desde la última vez que viste la televisión?				



Una Institución Adventista

“Año de la Lucha Contra la Corrupción y la Impunidad”

Morales, 27 de junio de 2019

Doctor
César Augusto Gálvez Vivanco
Director General – Filial Tarapoto
Universidad Peruana Unión

Asunto: Autorización del Comité de Ética para el desarrollo de la investigación.

Tengo el agrado de dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo y desear muchas bendiciones en la labor que desempeña.

Mediante este documento tenemos a bien presentar al investigador **Dan Enoc Sáenz Gaspar**, con DNI N° 09762959 y su asesor el Mg. Josmel Roy Pacheco Mendoza, identificado con DNI N° 40076503, docente Investigador de la Universidad San Ignacio de Loyola.

El Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión ha revisado el protocolo de investigación titulado: **“Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018”** presentado por el investigador antes mencionado, y se resuelve **autorizar** el desarrollo de la investigación de acuerdo a los procedimientos mencionados (adjunto perfil del proyecto) que será aplicado al personal que Usted dignamente dirige.

Agradecemos anticipadamente el apoyo que pueda brindar a los investigadores, a fin de concluir satisfactoriamente este proceso, los resultados obtenidos serán difundidos por los canales correspondientes.

Cordialmente,

Dr. Edgar Rubén Mamani Apaza
Presidente
Comité de Ética de Investigación FT

cc: Investigador

UPeU

(01) 460 0498 968 701 974 / 968 701 951
informes.tpp@upeu.edu.pe @UPeUTarapoto
Jr. Los Mártires 340, Urb. Santa Lucía, Morales - San Martín

Declaratoria de autenticidad del asesor

Yo, Dr. Sánchez Dávila Keller, docente de la Escuela de Posgrado, Programa académico de la Maestría en Educación con mención en Docencia y Gestión Educativa de la Universidad César Vallejo SAC - Tarapoto, asesor de la investigación titulada: “Estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes universitarios beneficiarios del programa Beca 18 de la Universidad Peruana Unión - Tarapoto, 2018”, cuyo autor es Sáenz Gaspar, Dan Enoc, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 13 % verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la investigación cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Tarapoto, 28 de abril de 2023

Apellidos y nombre del asesor	Firma
SANCHEZ DAVILA KELLER DNI: 4199504 ORCID: 0000-0003-3911-3806	