



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

Conciencia ambiental y estilo de vida saludable en los estudiantes  
de la Facultad de Medicina de una universidad privada de Lima,  
2022

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

**AUTORA:**

Patiño Hernández, Erika ([orcid.org/0000-0003-2959-3527](https://orcid.org/0000-0003-2959-3527))

**ASESOR:**

Dr. Ocaña Fernández, Yolvi Javier ([orcid.org/0000-0002-2566-6875](https://orcid.org/0000-0002-2566-6875))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Evaluación y Aprendizaje

**LINEA DE RESPONSABILIDAD UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**LIMA – PERÚ**

**2022**

## **Dedicatoria**

A Dios y mis ángeles quienes guían mi camino. A mis hijas Tiziana y Rafaella quienes son mi equilibrio, motivo e impulso en mi vida. A mis padres Eleazar y Yiyita, quienes con su sabiduría, paciencia y amor me guían en el camino de la vida. A mi abuelita Esmilda quien hiciste de mi infancia un recuerdo maravilloso y de quien tengo la dicha de tenerte físicamente a mi lado y a mi compañero de vida Marcos Tacas que sin él no hubiera sido posible la culminación de este logro.

### **Agradecimiento**

Agradezco a mis hijas Tiziana y Rafaella, a mi compañero de vida quienes sin ellos no hubiera sido posible la culminación de este trabajo y a cada uno que contribuyó en la preparación de esta investigación.

A los asesores, maestros y doctores por su gran aporte académico y humano.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de gráficos y figuras .....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1 Tipo y diseño de investigación .....	14
3.2 Variables y operacionalización.....	15
3.3 Población, muestra y muestreo.....	17
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	17
3.5 Procedimientos. ....	18
3.6 Método de análisis de datos. ....	18
IV. RESULTADOS.....	20
4.1. Descripción de resultados .....	20
V. DISCUSIÓN .....	30
VI. CONCLUSIONES .....	36
VII. RECOMENDACIONES .....	37
REFERENCIAS .....	38
ANEXOS .....	44

## Índice de tablas

<b>Tabla 1.</b> <i>Validación de juicio de expertos</i> .....	18
<b>Tabla 2.</b> <i>Conciencia Ambiental y Estilo de Vida Saludable</i> .....	18
<b>Tabla 3.</b> <i>Nivel de confiabilidad de los instrumentos de investigación</i> .....	20
<b>Tabla 4.</b> <i>Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022</i> .....	20
<b>Tabla 5.</b> <i>Distribución de las dimensiones de la conciencia ambiental en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022</i> .....	21
<b>Tabla 6.</b> <i>Nivel del estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022</i> .....	22
<b>Tabla 7.</b> <i>Nivel del estilo de vida saludable por dimensiones en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.</i> .....	23
<b>Tabla 8.</b> <i>Prueba de normalidad de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable</i> .....	24
<b>Tabla 9.</b> <i>Grado de correlación y nivel de significación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina</i> .....	25
<b>Tabla 10.</b> <i>Grado de correlación y nivel de significación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina</i> .....	27
<b>Tabla 11.</b> <i>Grado de correlación y nivel de significación de la disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina</i> .....	27
<b>Tabla 12.</b> <i>Grado de correlación y nivel de significación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina</i> .....	29
<b>Tabla 13.</b> <i>Grado de correlación y nivel de significación relación de la cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes</i> .....	30

## Índice de gráficos y figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Dimensiones de la conciencia ambiental</i> .....	9
<b>Figura 2.</b> <i>Diagrama del diseño de investigación</i> .....	14
<b>Figura 3.</b> <i>Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022</i> .....	21
<b>Figura 4.</b> <i>Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022</i> .....	22
<b>Figura 5.</b> <i>Nivel del estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.</i> .....	23
<b>Figura 6.</b> <i>Distribución por niveles de la vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.</i> .....	24

## Resumen

La presente investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre **“CONCIENCIA AMBIENTAL Y EL ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2022”**. La importancia de la investigación surge a razón que en la actualidad enfrentamos un problema relevante que es la falta de concientización en la preservación y conservación del ecosistema, consecuencias que trae consigo en la salud del ser humano, este problema es patente tanto en los estudiantes de nivel básico y superior, siendo los estudiantes de medicina como futuros promotores de la salud, de ahí la importancia de fortalecer a los profesionales de salud en el ámbito de educación ambiental y estilo de vida saludable.

Ante tales circunstancias, la implantación de una adecuada interacción con el medio ambiente y la población, detectando las implicancias negativas del daño ambiental y los errores del hombre, apoyado por la implantación en el plan curricular de la universidad la asignatura de educación ambiental, con el fin de fomentar y proteger la salud individual, familiar y comunal generando un aumento importante de vida saludable.

La investigación tuvo como enfoque cuantitativo, tipo fue básica, diseño no experimental, nivel correlacional. Se trabajó con la encuesta como técnica de recolección de datos y el cuestionario como instrumento que fue aplicada a 96 estudiantes, de los resultados obtenidos relacionados con las variables se realizó la estadística descriptiva e inferencial, obteniéndose como resultado que existe relación significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

Palabras clave: Conciencia Ambiental, Estilos de Vida, Salud.

## **Abstract**

The purpose of this research was to determine the relationship between **"ENVIRONMENTAL AWARENESS AND HEALTHY LIFESTYLE IN STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE OF A PRIVATE UNIVERSITY OF LIMA, 2022"**.

The importance of the research arises because we currently face a relevant problem that is the lack of awareness in the preservation and conservation of the ecosystem, consequences that it brings with it on the health of the human being, this problem is evident both in the students of basic and higher level, with medical students as future health promoters, hence the importance of strengthening health professionals in the field of environmental education and healthy lifestyle.

Given these circumstances, the implementation of an adequate interaction with the environment and the population, detecting the negative implications of environmental damage and human errors, supported by the implementation of the subject of environmental education in the university's curriculum plan, with the in order to promote and protect individual, family and community health, generating a significant increase in healthy life.

The research had a quantitative approach, type was basic, non-experimental design, correlational level. We worked with the survey as a data collection technique and the questionnaire as an instrument that was applied to 96 students, from the results obtained related to the variables, descriptive and inferential statistics were carried out, obtaining as a result that there is a significant relationship between environmental awareness and the healthy lifestyle in the students of a medical school of a private university in Lima, 2022.

Keywords: Environmental awareness, Lifestyles, Health.

## I. INTRODUCCIÓN

Hoy en día, para muchos de los estudiantes de medicina, la conciencia ambiental es un tema indiferente por el ritmo de vida que llevan, siendo fundamental valorar el tema debido a que muchos problemas de salubridad pública están relacionados con la contaminación ambiental. La interacción del humano y su ambiente somático se ha analizado largamente, ya que acciones cotidianas de la gente influyen en el ecosistema, reflejadas con un efecto adverso sobre el ecosistema al pervertir el agua que ingerimos, el aire que inhalamos y el suelo en el que prosperan las plantas. En tal sentido, Vargas (2017) refiere que la enseñanza ambiental se realice desde la educación básica hasta superior para que de esta manera la persona fortalezca sus conocimientos y comportamientos hacia la conservación del ecosistema, así como una conciencia ambiental racional y responsable que implique la involucración individual y social en acciones proambientales.

Considerando lo anterior Díaz (2019) refiere que a pesar de que existen normas con respecto a la preservación y cuidado del ecosistema, no se ha llegado a alcanzar logros óptimos con respecto a la sensibilización del ser humano con temas ambientales, resultando ser un tema poco investigado, siendo la población humana quien principalmente hace uso de los recursos de la naturaleza y responsable de su cuidado.

Así mismo Manisalidis (2020) afirma que entre los más grandes flagelos de la actual época esta la contaminación del aire, produciendo impacto climático sino también en la salud pública e individual percibido en el aumento de la morbi-mortalidad, existen varios factores que son causales de importancia en las patologías de seres humanos, como las enfermedades cardiovasculares, respiratorias, sistema nervioso central, enfermedades dermatológicas, cáncer, entre otras. Por último, el cambio climático que resulta de la contaminación del ecosistema afecta la división geográfica de patologías infectocontagiosas por lo que la mejor forma de afrontar esta dificultad es por medio de la sensibilidad ambiental pública juntamente con una óptica interdisciplinaria.

Las actividades desarrolladas en la vida cotidiana universitaria como tareas, evaluaciones, convenciones, entrevistas, compromisos son eventos que los estudiantes universitarios desarrollan constantemente durante su formación, pero a medida que avanza el proceso de carga surge el estrés como respuesta del organismo. La predisposición de una persona al estrés puede estar determinada por la particularidad de cada uno de ellos, incluidos aspectos fundamentados de la personalidad, estimación personal conjuntamente con la resiliencia orgánica; en consecuencia, un elemento estresante puede originarse de manera distinta por ambas personas, lo que sugiere que las reacciones a los estímulos estresantes son propias y no objetivas, reflejando la capacidad para adaptarse de cada persona. (Domingues et al., 2018).

Casa (2019) refiere que el individuo tiene percepción, que es el desarrollo de planificación y traducción de sensaciones sensitivas con el fin de otorgar una significación. La apreciación hacia el medio ambiente conlleva un desarrollo de conocer el ecosistema a través de las reacciones sensoriales, interviniendo las acciones, que son emociones óptimas o contrariamente no favorables que la sociedad dispone hacia las particularidades del entorno ambiental.

Según lo tratado anteriormente llegamos al planteamiento del problema general: ¿Cuál es la relación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022? Los problemas específicos son: 1) ¿Cuál es la relación de la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?; 2) ¿Cuál es la relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?; 3) ¿Cuál es la relación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?; 4) ¿Cuál es la relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?

Por esta razón, la justificación teórica es aportar y dar a entender la conexión de conciencia ambiental entre el estilo de vida saludable, cuyos resultados servirán

de base para posteriores investigaciones, así mismo la justificación práctica servirá de aporte a estudios posteriores, cuya aplicación práctica contribuirá en la mejora o creación de un estilo de vida sano y discernimiento ambiental de los estudiantes de pregrado de medicina contribuyendo a su crecimiento intelectual y personal. La justificación metodológica nos permitirá conocer a través de los instrumentos de indagación su nivel de conexión entre las variables de observación, en consecuencia, se obtendrá un aporte académico para posteriores investigaciones relacionadas al mismo tema (Hernández, 2018).

En cuanto al propósito general: Determinar la relación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022. Asimismo los objetivos específicos son: 1) determinar la relación de la dimensión la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022; 2) determinar la relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022; 3) determinar la conexión de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022; 4) determinar la conexión de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

En cuanto a la hipótesis general: Existe relación significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022. Y como hipótesis específicas: 1) existe relación entre; la dimensión afectiva, disposicional, activa y cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

## II. MARCO TEÓRICO

La actual investigación eligió como base los diferentes requerimientos científicos que se esperan respecto a publicaciones o investigaciones similares con las variables estudiadas, buscando artículos relevantes a nivel nacional, es así que Gamero (2018) Huancavelica, realizó un análisis, cuya finalidad principal delimitar la conexión de conciencia ambiental entre el sostenimiento de espacios verdes con respecto de alumnos de secundaria, encontrándose una conexión alta y revelador entre las variables analizadas, por ende, estos datos reflejan una elevada una conciencia ecológica que se aprecia por la protección de las zonas verdes y, en caso de ausencia, se relaciona a una baja protección de las áreas verdes por parte del alumnado.

Torres (2019) Lima, realizó una indagación que tuvo como finalidad precisar la correlación de Conciencia Ambiental entre estilos saludables de vida en estudiantes universitarios de Educación en la ciudad de Lima, utilizando un diseño no experimental correlacional, obteniéndose como resultados existencia de conexiones elocuentes indudables de Conciencia Ambiental entre los Estilos saludables de vida ( $r = 0,72$ ), Así mismo se determinó que los alumnos muestran un grado medio en Conciencia ambiental y estilos saludables de vida por ende, haciéndose indispensable reforzar minuciosamente estas fluctuantes en el alumnado.

Pacheco et al., (2019), Lima, efectuaron un análisis, cuyo propósito fue instituir la conexión de conciencia ambiental y el proceder proambiental en el alumnado de primer ciclo de una Universidad, determinándose con los paradigmas y materiales, con la muestra de 236 estudiantes, que existe un dominio de grado superior de la conciencia ambiental, con un comportamiento proambiental adecuado, existiendo correspondencia natural de conciencia ambiental entre la conducta proambiental.

Tirado (2019) Lima, desarrollo una tesis que tuvo como objetivo proponer el Programa Colegio Saludable, como un sistema de fomentar conciencia ambiental estudiantil en la secundaria de un colegio de ubicación Bambamarca, obteniéndose como resultado, concluyéndose a través de la aplicación y análisis de una encuesta, que existe un considerable grupo de estudiantes de que presentan un nivel bajo nivel de conciencia ambiental, por ende, es imprescindible incentivar una práctica

de hábitos saludables de comportamiento en nuestro ecosistema con acciones prácticas en el temario del colegio saludable.

Meza (2020) La presente indagación tuvo como propósito principal comprender cómo se manifiesta la conciencia ambiental en universitarios de una entidad universitaria privada de Lima Metropolitana. Los hallazgos reflejaron que la conciencia ambiental alcanza cuatro magnitudes: cognitiva, afectiva, conativa y activa. Asimismo, los conocimientos específicos se relacionan con la problemática de los recursos naturales, como el exceso de basura percibida como una problemática peligrosa, evidenciándola con la disposición de asumir costes, agregando acciones como el cuidado del agua y la electricidad. Concluyendo que el alumnado universitario se encuentra adecuadamente informado referente a la problemática del medio ambiente de su entorno dando a conocer realizando acciones proambientales en su estilo vida cotidiana.

Herrera (2017) Callao, desarrollo una investigación de conciencia ambiental a estudiantes de secundaria de la provincia del Callao, concluyo en base a los efectos de la fluctuante conciencia ambiental evidenciada por el 60% son regulares mientras que la diferencia en un nivel alto, por lo tanto, se manifiesta en los alumnos de secundaria tienen nivel regular sobre la conciencia ambiental ya que los profesores imparten clases en forma habitual y usual sin estimular y comprometer en el cuidado de nuestro ambiental con acciones simples como el reciclaje, se sigue contar con docentes más capacitados para que promueva enseñanzas significativas con el contacto de la naturaleza y comprometerlos y motivarlos a la preservación y reserva de nuestro ecosistema.

Canchaya (2020) Callao, realizo su investigación en estudiantes universitarios, la cual tuvo como finalidad establece la conexión de la conciencia ambiental y acciones de preservar el ecosistema en universitarios de pregrado de la UNAC, siendo de tipo básica con diseño y enfoque cuantitativo, según el cuestionario para recolección de datos, concluyo que existe un nexo relevante entre las variables de estudio en los alumnos de la universidad nacional, y que posteriormente se utilizara de guía en la institución académica y al alumnado para instaurar políticas y programas destinados a aumentar el conocimiento y sensibilidad ambiental entre los alumnos de educación superior.

