

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTADO NUTRICIO DE LOS  
ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE  
ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA  
SAN JUAN BAUTISTA ICA,  
MAYO 2018**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER**

**ALTAMIRANO GUTIERREZ ESTELA ESTEFANI**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**ICA – PERÚ**

**2019**

**ASESORA:**  
**DRA. OLINDA OSCCO TORRES**

## **AGRADECIMIENTO**

### **A DIOS**

Por ser mi guía, porque nunca me dejo sola, por darme fuerzas, mil gracias señor.

### **A LA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**

Por brindarme las facilidades de realizar mi trabajo de tesis, donde viví experiencias inolvidables.

### **A MI ASESORA**

Por su apoyo incondicional, por brindarme su tiempo y apoyo para poder culminar de trabajo de tesis.

## **DEDICATORIA**

A mis padres e hijos por ser mi mayor motivación para lograr mis sueños.

## RESUMEN

El éxito o fracaso de un estudiante depende directamente del método que usa para estudiar. El estado nutricional es el grado en que las demandas fisiológicas están siendo cubiertas por la ingestión de nutrientes. El objetivo de la investigación fue determinar los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018. La población-muestra estuvo constituida por 30 estudiantes del I ciclo de enfermería. Para la recolección de datos se utilizó como técnica la encuesta para la primera variable y la somatometría para identificar el estado nutricional de los estudiantes universitarios. Resultados: En los datos generales el 47%(14) son menores de 19 años y el 67%(20) es de sexo femenino, respectivamente. Referente a la primera variable, los hábitos de estudio según conducta frente al estudio son eficientes en 63%(19) y deficientes en 37%(11), en la dimensión trabajos académicos son eficientes en 57%(17) y deficientes en 43%(13); dimensión preparación para exámenes son deficientes en 60%(18) y eficientes en 40%(12), dimensión actitud en clases son eficientes en 60%(18) y deficientes en 40%(12), dimensión momentos de estudio, son eficientes en 70%(21) y deficientes en 30%(9) de los estudiantes, obteniéndose un consolidado global sobre los hábitos de estudio de eficientes en 60%(18) y deficientes en 40%(12) según resultados. Respecto a la segunda variable Estado nutricional según índice de masa corporal de los estudiantes es normal en 60%(18), pre obeso en 24%(7), bajo peso en 13%(4) y finalmente obeso grado 2 en 3%(1). Conclusiones: Los hábitos de estudio de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, según preparación para exámenes son deficientes y son eficientes en las dimensiones conducta frente al estudio, trabajos académicos, momentos de estudio y actitud en clases, asimismo el estado nutricional según Índice de masa corporal es normal. **Palabras clave:** Hábitos de estudio, estado nutricional, estudiantes universitarios.

## ABSTRACT

The success or failure of a student depends directly on the method he uses to study. The nutritional status is the degree to which physiological demands are being met by nutrient intake. The objective of the research was to determine the study habits and nutritional status of the students of the I cycle of the School of Nursing San Juan Bautista Ica Private University, May 2018. The sample population consisted of 30 students of the I nursing cycle. For data collection, the survey for the first variable and somatometry was used as a technique to identify the nutritional status of university students. Results: In the general data 47% (14) are under 19 and 67% (20) are female, respectively. Regarding the first variable, the habits of study according to behavior in front of the study are efficient in 63% (19) and deficient in 37% (11), in the dimension academic works are efficient in 57% (17) and deficient in 43% (13); exam preparation dimension are 60% (18) and 40% efficient (12), attitude attitude in classes are 60% efficient (18) and 40% deficient (12), study time dimension, are efficient in 70% (21) and deficient in 30% (9) of the students, obtaining a consolidated global on the study habits of efficient in 60% (18) and deficient in 40% (12) according to results. Regarding the second variable Nutritional status according to student body mass index is normal in 60% (18), pre obese in 24% (7), underweight in 13% (4) and finally obese grade 2 in 3% (one). Conclusions: The study habits of the students of the I cycle of the School of Nursing San Juan Bautista Ica Private University, according to preparation for examinations are deficient and are efficient in the dimensions conduct in front of the study, academic works, moments of study and attitude in classes, also the nutritional status according to Body Mass Index is normal.

Key words: **Study habits, nutritional status, university students.**

## PRESENTACIÓN

Al estudiante se le debe adiestrar en el desarrollo de hábitos de estudio que sean correctos y eficaces para evitar el fracaso en los estudios. Es conocida la vulnerabilidad de este grupo desde el punto de vista nutricional por omitir comidas, picar entre horas, abusar de la comida chatarra y tener una dieta con poca variedad lo que afecta su estado nutricional. El estudiante universitario debe desarrollar hábitos de estudio correcto y eficaz para evitar el fracaso de sus estudios y un estado nutricional normal evidenciado por la normalidad del índice de masa corporal. El estudio tiene como objetivo determinar los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018, el cual tiene por finalidad de proporcionar información real sobre los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo, a fin de promover acciones conjuntas que identifiquen la problemática para desarrollar y poner en práctica planes de intervención en los casos identificados para la orientación en la participación de profesores, en actividades de promoción y prevención realizados por el profesional de enfermería.

Esta investigación se encuentra organizada en 5 capítulos: En el capítulo I encontramos: “El problema, planteamiento del problema, formulación del problema, objetivo general, objetivos específicos, justificación del problema y el propósito de estudio. En el capítulo II, marco teórico, antecedentes bibliográficos, base teórica, hipótesis, definición operacional de términos. En el capítulo III, la metodología de la investigación: tipo de estudio, área de estudio, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, diseño de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos. En el capítulo IV comprende: Análisis de los resultados. En el capítulo V: Conclusiones y recomendaciones. Finalizando con las referencias bibliográficas, bibliografía y anexos”.

## ÍNDICE

	Pág.
CARATULA	i
ASESOR	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
PRESENTACIÓN	vii
ÍNDICE	viii
LISTA DE TABLAS	x
LISTA DE GRÁFICOS	xii
LISTA DE ANEXOS	xiv
<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA</b>	
<b>I.a. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>15</b>
<b>I.b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>17</b>
<b>I.c. OBJETIVOS</b>	<b>17</b>
<b>I.c.1.GENERAL</b>	<b>17</b>
<b>I.c.2.ESPECÍFICOS</b>	<b>17</b>
<b>I.d. JUSTIFICACIÓN</b>	<b>19</b>
<b>I.e. PROPÓSITO</b>	<b>19</b>
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
<b>II.a. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS</b>	<b>20</b>
<b>II.b. BASE TEÓRICA</b>	<b>26</b>
<b>II.c. HIPÓTESIS</b>	<b>33</b>
<b>II.d. VARIABLES</b>	<b>35</b>
<b>II.e. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS</b>	<b>35</b>



<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	
<b>III.a. TIPO DE ESTUDIO</b>	<b>36</b>
<b>III.b. ÁREA DE ESTUDIO</b>	<b>36</b>
<b>III.c. POBLACIÓN Y MUESTRA</b>	<b>36</b>
<b>III.d. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b>	<b>37</b>
<b>III.e. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b>	<b>37</b>
<b>III.f. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DATOS</b>	<b>38</b>
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</b>	
<b>IV.a RESULTADOS</b>	<b>40</b>
<b>IV.b. DISCUSIÓN</b>	<b>48</b>
<b>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
<b>V.a. CONCLUSIONES</b>	<b>53</b>
<b>V.b. RECOMENDACIONES</b>	<b>54</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>55</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>60</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>62</b>

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1</b> DATOS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>40</b>
<b>TABLA 2</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>79</b>
<b>TABLA 3</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN TRABAJOS ACADEMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>79</b>
<b>TABLA 4</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN PREPARACIÓN PARA EXAMENES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>80</b>
<b>TABLA 5</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN ACTITUD EN CLASES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>80</b>

<b>TABLA 6</b>	HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN MOMENTOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>81</b>
<b>TABLA 7</b>	HÁBITOS DE ESTUDIO GLOBAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUANBAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>81</b>
<b>TABLA 8</b>	ESTADO NUTRICIO SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	<b>82</b>

## LISTA DE GRÁFICOS

	Pág.
<b>GRÁFICO 1</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	41
<b>GRÁFICO 2</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN TRABAJOS ACADEMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	42
<b>GRÁFICO 3</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN PREPARACIÓN PARA EXAMENES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	43
<b>GRÁFICO 4</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN ACTITUD EN CLASES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	44
<b>GRÁFICO 5</b> HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN MOMENTOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018.	45

**GRAFICO 6** HÁBITOS DE ESTUDIO GLOBAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018. **46**

**GRAFICO 7** ESTADO NUTRICIO SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018. **47**

## LISTA DE ANEXOS

	<b>Pág.</b>
<b>ANEXO 1</b> OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	<b>63</b>
<b>ANEXO 2</b> INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	<b>67</b>
<b>ANEXO 3</b> VALIDEZ DEL INSTRUMENTO. PRUEBA BINOMIAL	<b>71</b>
<b>ANEXO 4</b> TABLA DE CÓDIGO DE RESPUESTAS	<b>72</b>
<b>ANEXO 5</b> CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO	<b>73</b>
<b>ANEXO 6</b> TABLA MATRIZ DE VARIABLES	<b>74</b>
<b>ANEXO 7</b> TABLAS DE FRECUENCIA Y PORCENTAJES	<b>79</b>
<b>ANEXO 8</b> CONSENTIMIENTO INFORMADO	<b>83</b>
<b>ANEXO 9</b> AUTORIZACIÓN DE RECOLECCIÓN DE DATOS	<b>83</b>

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

### **I.a. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Durante la etapa de la juventud empieza el ser humano a perfilarse como ser productor tanto laboral como académico para el desempeño de su futuro, generándose cambios drásticos en el estilo de vida, al tener una mayor independencia en sus decisiones, nuevas responsabilidades, cambios en los contextos económicos, social, cultural y nutricional.