Entre los informes de esfera Internacional, se tiene a Álvarez-García et al. (2018) quienes, en su artículo realizado en España, establecen que la preparación de pedagogos en el área de enseñanza ambiental es necesaria para formar ciudadanos ecológicamente educados, describiendo el proceso de desarrollo y validación de una herramienta que evaluará la competencia biocenosis de los estudiantes a pedagogo de escuela primaria. Empezando a analizar y determinar las competencias básicas comenzando por la noción de “educación del medio ambiente” y la bibliografía científica existente. Delimitando dichas competencias, con la obtención de cuestionarios auténticos y fiables que puedan valorar y establecer las aptitudes medioambientales de los docentes de Educación Básica en una etapa temprana de la educación, adaptados a otros colectivos con características similares.

Braun et al. (2017) En su artículo de estudio explora el impacto del programa de educación ambiental al aire libre en la conexión con la naturaleza de los estudiantes de primaria y secundaria con respecto al alcance de su experiencia con la naturaleza y la edad de los participantes. La intervención se implementó en dos duraciones de un día y cinco días. Los participantes se dividieron en cuatro submuestras de siete a 18 años de edad. Los hallazgos sugieren que ambos tipos de intervención evocan cambios inmediatos hacia una conexión con la naturaleza más fuerte entre los estudiantes ( $p < 0,001$ ). En particular, las intervenciones de educación al aire libre de cinco días fueron significativamente más eficaces en la promoción sostenible de la conexión con la naturaleza en comparación con las excursiones de un día ( $p < 0,001$ ). Los estudiantes de siete a nueve años realizaron los cambios más fuertes hacia la naturaleza. Se discute el valor de las intervenciones de educación ambiental al aire libre a corto plazo y residenciales.

Flórez-Yepes et al. (2018) en su artículo de indagación realizado en Colombia, Implementa un plan de concientización ecológico para infantes y adolescentes en la Fundación denominada Niños de los Andes sede Manizales, usando como herramienta la encuesta y recolectando información para después analizarla desde una perspectiva del personal docente. Concluyendo, según los resultados experimentales, la mejor herramienta para aplicar la educación ecológica en la primera infancia es desarrollar ejercicios prácticos que permitan

aprender de ejemplos reales los problemas ambientales y cómo solucionarlos para prevenirlos, reducirlos y controlarlos.

Arrieta-Reales et al. (2022) desarrollaron una investigación en Colombia, teniendo como objetivo medir la adquisición de conocimientos en salud en universitarios de medicina de Barranquilla en Colombia, dando como resultado una conciencia en salud alta del 67 al 100%, destacando que los estudiantes sintieron que la formación en su salud los ha llevado en parte a la conciencia en salud. En conclusión, durante su formación, los estudiantes de medicina adquirieron una conciencia moderada sobre la salud, con las tasas de respuesta más altas entre el 44 % y el 66 %.

Teruel et al. (2017) en sus investigaciones de educación ambiental estudiada en Cuba para promover estilos de vida saludable, introdujeron un método alternativo para promover la educación ambiental en términos modernos promoviendo una práctica de vida sano, deduciendo, que la educación ambiental aún carece de la preparación de un experto que se prepare para transformar la realidad educativa, ofreciendo una propuesta de educación ambiental de manera que promueva prácticas de vida saludables en los alumnos universitarios..

Urbano, (2018) desarrolla un análisis de la planificación de dirección entera de Residuos Sólidos de la institución Universidad Autónoma del Cauca, cuyo objetivo fue desarrollar diversas actividades acordes a los fines planteados. Empezando con valoración y sus correspondientes acciones destinadas a la recopilación de la información, reconocimiento de sitios de investigación, manejo de desechos sólidos y reportaje fotográfico que muestre el estado actual de cada sede Corporación Universitaria Autónoma del Cauca, lográndose determinar el conocimiento acerca del manejo de residuos sólidos en un lugar adecuado.

Moreno et al. (2019) publicaron un artículo en Argentina, cuyo objetivo fue analizar como los alumnos de educación superior universitaria priorizan sus metas de sostenibilidad y la trascendencia que le dan al cuidado del medio ambiente, además de su interés de participar en campañas ambientales, obteniéndose como resultado que los estudiantes priorizan una buena enseñanza, termino de la pobreza, salubridad y confort, empleos dignos y desarrollo económico, disminuyendo la escasez de alimentos , entonces se concluye que a pesar de los incentivos para participar en actividades ambientales, los objetivos ambientales no

se evalúan adecuadamente al momento de tomar decisiones. El medio ambiente no es una prioridad para los alumnos de este estudio, la prioridad son las metas en el aspecto socioeconómico.

En breviarío, en virtud de las precedentes indagados nacionales e internacionales basándose en sus cimientos nos da una idea que la conciencia ambiental y un estilo de vida sano que pueden significativamente incrementar significativamente la productividad académica en los estudiantes de facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, existiendo relación positiva y saludable.

A continuación, desarrollaremos los fundamentos teóricos de nuestra variables conciencia ambiental y estilo de vida saludable respectivamente. Para Jiménez y La Fuente (2010) la conciencia ambiental hace referencia a los aspectos psicológicos del individuo que está relacionado con la tendencia a actuar y comportarse pro ambientalista, que van asociados desde creencias, valores, actitudes, conocimientos, entre otros. Un individuo con comprensión ambiental es alguien que exhibe una amplia gama de comportamientos ambientales y defiende ciertos valores y actitudes, logrando una conciencia ecológica de un concepto y comportamiento multidimensional, su funcionamiento basado en la experiencia basada en los resultados del Eco barómetro de Andalucía. (EBA, 2004).

Por otro lado, Tserej (2014) definió a la percepción ecológica como una agrupación sistemática de hábitos, conocimientos y vivencias que las personas utilizan en forma activa en sus relaciones con ecosistema, deduciendo la apariencia del sujeto en el desarrollo de relación con el entorno. La conciencia ecológica incluye aspectos cognitivos, operativos, desechables y afectivos que pueden ser reforzados, desarrollados y expresados individualmente en relación con el ecosistema.

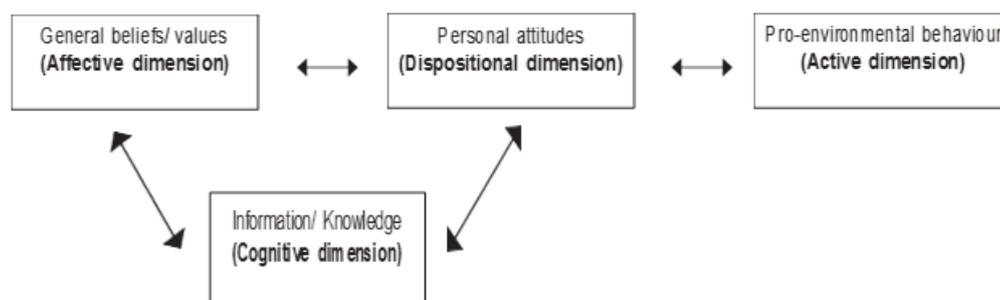
La conciencia ambiental, como dimensión actitudinal del comportamiento pro ambientalista, comprende aspectos afectivos, cognitivos y disposicionales. Comprendiendo actitud y conducta como variables del aspecto psicológico que se muestran importantes si son comprendidas en término de variables situacionales. El estudio sobre las posturas ecológicas se apoya basa en el tema emocional de apreciación intelectual de las actitudes que los seres humanos asumen a aspectos particulares medio ambientales (Tonello y Valladares, 2015)

En un plan de enseñanza del medio ambiente con una perspectiva científica de la educación, la meta es el crecimiento del interés por la ciencia y el aspecto investigativo en niños y adolescentes hacia los temas ambientales, como una forma de hacer que su ámbito se sienta como propio y ayudar a la resolución problemática relacionada con el ecosistema. Tomar acciones pro ecológicas para proteger el planeta y reducir la contaminación a través de una producción más limpia se vuelve necesario no solo por tener un impacto indudable en la reputación de la organización, sino también porque el fenómeno del calentamiento global es real y nos apremia, exigiendo soluciones rápidas. (Ministerio del ambiente, 2012).

Cuando nos referimos a las características de las magnitudes de conciencia ambiental, Jiménez y La Fuente (2010) se relacionan con cuatro dimensiones y son: Afectiva, Disposicional, Activa y Cognitiva.

**Figura 1.**

*Dimensiones de la conciencia ambiental*



**Fuentes:** Revista Internacional de Sociología (RIS)

La magnitud afectiva, es bien difundida y antigua cuando se refiere al ambientalismo propuesta por Dunlap en el 2010, expresando que se trata de valores primitivos o creencias sobre interactuar entre la humanidad y el ecosistema llamado nuevo precepto ecológico (NEP), asociando el ecologismo a una perspectiva general en defensa de la naturaleza enfatizando necesidad de la especie humana de instituir el equilibrio con la naturaleza, considerando en cuenta las limitaciones del desarrollo de la sociedad humana y cuestionar el derecho a dominar al resto de la naturaleza. (Jiménez y la Fuente, 2010).

La magnitud disposicional, relacionado a la formación de actitudes y comportamientos proambientales dentro de modelos jerárquicos de valor(creencias)-actitud(personal)-comportamiento, enfatizando el rol de las reglas

individuales de las variables actitudinales que median entre convicciones y conductas. Estas reglas individuales se consideran la base actitudinal fundamental para una predisposición hacia determinados comportamientos. Los más relevantes son los personales, norma moral o sentido de responsabilidad personal y emociones de eficacia. (Jiménez y La Fuente, 2010).

La magnitud cognitiva, midió la calidad de referencias y entendimiento de los individuos sobre problemas asociados al medio ambiente, siendo un factor primordial para activar las reglas personales que guían la conducta y el proceso de interiorización proambiental, de las creencias y valores. Interpretando los diferentes niveles de responsabilidad personal y autoeficacia en el comportamiento, se destacan dos aspectos: la estimación de la información utilizable y el tipo de conducta. La información indispensable para liberar las reglas personales que guían nuestra conducta incrementando los sentimientos de autoeficacia. (Jiménez y La Fuente, 2010).

La dimensión activa, es la certeza experimental que refleja la existencia de diversos tipos de comportamientos proambientales influenciados por diversas mezclas de elementos explicativos. Los comportamientos colectivos pertenecen a un sector ambiental que protestan y colaboran como voluntarios ambientales. En los comportamientos individuales según diversos autores, deben diferenciarse en comportamientos de mínimo costo siendo el más conocido el reciclaje y otros que involucra mayores costos, teniendo entre ellos la reducción del uso del automóvil, etc. (Jiménez y La Fuente, 2010).

Para Nebreda (1998) definió que estilo de vida o Life style como un término para denotar la manera general de vivir, justificada con la interconexión entre las situaciones de vida en demasía desde perspectivas propias de acciones determinadas con los elementos sociales-culturales y sus peculiaridades propias como valores, opiniones, los gustos, actitudes y preferencias que puede estar reducido o desarrollado por elementos del ambiente físicos o socioeconómicos, por ende, los estilos de vida frecuentemente se juzgan en base de las vivencias propias y grupales, como en concordancia al entorno cultural y las condiciones de vida.

Según Lozano (2011) manifiesto que el estilo de vida saludable puede ser descrita como etapas de categoría social que consisten en una asociación de costumbres y rutinas de personas de una señalada comunidad y que los llevará a

satisfacer sus prioridades, permitiéndoles alcanzar la felicidad y el equilibrio. Entonces, la situación de salud individual o grupal estableciéndose como prioridad en algún tiempo histórico y en una variedad de espacios posibles, dado por el intercambio de muchas fases tales como física, química, biológica, social, económica, política, cultural, tecnológica e ideológica, entre las primordiales. La condición de salubridad simultáneamente establece la actividad de las fases que la delimitaron.

Cuando se hace referencia a las características de las dimensiones, Torres (2019) expresó que se relacionan con seis que se describen a continuación: Nutrición, Actividad Física, Responsabilidad en Salud, Manejo del Estrés, Soporte Interpersonal y Autorrealización.

La nutrición conceptualiza como un conjunto de etapas mediante el cual el ser viviente, transforma y absorbe diversos elementos o componentes que percibe del mundo externo y conforma la fracción de los alimentos, proporcionando energía, construcción y renovación del sistema orgánico, así como controlar o regularizar el desarrollo biológico en nuestro caso del ser humano. Así mismo, una nutrición social es una forma de táctica que tiene como propósito restablecer el aspecto de nutrición en un grupo de poblacional o comunidad. (Martínez ,2021).

Así mismo, Aguilar (2012) definió que la actividad física depende de la persona, desarrollando acciones de movimiento como caminar, danzar, nadar o acciones en el hogar como cuidado de plantas o de aseo, se menciona al Ti Chi de salud por 30 minutos y al menos cinco días a la semana logran beneficios con la salud, promoviendo emplear treinta minutos de forma sucesiva a una acción física para obtener un efecto beneficioso lo cual ha sido demostrado científicamente que mejora el estado de ánimo reduciendo el estrés consecuentemente aumenta el grado de energía y productividad personal, manteniendo el peso adecuado, reduciendo la probabilidad de enfermedades cardíacas, En las personas con Diabetes son de gran ayuda logrando manejar considerablemente la glucosa ayudando al tratamiento médico completamente.

Para Lopetegui (2000) mencionó que la responsabilidad en salud involucra seleccionar y deliberar sobre opciones de salud adecuadas en vez de aquellas que están relacionas con un riesgo para la salud. Ampliando habilidad para modificar los riesgos inherentes por factores hereditarios y ambientales, reconociendo

nuestros riesgos a través de cambios en nuestro comportamiento por lo cual es necesario reflexivo a nuestras vidas desde un punto de vista de salud y cambiar modificando los hábitos negativos antiguos.

El estrés es la reacción no específica que manifiesta el organismo ante algún requerimiento, siendo originado por situaciones placenteras o negativas en donde el cuerpo experimenta situaciones no específicas a los diferentes incentivos que ejercen en él. Sin embargo, con respecto a que el estrés origine menor perjuicio que el distrés que puede traducirse como angustia también conocida como sufrimiento físico o mental, depende que es el “cómo te lo tomes” lo que determina, resumiéndolo como la persona puede adaptarse al cambio de manera victoriosa. En resumen, no es el estrés en si lo que nos mata, es nuestra forma como reaccionamos ante él (Selye,1978).