“La Organización Mundial de la Salud (OMS) hace referencia que, de acuerdo con las estadísticas mundiales de 2014, más de uno de cada tres (en 39%) de los adultos de 18 años o más tenían sobrepeso. La prevalencia mundial de la obesidad se duplicó con creces entre 1980 y 2014 y, en ese año, el 11 % de los varones y el 15% de las mujeres (más de medio billón de adultos) eran obesos”.<sup>1</sup>

En la investigación realizada por Seder y Villalonga en España, “se encontró que las mujeres presentan una puntuación más alta, hasta 6 puntos, en los hábitos de estudio a diferencia de los varones. Ello debido a que poseen más herramientas de estudio y emplean un mayor número de técnicas para estudiar haciendo uso de lecturas, toma de apuntes, resúmenes, subrayados entre otros”.<sup>2</sup>

En Argentina, “el 81% de los adolescentes no se mantienen suficientemente activos. El 23% de los adultos y el 81% de los adolescentes en edad escolar no se mantienen suficientemente activos, comunicó el organismo sanitario. Con motivo de revertir esta situación, lanzaron un Plan de acción mundial para la prevención y el control de las enfermedades no trasmisibles 2013-2020”. En él se hace un llamamiento a reducir en un 10% la inactividad física con miras a 2025, lo que también contribuirá a alcanzar los Objetivos de Desarrollo Sostenible. (ODS).<sup>3</sup>

De acuerdo “con el índice de masa corporal según estudios realizados en México en el año 2013, el 21,5 % de los estudiantes cursaba con sobrepeso y más del 10 % presentaba algún grado de obesidad; el 29,7 % tenía riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares. Practicaba uno o varios deportes el 41,2 % de los estudiantes, 91,2 % más de media hora al día, y de estos solo el 30,5 % lo realizaba al menos 5 días a la semana”. “Los principales motivos para realizar ejercicio fueron por salud, diversión, pasar el tiempo, por gusto y estética”.<sup>4</sup>

Entre los principales resultados obtenidos por Chilca M., en estudiantes universitarios en el año 2017 “halló que el 14% se encuentran en la categoría del nivel de hábitos de estudio muy positivo, es decir, los estudiantes poseen hábitos de estudios adecuados que les ayudan en su proceso de aprendizaje académico. Por otra parte, el 3,5% se ubicó en la categoría del nivel de hábitos de estudio negativo, por lo tanto, se concluyó que era necesario mejorar y corregir sus hábitos de estudio”. Finalmente, “el estudio señaló que no existe una influencia significativa entre la autoestima y el rendimiento académico, pero sí entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes con un  $p < .05$ , concluyendo así que, si los estudiantes mejoran sus técnicas de estudio, entonces se incrementaría su rendimiento académico universitario”.<sup>5</sup>

“La Encuesta Demográfica y de Salud Familiar en el año 2015 reporta que las personas de 15 y más años de edad tienen en promedio 26,2 de IMC, es decir, se trata de una población con sobrepeso; este índice es más elevado en mujeres (26,8 de IMC) que en hombres (25,7 de IMC). El sobrepeso afecta más a la población de la Costa y a la de mayor condición socioeconómica. A nivel nacional, el 35,5% de la población de 15 y más años de edad padece de sobrepeso. Este problema de salud está presente en el 35,8% de mujeres y el 35,2% de varones”.<sup>6</sup>



Los estudiantes de enfermería tienen poco tiempo disponible debido a que en su mayoría trabajan y estudian, ingieren alimentos chatarras que encuentran alrededor de la Universidad debido al poco tiempo disponible que tienen para movilizarse a realizar otras actividades.

Debido a la problemática presentada líneas arriba, se realiza la siguiente pregunta de investigación:

### **I.b. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA:**

¿Cómo son los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018?

### **I.c. OBJETIVOS:**

#### **I.c.1. OBJETIVO GENERAL**

Determinar los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018.

#### **I.c.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

**OE1** Identificar los hábitos de estudio de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018 según sea:

- Conducta frente al estudio.
- Trabajos académicos.
- Preparación para exámenes.
- Actitud en clases.
- Momentos de estudio.

**OE2** Determinar el estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018 según sea:

- Índice de masa corporal

#### **I.d. JUSTIFICACIÓN:**

Actualmente se están presentando enfermedades crónicas no transmisibles debido a que la población sobre todos los estudiantes universitarios no lleva adecuados estilos de vida por ende como profesionales de enfermería se debe realizar actividades preventivas promocionales que contribuyen a llevar una mejor calidad de vida.

Asimismo, es necesario tener en cuenta aspectos que intervienen en los hábitos de estudio y que pueden afectar de manera positiva o negativa en el rendimiento del estudiante y su estancia dentro de la institución universitaria.

La investigación tiene relevancia social porque se propondrán estrategias orientadas en la modificación de estilos de vida los cuales permitirán que el estudiante universitario se desarrolle plenamente no solo en el aspecto físico sino también psicológico y social favoreciendo de esta manera en un nivel de salud social alto.

#### **I.e. PROPÓSITO:**

Los resultados de la investigación servirán para proporcionar información real sobre los hábitos de estudio y estado nutricional en los estudiantes universitarios a fin de promover acciones conjuntas que identifiquen la problemática para desarrollar y poner en práctica planes de intervención en los casos identificados con alteraciones en el estado nutricional que permitan desarrollar actividades de enfermería incentivando a los estudiantes en la adquisición de habilidades de estudio que asegure el verdadero éxito en ellos.

Se espera que los resultados, permitan realizar actividades de prevención primaria y promoción de la salud, que ayuden a mantener la nutrición de esta población, además de motivar nuevas investigaciones acerca de los hábitos de estudio, de tal manera que la profesión de enfermería continúe fortaleciéndose en el primer nivel de atención.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### II.a. ANTECEDENTES BIBLIOGRÁFICOS

Pineda O, Alcántara N. En el año 2016 realizaron una investigación de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y diseño transversal “con el objetivo de determinar la relación existente entre los **HÁBITOS DE ESTUDIO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES**” **UNIVERSITARIOS SAN PEDRO SULA HONDURAS.**

“La muestra fue probabilística no experimental constituida por 238 estudiantes. El instrumento de recogida de información empleado fue el de hábitos de estudio de Mena, Golbach y Veliz 2009, proporcionando una confiabilidad de 0.89 que evalúa cinco dimensiones: organización de horarios, metodología de estudio, comportamiento frente a un examen, factores internos y motivaciones para aprender; y disposición para enfrentarse a problemas algebraicos”. Como “un criterio para separar a los alumnos en los dos grupos se consideró la media 64.49, determinándose que un 39.92 % de los alumnos poseían hábitos de estudios favorables, más del 50% de ellos presentan pocos hábitos de estudio, además de ser muy bajo 39.92%. Conclusiones: Se comprobó una relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en estudiantes universitarios matriculados, a un nivel de significancia de 5%. Esto indica, que los hábitos de estudio de estos dos grupos están asociados con el rendimiento académico”.<sup>7</sup>

Pi R, Vida P, Brassesco B, Viola L, Aballay L. En el año 2015 realizaron un estudio prospectivo de tipo descriptivo simple correlacional de corte transversal con el objetivo de identificar el “**ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: SU RELACIÓN CON EL NÚMERO DE INGESTAS ALIMENTARIAS DIARIAS Y EL CONSUMO DE MACRONUTRIENTES**”. **CORDOVA ARGENTINA.**

La muestra final quedó constituida por un total de 210 sujetos. El instrumento consistió en un cuestionario semi estructurado, que recaba información acerca de datos personales, antropométricos, de estilos de vida” (consumo de alcohol, actividad física) y referidos a la alimentación habitual. De la muestra analizada casi un 50% presentó sobrepeso (SP) y un 40% grasa corporal elevada. “En relación al número de ingestas, los estudiantes que realizaron menos de 4 y más de 6 ingestas tuvieron 2 veces más chance de presentar exceso de peso y de grasa corporal. A medida que aumenta la edad también lo hacen los depósitos de grasa corporal, y cuando disminuyen los niveles de actividad física aumenta la chance de presentar un índice de masa corporal y grasa corporal elevada. Por otro lado, el consumo excesivo de glúcidos aumenta la chance de presentar grasa corporal elevada y sobrepeso, y el de proteínas y lípidos, el riesgo de grasa corporal elevada”.<sup>8</sup>

Becerra F, Vargas M. En el año 2015 realizaron un estudio observacional, descriptivo y transversal con el objetivo de determinar el **“ESTADO NUTRICIONAL Y CONSUMO DE ALIMENTOS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS ADMITIDOS A NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA”**.

“La muestra fue de 70

Estudiantes Se aplicó una encuesta para determinar las características del consumo de alimentos y se tomaron medidas antropométricas. Se determinaron medidas de tendencia central estratificadas por género y edad. Resultados Según el índice de masa corporal-IMC, aproximadamente tres de cada cuatro estudiantes fueron clasificados como normales. La prevalencia de malnutrición fue mayor en varones que en mujeres. Aproximadamente 70 % de los estudiantes consumía leche y derivados lácteos y 61 % consumía carnes diariamente. Cerca de la mitad de los estudiantes consumía huevo 2 a 3 veces por semana y sólo un 27 % lo hacía a diario”. La mitad “de los estudiantes manifestó consumir diariamente fruta en jugo, y sólo un 37 % las

consumía enteras con la misma frecuencia. Las verduras fueron las de menor frecuencia de consumo. Cerca del 10 % de los estudiantes consumía diariamente

alimentos de baja densidad nutricional (productos de paquete, gaseosa y adición de grasa a los alimentos), y 5 % consumía comidas rápidas. Conclusiones: Los estudiantes presentaron inadecuados hábitos alimentarios que posiblemente se relacionan con la prevalencia de malnutrición hallada”.<sup>9</sup>

Cárdenas M, Jaén O, Palomino F. En el año 2017 realizaron un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y prospectivo; con el objetivo de identificar los **HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE UNA UNIVERSIDAD PERUANA ESTATAL. AREQUIPA.**

“Contó con una muestra de 393 estudiantes. Los datos obtenidos presentan una alta consistencia interna, ya que el coeficiente alfa de Crombach obtenido fue 0.85. Resultados: En la utilización de materiales en donde presentaron un menor nivel desarrollo, al ser el único hábito con el 32,9% de estudiantes que se ubica en un nivel bajo”. En cambio, “en la planificación de estudio, presentan un mayor nivel de desarrollo al ser el hábito que ubica el menor porcentaje 17,4% en el nivel bajo, se halló que el nivel más alto de desarrollo se alcanza en la planificación del estudio, con el 30.7% de los estudiantes ubicados en el nivel superior. Conclusiones: Uno de los aspectos que se puede apreciar es el bajo porcentaje de estudiantes de primer año que alcanzan un nivel alto de hábitos de estudio ya sea en condiciones ambientales, planificación del estudio, utilización de materiales y asimilación de contenidos”.<sup>10</sup>

Chilca M. En el año 2016 realizó un estudio descriptivo observacional, multivariada o factorial de corte transversal con el objetivo de establecer la relación entre la **AUTOESTIMA, HÁBITOS DE ESTUDIO Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN**

**MARCOS, LIMA, PERÚ.** “La población de estudio estuvo conformada por 196 estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Tecnológica del Perú (UTP), matriculados en el curso de Matemática Básica I, durante el semestre académico 2016 - III y el tamaño de la muestra fue de 86 estudiantes.” “Los resultados

evidenciaron que no existe una influencia significativa entre la autoestima y el rendimiento académico, pero sí entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes. Conclusiones: Se espera que si los estudiantes mejoran sus técnicas de estudio entonces se incremente su rendimiento académico universitario”.<sup>5</sup>