El estrés universitario es un fenómeno complejo que conlleva la interrelación de factores entre ellos estresores universitarios, la experiencia no objetiva del estrés académico, moderadores y por último sus efectos, percibiéndose estos aspectos aparecen dentro del ambiente institucional que es la Universidad. Este ambiente constituye un conjunto de experiencias con alto nivel de estrés debido a que la persona puede experimentar, aunque sólo se manifiesten temporalmente, ya sea por una falta de compostura acerca del neo entorno, altamente potencial provocador de estrés y, coadyuvado por un miedo al fracaso académico universitario. (Martin, 2007)

Matalinares et al., (2009) mencionó que el soporte interpersonal en las mujeres y varones se favorecen por igual al intervenir en movimientos sociales de cualquier edad, quedando demostrado que interactuando se vuelven más saludables, tanto física y mentalmente, comparándolos con los que se encuentran aislados en el ámbito social. La interrelación familiar y amical proporciona un soporte practico y afectivo reduciendo el estrés de la vida, estando físicamente saludable, por ende, no necesitar acudir a centros de salud mental; así mismo las civilizaciones y los grupos de personas tienen influencia en nuestra forma de pensar y sentimientos formando comportamientos de acuerdo con cada individuo.

Según Parra et al., (2006) mencionó que una autorrealización del ser humano es por consecuencia de su naturaleza socializadora, permitiéndole crecer y desarrollarse desde sus inicios en el seno familiar manifestándose en la forma

que acontecen sus diversas etapas de vida, al mismo tiempo, la socialización aumenta mientras va progresando socialmente la persona en la vida cotidiana, entonces desde este punto de vista del desarrollo del individuo siendo un ser que va creciendo y evolucionando en comunidad o institución.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

**Tipo de investigación:** Esta investigación es de tipo básica que va en busca de conocimientos teóricos que analicen y expliquen temas específicos (Sánchez y Reyes, 2015), cuyo fin es amplificar los pensamientos teóricos, pero no busca aplicar los conocimientos adquiridos (Muntané, 2010)

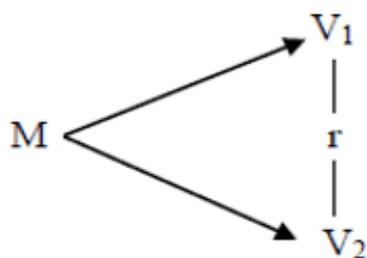
**Diseño de investigación:** no experimental, teniendo un grado correlacional, en efecto de no modificar las variables independiente o dependiente en la investigación. Se seleccionó la delineación no experimental, transversal y correlación descriptiva. Es no experimental porque no se manipularon las variables de indagación, es decir, no se realizarán pruebas o experimentos en personas, plantas o animales. A su vez, es transversal en la dirección que la recopilación de datos sea realizada en un tiempo dado, siendo correlacional descriptiva, el sentido de que determinará si hay una conexión positiva o negativa de las dos variables dadas (Hernández, 2018)

Como expresa Hernández (2018), la investigación se explica como un estudio principal, en la capacidad de que se analiza dando a conocer actitudes o procedimientos consiguiendo un resultado para el propósito de una investigación, causando neos conceptos sobre conciencia ambiental y estilo de vida saludable. Como afirma, Arias (2020) refiere que el plan no experimental, las variables en estudio no son sujetas a alguna situación empírica. El propósito de la investigación se observa en su estado original.

El diseño correlacional se da a conocer en el siguiente grafico:

**Figura 2.**

*Gráfico del diseño de investigación*



Dónde:

M: Muestras tomadas para observaciones

$V_1$ : Variable: Conciencia Ambiental

$V_2$ : Variable: Estilos de Vida Saludable

r : Conexión o relación.

### **3.2 Variables y operacionalización**

#### **Definición conceptual: Conciencia Ambiental**

Para Jiménez y La Fuente, (2010) nos expresan que en aspectos psicológicos del individuo que están vinculados con la predisposición a participar en acciones y conductas pro ambientalistas, que van asociados desde creencias, valores, actitudes, conocimientos, entre otros. Un individuo con conciencia ambientalista es aquel que se compromete en una vasta variedad de conductas proambientales además conserva algunos principios y posturas, alcanzando la conciencia ambiental una conceptualización multidimensional y orientada en la conducta, siendo su operacionalización basada empíricamente en los resultados del Eco barómetro de Andalucía (EBA 2004).

#### **Definición operacional:**

Midiéndose con las siguientes dimensiones que se describen a continuación: Afectiva, disposicional, activa y cognitiva, utilizando un cuestionario de 27 ítems, siendo 5 ítems para afectiva, 8 ítems para disposicional, 7 ítems para cognitiva, 7 ítems para activa.

#### **Indicadores:**

Producto de los procedimientos establecidos del cuestionario según por cada dimensión resaltaremos los más importantes a continuación: i) Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno; ii) Participo en campañas a favor del cuidado del medio ambiente; iii) Comprendo el desenlace de la contaminación ambiental en los seres vivos; iv) Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía.

#### **Definición conceptual: Estilo de Vida Saludable**

Según Lozano (2011) manifestó que el estilo de vida saludable puede ser descrita como etapas de categoría social que consisten en una asociación de

costumbres y rutinas que sostiene la persona de una determinada comunidad y que los llevará a satisfacer sus prioridades, permitiéndoles alcanzar la felicidad y el equilibrio. Entonces, la situación de individual o colectiva se establece como prioridad en cualquier tiempo histórico y en una variedad de espacios posibles, dado por el intercambio de muchas fases tales como física, química, biológica, social, económica, política, cultural, tecnológica e ideológica, entre las primordiales. La condición de salubridad simultáneamente establece la actividad de las fases que la delimitaron.

**Definición operacional:**

El cual se miden con seis dimensiones que se describen a continuación: i) Nutrición; ii) Actividad Física; iii) Responsabilidad en Salud; iv) Manejo del Estrés; v) Soporte Interpersonal; vi) Autorrealización, teniendo 37 ítems en su totalidad, siendo 5 ítems para nutrición, 4 ítems para física, 7 ítems para responsabilidad en salud, 6 ítems en manejo del estrés, 5 ítems para soporte interpersonal y 10 ítems autorrealización.

**Indicadores:**

Producto de los procedimientos establecidos del cuestionario según por cada dimensión resaltaremos los más importantes a continuación: i) Incluyo en mi dieta alimentos que tienen fibra como frutas, verduras crudas; ii) Realizo ejercicios para relajar mis músculo mínimo 3 veces por semana; iii) Narro al médico cualquier indico raro asociado con mi salud; iv) Me doy tiempo cada día para el relajamiento; v) Me gusta pasar tiempo con amigos cercanos; vi) Es placentero y agradable el ambiente que hay en mi vida.

**Escala de medición:** escala ordinal

Los hallazgos conseguidos de confiabilidad se consiguen debido al Alfa de Cronbach, en concordancia, Torres (2019) incluso analizó la conexión entre las dimensiones de las variables, estimando su medida con instrumentos, disponiendo un software de estadística como el SPSS, permitiendo entender si se han efectuado con las hipótesis de la investigación.

### **3.3 Población, muestra y muestreo**

#### **Población:**

Lo compone como muestra representativa a fin de los propósitos de análisis por el total de población, a saber, los 96 estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima., periodo 2022. Según López y Fachelli (2015) refiere en el momento en que, una población es limitada, no se elabora procedimientos muestrales. Es decir, el estudio que el investigador realizara será de muestreo censal porque empleara el total de la población como muestra emblemático.

#### **Criterios de inclusión:**

(i) estudiantes matriculados en la universidad, (ii) estudiantes matriculados en la escuela de pregrado de medicina humana, (iii) estudiantes de ambos sexos que aceptaron voluntariamente ser encuestados.

#### **Criterios de exclusión:**

(i) no estar matriculado en la universidad objeto de la muestra, (ii) estudiantes que no estén matriculados en la escuela de pregrado de medicina humana de dicha universidad, (iii) estudiantes que expresen su negativa para ser encuestados.

### **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

La actual investigación en correspondencia con la finalidad y la problemática planteada tuvo un enfoque cuantitativo, empleándose como técnica de recolección de datos, la encuesta, con la finalidad de conseguir datos indispensables a fin de valorar de las variables estudiadas. Así mismo, como lo indica Hernández (2018) la técnica de análisis de todo tipo de redacción se ejecutará de manera ecuánime y ordenada a los estudiantes de medicina del propósito de la investigación.

La recopilación de los datos fue a través del instrumento cuestionario, de la manera que, refiere Hernández (2018), completamente este se ejecutó hacia cada variable y fueron procesadas con la escala tipo Likert, con valores del 1 al 5.

Respecto al reconocimiento de validación y confiabilidad del instrumento, se hizo por juicio de expertos en el área de la investigación de la Docencia Universitaria y se les solicito su opinión especializada:

**Tabla 1.***Validación de juicio de expertos*

Validador	Opinión
Dr. Ocaña Fernández Yolvi	Aplicable
Dr. Carbonell Arribasplata José	Aplicable
Mág. Yataco Gonzales Miriam	Aplicable

**Tabla 2.***Conciencia Ambiental y Estilo de Vida Saludable*

Estadística de Fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,982	64

Se deduce el Alpha de Cronbach de 0.982 y números de elementos de 64 lo cual indico que es un resultado óptimo.

### **3.5 Procedimientos.**

Con respecto al método seguido en la recopilación de datos se realizó la indagación de escritos científicos, precedentes de distintos autores de tesis parecidas, para después desarrollar un formulario de preguntas para aplicar el instrumento, posteriormente se procedió a la aplicación de los instrumentos correspondientes, más adelante mandar el cuestionario en Google drive los cuales serán contestados en su tiempo descanso libre siendo prestos a desarrollarse para digitalizar las contestación, se les avisó por WhatsApp y se les manifestó a no esperar la fecha de termino para ser contestada, una vez terminada las 96 encuestas, se les envió un correo de gratitud a los alumnos de la universidad.

### **3.6 Método de análisis de datos.**

De los datos estadísticos establecidos por los instrumentos de medición del cuestionario efectuado por medio de, Google Forms se apelará a herramientas ofimática como Microsoft Excel y el Software estadístico SPSS a través de ellas, se desarrollaron los datos obtenidos en correspondencia con las variables, ejecutando la estadística descriptiva e inferencial a través de gráficos de barras, los mismos

que traducen información de la población al instante de contestar el formulario de preguntas.

A continuación, se aplicó el Alpha de Cronbach otorgando un nivel de fiabilidad admisible, procediéndose con el test de normalidad y se consideró el Kolmogorov - Smirnov., por ser una muestra mayor a 50 de esa manera las significancias a ser menos que 0.05 afirman que las variables no siguen una distribución habitual, por lo tanto, se utilizaran pruebas de correlación no paramétricas (Rho Spearman). De igual modo, para contrastar la hipótesis y objetivos para deducir las conclusiones primordiales obtenidas con la investigación.

### **3.7. Aspectos éticos.**

Debido a que la mayoría de la investigación han sido tomadas de fuentes complementarias se honrara la legitimidad del autor, los datos personales y privacidad de los datos proporcionados por la población que se supeditaron a la investigación, no se modificaran los hallazgos con la finalidad de tener resultados que beneficien el estudio, así mismo no se empleara medios no usuales ajenas a la ley para realizar el estudio, así mismo no se faltó a la verdad de los hallazgos conseguidos y finalmente se cumplió con los lineamientos dados por la Universidad César Vallejo, referente a la forma en redacción y referenciar según las normas APA 7ma edición, del mismo modo se cumplió con los convicciones éticos de beneficencia, no maleficencia, autonomía y justicia.(RVI N 110-2022-VI-UCV)

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Descripción de resultados

El seguimiento de los resultados encontrados para la presentación de las indagaciones, asumiendo las puntuaciones a través de la conexión significativa de la conciencia ambiental entre estilo de vida saludable en los alumnos de medicina, procediendo con la conversión de puntuación para la demostración en niveles a los datos alcanzados luego de la producción de campo.

#### Tabla 3.

*Nivel de confiabilidad de los instrumentos de investigación*

Variables	Nº de elementos	Alfa Cronbach
Conciencia ambiental	27	0.834
Estilo de vida saludable	37	0.895

Los hallazgos que se reflejan en la tabla permiten detectar la confiabilidad de los cuestionarios con el coeficiente, en relación a la confiabilidad del cuestionario de conciencia ambiental con 24 ítems presenta 0.834 y el instrumento de estilo de vida saludable con 37 ítems presenta un coeficiente de confiabilidad de 0.895 quienes presentan alto nivel de confiabilidad recomendándose su aplicación en la muestra representativa.

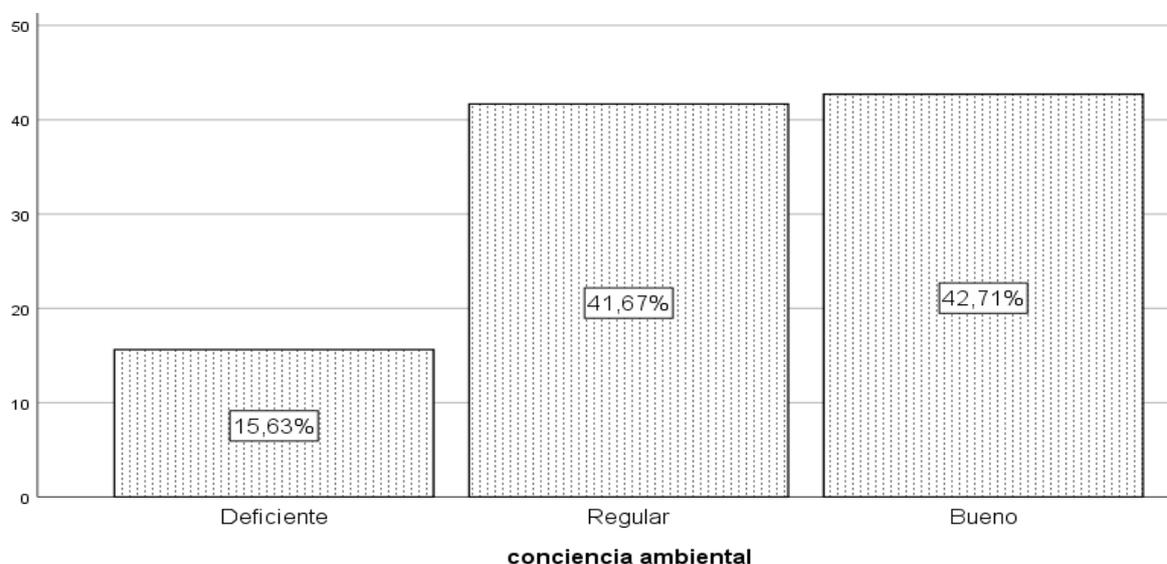
#### Tabla 4.

*Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022*

Conciencia ambiental		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Deficiente	15	15,6	15,6
	Regular	40	41,7	41,7
	Bueno	41	42,7	42,7
Total		96	100,0	100,0

**Figura 3.**

*Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022*



Los resultados de la tabla y figura señala el nivel porcentual de la conciencia ambiental apreciándose 15.63% a quienes se le realizó la encuesta perciben que el nivel es deficiente, el 41.67% es regular y el 42.71% es bueno, en cuanto a la conciencia ambiental en alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

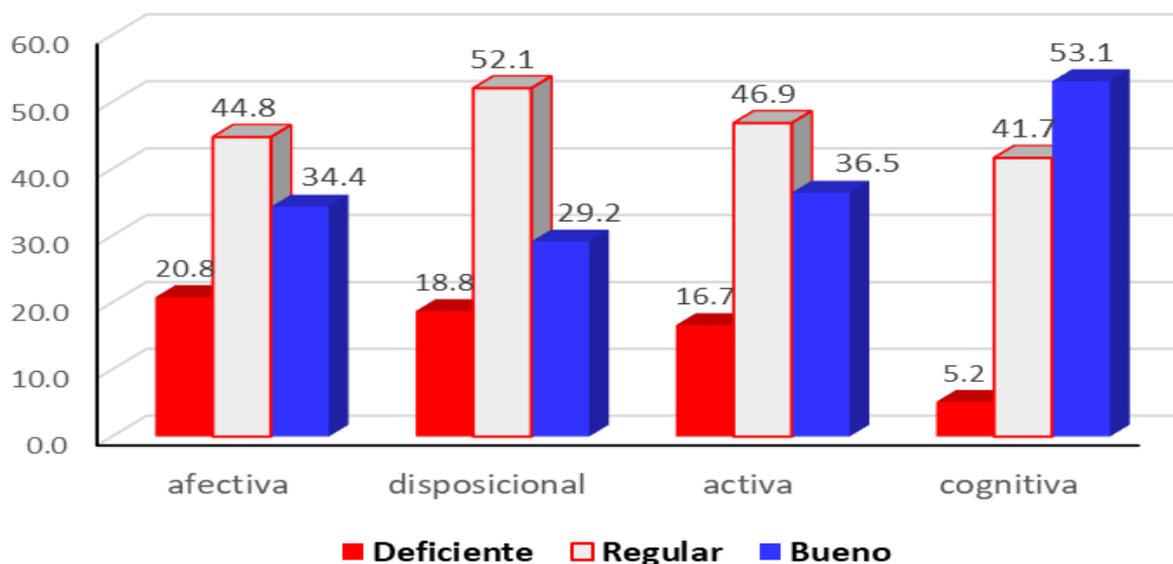
**Tabla 5.**

*Distribución de las dimensiones de la conciencia ambiental en los alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022*

Niveles	afectiva		disposicional		activa		cognitiva	
	fi	po%	fi	po%	fi	po%	Fi	po%
Deficiente	20	20.8	18	18.8	16	16.7	5	5.2
Regular	43	44.8	50	52.1	45	46.9	40	41.7
Bueno	33	34.4	28	29.2	35	36.5	51	53.1
Total	96	100.0	96	100.0	96	100.0	96	100.0

**Figura 4.**

*Distribución de frecuencias por nivel de la conciencia ambiental en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022*



Los hallazgos reflejados en la tabla muestran los niveles de las conexiones de la conciencia ambiental, en la magnitud afectiva, se tiene que el 20.8% a quienes se les realizó la encuesta, el nivel es deficiente, el 44.8% es regular y el 34.4% es bueno. Con respecto a la magnitud disposicional el 18.8% de los alumnos el nivel es deficiente, mientras que el 52.1% es regular y el 29.2% perciben que es bueno; en cuanto a la magnitud activa el 16.7% de los que se aplicaron la encuesta el nivel es deficiente, el 46.9% es regular y el 36.5% es bueno; con referente a la magnitud cognitiva el 5.2% de los que se aplicaron la encuesta, distinguen que el nivel es deficiente, mientras que el 41.7% es regular y el 53.1% es bueno.

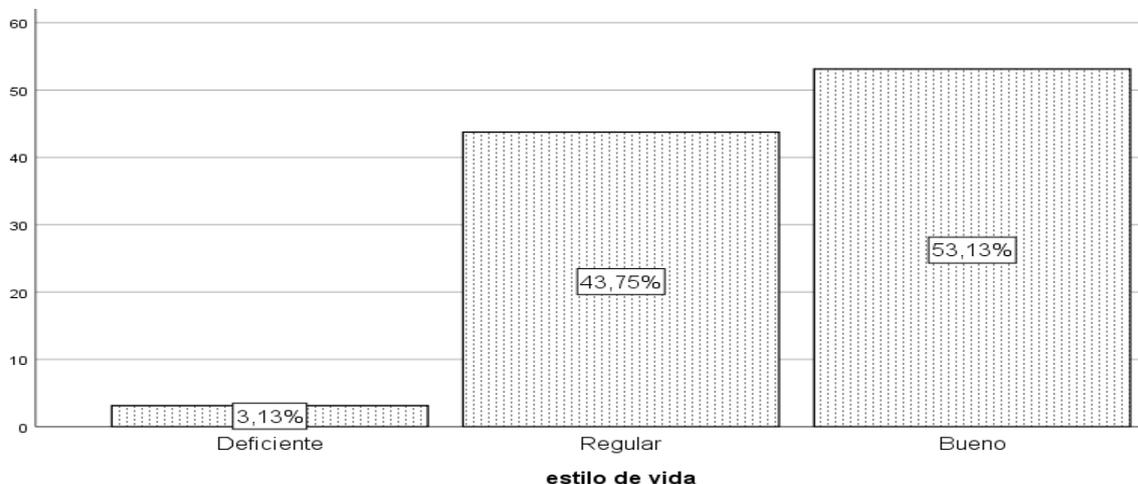
**Tabla 6.**

*Nivel del estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022*

estilo de vida		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Deficiente	3	3,1	3,1
	Regular	42	43,8	43,8
	Bueno	51	53,1	53,1
Total		96	100,0	100,0

**Figura 5.**

*Nivel del estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.*



En referencia a la variable estilo de vida saludable, se presentan los porcentajes de percepción de los encuestados, de los cuales el 3.13 es deficiente, el 43.75% es regular y el 53.13% es bueno en el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022

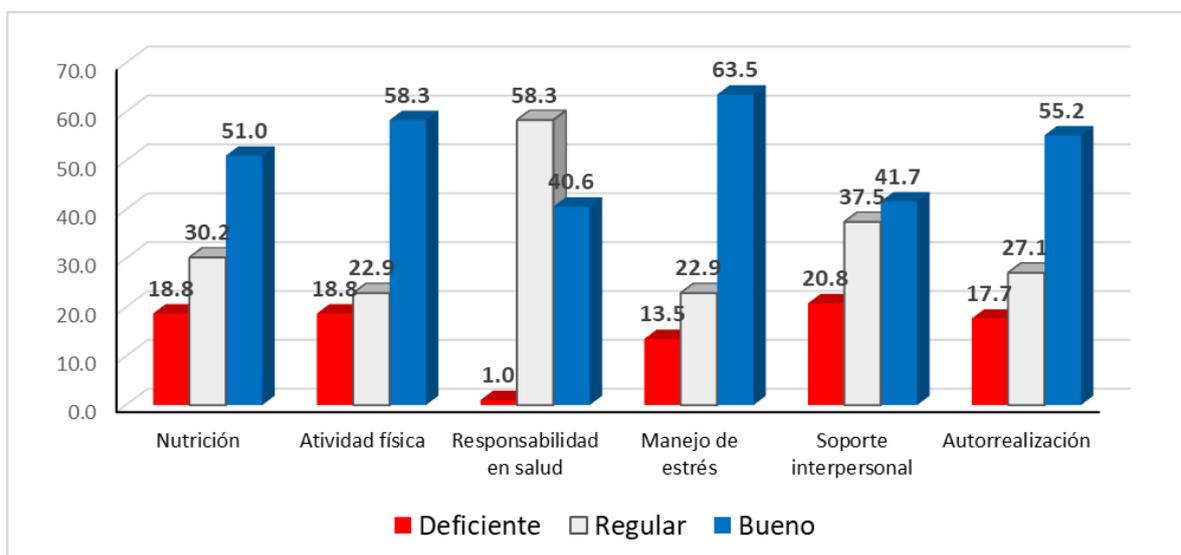
**Tabla 7.**

*Nivel del estilo de vida saludable por dimensiones en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.*

Niveles	Nutrición		Actividad física		Responsabilidad en salud		Manejo de estrés		Soporte interpersonal		Autorrealización	
	fi	po%	fi	po%	fi	po%	fi	po%	fi	po%	fi	po%
Deficiente	18	18.8	18	18.8	1	1.0	13	13.5	20	20.8	17	17.7
Regular	29	30.2	22	22.9	56	58.3	22	22.9	36	37.5	26	27.1
Bueno	49	51.0	56	58.3	39	40.6	61	63.5	40	41.7	53	55.2
Total	96	100.0	96	100.0	96	100.0	96	100.0	96	100.0	96	100.0

**Figura 6.**

*Distribución por niveles de la vida saludable en los estudiantes de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.*



En referencia al nivel de la vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, se tienen los grados de la dimensión, al respecto en la dimensión nutrición el 18.8% de los alumnos a quienes se le realizó la encuesta notan que el nivel es deficiente, mientras el 30.2% es regular y el 51% es bueno, mientras en los niveles de la dimensión actividad física el 18.8% de los interrogados notan que el nivel es deficiente, mientras el 22.9% es regular y el 58.3% perciben que es bueno; mientras en los niveles de la dimensión responsabilidad en salud el 1% de los interrogados notan que el grado es deficiente, mientras el 58.3% es regular y el 40.6% es bueno; mientras en los niveles de la dimensión manejo de estrés el 13.5% de los alumnos interrogados perciben que el grado es deficiente, el 22.9% es regular y el 63.5% es bueno; con respecto a la dimensión soporte interpersonal el 20.8% de los alumnos a quienes se les realizó la encuesta, notan que el nivel es deficiente, el 37.5% es regular y el 41.7% perciben que es bueno.

Finalmente, en la dimensión autorregulación el 17.7% de los interrogados notan que el grado es deficiente, el 55.2% el nivel es regular y el 58.3% es bueno

**Tabla 8.***Prueba de normalidad de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable*

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
conciencia ambiental	0.054	96	0.012
Afectiva	0.077	96	0.199
Disposicional	0.085	96	0.085
Activa	0.085	96	0.085
Cognitiva	0.083	96	0.101
estilo de vida	0.068	96	0.001
Nutrición	0.106	96	0.010
Actividad física	0.105	96	0.010
Responsabilidad en salud	0.084	96	0.095
Manejo de estrés	0.108	96	0.008
Soporte interpersonal	0.095	96	0.032
Autorrealización	0.157	96	0.000

De acuerdo con la presentación de los datos que se dan a conocer en la tabla, muestra el p valor < 0.05, asumiendo que los datos no presentan distribución habitual, se evidencia que para el estudio de prueba de hipótesis se tomaran estadísticos no paramétricos: Rho de Spearman.

### **Contrastación de hipótesis**

#### **Hipótesis general de la investigación**

Ho: No existe relación significativa entre la conciencia ambiental y estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

Hg: Existe relación significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

Nivel de significación:  $\alpha = 0.05$

En razón a las propiedades del método del instrumento y la intensidad de la hipótesis se empleó al Rho de Spearman conforme con Vallecillos (1996).

Rechazar la hipótesis nula si:  $p\_valor < 0.05$

**Tabla 9.**

*Grado de correlación y nivel de significación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina*

Correlaciones			conciencia ambiental	estilo de vida
Rho de Spearman	conciencia ambiental	Coeficiente de correlación	1,000	,801**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	96	96
	estilo de vida	Coeficiente de correlación	,801**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	96	96

Los hallazgos de la tabla, muestran los estadísticos en referencia al grado de correlación entre la variable de análisis dada por el Rho de Spearman 0.801 manifestando una alta relación y directa, frente a  $p < 0,05$ , rechazando la hipótesis nula y aceptando la hipótesis alterna, entonces hay conexión significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

#### **Hipótesis específica Específico 1**

Ho: No existe relación de la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022;

H1: existe relación de la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022;

**Tabla 10.**

*Grado de correlación y nivel de significación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina*

Correlaciones			estilo de vida	afectiva
Rho de Spearman	estilo de vida	Coefficiente de correlación	1,000	,686**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	96	96
	afectiva	Coefficiente de correlación	,686**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	96	96

La tabla adjunta presenta un sig.  $0.000 < 0,05$  así que rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, indicando conexión entre la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable, para ello hay un estadístico de correlación de 0.686. significa que existe una moderada y optima.

### **Hipótesis específica Específico 2**

Ho: No existe relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada, 2022.

H2: existe relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada, 2022.

**Tabla 11.**

*Grado de correlación y nivel de significación de la disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de medicina*

Correlaciones		estilo de vida	disposicional
Rho de Spearman	estilo de vida	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,746**
		N	,000
	disposicional	Coeficiente de correlación	96
		Sig. (bilateral)	,746**
		N	1,000
			,000
			96
			96

La tabla adjunta presenta un sig.  $0.000 < 0,05$  entonces se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, indicando que hay correlación entre la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable, para ello hay un estadístico de correlación de 0.746, significa la existencia de relación positiva.

### **Hipótesis específica Específico 3**

Ho: No existe relación de la magnitud activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima 2022

H3: existe relación de la magnitud activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima 2022

**Tabla 12.**

*Grado de correlación y nivel de significación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina*

Correlaciones			estilo de vida	activa
Rho de Spearman	estilo de vida	Coefficiente de correlación	1,000	,746**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	96	96
	activa	Coefficiente de correlación	,746**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	96	96

La tabla adjunta presenta un sig.  $0.000 < 0,05$  entonces se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, indicando que hay conexión entre la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable, para ello hay un estadístico de correlación de 0.746, significando que hay relación positiva.

#### **Hipótesis específica Específico 4**

Ho: No existe relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

H4: existe relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.

**Tabla 13.**

*Grado de correlación y significación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina*

Correlaciones			estilo de vida	Cognitiva
Rho de Spearman	estilo de vida	Coeficiente de correlación	1,000	,811**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	96	96
	cognitiva	Coeficiente de correlación	,811**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	96	96

La tabla adjunta presenta un sig.  $0.000 < 0,05$  entonces se rechaza la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna, indicando que hay conexión entre la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable, para ello hay un estadístico de correlación de 0.811, significa que existe relación positiva.

## V. DISCUSIÓN

Para la discusión se tomó en cuenta los resultados de la estadística descriptiva de las variables de estudio: conciencia ambiental y estilos de vida saludable, así como las magnitudes de cada una de ellas entendidas por los estudiantes de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, demostrándonos en el presente estudio de investigación que son confiables y validos tal como afirma el procedimiento estadístico realizado de alfa de Cronbach, evidenciando los valores de confianza de 0.834 a conciencia ambiental y 0.895 para estilo de vida saludable, además de un coeficiente de conexión de Rho Spearman  $r=0.801$  y una significancia de 0.01, permitiendo afirmar la hipótesis que señala que la variables conciencia ambiental guarda relación con la variable estilo de vida saludable lo cual rechaza la hipótesis nula.