Cano Y. En el año 2015 realizaron un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal con el objetivo de identificar los **“HÁBITOS DE ESTUDIOS, AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DEL X SEMESTRE DE LA EAPE – FACULTAD DE EDUCACIÓN – UNMSM”**, LIMA. “Contó con una muestra de 75 estudiantes universitarios, se utilizó la fórmula de Rho de Spearman, se estableció la relación entre las variables hábitos de estudio, autoestima respecto al rendimiento académico, se halló un de Rho = 0,245 y la significancia de  $p = 0,034$ , determinándose una relación significativa baja entre las variables de estudio. Resultados: Se muestra los resultados de la encuesta sobre la variable hábitos de estudio. El 90.7 % de los encuestados opinan a veces, y el 9.3%, casi nunca”. “Al hallarse bajos niveles en los hábitos de estudio que ejercen como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases no es adecuado, en los momentos de estudio, los estudios no son alentadores, puesto que repercute enormemente en su rendimiento académico siendo inadecuados; en la dimensión conducta frente al estudio el 84 % de los encuestados opinan como a veces, el 9.3% casi nunca y el 6.7 %, casi siempre teniendo resultados de inadecuado, en la dimensión

trabajos académicos el 69.3% de los encuestados opinan como a veces, el 29.3% casi nunca y el 1.3 %, casi siempre siendo inadecuado, en la dimensión preparación para los exámenes”. El 89.3 % de los “encuestados opinan a veces y el 10.7%, casi nunca, actitud en clase el 89.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 9.3% casi nunca y el 1.3 %, casi siempre destacando que la variable actitud en clase, no es adecuado; en la dimensión momentos de estudio. El 85.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 13.3 % casi nunca y el 1.3 %, casi siempre destacand

que la variable momentos de estudio, no es adecuado”. Conclusiones: “Los hábitos de estudio, que emplean los estudiantes se da en forma regular, porque solo a veces emplean como: la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, de manera repercutiendo en sus rendimientos académicos”.<sup>11</sup>

Ninahuaman L, Figueroa M. En los años 2016 – 2017 realizaron un trabajo nivel aplicativo, “tipo cuantitativo, método descriptivo correlacionar de corte trasversal con el objetivo de determinar los **HÁBITOS ALIMENTICIOS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL “SAN LUIS GONZAGA DE ICA”**”. “La muestra estuvo conformado por 220 estudiantes de Enfermería, la recolección de información fue de manera directa previo consentimiento informado a los estudiantes, la técnica fue la encuesta y el instrumento un cuestionario de dos partes: uno sobre datos generales y el segundo con datos específicos con 12 preguntas aplicando el IMC”. “Resultados: El 59,09% de los estudiantes de enfermería presentan hábitos alimenticios eficientes y 40,91% presentan hábitos alimenticios deficientes del 100%, el 54,55% tienen índice de masa corporal normal, el 36,36 % tienen sobrepeso, 6,36% con bajo peso y



el 2,73% sobrepeso grado II u obesidad". <sup>12</sup>

**Los antecedentes de investigación fueron empleados como referencia para orientar la metodología a utilizar y establecer algunas bases conceptuales que ayuden a fortalecer el estudio de investigación. De todas las investigaciones nacionales e internacionales sobre los hábitos de estudio y el estado nutricional aportaron que se debe desarrollar técnicas de estudio como beneficio académico potencial y mantenimiento de un adecuado estado nutricional que potenciados llevarán al éxito al estudiante universitario.**

## **II.b. BASE TEÓRICA**

“Estudiar es un proceso muy complicado, implica implementar un conjunto de estrategias y técnicas para llegar al conocimiento o la adquisición de competencias.”<sup>13</sup>

### **HÁBITOS DE ESTUDIO**

“Los hábitos de estudio han sido investigados a partir de distintas corrientes teórico metodológicas, intentando demostrar su eficacia en el desarrollo académico de los estudiantes en todos los niveles educativos”.<sup>14</sup>

“Los hábitos son conductas o comportamientos que son repetidos por las personas continuamente; sin embargo, no son innatos, es decir, no se nace con ellos, sino que se van formando. Los hábitos de estudio son estrategias, técnicas, recursos, actitudes y actividades que facilitan la adquisición de conocimientos, es decir, permiten desarrollar o mejorar el rendimiento académico”.<sup>15</sup>

“Han sido considerados elementos imprescindibles durante la formación académica, al asumir que los estudiantes universitarios tienen y ejecutan estrategias para el estudio que les facilitan su desarrollo académico; sin embargo, son muchos los casos en los que se presentan dificultades y esto puede abrir las puertas al ausentismo o, incluso, la deserción”.

“Los componentes de los hábitos de estudio se pueden agrupar en cuatro grandes rubros: 1) Estrategias de higiene: se establecen las condiciones que permiten mantener y propiciar la salud física y mental; 2) Condiciones de los materiales: se consideran en su totalidad los recursos y materiales necesarios para ejercer el estudio; 3) Estrategias de estudio: corresponde a las formas de estudiar para adquirir el conocimiento, y 4) capacidades de estudio referentes a las acciones mentales que se poseen y se dominan para mejorar el aprendizaje”.<sup>16</sup>

“La preocupación de los hábitos de estudio de los alumnos viene de tiempo atrás, no obstante, en nuestro tiempo esta cuestión ha adquirido un renovado interés por la extensión de la educación y por las altas tasas de fracaso escolar”.<sup>17</sup>

### **Conducta frente al estudio.**

“La actitud que se adopte ante el estudio es una parte importante en el aprendizaje de cualquier materia. Algunas asignaturas pueden resultar complicadas, pero esto no es razón para adoptar una actitud negativa y decir no puedo con ello, al contrario, se debe afrontar las dificultades y mentalizar que se puede superar. Con una buena planificación y dedicación se podrá superar la dificultad que la materia esté representando en el estudiante. La constancia y trabajo diario harán a un estudiante serio y que buscará siempre cumplir los objetivos fijados, siendo en el futuro un gran profesional. Se debe ser flexible en el método de estudio que se venga aplicando, ya que si este no es eficaz se deben emplear cambios para encontrar resultados positivos en el aprendizaje”. “El estudiante debe asumir sus faltas y superar sus carencias; esto es esencial para corregirlos y mejorar día a día. Los mejores estudiantes casi siempre, son los alumnos más motivados, que confían en sus posibilidades, planifican y emplean el mejor método de estudio acorde a sus posibilidades”.<sup>18</sup>

### **Trabajos académicos.**

“Leer es un hábito que se debe adquirir, ya que trae muchos beneficios. Además, al ingresar a la universidad obliga a los estudiantes a leer gran cantidad de información, la cual ayuda a entender algunos temas de las asignaturas”.

“Las destrezas de lectoescritura son principios importantes para poder desempeñarse en la escuela, en el trabajo y en la sociedad”.

“Durante la etapa temprana del desarrollo del lenguaje, se aprenden destrezas para el desarrollo de las habilidades de la lectura y la escritura (capacidad que posee el individuo para la codificación, la decodificación y la interpretación de los contenidos textuales)”. “Las destrezas de lectoescritura son principios importantes para poder desempeñarse en la escuela, en el trabajo y en la sociedad, y se van refinando según se va desarrollando el individuo”.<sup>19</sup>

### **Preparación para exámenes.**

“Es muy importante mantener alta la motivación, teniendo una buena estrategia de aprendizaje de cada materia. El método de estudio explorar, preguntar, leer, recitar y repasar proporciona una buena estrategia para asentar por fases y gradualmente los conocimientos y su comprensión de cara a un examen, tomando buenos apuntes en cada clase, planificando el estudio, utilizando trucos para memorizar aquellos contenidos fundamentales no olvidando repasar constantemente”.<sup>20</sup>

**Actitud en clases:** “Con frecuencia los profesores hablan de la motivación o falta de ella en los estudiantes y se reconoce que las actitudes que tienen los estudiantes influyen de manera decisiva en su aprendizaje. Sin embargo, y paradójicamente, pocas veces se dedica tiempo a planificar las actitudes que presentan los alumnos. Por eso, el primer paso para trabajar las actitudes en el aula es querer hacerlo, plantearlo de manera consciente, por lo que se debe tratar de entender a los alumnos detectando las actitudes que están actuando para potenciar o impedir el aprendizaje. En el caso de las actitudes es importante no limitarse a identificar la actitud que entorpece el aprendizaje y ofrecer siempre una actitud alternativa”.

“Se puede ofrecer las actitudes alternativas mediante comentarios casuales durante la clase, en respuesta a los comentarios de los alumnos, muchas veces el docente está tan ocupado explicando su materia y no quiere perder tiempo. En cualquier caso, es la forma de

llevar la clase un elemento que más influencia tienen a la hora de reforzar unas actitudes u otras”.<sup>21</sup>

**Momentos de estudio:** “El análisis de los hábitos de los estudiantes proporciona casos muy frecuentes en los que pasan más de cuatro horas desde que se levanta por la mañana y se pone a estudiar. Si se analizan todas las actividades realizadas durante ese tiempo, en la mayoría de los casos, la pérdida de tiempo que generan determinadas costumbres es realmente muy notable. El estudio es una tarea muy compleja que requiere tener en cuenta multitud de aspectos, como las condiciones del sitio de estudio, la motivación propia del estudiante, las técnicas de estudio empleadas”. “Uno de estos aspectos que inciden en el éxito o fracaso es si el estudiante ha planificado correctamente su tiempo. Es decir, a veces se tiene que invertir demasiado tiempo en una tarea secundaria mientras se olvida de otras cosas quizás más importantes o que deben estar listas en una semana concreta y no pueden demorarse más”.<sup>22</sup>

## **ESTADO NUTRICIO**

“En condiciones normales, el estado nutricio es el resultado del balance entre lo consumido y lo requerido por el cuerpo, determinado por la calidad y cantidad de nutrientes de la dieta y por su utilización completa en el organismo”. “De aquí que la alimentación y nutrición si bien son conceptos vinculados, no son un mismo proceso. Por una parte, la alimentación es la ingesta de alimentos para proveer al organismo de energía y elementos para su desarrollo que implica crecimiento o reparación corporal. En cambio, la nutrición es el conjunto de fenómenos fisiológicos involuntarios que suceden tras la ingestión de los alimentos, es decir, la digestión, la absorción intestinal, y su asimilación en las células del organismo”.<sup>23</sup>

### **Índice de masa corporal:**

“Es un método utilizado para estimar la cantidad de grasa corporal

que tiene una persona, y determinar por tanto si el peso está dentro del rango

normal, o por el contrario, se tiene sobrepeso o delgadez. Para ello, se pone en relación la estatura y el peso actual del individuo.”

“Actualmente, el índice de masa corporal no hace diferencia entre la grasa corporal y la muscular, un deportista o un culturista van a tener siempre un sobrepeso si se tiene en cuenta su peso respecto a la altura, pero no tienen los problemas de salud que tiene una persona obesa”.<sup>24</sup>

“Asimismo, es comúnmente empleado como uno de los indicadores para valorar el estado nutricional, el cual se correlaciona con la masa grasa corporal y el riesgo de complicaciones cardiovasculares. Sin embargo, el IMC también refleja la masa libre de grasa, la masa muscular y la masa ósea, lo cual resulta en numerosas variaciones de estos componentes del cuerpo dentro de la misma masa corporal”.<sup>25</sup>

**“Peso:** Es un parámetro cuantitativo imprescindible para la valoración del crecimiento, el desarrollo y el estado nutricional del individuo. Es un indicador global de la masa corporal”.<sup>26</sup>

**“Talla:** Es el parámetro fundamental para enjuiciar el crecimiento en longitud, pero es menos sensible que el peso a las deficiencias nutricionales, por eso sólo se afecta en las carencias prolongadas, sobre todo si se inicia en los primeros años de vida, como sucede en los países en vías de desarrollo”.

“Es la medición de la estatura o longitud del cuerpo humano desde la planta de los pies hasta el vértice de la cabeza. La estatura o talla humana designa la altura de un individuo. Generalmente se expresa en centímetros y viene definida por factores genéticos y ambientales. La mujer llega a su estatura máxima a la edad de los 15 años y el hombre más tarde, alrededor de los 20 años”.<sup>2</sup>

## **Intervención de enfermería**

“Los buenos hábitos de estudio a menudo tienen que aprenderse por lo que se deben crear planes semanales y diarios puede ayudar al estudiante a organizar lo que necesita estudiar”.

“Crear recompensas por cada tarea terminada puede ayudar al estudiante a estudiar de un modo más eficaz. Los buenos hábitos de estudio no siempre se dan naturalmente o nos resultan fáciles. La mayoría de los adolescentes necesitan que se les enseñe cómo desarrollarlos. Y eso puede ser difícil cuando no está seguro de cuánto” (o qué tan poco) debe supervisar o involucrarse con la tarea de su hijo.<sup>28</sup>

## **Intervención de enfermería en la promoción de un estado nutricional adecuado.**

Los “hábitos alimentarios son un factor determinante del estado de salud de la población, porque se configuran en la infancia y se desarrollan y asientan a lo largo de la vida del sujeto, pudiendo influir sobre ellos a través de programas educativos que refuercen pautas de conducta alimentaria adecuadas. En los equipos pluriprofesionales, las enfermeras son responsables de proporcionar los cuidados y conocimientos necesarios para atender y educar a las personas en distintas etapas del ciclo vital”.

Se debe valorar las necesidades nutricionales en las diferentes etapas de los ciclos vitales.

- “Valorar las necesidades nutricionales en el periodo de enfermedad.
- Enseñar a nutrirse de forma equilibrada.
- Adecuar una alimentación e hidratación correcta sus circunstancias.<sup>29</sup>
- Ayudar a la adquisición del Índice de Masa Corporal correcto,
- Adiestrar para un tránsito seguro de líquidos y sólidos,
- Preparación y administración del soporte nutricional artificial,
- Seguimiento nutricional completo y continuado,

- Evaluación total y parcial de resultados”.

“Basándose en algunos de los modelos conceptuales, todas las Intervenciones enfermeras en nutrición se adaptan para conseguir que sea capaz de mantener y/o restaurar la independencia del usuario/paciente para la satisfacción de las necesidades fundamentales”.

“La enfermera de Atención Primaria procura mejorar el nivel de conocimientos de la población, referente a la elección adecuada de alimentos, las características de una dieta equilibrada y los riesgos del consumo habitual de alimentos considerados poco saludables”.

“La enfermera aplica las técnicas de escucha-transmisión, según la base del sujeto emisor y del sujeto receptor y fomenta la Cultura alimentaria en la educación para la Salud con habilidades de comunicación que generan confianza y relaciones humanas personales y/o grupales con determinación emocional y de valores. La evaluación sobre comprensión, aprendizaje y aplicación de técnicas de adiestramiento”.<sup>30</sup>

## **TEORÍA DE ENFERMERÍA NOLA PENDER**

“Autora del Modelo de promoción de la salud, expresa que la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano. Se interesa en la creación de un modelo enfermero que da respuestas a la forma como las personas adoptan decisiones acerca del cuidado de su propia salud”.<sup>31</sup>

“La promoción de la salud como estrategia para realizar diversos planteamientos relacionados con la formulación de políticas públicas saludables, intervenciones dirigidas a personas y comunidades, para la propuesta y realización de investigaciones en salud, también ha servido como fuente de estudios como el de Nola Pender, quien propone el Modelo de promoción de la salud”.<sup>32</sup>

En síntesis, plantea las dimensiones y relaciones que participan para generar o modificar la conducta promotora de la salud, dirigida a los



resultados de la salud positivos, como el bienestar óptimo, el cumplimiento personal y la vida productiva”.<sup>33</sup>

### **TERCIA DE MADELEINE LEININGER Y LA TEORÍA DE LA DIVERSIDAD Y DE LA UNIVERSALIDAD DE LOS CUIDADOS CULTURALES.**

“La cultura representa los modos de vida sistematizados y los valores de las personas que influyen en sus decisiones y en sus acciones. Leininger define la enfermería transcultural como un estudio comparativo y el análisis de las diferentes culturas y subculturas del mundo con respecto a los valores sobre los cuidados; la expresión, las creencias de la salud, la enfermedad y el modelo de conducta”.

“Leininger menciona en su teoría, que la enfermería transcultural tiene la capacidad para desarrollar el saber y la práctica en el cuidado de enfermería realizando acciones basados en los estilos de vida y según la cultura de cada persona, familia o comunidad; de manera que la atención sea más efectiva, satisfactoria y coherente. Así, los pacientes se sienten satisfechos porque reciben una buena atención, lo que se transforma en una fuerza de recuperación de la calidad de la salud”.<sup>34</sup>

#### **II.c. HIPÓTESIS:**

##### **II.c.1. HIPÓTESIS GLOBAL:**

Los hábitos de estudio son deficientes y el estado nutricional es de bajo peso en los estudiantes de I ciclo de la Escuela de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018.

##### **II.c.2. HIPÓTESIS DERIVADAS:**

**HD1:** Los hábitos de estudio de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería, según conducta frente al estudio,

trabajos académicos, preparación para exámenes, actitud en clases y momentos de estudio son deficientes

**HD2:** El estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería, según Índice de masa corporal es de bajo peso.

## II.d. VARIABLES:

V. 1: Hábitos de estudio.

V.2: Estado nutricional.

## II.e. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS:

**“Hábitos de estudio:** Son estrategias, técnicas, recursos, actitudes y actividades que facilitan la adquisición de conocimientos, es decir, permiten desarrollar o mejorar el rendimiento académico”.

**“Hábitos:** Es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinarias, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar”.

**Estado nutricional:** “Es el resultado del balance entre lo consumido y lo requerido por el cuerpo, determinado por la calidad y cantidad de nutrientes de la dieta y por su utilización completa en el organismo”.

**Índice de masa corporal:** “Es una medida que asocia el peso de una persona con su talla o estatura”.

**Estudiantes universitarios:** “Significa ser protagonista de su propia carrera, es decir conducir las riendas de su formación superior”.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **III.a. TIPO DE ESTUDIO:**

La investigación fue de tipo descriptiva, pues se describe las variables de estudio como se presentan en la realidad, transversal porque los datos fueron obtenidos en un determinado momento haciendo un corte en el tiempo y cuantitativa pues los resultados son presentados en tablas y gráficos correspondientes.

### **III.b. ÁREA DE ESTUDIO:**

El estudio se realizó en la Universidad Privada San Juan Bautista Filial Ica ubicado en la Carretera Panamericana Sur Km. 300 del distrito de Subtanjalla. La universidad San Juan Bautista. Cuenta con las carreras profesionales de Administración de Negocios, Contabilidad, Enfermería, Ingeniería Agroindustrial, Ingeniería de Computación y Sistemas, Medicina Humana, Psicología, Ciencias de la Comunicación, Derecho, Estomatología, Ingeniería en Enología y Viticultura, Medicina Veterinaria y Zootécnica y Tecnología Médica.

### **III.c. POBLACIÓN Y MUESTRA:**

La población-muestra estuvo constituida por 30 estudiantes del I ciclo de enfermería según los siguientes criterios:

#### **Criterios de inclusión:**

Estudiantes de I ciclo que aceptaron participar del estudio.

Estudiantes de I ciclo que se encontraban en aula el día de la aplicación del instrumento.

#### **Criterios de exclusión:**

Estudiantes de I ciclo que no aceptaron participar del estudio.

Estudiantes de I ciclo que no asistieron a clases el día de la aplicación del instrumento.

### **III.d. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS:**

Para la primera variable Hábitos de estudio se utilizó la técnica de la encuesta con un instrumento validado por Cano Carhuapoma Y. (2015), Facultad de Educación UNMSM Lima –Perú, el cual consta de 23 preguntas cerradas tipo Likert de opción múltiple, que brindan información acerca de la opinión de los hábitos de estudio por los estudiantes de educación superior a través de la apreciación de cinco dimensiones.

La segunda variable se midió a través del índice de masa corporal, utilizada por el Ministerio de Salud de Perú para evaluar el estado nutricional en el cual se realizó la Somatometria a los estudiantes universitarios.

### **III.e. DISEÑO DE RECOLECCIÓN DE DATOS:**

Teniendo en cuenta la naturaleza del problema y los objetivos del estudio; se presentó una solicitud dirigida a Coordinación de la Escuela de Enfermería para que autorice la recolección de datos. Una vez obtenido el permiso, previo saludo a los estudiantes de I ciclo de la Escuela de enfermería se les visitó en sus aulas; se explicó el motivo de la investigación y se solicitó su participación en el estudio previo consentimiento informado; así mismo la duración de la aplicación del instrumento fue de aproximadamente 25 minutos. Se tuvo en cuenta los siguientes principios éticos:

- a) La no maleficencia: Se utilizó un cuestionario que no causó daño a los estudiantes universitarios. El resultado de la investigación servirá para la elaboración de estrategias para mejorar los hábitos de estudio a través de acciones educativas orientadas hacia el logro de adecuados hábitos de estudio y mejorar el estado nutricio a través de continuos controles del índice de masa corporal.
- b) La autonomía: Se aplicó un cuestionario previo consentimiento informado, explicando los objetivos del mismo, respetando la

participación voluntaria en la aceptación a participar del estudio, se respetó las decisiones de los participantes.

c) Principio de beneficencia: El beneficio de este estudio fue la aplicación del instrumento cuidando en todo momento el bienestar del investigado.

d) Principio de justicia: En la aplicación del instrumento no se tuvo preferencias por nadie, no se realizó discriminaciones de ninguna índole respetando sus derechos fundamentales y su dignidad, Concluida la recolección de datos se les agradeció por su participación.

### **III .f. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS:**

Una vez recolectada la información, se procedió al procesamiento de los datos en forma manual y electrónica, se usó los programas informáticos Excel y Microsoft Word, codificando los resultados tanto para los datos generales y ambas variables de estudio. Realizando una tabla matriz para luego obtener las tablas de frecuencia y porcentajes, y construir los gráficos correspondientes.

El análisis de los datos se hizo de acuerdo a los objetivos estipulados en el estudio mediante la estadística descriptiva, diseñándose tablas y gráficos de frecuencia y medidas de resumen para la presentación de resultados.

La valoración que se le asignó a la variable hábitos de estudio y sus respectivas dimensiones:

#### **Conducta frente al estudio:**

Eficientes (14-21 pts.)

Deficientes (7-13 pts.)

#### **Trabajos académicos:**

Eficientes (10-15 pts.)

Deficientes (5-9 pts.)

#### **Preparación para exámenes:**

Eficientes (9-12 pts.)

Deficientes (4-8 pts.)

**Actitud en clases:**

Eficientes (9-12 pts.)