Se puede señalar, sobre la base de los datos finales obtenidos de la investigación, asentimos que la hipótesis general que se establece si existe relación en las variables estudiadas de la conciencia ambiental y estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022. De igual forma se validaron las hipótesis específicas que se correlacionan de estas.

En comparación con Torres (2017) los resultados obtenidos en su estudio en estudiantes de una facultad de educación advierten la validez de relaciones significativas ( $r = 0,72$ ), entre las variables conciencia ambiental y estilos saludables de vida. Este hallazgo demuestra la hipótesis general planteada. Entonces estableciendo un paralelismo de ambos resultados nos permiten, deducir que existe una conexión significativa de conciencia ambiental y estilo saludable, por lo tanto, los hábitos, actitudes y sensibilidad hacia el cuidado de nuestro ecosistema va a optimizar la calidad de vida y por ende disminuir las morbilidades relacionadas a un inadecuado uso de las riquezas naturales y la contaminación del ecosistema.

Por otra parte los datos arrojados de la dimensión de conciencia ambiental: afectiva, arroja que un 44.8% de los estudiantes universitarios el nivel es regular, así mismo, se tiene que un 34.4% consideran bueno mientras que el 20.8% reconoce que falta sensibilidad de afecto deficiente, cabe destacar, que los estudiantes muestran comportamientos favorables y positivos de conciencia ambiental; Canchaya (2020), menciona que la magnitud afectiva es reflejada por su difusión y antigüedad por distintos valores y creencias de estableciendo un

equilibrio del ecosistema con la humanidad limitando las acciones de la sociedad humana cuando afecta a la naturaleza ya que esto implica también afectar a la vida saludable, obteniendo en su trabajo los siguientes niveles de la conciencia ambiental siendo malo en un 3.2%, regular 45.7 % y bueno 51.1% por lo que se deduce que existe sensibilidad en relación a la conservación del ecosistema en los estudiantes universitarios.

Cabe destacar, similarmente Braun et al. (2017) menciona en sus hallazgos que sugieren en sus dos tipos de intervención evocan cambios inmediatos hacia una conexión afectiva con la naturaleza percibiendo más fuerte de los estudiantes ( $p < 0,001$ ). En particular, las intervenciones de educación al aire libre de cinco días fueron significativamente más eficaces en la promoción sostenible de la conexión con la naturaleza en comparación con las excursiones de un día fue de ( $p < 0,001$ ). Los estudiantes de siete a nueve años realizaron los cambios más fuertes hacia la naturaleza. Concluyendo el valor de las intervenciones de educación ambiental al aire libre a corto plazo y residenciales.

Anexando con los resultados demostrados se confirmó para la prueba la hipótesis específica 1: la conexión entre la magnitud afectiva y la segunda variable estilo de vida saludable, que según la tabla se observa que se obtiene un coeficiente de correlación de Rho de Spearman de 0.686 demostrando correspondencia significativa entre la dimensión afectiva y la variable estilo de vida saludable, lo que evidencia a través de la prueba de correlación de Rho Spearman con una significancia menor a 0.05 .

En relación a la dimensión de la variable conciencia ambiental: disposicional, se obtiene un 18.8% de los universitarios es deficiente por el ritmo de vida que llevan ya que unos trabajan y estudian a la vez, así mismo, se tiene que un 52.10% consideran regular entendiéndose que a pesar de tener tiempos ajustados lo intentan, mientras que el 29.2% reconoce que tener disponibilidad para fomentar una conciencia ambiental, se refleja que los estudiantes muestran comportamientos favorables al estar dispuesto dar un pequeño espacio de su tiempo. Comparado lo anteriormente, se evidenció en el trabajo realizado por Canchaya (2020) con lo referente a su dimensión disposicional, los siguientes resultados: malo 26.3%, regular 50.5% y bueno 23.1%, con un coeficiente de correlación de Rho Spearman

de 0.912, percibiéndose una favorable disposición de los estudiantes con respecto a los temas ambientales.

Similares hallazgos obtuvieron Meza (2020) con respecto a la magnitud cognitiva evidenciando que los participantes tienen conocimiento sobre aspectos con la preservación del ecosistema. Identificándose hay factores que hacen fácil el medio para que la persona este informado, concordando la investigación de Flores (2016), que menciona que cuanto es más el conocimiento que posee el estudiante universitario, existe actitudes o comportamientos hacia el cuidado del ecosistema.

Así mismo Jakubowska et al. (2019) En su investigación realizado en dos universidades, uno en Polonia y otro en Republica Checa a un total de 631 estudiantes. La encuesta demostró que los estudiantes presentaban actitudes tanto hacia la salud como hacia el medio ambiente, y que sus elecciones de alimentos estaban impulsadas en menor medida por los valores ambientales que por los relacionados con la salud. Los resultados demostraron que los dos factores distinguidos diferenciaron significativamente tanto a los estudiantes polacos como a los checos en 2 grupos, con el grupo primero conformado por consumidores que presentan actitudes ambientales y de salud más fuertes (PL N = 58%, Cz N = 48%) en comparación con los alumnos del segundo grupo.

Anexando con los logros demostrados se confirmó para la prueba de la hipótesis específica 2, la conexión entre la magnitud disposicional y la variable estilo de vida saludable, se obtuvo un coeficiente de conexión Rho de Spearman de 0.746, por lo que existe una conexión significativa entre la dimensión disposicional y la variable estilo de vida saludable, evidenciándose por medio de la prueba de correlación de Rho Spearman con una significancia menor a 0.05.

En relación, con la tercera dimensión de conciencia ambiental: cognitiva, arroja que un 5.2% del alumnado es deficiente, mientras que un 41.7% consideran regular a diferencia de 53.10% que reconoce los procesos de la cultura ambiental, reflejando una adecuada percepción del medio ambiente. Comparando lo anteriormente con Herrera (2017) se observa que la dimensión cognitiva fue alta con el 58,0% es regular para el 38% y bajo para el 4%, en los estudiantes de secundaria del Colegio Politécnico del Callao. Por lo tanto, se remarcar que la mayoría de los estudiantes de nivel secundaria presentan un adecuado conocimiento sobre conciencia ambiental.

Similares hallazgos obtuvieron Arriola (2017) en sus resultados que determinaron que existen relaciones significativas de 0.01 entre la variable educación ambiental con la dimensión cognitiva, afectiva, conativa y participación activa de la conciencia ambiental en los alumnos de Ingeniería Civil de la Universidad César Vallejo, presentado un Rho de Spearman 0.435, 0.486, 0.374 y 0.489 correspondientemente. En global, el valor de Rho fue 0.556.

Así mismo Liu, P et al (2020) realizaron un estudio en China aplicando una encuesta a 2824 personas, cuyos resultados mostraron que el conocimiento tiene un efecto significativo y positivo sobre las actitudes ambientales, las actitudes ambientales tienen un efecto positivo sobre las intenciones conductuales ambientales y las conductas proambientales y las intenciones conductuales ambientales tienen un efecto positivo significativo sobre las conductas proambientales.

Agregando, con los logros obtenidos se verifico para prueba de la hipótesis específica 3, la conexión entre la magnitud cognitiva y la variable estilo de vida saludable, observándose un coeficiente de correlación de 0.811, existiendo una conexión significativa entre la dimensión disposicional y la variable estilo de vida saludable, evidenciándose por medio de Rho Spearman con una significancia menor a 0.05 según hipótesis.

Con referencia a la cuarta magnitud de la variable conciencia ambiental: activa, arroja que un 46.9% de los estudiantes universitarios es regular, así mismo, se tiene que un 36.5% consideran bueno mientras que el 16.7% reconoce que falta sensibilidad de afecto deficiente, cabe destacar, en base a este análisis, se puede percibir que los estudiantes muestran comportamientos favorables y positivos de conciencia ambiental; por otra parte comparando los anteriores resultados con Herrera(2017) se evidencio que el nivel activo es regular para el 59% de los alumnos de secundaria del colegio Politécnico del Callao, es alto para el 26% de los alumnos y bajo para el 15%. Resaltando que la mayoría de los alumnos poseen un nivel regular en la magnitud activa de conciencia ambiental, esto quiere decir que realizan actividades regularmente en pro del cuidado del medio ambiente.

Similares hallazgos obtuvieron Arocutipa et al. (2017) en cuyos logros obtenidos se deduce la relación de asociación entre conciencia ambiental y

ecoeficiencia. Con el Rho de Spearman, se tuvo relación inversa y muy baja entre conciencia del medio ambiente y la ecoeficiencia ( $r = -0,043$ ,  $p = 0.590 > 0,05$ ), en estudiantes de secundaria en las I.E de Andahuaylas. Así mismo, Araoz et al. (2020) mencionaron que los alumnos acrecentaron su grado de conciencia ambiental ya que el nivel predominante del desarrollo de la conciencia ambiental antes de la ejecución del programa era regular (40,8%) y después de esta pasó a ser alto (52,8%). Estos hallazgos resultaron ser significativos ( $p=0,000$ ) concluyéndose que el programa Cuidemos el Ambiente evidencio su eficacia para desarrollar sensibilidad hacia el medio ambiente en el alumnado de la Institución Educativa Miguel Grau Seminario de El Triunfo.

En concordancia Leal et al (2018) en su artículo hace referencia sobre ejemplos concretos de iniciativas y actitudes transformadoras, y nos da a conocer cómo se puede implementar la sostenibilidad en el marco del cuidado del ecosistema, así mismo manifiesta que las actitudes transformadoras hacia una sostenibilidad ambiental dentro de los planes curriculares o de estudio en la universidad son factibles y deseables, siendo necesario que los docentes desarrollen o implementen enfoques colaborativos, por ejemplo a través de grupos de trabajo en la facultad, hacer integración del contexto teórico con lo práctico, emplear las doctrinas y el aprendizaje, la actuación de la comunidad universitaria para la transformación hacia una cultura de sostenibilidad y conservación ambiental. Siendo necesario el apoyo de las universidades para desarrollar el potencial transformador de los estudiantes como agentes importantes para un futuro ecológicamente más sostenible

Por último, con los hallazgos obtenidos se verifico para la prueba de la hipótesis específica 4, la relación entre la magnitud activa y la variable estilo de vida saludable, que se observa con el coeficiente de Rho Spearman de 0.746, habiendo una conexión significativa entre la magnitud activa y la variable estilo de vida saludable, lo que demuestra por medio de Rho Spearman con una significancia menor a 0.05

## **VI. CONCLUSIONES**

### **PRIMERA**

Se concluye que hay conexión significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, establecida por el Rho de Spearman 0.801, lo que indica una alta conexión directa, frente al  $p < 0,05$ , rechazándose la hipótesis nula

### **SEGUNDA**

Se deduce que hay conexión de la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022; establecida por el Rho de Spearman de 0.686 denotándose que hay una moderada y positiva relación entre la variable y la magnitud, además  $p < 0,05$ , entonces rechazamos la hipótesis nula

### **TERCERA**

Se concluye que hay conexión de la magnitud disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, establecida por el Rho de Spearman de 0.746 evidenciándose la conexión positiva entre las variables, además  $p < 0,05$ , entonces rechazamos la hipótesis nula

### **CUARTA**

Se deduce que hay conexión de la magnitud activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, determinada por el Rho de Spearman de 0.746 denotándose que hay la relación positiva entre las variables, frente al  $p < 0,05$ , rechazando la hipótesis nula

### **QUINTA**

Se concluye que hay conexión de la magnitud cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los alumnos de medicina de una universidad privada de Lima, 2022, establecida por el Rho de Spearman de 0.811, denotándose que hay conexión positiva entre las variables, además  $p < 0,05$ , rechazando la hipótesis nula

## **VII. RECOMENDACIONES**

### **PRIMERA**

Se recomienda al área académica de la escuela de pregrado de medicina humana de la universidad seguir promoviendo una educación enfocada a aspectos que tengan relación con la preservación del ecosistema y con los hábitos de vida saludable , fomentando en forma sostenida el compromiso hacia un cambio ecológico sostenible, responsable y racional, para que los futuros profesionales contribuyan con las soluciones de los problemas ambientales de la población y mejoren sus estilos de vida a un estilo de vida saludable

### **SEGUNDA**

Se sugiere al área académica de la escuela de pregrado de medicina seguir reforzando en los estudiantes los valores primordiales de los dogmas positivos relacionados con una conciencia ambiental sensible, es decir involucrarnos como seres empáticos hacia los problemas ambientales, llevando una adecuada convivencia con los demás componentes del ecosistema

### **TERCERA**

Se sugiere al área académica de la escuela de pregrado de medicina implementar en el plan curricular la asignatura de educación ambiental permitiendo de esa manera el reforzamiento y una buena disposición actitudinal hacia una adecuada conciencia ambiental.

### **CUARTA**

Se aconseja al área academia de la escuela de pregrado de medicina humana implementar en sus actividades extracurriculares acciones encaminadas al cuidado del medio ambiente como por ejemplo arborización, charlas educativas de conciencia ambiental, estilos de vida saludable, empleo razonable y consciente de las riquezas de la naturaleza, así como promoción y prevención de la salud.

### **QUINTA**

Se recomienda al área académica de la escuela de pregrado de medicina humana promover e incentivar en sus estudiantes labor investigativa en temas relacionados al cuidado medio ambiente y estilo de vida saludable y de esa manera disminuir la brecha en cuanto a la falta de conciencia de los problemas de salubridad que trae la contaminación ambiental en las diferentes biosferas.