Deficientes (4-8 pts.)

**Momentos de estudio:**

Eficientes (7-9 pts.)

Deficientes (3-6 pts.)

**Global:**

Eficientes (46-69 pts.)

Deficientes (23-45 pts.)

La valoración de la segunda variable estado nutricional se realizó utilizando las tablas de valoración nutricional antropométrica según el Ministerio de Salud a través del Índice de masa corporal.

- Obeso grado 2 (35.0-39,9)
- Pre obeso (25.0- 29.9)
- Normal (18.5- 24.9)
- Bajo peso (<18)

## CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### IV. a. RESULTADOS:

TABLA 1

**DATOS GENERALES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA  
ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA  
SAN JUAN BAUTISTA ICA  
MAYO 2018**

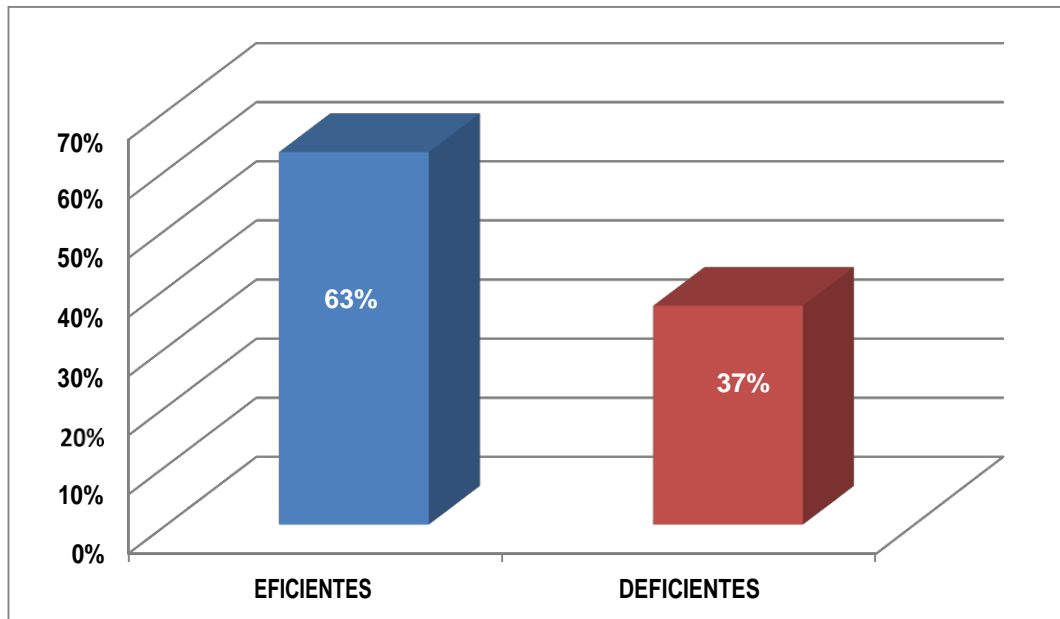
<b>DATOS GENERALES</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
<b>EDAD</b>		
Menores de 19 años	14	47
De 20 a 30 años	13	43
Más de 30 años	3	10
<b>SEXO</b>		
Masculino	10	33
Femenino	20	67
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Del 100%(30) estudiantes de I ciclo se observa que el 47%(14) son menores de 19 años y el 67%(20) es de sexo femenino, respectivamente.



## GRÁFICO 1

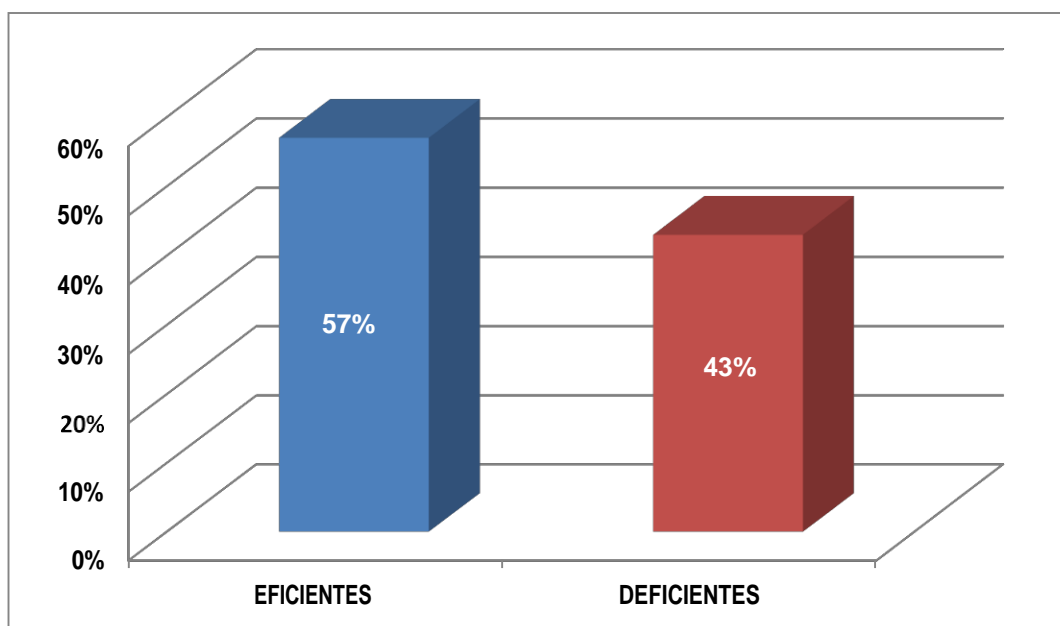
### HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018



Con respecto a los hábitos de estudio según dimensión conducta frente al estudio, del 100% (30 estudiantes encuestados), un 63%(19 estudiantes encuestados) son eficientes y el 37%(11 estudiantes encuestados) son deficientes, según resultados.

## GRÁFICO 2

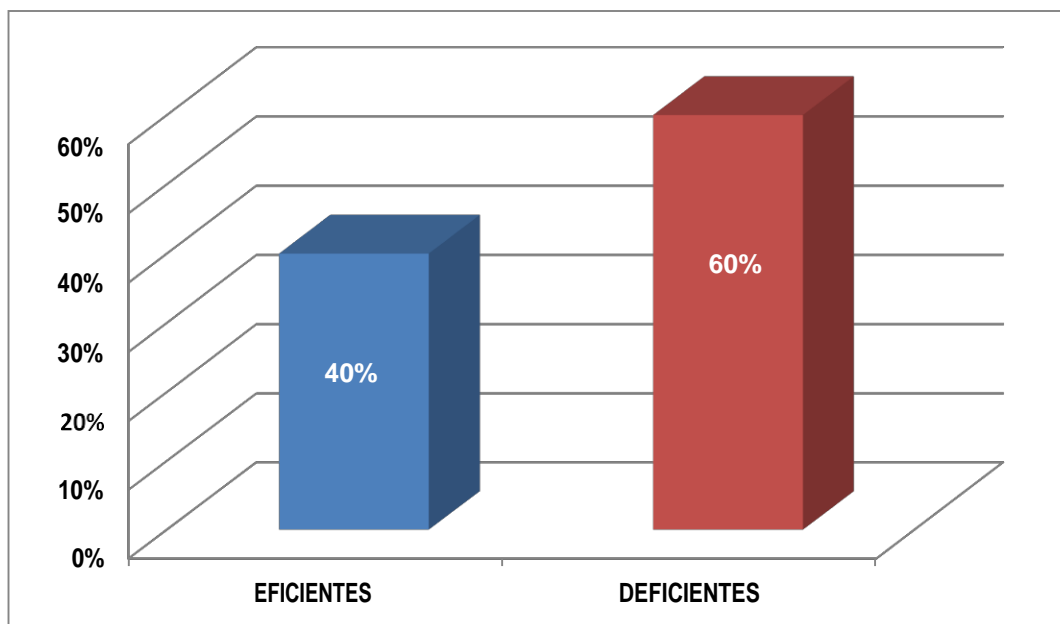
### HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN TRABAJOS ACADEMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018



Con respecto a los hábitos de estudio según dimensión trabajos académicos, del 100% (30 estudiantes encuestados), un 57%(17 estudiantes encuestados) son eficientes y el 43%(13 estudiantes encuestados) son deficientes según resultados.

### GRÁFICO 3

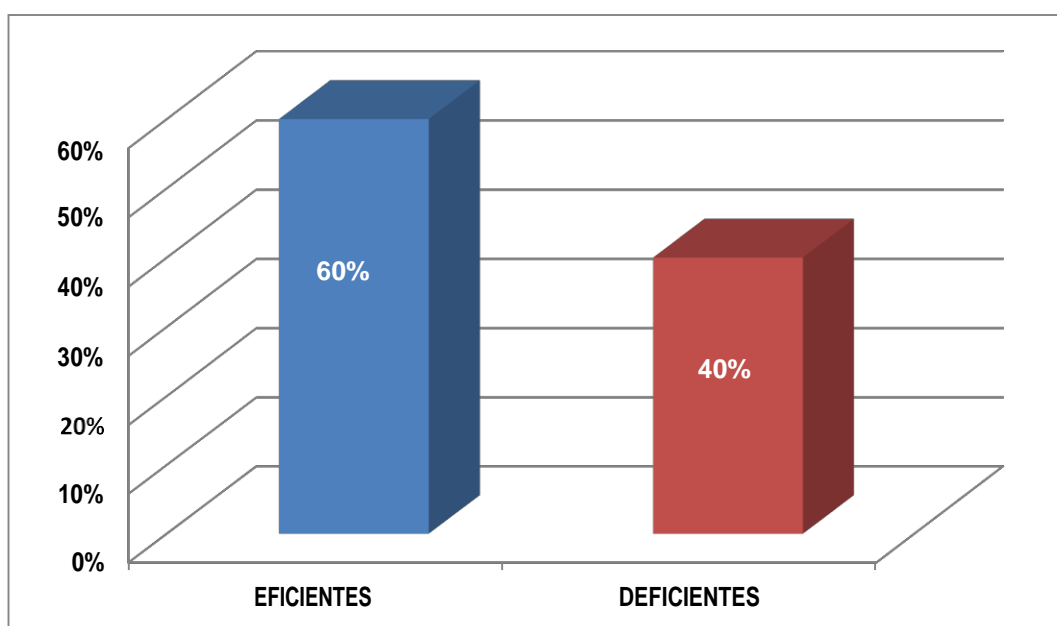
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN PREPARACIÓN PARA  
EXÁMENES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA  
ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD  
PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,  
MAYO 2018**



Con respecto a los hábitos de estudio según dimensión preparación para exámenes, del 100%(30 estudiantes encuestados), un 60%(18 estudiantes encuestados) son deficientes y el 40%(12 estudiantes encuestados) son eficientes según resultados.

#### GRÁFICO 4

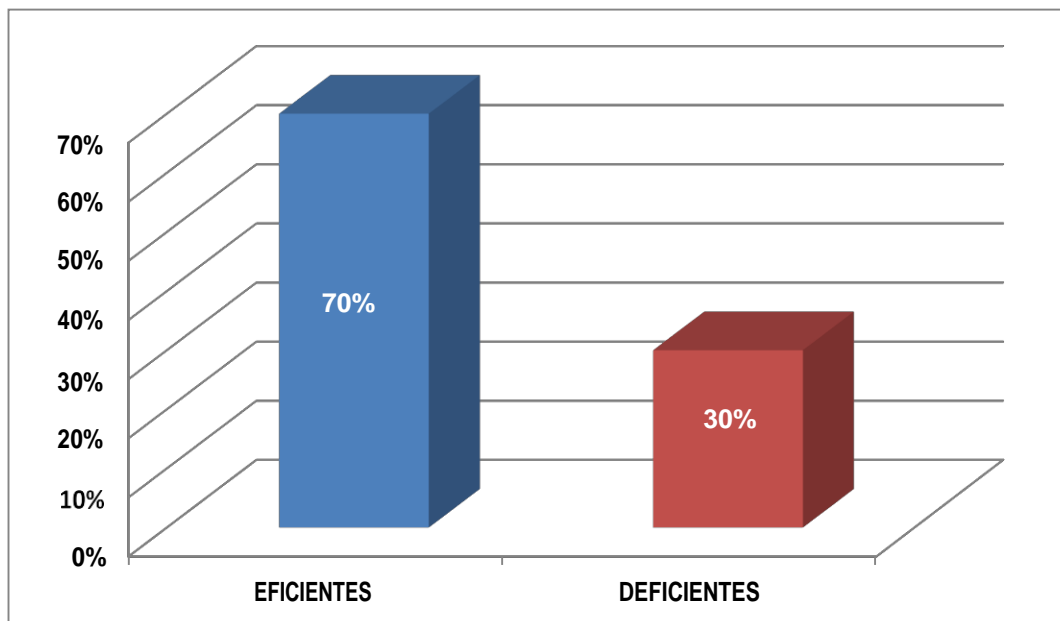
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN ACTITUD EN CLASES DE  
LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE  
ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA  
SAN JUAN BAUTISTA ICA,  
MAYO 2018**



Con respecto a los hábitos de estudio según dimensión actitud en clase del 100%(30 estudiantes encuestados), un 60%(18 estudiantes encuestados) son eficientes y el 40%(12 estudiantes encuestados) son deficientes según resultados.

## GRÁFICO 5

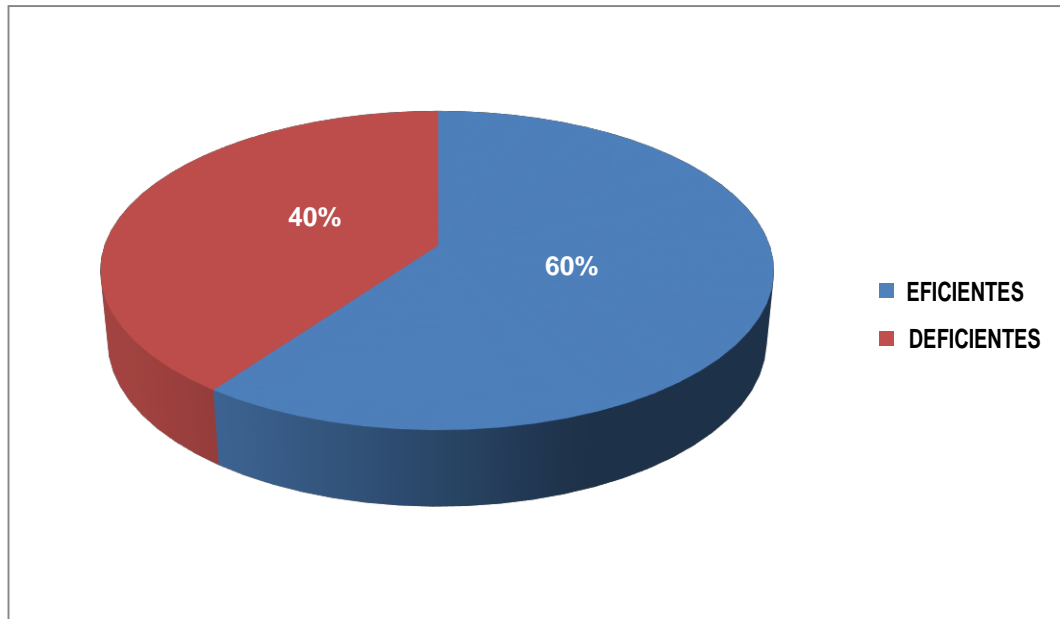
### HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN MOMENTOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018



Con respecto a los hábitos de estudio según dimensión momentos de estudio, del 100%(30 estudiantes encuestados), un 70%(21 estudiantes encuestados) son eficientes y el 30%(9 estudiantes encuestados) son deficientes según resultados.

## GRÁFICO 6

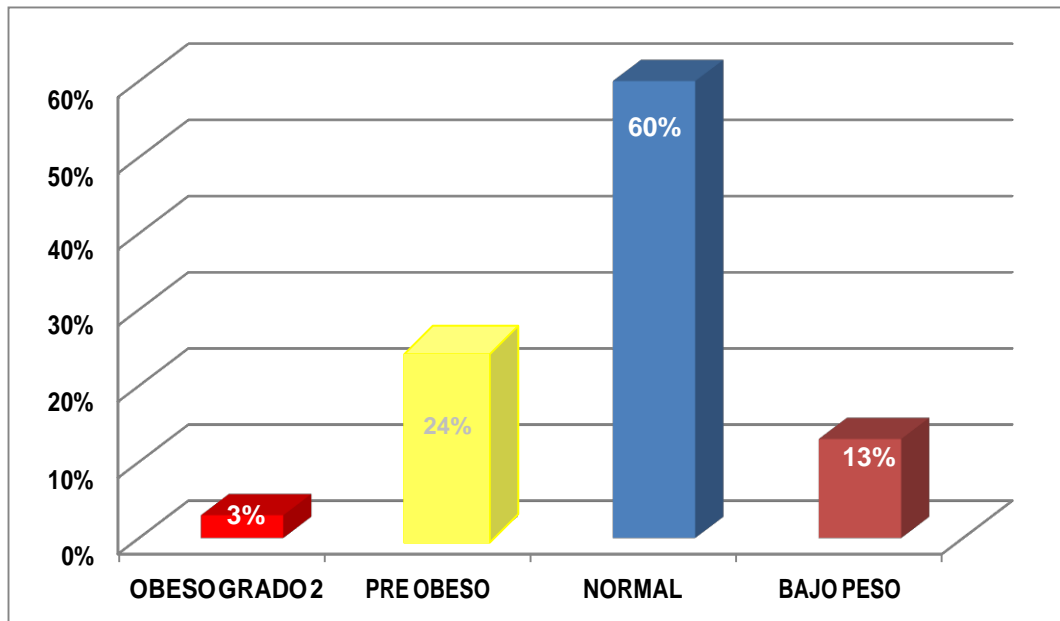
### HÁBITOS DE ESTUDIO GLOBAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018



Con respecto a los hábitos de estudio global, del 100%(30 estudiantes encuestados), un 60 %(18 estudiantes encuestados) son eficientes y el 40%(12 estudiantes encuestados) son deficientes según resultados.

## GRÁFICO 7

### ESTADO NUTRICIO SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA, MAYO 2018



Con respecto al estado nutricio según índice de masa corporal, del 100%(30 estudiantes encuestados), un 60%(18 estudiantes encuestados) son normal, un 24%(7 estudiantes encuestados) son pre obeso, un 13%(4 estudiantes encuestados) son de bajo peso y el 3%(1 estudiante encuestado) es obeso grado 2 según resultados.

#### IV. b. DISCUSIÓN:

**Tabla 1:** Del 100% estudiantes de I ciclo el 47% son menores de 19 años y el 67% es de sexo femenino.

Se obtiene resultados en mayor proporción del sexo femenino, característica principal de la profesión de enfermería, así como también son adolescentes encontrándose en la etapa en que pueden enseñarles y desarrollar estrategias eficaces de aprendizaje a través de la organización del tiempo, evitar las distracciones y dedicando más tiempo de estudio a las asignaturas más difíciles.

**Gráfico 1:** Los hábitos de estudio según conducta frente al estudio de los estudiantes son eficientes en 63% y deficientes en 37%, resultados que guardan similitud con los hallados por “Pineda O, Alcántara N.<sup>7</sup> porque determinaron que un 39.92 % de los alumnos poseían hábitos de estudios favorables; Chilca M. <sup>5</sup> Los resultados evidenciaron que si los estudiantes mejoran sus técnicas de estudio entonces se incrementa su rendimiento académico universitario, asimismo los resultados son contrarios a los hallados por Cano Y”.<sup>11</sup> “En la dimensión conducta frente al estudio, el 84% de los encuestados opinan como a veces lo hacen, el 9.3% casi nunca y el 6.7 %, casi siempre” teniendo resultados de inadecuado.

Según los resultados que se han obtenido respecto a la conducta frente al estudio es eficiente en la mayoría de los estudiantes lo que hace suponer que tienen los objetivos fijos en ser en el futuro unos grandes profesionales. Al respecto cabe mencionar un porcentaje en donde se aprecian resultados deficientes por lo que se debe motivarlos confiando en sus posibilidades siendo flexible para encontrar resultados positivos en el aprendizaje superando carencias para mejorar día a día. Como enfermeros se puede trabajar en el cambio de actitudes orientando a que tengan confianza en sí mismos motivando al estudiante en busca de la excelencia debiendo fijarse objetivos exigentes y realistas.



**Gráfico 2:** Los hábitos de estudio según dimensión trabajos académicos son eficientes en 57% y deficientes en 43% de los estudiantes encuestados, resultados similares con “Cárdenas M, Jaén O, Palomino

F.<sup>10</sup> porque hallaron que el nivel más alto de desarrollo se alcanza en la planificación del estudio en 30.7% de los estudiantes ubicados en el nivel superior, así también los resultados son contrarios a los hallados por Cano Y”.<sup>11</sup> En la dimensión trabajos académicos el 69.3% de los encuestados opinan como a veces cumplen con sus trabajos académicos, el 29.3% casi nunca y el 1.3 %, casi siempre obteniendo resultado inadecuado.

Los resultados permiten inferir que “el estudiante debe estar permanentemente tratando de mejorar su forma de realizar la preparación de los trabajos académicos por ejemplo si tiene por costumbre pasar los apuntes a limpio y esto le lleva mucho tiempo debe probar con utilizar directamente los apuntes tomados en clase”, orientarlos en la costumbre de practicar ejercicios de forma individual y en pequeños grupos, donde se aborde de manera integral factores respecto al comportamiento del estudiante en el ámbito personal, familiar y social.

**Gráfico 3:** Según dimensión preparación para exámenes, los hábitos de estudio son deficientes en 60% y eficientes en 40% de los estudiantes encuestados y que son similares a los obtenidos por “Cano Y.<sup>11</sup> porque en la dimensión preparación para los exámenes el 89.3 % de los encuestados opinan que a veces lo preparan y el 10.7%, casi nunca”.