## REFERENCIAS

- Arias, J. (2020). Proyecto de Tesis, guía para la elaboración. Arequipa. Obtenido de: <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2236>
- Álvarez-García O., Sureda-Negre J., & Comas-Forgas R. (2018). Diseño y validación de un cuestionario para la alfabetización ambiental del profesorado de Primaria en formación inicial. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 22(2), 309-328.  
<https://doi.org/10.30827/profesorado.v22i2.7725>
- Arriola, C. (2018). La educación y el desarrollo de la conciencia ambiental en estudiantes de Ingeniería Civil de la Universidad César Vallejo. *Revista Campus*, 22(24).  
<https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rc/article/view/1267>
- Anaya Chamorro, K. P., Rodríguez Cabrera, A. M., & Palacio Galindo, E. (2016). Análisis del Exceso de tareas en la Dimensión Cognitiva de los niños y niñas de Transición del Jardín Infantil Paniker de Cartagena de Indias (Doctoral dissertation, Universidad de Cartagena) obtenido de la página web: <https://hdl.handle.net/11227/3027>
- Arocutipa, J. P. F., Loayza, J. W. V., & Luna-Carpio, J. (2021). Conciencia ambiental y ecoeficiencia en el cuarto de secundaria en una Institución Educativa en Perú. *Delectus*, 4(2), 104-112.  
<https://doi.org/10.36996/delectus.v4i2.132>
- Araoz, E. G. E., Uchasara, H. J. M., & Loayza, K. H. H. (2020). Eficacia del programa Cuidemos el ambiente en el desarrollo de la conciencia ambiental de estudiantes de educación primaria en Madre de Dios, Perú. *Ciencia Amazónica (Iquitos)*, 8(1), 85-98. DOI  
<https://doi.org/10.22386/ca.v8i1.282>
- BID (Banco Interamericano de Desarrollo), 2020. Perú: Desafíos del Desarrollo en el post Covid-19 Obtenido de  
<https://publications.iadb.org/es/publications/spanish/document/Peru-Desafios-del-desarrollo-en-el-post-COVID-19.pdf>
- Comisión Económica para América Latina y El Caribe (2020), Informe sobre el impacto económico en América Latina y el Caribe de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) información obtenida de la página web:

- [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45602/S2000313\\_es.pdf?sq%20uence=1&isAllowed=y](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/45602/S2000313_es.pdf?sq%20uence=1&isAllowed=y)
- Canchaya Cárdenas, Ana María (2020) Conciencia ambiental y comportamientos ecológicos en los estudiantes de una universidad de Lima - 2020 obtenido de: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56908/Canchaya\\_CAM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/56908/Canchaya_CAM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Casa, M., Cusi, L., & Vilca, L. (2019). Percepciones sobre contaminación ambiental y actitudes en estudiantes universitarios. *Revista Innova Educación*, 1(3), 391-399. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2019.03.011>
- Domingues Hirsch, C., Devos Barlem, E. L., De Almeida, L. K., Tomaschewski Barlem, J. G., Lerch Lunardi, V., & Marcelino Ramos, A. (2018). Stress triggers in the educational environment from the perspective of nursing students. *Texto & Contexto Enfermagem*, 27(1), e0370014. <https://doi.org/10.1590/0104-07072018000370014>
- Díaz, D. N. (2019). Falencias en la política de educación ambiental y falta de conciencia ambiental en Colombia. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10654/32306>
- Flores, R. (2016). Responsabilidad social y conciencia ambiental en los estudiantes de la Escuela Profesional de Turismo de la Universidad Nacional de San Martín, 2015. *Hilea Amazónica*, 1(2), 201-210 obtenido de <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b15336e1-b5af-46cc-8572-df952e72ce81/content>
- Flórez-Yepes, G., Rincón-Santamaría, A., Cardona, P., & gallego, F. (2018). Learning Tools in Environmental Education at Fundación Niños de Los Andes in Manizales, Colombia. *Revista Electrónica Educare*, 22(2), 1-21. <https://doi.org/10.15359/ree.22-2.5>.
- Gutiérrez, H. (2014). *Calidad y Productividad*. México: Mc Graw Hill Education. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/56cf64337c2fcc05d6a9120694e36d82.pdf>
- Gamero Pacheco, A. M. (2018). Conciencia Ambiental y su relación con la conservación de las áreas verdes por los estudiantes del centro de educación básica alternativa la Victoria de Ayacucho del Distrito de Ascensión Huancavelica. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2057>

- Garbanzo Vargas, Giselle María (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación*, 31(1),43-63. [fecha de Consulta 15 de mayo de 2022]. ISSN: 0379-7082. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44031103>
- Herrera Matos, Jaime Orlando (2017). En su investigación *Conciencia ambiental en los estudiantes del tercer grado de educación secundaria del colegio nacional Politécnico del Callao*, 2016  
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/7677>
- Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: McGraw-Hill Interamericana, 2018.  
<https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Jakubowska, D., & Radzymińska, M. (2019). Health and environmental attitudes and values in food choices: a comparative study for Poland and Czech Republic. *Oeconomia Copernicana*, 10(3), 433–452.  
<https://doi.org/10.24136/oc.2019.021>
- Jiménez Sánchez, Manuel (2010). DEFINING AND MEASURING ENVIRONMENTAL CONSCIOUSNESS *REVISTA INTERNACIONAL DE SOCIOLOGÍA (RIS) VOL.68, Nº3, SEPTIEMBRE-DICIEMBRE*, 731-755, 2010 ISSN: 0034-9712 el SSN: 1988-429X DOI:10.3989/ris.2008.11.03 obtenido de la página web: <http://www.acuedi.org/ddata/10532.pdf>
- Lozano Teruel, J. A., Roca Salom, P., & Castillo Sánchez, J. (2011). La nutrición es conciencia. Obtenido de la página web: <http://up-rid2.up.ac.pa:8080/xmlui/handle/123456789/1327>
- Leal W. Filho, S. Raath, B. Lazzarini, V.R. Vargas, L. de Souza, R. Anholon, O.L.G. Quelhas, R. Haddad, M. Klavins, V.L. Orlovic, The role of transformation in learning and education for sustainability, *Journal of Cleaner Production*, Volume 199, 2018, Pages 286-295, ISSN 0959-6526, <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2018.07.017>
- Liu, P., Teng, M., & Han, C. (2020). How does environmental knowledge translate into pro-environmental behaviors?: The mediating role of environmental attitudes and behavioral intentions. *Science of the total environment*, 728, 138126. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.138126>

- Mohiuddin, M., Al Mamun, A., Syed, F., Mehedi Masud, M., & Su, Z. (2018). Environmental Knowledge, Awareness, and Business School Students' Intentions to Purchase Green Vehicles in Emerging Countries. *Sustainability*, 10(5), 1534. <https://doi.org/10.3390/su10051534>
- Ministerio del ambiente (2012). Programa GLOBE Perú – Conciencia Ambiental desde la Escuela obtenido de la pagina web: <https://www.minam.gob.pe/educacion/voluntariado/programa-globe-peru-conciencia-ambiental-desde-la-escuela/>
- Martínez, L. C. Á., Córdoba, S. A. C., Valenzuela, G. A. G., & Herrera, B. C. (2021). Estrategias comunitarias de prevención de la desnutrición en niños de 0-5 años en el puesto de Salud el Carmen, sector 9, municipio de San Juan del Río Coco, Nicaragua, 2019. *Revista Científica de FAREM-Estelí*, (38), 18-40. DOI: <https://doi.org/10.5377/farem.v0i38.11939>
- Martín Monzón, I. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 87-99. Obtenido de la pagina web: [https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file\\_1.pdf](https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/12812/file_1.pdf)
- Meza Aliaga, Y. O. (2020). Conciencia ambiental en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. <https://repositorio.usil.edu.pe/items/ba43435a-44f4-4b38-9ef9-b1b8ef5e2534/full>
- Muntané relat. (2010). Introducción básica a la investigación Instituto de salud Carlos: [https://www.researchgate.net/publication/341343398\\_Introduccion\\_a\\_la\\_Investigacion\\_basica/link/5ebb9e7d92851c11a8650cf9/download](https://www.researchgate.net/publication/341343398_Introduccion_a_la_Investigacion_basica/link/5ebb9e7d92851c11a8650cf9/download)
- Moreno, J. E., Rodriguez, L. M., & Favara, J. V. (2019). Conciencia ambiental en estudiantes universitarios: un estudio de la jerarquización de los Objetivos de Desarrollo Sustentable (ODS) obtenido de la pagina web: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/9559>
- Nebreda, C. C. Á. (1998). Glosario de términos para la administración y gestión de los servicios sanitarios. Ediciones Díaz de Santos. <http://gesdoc.isciii.es/gesdoccontroller?action=download&id=16/01/2019-18449aa851>
- Pacheco, V. C., Lara, J. O., Garay, S. J., & Baca, M. T. (2019). Relación entre conciencia ambiental y conducta proambiental en estudiantes de primer

- ciclo de la Universidad María Auxiliadora Lima-Perú. Ciencia y Desarrollo, (24), 66-73. <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/cyd/article/view/787>
- Selye, H. (1978). Pacifica Tape Library.  
<https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-1677.pdf>
- Sarubbi de Rearte, E., & Castaldo, R. I. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Nuevo encuentro de investigadores en Psicología MERCASUR. Universidad de Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-054/466>
- Sanchez, M. J., & Lafuente, R. (2010). Defining and measuring environmental consciousness obtenido de <https://digital.csic.es/handle/10261/219066>
- Santiago, H. (02 de junio de 2017). ISO 9001 y gestión académica para entidades universitarias. Obtenido de la página web:  
<https://www.redalyc.org/pdf/816/81652135003.pdf>
- Tina Braun & Paul Dierkes (2017) Connecting students to nature – how intensity of nature experience and student age influence the success of outdoor education programs, Environmental Education Research, 23:7, 937-949, <https://doi.org/10.1080/13504622.2016.1214866>
- Torres Quispe, I. O. (2010). Conciencia ambiental y estilos de vida saludable en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Federico Villarreal. SUNEDU. Obtenido de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3897>
- Tonello, G., & Valladares, N. (2015). Conciencia ambiental y conducta sustentable relacionada con el uso de energía para iluminación. Gestión y ambiente, 18(1), 45-59. <https://www.redalyc.org/pdf/1694/169439782003.pdf>
- Tserej Vázquez, O., & Febles Elejalde, M. (2014). La escuela cubana como contexto para el correcto desarrollo de la percepción ambiental. Revista Complutense de Educación, 26(1), 31-46.  
[https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2015.v26.n1.423](https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.n1.423)
- Torres Quispe, I. (2019). Conciencia Ambiental y Estilos de Vida Saludable en los Estudiantes de la Facultad de Educación de Universidad Nacional Federico

Villarreal obtenido de la página web:

<http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/3897>

Urbano Muñoz, E. L. (2018). Formulación del Programa de Gestión Integral de Residuos Sólidos de la Corporación Universitaria Autónoma del Cauca (Doctoral dissertation, Uniautónoma del Cauca. Facultad de Ciencias Ambientales y Desarrollo Sostenible. Programa de Ingeniería Ambiental y Sanitaria). <https://repositorio.uniautonomia.edu.co/handle/123456789/236>

Ugarte, J. (23 de abril de 2015). Nueva estrategia para la gestión de calidad: implementación de cartas de servicios en una entidad pública peruana. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3374/337443854003.pdf>

Vielma, Elma, & Salas, María Luz (2000). Aportes de las teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo. *Educere*, 3(9),30-37. [fecha de Consulta 15 de mayo de 2022]. ISSN: 1316-4910. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630907>

Vargas, C. R., López, R. R., & Ramírez, C. D. B. (2017). Impacto de la materia desarrollo sustentable en el cambio de la conciencia ambiental de los estudiantes del nivel superior. *Revista Luna Azul*, (45), 3-10. Obtenido de la página web: <https://www.redalyc.org/journal/3217/321753629002/html/> DOI: <https://doi.org/10.17151/luaz.2017.45.2>

## ANEXOS

### Anexo 1 Matriz de Consistencia

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES	DIMENSIONES
¿De qué manera la Conciencia Ambiental se relaciona con los Estilos de Vida saludable en los estudiantes de facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022.	Existe relación significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	Variable 1 <b>X = Conciencia Ambiental</b>	* Afectiva * Disposicional * Activa * Cognitiva
PROBLEMAS ESPECIFICOS	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPOTESIS ESPECIFICAS		
1.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>afectiva</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	1.- Determinar la relación de la dimensión la dimensión <b>afectiva</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	1.-Existe relación de la dimensión afectiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	Variable 2 <b>Y = Estilos de Vida</b>	* Nutrición * Actividades Físicas * Responsabilidad en Salud * Manejo del Estrés * Soporte Interpersonal * Autorrealización
2.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>disposicional</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	2.-Determinar la relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	2.-Existe relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada, 2022	Variable 2 <b>Y = Estilos de Vida</b>	* Nutrición * Actividades Físicas * Responsabilidad en Salud * Manejo del Estrés * Soporte Interpersonal * Autorrealización
3.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>activa</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	3.- Determinar la relación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	3.- Existe relación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	Variable 2 <b>Y = Estilos de Vida</b>	* Nutrición * Actividades Físicas * Responsabilidad en Salud * Manejo del Estrés * Soporte Interpersonal * Autorrealización
4.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>cognitiva</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	4.- Determinar la relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima., 2022	4.- Existe relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada, 2022	Variable 2 <b>Y = Estilos de Vida</b>	* Nutrición * Actividades Físicas * Responsabilidad en Salud * Manejo del Estrés * Soporte Interpersonal * Autorrealización

Fuente: Elaboración propia

## Anexo 2

### OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE CONCIENCIA AMBIENTAL

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	Variable 1: Conciencia Ambiental				
¿De qué manera la Conciencia Ambiental se relaciona con los Estilos de Vida saludable en los estudiantes de facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	Determinar la relación entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022.	Existe relación significativa entre la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una universidad privada de Lima, 2022	Dimensiones	Indicadores	Ítems	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA DE INTERVALOS
			APECTIVA	SENSIBILIDAD AMBIENTAL	1-5	Ordinal : Tipo Likert  Opciones de Respuesta: Nunca = 1 Casi Nunca = 2 A veces = 3 Casi Siempre = 4 Siempre = 5	Deficiente Regular Bueno
			DISPOSICIONAL	PERCEPCION PERSONAL ADHESION A VALORES PRO AMBIENTALES	6-13		
			COGNITIVA	CONOCIMIENTOS DE TEMAS AMBIENTALES GRADO DE INFORMACION SOBRE PROBLEMAS AMBIENTALES	14-20		
ACTIVA	REALIZACION DE COMPORTAMIENTOS INDIVIDUALES A BAJO COSTO REALIZACION DE ACCIONES COLECTIVAS COMPORTAMIENTOS QUE MODIFICAN EL ESTILO DE VIDA	21-27					
Variable 2: Estilo de Vida Saludable							
2.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>disposicional</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	2.-Determinar la relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	2.-Existe relación de la dimensión disposicional de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una universidad privada, 2022	Dimensiones	Indicadores	Ítems	ESCALA DE MEDICION	ESCALA DE INTERVALOS
			Nutrición	BALANCE NUTRICIONAL	1-5	Ordinal : Tipo Likert  Opciones de Respuesta: Nunca = 1 Casi Nunca = 2 A veces = 3 Casi Siempre = 4 Siempre = 5	Deficiente Regular Bueno
			Actividad Física	PRACTICADE EJERCICIOS ESTADO FISICO	6-9		
			Responsabilidad en Salud	CUIDADO DE LA SALUD HIGIENE PERSONAL CONSULTAS AL MEDICO	10-16		
			Manejo del Estrés	RELAJACION MANEJO DE LA TENSION DESCANSOS	17-22		
			Soporte Interpersonal	RELACIONES AFECTIVAS RELACIONES SOCIALES RELACIONES INTERPERSONALES	23-27		
Autorrealización	AUTOESTIMA CONOCIMIENTO DE SI MISMO FELICIDAD	28-37					
3.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>activa</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	3.- Determinar la relación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	3.- Existe relación de la dimensión activa de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	Dimensiones	Indicadores	Ítems	ESCALA DE MEDICION	ESCALA DE INTERVALOS
			Nutrición	BALANCE NUTRICIONAL	1-5	Ordinal : Tipo Likert  Opciones de Respuesta: Nunca = 1 Casi Nunca = 2 A veces = 3 Casi Siempre = 4 Siempre = 5	Deficiente Regular Bueno
			Actividad Física	PRACTICADE EJERCICIOS ESTADO FISICO	6-9		
			Responsabilidad en Salud	CUIDADO DE LA SALUD HIGIENE PERSONAL CONSULTAS AL MEDICO	10-16		
Manejo del Estrés	RELAJACION MANEJO DE LA TENSION DESCANSOS	17-22					
4.- ¿Cuál es la relación de la dimensión <b>cognitiva</b> de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022?	4.- Determinar la relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima, 2022	4.- Existe relación de la dimensión cognitiva de la conciencia ambiental y el estilo de vida saludable en los estudiantes de la facultad de medicina de una universidad privada, 2022	Dimensiones	Indicadores	Ítems	ESCALA DE MEDICION	ESCALA DE INTERVALOS
			Nutrición	BALANCE NUTRICIONAL	1-5	Ordinal : Tipo Likert  Opciones de Respuesta: Nunca = 1 Casi Nunca = 2 A veces = 3 Casi Siempre = 4 Siempre = 5	Deficiente Regular Bueno
			Actividad Física	PRACTICADE EJERCICIOS ESTADO FISICO	6-9		
			Responsabilidad en Salud	CUIDADO DE LA SALUD HIGIENE PERSONAL CONSULTAS AL MEDICO	10-16		
Manejo del Estrés	RELAJACION MANEJO DE LA TENSION DESCANSOS	17-22					