Se entiende que los exámenes vienen a ser como una prueba de fuego del estudiante y para realizarlos con éxito se deben preparar con tiempo, así como estar en buenas condiciones físicas adoptando actitudes adecuadas realizando repasos periódicos en base a resúmenes y esquemas lo que aumenta la eficacia a la hora de dar

un examen. Los resultados que se presentan podría deberse a que la mayoría de los estudiantes se ponen a estudiar el mismo día del exámen, lo que se ve reflejado en las notas que se obtienen; lo que se evidencia en aulas es que los estudiantes no duermen la noche previa al examen, no comen debido a la ansiedad natural que representa la evaluación y el mismo día del examen van temprano a clases el día del exámen y se ponen a estudiar para los exámenes programados. Por ello se les debe educar en el sentido que deben mantener la calma siguiendo las instrucciones que da el docente antes de iniciar el examen teniendo en cuenta que la evaluación no se inicia un día antes del examen sino desde el primer día de iniciada la asignatura donde se debe tener en cuenta las medidas e información necesaria para mejorar los puntos y pautas respecto a un mejor aprendizaje.

**Gráfico 4:** Los hábitos de estudio según dimensión actitud en clases son eficientes en 60% y deficientes en 40%; resultados opuestos con los hallados por “Cano Y. <sup>11</sup> porque en la dimensión actitud en clase obtuvo resultado inadecuado”.

La actitud que se adopte frente al estudio es una parte imponente en la vida académica por lo que es importante la tutoría la cual se puede aprovechar para realizar actividades tanto individuales como de grupo que fomenten nuevas actitudes a través de la comunicación directa con los estudiantes que están con actitudes negativas o de indiferencia hacia sus clases orientando y motivando con mucha cautela a esta población estudiantil para que puedan superar las dificultades en las materias que resultan complicadas para ellos reforzando a que pregunten cuando no comprenden algunos conceptos dados por el docente.

**Gráfico 5:** Según dimensión momentos de estudio, son eficientes en 70% y deficientes en 30% de los estudiantes, resultados contrarios

con Cano

Y.<sup>11</sup> En la “dimensión momentos de estudio, el 85.3 % de los encuestados opinan como a veces, el 13.3 % casi nunca y el 1.3 %, casi siempre destacando que en la dimensión momentos de estudio” es inadecuado.

Ingresar a la universidad implica un gran compromiso, implica la realización de actividades en las que requiere de un esfuerzo mental y físico en la obtención de conocimientos y la adquisición de habilidades y capacidades que les permita avanzar en el aprendizaje. En esta dimensión la atención es un proceso básico en la creación de nuevos conocimientos, por lo que se debe mantener el interés en el estudiante por las tareas que realiza brindándole un ambiente de estudio apropiado y de tranquilidad según los resultados del instrumento aplicado donde las personas que se encuentran en el entorno no los interrumpen cuando están estudiando porque desean que sus hijos tengan éxito en los estudios los cuales en un futuro les darán grandes gratificaciones, de esta manera la tutoría se convierte en pieza vital en el estudiantado universitario.

**Gráfico 6:** Los hábitos de estudio global de los estudiantes son eficientes en 60% y deficientes en 40%, resultados opuestos a los hallados por Cano

Y. <sup>11</sup> Los “hábitos de estudio, que emplean los estudiantes se da en forma regular en la conducta frente al estudio, trabajos académicos, preparación para los exámenes, actitud en clases, los momentos de estudio, de manera” que repercuten en sus rendimiento académico.

El resultado global es eficiente lo cual podría ser debido al deseo y voluntad de estudiar; también hay resultados deficientes por ello hay que tener en cuenta que muchos de los estudiantes que fracasan desean estudiar y tener éxito como sus compañeros, pero entre el deseo y el hábito de estudio están muchos años de entrenamiento que

se convierten en hábitos que una vez adquiridos cuesta poco llevar a cabo. El resultado deficiente podría deberse a que no tienen técnicas de estudio, no aplican no es un hábito por lo tanto no les sirven para conseguir el éxito académico. Hay que tener en cuenta que unos hábitos de estudio correctamente desarrollados son la base en el éxito académico y en el mundo laboral futuro.

**Gráfico 7:** El estado nutricio según Índice de masa corporal de los estudiantes es normal en 60%, pre obeso en 24%, bajo peso en 13% y finalmente obeso grado 2 en 3%, resultados similares con “Ninahuaman L, Figueroa M. <sup>12</sup> el 54,55% tienen índice de masa corporal normal, el 36,36

% tienen sobrepeso, 6,36% con bajo peso y el 2,73% sobrepeso grado II u obesidad, Becerra F, Vargas M.<sup>9</sup> Según el índice de masa corporal, aproximadamente tres de cada cuatro estudiantes fueron clasificados como normales, a su vez los resultados son opuestos a los obtenidos por Pi R, Vida P, Brassesco B, Viola L, Aballay L”. <sup>8</sup> De la muestra analizada casi un 50% presentó sobrepeso y un 40% grasa corporal elevada.

La “población universitaria es un grupo vulnerable desde el punto de vista nutricional ya que se caracteriza por omitir comidas con frecuencia y realizar reiteradas ingestas entre las comidas principales, por lo que se requiere de educación para el desarrollo de hábitos dietéticos que tienen mucha importancia en el estado de salud” a largo plazo. El estado nutricio es normal en la mayoría de los estudiantes, pero existen porcentajes inadecuados de pre obeso, bajo peso y obeso grado 2 por lo que se debe realizar intervenciones educativas centradas en una evaluación permanente para valorar el estado nutricio y realizar la identificación en la deficiencia del peso o exceso del mismo lo que permite prevenir riesgos a padecer enfermedades crónico degenerativas como diabetes, hipertensión

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **V. a. CONCLUSIONES**

- 1.** Los hábitos de estudio de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de enfermería según preparación para exámenes son deficientes aceptándose la hipótesis derivada 1 planteada y son eficientes en las dimensiones conducta frente al estudio, trabajos académicos, momentos de estudio y actitud en clases por lo que se rechaza la hipótesis para estas dimensiones.
- 2.** El estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería, según Índice de masa corporal es normal por lo que se rechaza la hipótesis derivada 2 de la investigación.

## **V. b. RECOMENDACIONES:**

1. A los propios estudiantes para que establezcan mecanismos de apoyo y de orientación, mostrándole las nuevas formas de estudio y estrategias de aprendizaje del nivel universitario a través de una actitud positiva y con objetivos específicos en la mente teniendo presente que los profesores y compañeros de clase están ahí para ayudar en el aprendizaje, además deben establecer una hora regular para que estudien si es posible con luz natural en algún lugar de la casa manteniendo organizado los útiles como libros, lápices, cuadernos, evitando el uso de celulares que es un potente distractor, así también se recomienda que los estudiantes tomen breves descansos que favorezca la concentración.
2. Al profesional de Enfermería de la Universidad para que oriente a los estudiantes a comer saludable y coordinar para que dentro de la Universidad se expendan alimentos saludables evitando la comida chatarra lo cual puede ser supervisado con las Autoridades de la Universidad en bien de la población estudiantil. A pesar que la mayoría de ellos tienen un estado nutricional normal se les debe orientar sobre las ventajas de comer saludable dado que la población de estudio es cautiva se debe continuar detectando a los estudiantes con bajo peso o sobrepeso para prevenir problemas de salud poniendo de conocimiento de las autoridades de la institución universitaria.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. [en línea] Obesidad y sobrepeso. 2018. [Fecha de acceso 10 de diciembre de 2017] Disponible en: [www.who.int](http://www.who.int) › Acceso › Centro de prensa › Notas descriptivas › Detail
2. Seder A, Villalonga H. Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Educatio Siglo XXI*, Vol. 34 N°1 pp. 157-172 157. 2016.
3. Infobae. Sedentarismo: más del 80% de los adolescentes no realiza actividad física. [en línea] Fitness. Argentina. [Fecha de acceso 18 de diciembre de 2017]. URL disponible en: <https://www.infobae.com/salud/fitness/2017/02/15/sedentarismo-mas-del-80-de-los-adolescentes-no-realiza-actividad-fisica/>
4. Mollinedo F, Trejo P, Araujo L, Balderas L. Índice de masa corporal, frecuencia y motivos de estudiantes universitarios para realizar actividad física.
5. Chilca M. Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Lima Perú. [en línea] *Propósitos y Representaciones*, 5(1), 71-127. 2017. [Fecha de acceso 22 de diciembre de 2017] Disponible en: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145>
6. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar El 35,5% de la población peruana de 15 y más años de edad padece de sobrepeso. [en línea] Junio 2016 [Fecha de acceso 22 de diciembre de 2017] URL “disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-355-de-la-poblacion-peruana-de-15-y-mas-anos-de-edad-padece-de-sobrepeso-9161/> de Google”.
7. Pineda O, Alcántara N. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios San Pedro Sula Honduras. [en línea] 2016. [Fecha de acceso 26 de diciembre de 2017] Disponible en:

<https://www.lamjol.info/index.php/INNOVARE/article/download/5569/5271>

8. Pi R, Vida P, Brassesco B, Viola L, Aballay L. Estado nutricional en estudiantes universitarios: su relación con el número de ingestas alimentarias diarias y el consumo de macronutrientes. Córdoba Argentina. [en línea] 2015. [Fecha de acceso 13 de enero de 2018]. Disponible en: <http://www.aulamedica.es/nh/pdf/8399.pdf>.
9. “Becerra F, Vargas M. Estado nutricional y consumo de alimentos de estudiantes universitarios admitidos a nutrición y dietética en la Universidad Nacional de Colombia”. [en línea] 2015. [Fecha de acceso 13 de enero de 2018]. Disponible en: [www.redalyc.org/articulo.oa?id=42243628010](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42243628010)
10. Cárdenas M, Jaén O, Palomino F. Hábitos de estudio en estudiantes de primer año de una universidad peruana estatal. Arequipa. [en línea] 2017. Disponible en: Summa Psicológica UST 2018, Vol. 15, N° 1, 71 – 79 doi:10.18774/0719-448x.2018.15.376.
11. Cano Y. “Hábitos de estudios, autoestima y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del X semestre de la EAPE – Facultad de Educación – UNMSM, LIMA. [en línea] 2015 [Fecha de acceso 18 de enero de 2018]. URL disponible en: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/5669/Cano\\_cy.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/5669/Cano_cy.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
12. Ninahuaman L, Figueroa M. Hábitos alimenticios y su relación con el estado nutricional en estudiantes de la facultad de enfermería de la Universidad Nacional “San Luis Gonzaga de Ica.” Rev. enferm. vanguard. 2017; 5(2): 77- 86 2016 – [en línea] 2017. [Fecha de acceso 19 de enero de 2018]. Disponible en: <https://www.unica.edu.pe/alavanguardia/index.php/revan/article/download/101/84>
13. Guirao P. Técnicas y hábitos de estudio de la asignatura de historia en secundaria y bachillerato. GeoGraphos, 4(42), 242. 2013.