Fuente: Elaboración propia

## Anexo 3

### OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE 2 ESTILO DE VIDA SALUDABLE	Pueden ser definidas como aquellos procesos de orden social que implican el conjunto de tradiciones y hábitos que pueden tener los individuos de una población determinada y que los debe llevar a la satisfacción de sus necesidades que les permita lograr el bienestar y equilibrio. (Lozano, 2011)	El Estilo de vida o (Life style) es término que se utiliza para designar la manera general de vivir, basada en la interacción entre las condiciones de vida, en su sentido más amplio y los patrones individuales de conducta, que están determinadas por factores socioculturales y por características personales, que pueden estar limitado o ampliado por factores ambientales físicos o socioeconómicos; por este motivo, los estilos de vida se suelen considerar en el contexto de las experiencias individuales y colectivas, así como en relación con los ámbitos culturales y las condiciones de vida.	Nutrición	Desayuno antes de salir de mi casa Como frutas y verduras Como al menos 2 verduras al día Cuando tengo sed tomo agua sola Tomo refrescos o jugos embotellados	ORDINAL: Tipo Likert  Opciones de Respuesta:  Nunca = 1 Casi Nunca = 2 A veces = 3 Casi Siempre = 4 Siempre = 5  Escala de Intervalo:  Deficiente Regular Bueno
			Actividad Física	Hago actividades físicas o deportivas Camino por lo menos 15 minutos por día Veo mas de 2 horas programas de tv Me quedo en casa sentado o acostado	
			Responsabilidad en Salud	Voy al médico para un chequeo Ejercicio 20 o 30 minutos 3 veces semanal Entreno físicamente bajo supervisión Mido mi presión arterial y registro	
			Manejo del Estrés	Me doy tiempo por día para el relajarme Consulta profesionales para cuidar mi salud Uso métodos para controlar la tensión Me concentro en pensamientos agradables	
			Soporte Interpersonal	Discuto con personas por problemas personales Elogio a otras personas por sus éxitos Me gusta expresar y que me expresen cariño	
			Autorrealización	Me quiero a mi mismo Soy entusiasta y optimista con mi vida Me siento feliz y contento	

Fuente: Elaboración propia

#### Anexo 4 Ficha técnica de medición de indicadores

Ficha técnica de medición de indicadores	
Autor	Erika Patiño Hernandez
Año	2022
Objetivo	Determinar la relación entre la Conciencia Ambiental y el Estilo de Vida Saludable en los estudiantes de una facultad de medicina de una Universidad Privada de Lima, 2022.
Variable 1	Conciencia Ambiental
Variable 2	Estilo de Vida Saludable
Aplicación	Desde 01 al 13 de Julio del 2022

#### Anexo 5 Instrumento de medición de las variables de estudio

### INSTRUMENTO

#### Cuestionario

Estimado estudiante universitario, el presente cuestionario tiene por finalidad recoger información para determinar la relación de la Conciencia Ambiental y la Estilo de Vida Saludable, por consiguiente, sea honesto y sincero en sus respuestas, considerando que los resultados obtenidos de esta investigación científica permitirán mejorar la Conciencia Ambiental y el Estilo de Vida Saludable en cada universidad del mismo rublo. Por favor, marque con una X en la casilla que mejor refleje su opinión.

**1: Nunca. 2: Casi nunca. 3: A veces. 4: Casi siempre. 5: Siempre.**

<b>Conciencia Ambiental</b>		<b>Indicadores</b>				
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 1 AFECTIVA</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno.					
2	Practico la conservación y preservación de la flora de mi entorno.					
3	Sensibilizo a mis compañeros de clase cuando realizan malas prácticas ambientales.					
4	Sensibilizo a mis compañeros de clase a realizar campañas de reciclaje					
5	Corrijo a las personas cuando usan excesivamente los insecticidas.					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 2 DISPOSICIONAL</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
6	Forma parte de la brigada ecológica de mi universidad.					
7	Fomento la cultura ambiental a mi alrededor					
8	Participo en campañas a favor del cuidado del ambiente.					
9	Siembro plantas en los alrededores de mi universidad					
10	Sensibilizo a mis compañeros a participar en la hora del planeta.					
11	Fomento prácticas ambientales en el cuidado del agua					
12	Comento a mis compañeros de la universidad sobre mi opinión del medio ambiente					
13	Asisto a talleres de salud pública y medio ambiente.					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 3 COGNITIVA</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
14	Conozco los factores bióticos y abióticos que hay en un ecosistema					
15	Defino adecuadamente el concepto de contaminación					
16	Entiendo las consecuencias de la contaminación ambiental en los seres vivos					
17	Leo información acerca de la destrucción de la capa de ozono.					
18	Busco información sobre los animales que están en peligro de extinción.					
19	Investigo sobre la contaminación de los suelos.					
20	Conozco los efectos del cambio climático en mi entorno					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 4 ACTIVA</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
21	Minimizo, y realizo segregación de materiales en la fuente para su reaprovechamiento					
22	Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía					
23	Participo en jornadas de limpieza en mi comunidad					
24	Sensibilizo a mis compañeros en buenas prácticas ambientales para el ahorro de agua.					
25	Conservo y animo a las personas a mantener limpio los ambientes y vehículos públicos					
26	Practico técnicas de transporte ecológicos como el uso de bicicleta					
27	Desconecto los artefactos eléctricos cuando no los utilizo.					

Estilo de Vida Saludable		Indicadores				
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 1 NUTRICION</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	Tomo algún alimento al levantarme por las mañanas					
2	Selecciono comidas que no contienen ingredientes artificiales o conservantes					
3	Como tres veces al día					
4	Leo las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes					
5	Incluyo en mi dieta alimentos que contienen fibra (frutas crudas, verduras crudas)					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 2 ACTIVIDAD FISICA</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
6	Realizo ejercicios para relajar mis músculos al menos 3 veces por semana					
7	Realizo ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana					
8	Participo en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión					
9	Realizo actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 3 RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
10	Relato al médico cualquier síntoma extraño relacionado con mi salud					
11	Conozco cual es el nivel de colesterol en mi sangre (miligramos en sangre)					
12	Leo revistas o folletos sobre cómo cuidar mi salud					
13	Hago medir mi presión arterial y pido el resultado					
14	Asisto a programas sobre el mejoramiento del medio ambiente donde vivo					
15	Observo al menos una vez al mes mi cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro					
16	Asisto a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 4 MANEJO DEL ESTRÉS</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
17	Soy consciente de las fuentes que producen tensión en mi vida					
18	Paso de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación					
19	Relajo conscientemente mis músculos antes de dormir					
20	Me concentro en pensamientos agradables a la hora de dormir					
21	Pido información a los profesionales para cuidar mi salud					
22	Uso métodos específicos para controlar la tensión					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 5 SOPORTE INTERPERSONAL</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
23	Discuto con personas cercanas mis preocupaciones y problemas personales					
24	Me gusta expresar y que me expresen cariño personas cercanas a mi					
25	Mantengo relaciones interpersonales que me dan satisfacción					
26	Me gusta pasar tiempo con amigos cercanos					
27	Expreso fácilmente interés, amor y calor humano hacia otras personas					
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 6 AUTORREALIZACION</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
28	Me quiero a mi mismo					
29	Soy entusiasta y optimista con referencia a mi vida					
30	Me siento feliz y contento					
31	Soy consciente de mis capacidades y debilidades personales					
32	Me trazo metas de largo plazo en mi vida					
33	Soy consciente de lo que me importa en la vida					
34	Veo cada día que empieza como interesante y desafiante					
35	Es agradable y satisfactorio el ambiente que hay en mi vida					
36	Soy realista en las metas que me propongo					
37	Creo que mi vida tiene un propósito					

**DOCUMENTOS PARA VALIDAR LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN  
A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTOS**

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Lima, 03 de junio 2022

MSc: Yolvi Javier Ocaña Fernández

Presente

Asunto: Validación de instrumentos a través de juicio de experto

Nos es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante del **PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA** – de la Universidad César Vallejo, en la sede Lima Norte, promoción 2022-01, aula A1P1, requiero validar el instrumento con el cual recogeré la información necesaria para poder desarrollar mi trabajo de investigación.

El título nombre del proyecto de investigación es: **“Conciencia Ambiental y Estilo de Vida Saludable en los Estudiantes de la Facultad de medicina en una Universidad Privada de Lima, 2022”** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente



Erika Patiño Hernández

DNI: 10409921

1ER VALIDADOR

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA  
CONCIENCIA AMBIENTAL**

Conciencia Ambiental		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
Ítems	Dimensión 1 AFECTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno.	X		X		X		
2	Practico la conservación y preservación de la flora de mi entorno.	X		X		X		
3	Sensibilizo a mis compañeros de clase cuando realizan malas prácticas ambientales.	X		X		X		
4	Sensibilizo a mis compañeros de clase a realizar campañas de reciclaje	X		X		X		
5	Corrijo a las personas cuando usan excesivamente los insecticidas.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 2 DISPOSICIONAL	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Forma parte de la brigada ecológica de mi universidad.	X		X		X		
7	Fomento la cultura ambiental a mi alrededor	X		X		X		
8	Participo en campañas a favor del cuidado del ambiente.	X		X		X		
9	Siembro plantas en los alrededores de mi universidad	X		X		X		
10	Sensibilizo a mis compañeros a participar en la hora del planeta.	X		X		X		
11	Fomento prácticas ambientales en el cuidado del agua	X		X		X		
12	Comento a mis compañeros de la universidad sobre mi opinión del medio ambiente	X		X		X		
13	Asisto a talleres de salud pública y medio ambiente.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 3 COGNITIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
14	Conozco los factores bióticos y abióticos que hay en un ecosistema	X		X		X		
15	Defino adecuadamente el concepto de contaminación	X		X		X		
16	Entiendo las consecuencias de la contaminación ambiental en los seres vivos	X		X		X		
17	Leo información acerca de la destrucción de la capa de ozono.	X		X		X		
18	Busco información sobre los animales que están en peligro de extinción.	X		X		X		
19	Investigo sobre la contaminación de los suelos.	X		X		X		
20	Conozco los efectos del cambio climático en mi entorno	X		X		X		
Ítems	Dimensión 4 ACTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
21	Minimizo, y realizo segregación de materiales en la fuente para su reaprovechamiento	X		X		X		
22	Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía	X		X		X		
23	Participo en jornadas de limpieza en mi comunidad	X		X		X		
24	Sensibilizo a mis compañeros en buenas prácticas ambientales para el ahorro de agua.	X		X		X		
25	Conservo y animo a las personas a mantener limpio los ambientes y vehículos públicos	X		X		X		
26	Practico técnicas de transporte ecológicos como el uso de bicicleta	X		X		X		
27	Desconecto los artefactos eléctricos cuando no los utilizo.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    **Aplicable [ X ]**            **Aplicable después de corregir [ ]**            **No aplicable [ ]**

Apellidos y nombres del juez validador. **Dr. Ocaña Fernández Yolvi Javier**

DNI: 40043433

Especialidad del validador: **Doctor en Educación**

Lima, 03 de junio de 2022

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.



**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

-----  
**Firma del Experto Infomante.**

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Estilo de Vida Saludable		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
Ítems		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Dimensión 1 NUTRICION</b>								
1	Tomo algún alimento al levantarme por las mañanas	X		X		X		
2	Selecciono comidas que no contienen ingredientes artificiales o conservantes	X		X		X		
3	Como tres veces al día	X		X		X		
4	Leo las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes	X		X		X		
5	Incluyo en mi dieta alimentos que contienen fibra (frutas crudas, verduras crudas)	X		X		X		
<b>Dimensión 2 ACTIVIDAD FISICA</b>								
6	Realizo ejercicios para relajar mis músculos al menos 3 veces por semana	X		X		X		
7	Realizo ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana	X		X		X		
8	Participo en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión	X		X		X		
9	Realizo actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo	X		X		X		
<b>Dimensión 3 RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>								
10	Relato al médico cualquier síntoma extraño relacionado con mi salud	X		X		X		
11	Conozco cual es el nivel de colesterol en mi sangre (miligramos en sangre)	X		X		X		
12	Leo revistas o folletos sobre cómo cuidar mi salud	X		X		X		
13	Hago medir mi presión arterial y pido el resultado	X		X		X		
14	Asisto a programas sobre el mejoramiento del medio ambiente donde vivo	X		X		X		
15	Observo al menos una vez al mes mi cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro	X		X		X		
16	Asisto a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal	X		X		X		
<b>Dimensión 4 MANEJO DEL ESTRÉS</b>								
17	Soy consciente de las fuentes que producen tensión en mi vida	X		X		X		
18	Paso de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación	X		X		X		
19	Relajo conscientemente mis músculos antes de dormir	X		X		X		
20	Me concentro en pensamientos agradables a la hora de dormir	X		X		X		
21	Pido información a los profesionales para cuidar mi salud	X		X		X		
22	Uso métodos específicos para controlar la tensión	X		X		X		
<b>Dimensión 5 SOPORTE INTERPERSONAL</b>								
23	Discuto con personas cercanas mis preocupaciones y problemas personales	X		X		X		
24	Me gusta expresar y que me expresen cariño personas cercanas a mi	X		X		X		
25	Mantengo relaciones interpersonales que me dan satisfacción	X		X		X		
26	Me gusta pasar tiempo con amigos cercanos	X		X		X		
27	Expreso fácilmente interés, amor y calor humano hacia otras personas	X		X		X		
<b>Dimensión 6 AUTORREALIZACION</b>								
28	Me quiero a mi mismo	X		X		X		
29	Soy entusiasta y optimista con referencia a mi vida	X		X		X		
30	Me siento feliz y contento	X		X		X		
31	Soy consciente de mis capacidades y debilidades personales	X		X		X		
32	Me trazo metas de largo plazo en mi vida	X		X		X		
33	Soy consciente de lo que me importa en la vida	X		X		X		
34	Vejo cada día que empieza como interesante y desafiante	X		X		X		
35	Es agradable y satisfactorio el ambiente que hay en mi vida	X		X		X		
36	Soy realista en las metas que me propongo	X		X		X		
37	Creo que mi vida tiene un propósito	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    **Aplicable [ X ]**    **Aplicable después de corregir [ ]**    **No aplicable [ ]**

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Ocaña Fernández Yolvi Javier

DNI: 40043433

Especialidad del validador: Doctor en Educación

Lima, 03 de junio de 2022

<sup>1</sup> pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

<sup>3</sup> claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



-----  
Firma del Experto Informante.

## 2DO VALIDADOR

### CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA CONCIENCIA AMBIENTAL

Conciencia Ambiental		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
Ítems	Dimensión 1 AFECTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno.	X		X		X		
2	Practico la conservación y preservación de la flora de mi entorno.	X		X		X		
3	Sensibilizo a mis compañeros de clase cuando realizan malas prácticas ambientales.	X		X		X		
4	Sensibilizo a mis compañeros de clase a realizar campañas de reciclaje	X		X		X		
5	Corrijo a las personas cuando usan excesivamente los insecticidas.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 2 DISPOSIONAL	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Forma parte de la brigada ecológica de mi universidad.	X		X		X		
7	Fomento la cultura ambiental a mi alrededor	X		X		X		
8	Participo en campañas a favor del cuidado del ambiente.	X		X		X		
9	Siembro plantas en los alrededores de mi universidad	X		X		X		
10	Sensibilizo a mis compañeros a participar en la hora del planeta.	X		X		X		
11	Fomento prácticas ambientales en el cuidado del agua	X		X		X		
12	Comento a mis compañeros de la universidad sobre mi opinión del medio ambiente	X		X		X		
13	Asisto a talleres de salud pública y medio ambiente.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 3 COGNITIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
14	Conozco los factores bióticos y abióticos que hay en un ecosistema	X		X		X		
15	Defino adecuadamente el concepto de contaminación	X		X		X		
16	Entiendo las consecuencias de la contaminación ambiental en los seres vivos	X		X		X		
17	Leo información acerca de la destrucción de la capa de ozono.	X		X		X		
18	Busco información sobre los animales que están en peligro de extinción.	X		X		X		
19	Investigo sobre la contaminación de los suelos.	X		X		X		
20	Conozco los efectos del cambio climático en mi entorno	X		X		X		
Ítems	Dimensión 4 ACTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
21	Minimizo, y realizo segregación de materiales en la fuente para su reaprovechamiento	X		X		X		
22	Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía	X		X		X		
23	Participo en jornadas de limpieza en mi comunidad	X		X		X		
24	Sensibilizo a mis compañeros en buenas prácticas ambientales para el ahorro de agua.	X		X		X		
25	Conservo y animo a las personas a mantener limpio los ambientes y vehículos públicos	X		X		X		
26	Practico técnicas de transporte ecológicos como el uso de bicicleta	X		X		X		
27	Desconecto los artefactos eléctricos cuando no los utilizo.	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** El instrumento precisa suficiencia en las dimensiones de la variable estudiada

**Opinión de aplicabilidad:**    **Aplicable [ X ]**        **Aplicable después de corregir [ ]**        **No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador:** Dr.: Carbonel Arribasplata José Antonio

**DNI:** 40578987

**Especialidad del validador:** Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad

**Lima, 18 de junio de 2022**

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



Firmado digitalmente por:  
CARBONEL ARRIBASPLATA  
Jose Antonio FIR 40578987 hard  
Motivo: En señal de  
conformidad  
Fecha: 18/06/2022 18:00:10-0500

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Estilo de Vida Saludable		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 1 NUTRICION</b>							
1	Tomo algún alimento al levantarme por las mañanas	X		X		X		
2	Selecciono comidas que no contienen ingredientes artificiales o conservantes	X		X		X		
3	Como tres veces al día	X		X		X		
4	Leo las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes	X		X		X		
5	Incluyo en mi dieta alimentos que contienen fibra (frutas crudas, verduras crudas)	X		X		X		
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 2 ACTIVIDAD FISICA</b>							
6	Realizo ejercicios para relajar mis músculos al menos 3 veces por semana	X		X		X		
7	Realizo ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana	X		X		X		
8	Participo en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión	X		X		X		
9	Realizo actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo	X		X		X		
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 3 RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>							
10	Relato al médico cualquier síntoma extraño relacionado con mi salud	X		X		X		
11	Conozco cual es el nivel de colesterol en mi sangre (miligramos en sangre)	X		X		X		
12	Leo revistas o folletos sobre cómo cuidar mi salud	X		X		X		
13	Hago medir mi presión arterial y pido el resultado	X		X		X		
14	Asisto a programas sobre el mejoramiento del medio ambiente donde vivo	X		X		X		
15	Observo al menos una vez al mes mi cuerpo para ver cambios físicos o señales de peligro	X		X		X		
16	Asisto a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal	X		X		X		
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 4 MANEJO DEL ESTRÉS</b>							
17	Soy consciente de las fuentes que producen tensión en mi vida	X		X		X		
18	Paso de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación	X		X		X		
19	Relajo conscientemente mis músculos antes de dormir	X		X		X		
20	Me concentro en pensamientos agradables a la hora de dormir	X		X		X		
21	Pido información a los profesionales para cuidar mi salud	X		X		X		
22	Uso métodos específicos para controlar la tensión	X		X		X		
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 5 SOPORTE INTERPERSONAL</b>							
23	Discuto con personas cercanas mis preocupaciones y problemas personales	X		X		X		
24	Me gusta expresar y que me expresen cariño personas cercanas a mí	X		X		X		
25	Mantengo relaciones interpersonales que me dan satisfacción	X		X		X		
26	Me gusta pasar tiempo con amigos cercanos	X		X		X		
27	Expreso fácilmente interés, amor y calor humano hacia otras personas	X		X		X		
<b>Ítems</b>	<b>Dimensión 6 AUTORREALIZACION</b>							
28	Me quiero a mí mismo	X		X		X		
29	Soy entusiasta y optimista con referencia a mi vida	X		X		X		
30	Me siento feliz y contento	X		X		X		
31	Soy consciente de mis capacidades y debilidades personales	X		X		X		
32	Me trazo metas de largo plazo en mi vida	X		X		X		
33	Soy consciente de lo que me importa en la vida	X		X		X		
34	Veo cada día que empieza como interesante y desafiante	X		X		X		
35	Es agradable y satisfactorio el ambiente que hay en mi vida	X		X		X		
36	Soy realista en las metas que me propongo	X		X		X		
37	Creo que mi vida tiene un propósito	X		X		X		

**Observaciones (precisar si hay suficiencia):** El instrumento precisa suficiencia en las dimensiones de la variable estudiada

**Opinión de aplicabilidad:**    **Aplicable [ X ]**            **Aplicable después de corregir [ ]**            **No aplicable [ ]**

**Apellidos y nombres del juez validador:** Dr.: Carbonel Arribasplata José Antonio

**DNI:** 40578987

**Especialidad del validador:** Doctor en Gestión Pública y Gobernabilidad

**Lima, 18 de junio de 2022**

- <sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.  
<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.  
<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



Firmado digitalmente por:  
**CARBONEL ARRIBASPLATA**  
 Jose Antonio FIR 40578987 hard  
 Motivo: En señal de conformidad  
 Fecha: 18/06/2022 18:00:10-0500

### 3ER VALIDADOR

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE LA CONCIENCIA AMBIENTAL

Conciencia Ambiental		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
Ítems	Dimensión 1 AFECTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno.	X		X		X		
2	Practico la conservación y preservación de la flora de mi entorno.	X		X		X		
3	Sensibilizo a mis compañeros de clase cuando realizan malas prácticas ambientales.	X		X		X		
4	Sensibilizo a mis compañeros de clase a realizar campañas de reciclaje	X		X		X		
5	Corrijo a las personas cuando usan excesivamente los insecticidas.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 2 DISPOSICIONAL	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Forma parte de la brigada ecológica de mi universidad.	X		X		X		
7	Fomento la cultura ambiental a mi alrededor	X		X		X		
8	Participo en campañas a favor del cuidado del ambiente.	X		X		X		
9	Siembro plantas en los alrededores de mi universidad	X		X		X		
10	Sensibilizo a mis compañeros a participar en la hora del planeta.	X		X		X		
11	Fomento prácticas ambientales en el cuidado del agua	X		X		X		
12	Comento a mis compañeros de la universidad sobre mi opinión del medio ambiente	X		X		X		
13	Asisto a talleres de salud pública y medio ambiente.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 3 COGNITIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
14	Conozco los factores bióticos y abióticos que hay en un ecosistema	X		X		X		
15	Defino adecuadamente el concepto de contaminación	X		X		X		
16	Entiendo las consecuencias de la contaminación ambiental en los seres vivos	X		X		X		
17	Leo información acerca de la destrucción de la capa de ozono.	X		X		X		
18	Busco información sobre los animales que están en peligro de extinción.	X		X		X		
19	Investigo sobre la contaminación de los suelos.	X		X		X		
20	Conozco los efectos del cambio climático en mi entorno	X		X		X		
Ítems	Dimensión 4 ACTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
21	Minimizo, y realizo segregación de materiales en la fuente para su reaprovechamiento	X		X		X		
22	Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía	X		X		X		
23	Participo en jornadas de limpieza en mi comunidad	X		X		X		
24	Sensibilizo a mis compañeros en buenas prácticas ambientales para el ahorro de agua.	X		X		X		
25	Conservo y animo a las personas a mantener limpio los ambientes y vehículos públicos	X		X		X		
26	Practico técnicas de transporte ecológicos como el uso de bicicleta	X		X		X		
27	Desconecto los artefactos eléctricos cuando no los utilizo.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    **Aplicable [ X ]**        **Aplicable después de corregir [ ]**        **No aplicable [ ]**

Apellidos y nombres del juez validador. **Mg: Yataco Gonzales Miriam**

DNI: 09465492

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria

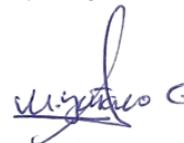
Lima, 12 de junio de 2022

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



-----  
**Firma del Experto Informante.**

## CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE EL ESTILO DE VIDA SALUDABLE

Conciencia Ambiental		Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
Ítems	Dimensión 1 AFECTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
1	Practico la conservación y preservación de la fauna de mi entorno.	X		X		X		
2	Practico la conservación y preservación de la flora de mi entorno.	X		X		X		
3	Sensibilizo a mis compañeros de clase cuando realizan malas prácticas ambientales.	X		X		X		
4	Sensibilizo a mis compañeros de clase a realizar campañas de reciclaje	X		X		X		
5	Corrijo a las personas cuando usan excesivamente los insecticidas.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 2 DISPOSICIONAL	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Forma parte de la brigada ecológica de mi universidad.	X		X		X		
7	Fomento la cultura ambiental a mi alrededor	X		X		X		
8	Participo en campañas a favor del cuidado del ambiente.	X		X		X		
9	Siembro plantas en los alrededores de mi universidad	X		X		X		
10	Sensibilizo a mis compañeros a participar en la hora del planeta.	X		X		X		
11	Fomento prácticas ambientales en el cuidado del agua	X		X		X		
12	Comento a mis compañeros de la universidad sobre mi opinión del medio ambiente	X		X		X		
13	Asisto a talleres de salud pública y medio ambiente.	X		X		X		
Ítems	Dimensión 3 COGNITIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
14	Conozco los factores bióticos y abióticos que hay en un ecosistema	X		X		X		
15	Defino adecuadamente el concepto de contaminación	X		X		X		
16	Entiendo las consecuencias de la contaminación ambiental en los seres vivos	X		X		X		
17	Leo información acerca de la destrucción de la capa de ozono.	X		X		X		
18	Busco información sobre los animales que están en peligro de extinción.	X		X		X		
19	Investigo sobre la contaminación de los suelos.	X		X		X		
20	Conozco los efectos del cambio climático en mi entorno	X		X		X		
Ítems	Dimensión 4 ACTIVA	Si	No	Si	No	Si	No	
21	Minimizo, y realizo segregación de materiales en la fuente para su reaprovechamiento	X		X		X		
22	Practico técnicas de ecoeficiencia en ahorro de energía	X		X		X		
23	Participo en jornadas de limpieza en mi comunidad	X		X		X		
24	Sensibilizo a mis compañeros en buenas prácticas ambientales para el ahorro de agua.	X		X		X		
25	Conservo y animo a las personas a mantener limpio los ambientes y vehículos públicos	X		X		X		
26	Practico técnicas de transporte ecológicos como el uso de bicicleta	X		X		X		
27	Desconecto los artefactos eléctricos cuando no los utilizo.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_

Opinión de aplicabilidad:    **Aplicable [ X ]**        **Aplicable después de corregir [ ]**        **No aplicable [ ]**

Apellidos y nombres del juez validador. **Mg: Yataco Gonzales Miriam**

DNI: 09465492

Especialidad del validador: Magister en Docencia Universitaria

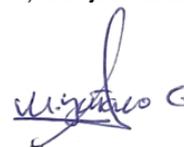
Lima, 12 de junio de 2022

<sup>1</sup> **pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

<sup>2</sup> **relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

<sup>3</sup> **claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

**Nota:** Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.



-----  
Firma del Experto Informante.

## Anexo 3. Aplicación del Cuestionario- Formulario

Preguntas Respuestas **96** Configuración



### Conciencia Ambiental y Estilo de Vida Saludable en los Estudiantes de la Facultad de Medicina de una Universidad Privada de Lima.

Les saluda Erika Patiño Hernandez, maestría en Docencia Universitaria de la Universidad César Vallejo Lima Norte y me encuentro elaborando un estudio científico sobre la Conciencia Ambiental y el Estilo de Vida Saludable. Para tal caso, agradecería su apoyo respondiendo esta encuesta la cual proporcionara información valiosa. En efecto, las respuesta son totalmente confidenciales y son planteadas con el fin determinar un resultado.





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, OCAÑA FERNANDEZ YOLVI JAVIER, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN DOCENCIA UNIVERSITARIA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "CONCIENCIA AMBIENTAL Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE LIMA, 2022

", cuyo autor es PATIÑO HERNANDEZ ERIKA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 21.00%, 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 Tesis 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.

LIMA, 07 de Agosto del 2022

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
OCAÑA FERNANDEZ YOLVI JAVIER <b>DNI:</b> 40043433 <b>ORCID:</b> 0000-0002-2566-6875	Firmado electrónicamente por: YOCANAF el 12-08- 2022 08:31:08

Código documento Trilce: TRI - 0398873