14. Enríquez M. Hábitos y técnicas de estudio en la Universidad Mariana. Revista UNIMAR, 31(2), p. 89. 2013.
15. Tiana A. Educación intercultural-multicultural Revista Iberoamericana de Educación. Vol. 76, núm. 2, pp. 73-94. 2018.
16. Castillo S. Hábitos de estudio en estudiantes de bibliotecología, Universidad Nacional Autónoma de México. Códices, 11(2) ,126. Pág.125-136.2015.
17. Cambrón J, Chávez K, Llamas D. Dónde, cuándo y cómo estudiar: la vigencia del diagnóstico sobre técnicas y hábitos de estudio en universitarios. 2:157. 2016.
18. Formación y estudios. Actitud ante el estudio. [Artículo] [Fecha de acceso 28 de abril de 2018]. Disponible en: Inicio» Estudios» Técnicas de estudio» Actitud ante el estudio.
19. Piñero I. El lenguaje y las destrezas de lectura y escritura. Sindicato estatal de trabajadores de la educación de Baja California. Setebcs´wordpress. Disponible en: <https://setebc.wordpress.com/2012/12/02/el-lenguaje-y-las-destrezas-de-lectura-y-escritura/>
20. Sanz N. Preparar un examen. [en línea] 2017 [Fecha de acceso 29 de enero de 2018]. Disponible en: <http://como-estudiar.estudiantes.info/2017/10/aprender-leer-bien.html>
21. Galeón.com. Las actitudes en el aula. Hispavista. [en línea] 2016 [Fecha de acceso 29 de enero de 2018]. URL disponible en: <http://www.galeon.com/aprenderaaprender/actitudes/actaula.htm>
22. Tu espacio joven. Estudio: La Planificación de tu tiempo. Técnicas de estudio. Siglo XXI. [en línea] España Disponible en: [http://www.estudiantes.info/tecnicas\\_de\\_estudio/planes\\_horarios.htm](http://www.estudiantes.info/tecnicas_de_estudio/planes_horarios.htm)
23. PEPI - Población en Proceso de Desarrollo e Inclusión Social. Encuesta Nacional de Hogares [en línea] 2013. Elaboración DSPS - DGSE (MIDIS)

24. Escalada C. Índice de masa corporal. [en línea], 2015. [Fecha de acceso 29 de enero de 2018]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/indice-masa-corporal-imc.html>
25. Biljana S, Borislav O, Goran, D, Stokic E, Sinisa B. Relación entre el índice de masa corporal y la grasa corporal: edad y diferencias de género. *Obesity Research & Clinical Practice* 2012. 6 (2): [e167-e173]
26. Teran E. Alimentación oral y nutrición humana. Ed autor. Santander.1994
27. Micozzi M, Albanes D, Jones D, Chumlea W. Correlaciones de índices de masa corporal con peso, estatura y composición corporal en hombres y mujeres en NHANES I y II. *Am J Clin Nutr.* 1986 [en línea] Dec; 44 (6): 725-731. Disponible en: <http://ajcn.nutrition.org/content/44/6/725.short>
28. Morin A. Aprender estrategias eficaces de aprendizaje puede reducir el estrés del estudiante. [en línea] 2014 - 2017. [Fecha de acceso 25 de febrero de 2018]. URL disponible en: <https://www.understood.org/.../how-to-help-your-teen-develop-good-study-habits>
29. De Torres M. Hidratación y cuidados. *Revista Española de Nutrición Comunitaria.* [en línea] Vol.14. Nº 2. Abril-junio 2008. Disponible en: <https://revista.nutricion.org/PDF/NUTRICION-31-1.pdf>
30. De Torres M, Francés M, Martínez J. “La dieta equilibrada. Guía para enfermeras de Atención Primaria. [en línea] Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación. SEDCA 2007. Disponible en: [www.nutricion.org](http://www.nutricion.org)”.
31. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud. *Enfermería Universitaria* [en línea] ENEO-UNAM. 2011 [Fecha de acceso 23 de setiembre de 2018]; 8(4):17-23. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>

- 32.** Giraldo A, Toro M, Macías A, Valencia C, Palacio R. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. *Hacia la Promoción de la Salud* [Internet]. 2010 [Fecha de acceso 2 de octubre de 2018]; 15(1):128-134. Disponible en: [http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15%281%29\\_9.pdf](http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/REVISTAS15%281%29_9.pdf)
- 33.** Matus R, Balseiro L, Zaráte R, García M, Balan C. El caso de egresadas(os) de especialidades de posgrado en enfermería. *Enfermería Universitaria ENEO-UNAM* [Internet]. [Fecha de acceso 10 de octubre de 2018]; 8(4):8-15. Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/reu/article/view/32989/30229>
- 34.** Marriner Tomey Ann, Raile Alligood Martha. *Modelos y teorías en Enfermería*. 6° edición. Elsevier España S.A. 2007. Págs. 472-492.

## BIBLIOGRAFIA

- Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud. Enfermería Universitaria ENEO-UNAM. 2011
- Becerra F, Vargas M. Estado nutricional y consumo de alimentos de estudiantes universitarios admitidos a nutrición y dietética en la Universidad Nacional de Colombia. 2015. Disponible en: [www.redalyc.org/articulo.oa?id=42243628010](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42243628010)
- Biljana S, Borislav O, Goran, D, Stokic E, Sinisa B. Relación entre el índice de masa corporal y la grasa corporal: edad y diferencias de género. *Obesity Research & Clinical Practice* 2012. 6 (2): [e167-e173]
- Cambrón J, Chávez K, Llamas D. Dónde, cuándo y cómo estudiar: la vigencia del diagnóstico sobre técnicas y hábitos de estudio en universitarios. 2:157. 2016.
- Castillo Rojas, S. V. Hábitos de estudio en estudiantes de bibliotecología, Universidad Nacional Autónoma de México. *Códices*, 11(2),126. 2015.
- Chilca M. Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Lima Perú. *Propósitos y Representaciones*, 5(1), 71-127. 2017.
- De Torres M, Francés M, Martínez J. La dieta equilibrada. Guía para enfermeras de Atención Primaria. Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación. SEDCA 2007.
- De Torres M. Hidratación y cuidados. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*. Vol.14. Nº 2. Abril-junio 2008.
- Enríquez MF. Hábitos y técnicas de estudio en la Universidad Mariana. *Revista UNIMAR*, 31(2), p. 89. 2013.
- Guirao, P. Técnicas y hábitos de estudio de la asignatura de historia en secundaria y bachillerato. *GeoGraphos*, 4(42), 242. 2013.
- Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. 5ta Edición ed. México. 2010

- Marriner A. Modelos y teorías en enfermería; 2da Edición. Editorial Elsevier, Madrid, España.2007, pg.521
- Micozzi M, Albanes D, Jones D, Chumlea W. Correlaciones de índices de masa corporal con peso, estatura y composición corporal en hombres y mujeres en NHANES I y II. Am J Clin Nutr. 1986 Dec; 44 (6): 725-731.
- Mollinedo F, Trejo P, Araujo L, Balderas L. Índice de masa corporal, frecuencia y motivos de estudiantes universitarios para realizar actividad física.
- PEPI - Población en Proceso de Desarrollo e Inclusión Social.Encuesta Nacional de Hogares 2013. Elaboración DSPS - DGSE (MIDIS)
- Revista Iberoamericana de Educación. 2018, vol. 76, núm. 2, pp. 73-94
- Seder, A, Villalonga H. Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. Educatio Siglo XXI, Vol. 34 nº 1 · 2016, pp. 157-172 157.
- Teran E. Alimentación oral y nutrición humana. Ed autor. Santander.1994

# **ANEXOS**



			<p><b>Preparación para exámenes.</b></p> <p><b>pa</b></p>	<p>Pedir ayuda a los padres o hermanos en lo que no pueda resolver. Termino mi tarea y luego hago otras actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Estudiar por lo menos 1 hora todos los días.</li> <li>➤ Revisar apuntes para orales.</li> <li>➤ Repasar antes del examen</li> <li>➤ Presentarse preparado al examen.</li> </ul>
			<p><b>Actitud en clases.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Tomar apuntes de lo que dice el profesor.</li> <li>○ Después de una clase ordeno mis apuntes.</li> <li>○ Cuando el profesor utiliza palabra desconocida levanto la mano.</li> <li>○ Estar atento a la clase.</li> </ul>



			<b>Momentos de estudio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Requerir de tranquilidad y silencio.</li><li>▪ Estudiar con música.</li><li>▪ Pedir a padres y hermanos que no interrumpan.</li></ul>
--	--	--	----------------------------	---

VARIABLE 2	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<b>ESTADO NUTRICIONAL</b>	El estado nutricional de un individuo es la resultante final del balance entre ingesta y requerimiento de nutrientes. El control periódico de salud constituye el elemento más valioso en la detección precoz de alteraciones nutricionales, ya que permite hacer una evaluación oportuna y adecuada.	Son todas aquellas medidas antropométricas de los estudiantes de I ciclo que repercuten en su estado nutricional y que serán valorados a través del índice de masa corporal cuyo valor final será obeso grado 2, pre obeso, normal y bajo peso.	Índice de masa corporal	Peso Talla

## **ANEXO N° 2**

### **INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **CUESTIONARIO**

##### **I. INTRODUCCIÓN**

Buenos días, mi nombre es Estela Altamirano, bachiller de la Universidad Privada San Juan Bautista de la Escuela profesional de Enfermería, estoy realizando un estudio titulado **HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA, ICA MAYO 2018.**

Para ello se solicita responder las siguientes preguntas con veracidad, le agradezco su participación.

##### **II. DATOS GENERALES**

###### **1. EDAD**

- a) Menor de 19 años
- b) De 20 a 30 años
- c) Más de 30 años

###### **2. SEXO**

- a) Masculino
- b) Femenino

### HABILIDADES DE ESTUDIO (Modificado)

N°	ITEMS	S	AV	N
	<b>CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO</b>			
1	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes			
2	Subrayo las palabras cuyos significados desconozco.			
3	Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo.			
4	Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que desconozco.			
5	Me hago preguntas y respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido.			
6	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta comprender.			
7	Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados.			
	<b>TRABAJOS ACADÉMICOS</b>			
8	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta según como he comprendido			
9	Le doy importancia al orden y presentación del trabajo, así como a la comprensión del tema.			
10	Termino las tareas que me dejan en aula.			
11	Pido ayuda a mis padres o hermanos en algo que no pueda resolver.			
12	Lo primero que hago en casa es terminar mi tarea y luego realizo otras actividades.			
	<b>PREPARACIÓN PARA EXAMENES</b>			
13	Estudio por lo menos 2 horas todos los días			
14	Reviso mis apuntes para las intervenciones orales permanentes.			

<b>15</b>	Repaso antes de rendir el examen.			
<b>16</b>	Me presento a rendir el examen tranquilo porque sé que voy preparado			
	<b>ACTITUD EN CLASES</b>			
<b>17</b>	Tomo apuntes de lo que dice el profesor			
<b>18</b>	Inmediatamente después de la clase ordeno mis apuntes.			
<b>19</b>	Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado.			
<b>20</b>	Estoy muy atento a la clase del profesor			
	<b>MOMENTOS DE ESTUDIO</b>			
<b>21</b>	Requiero de tranquilidad y silencio para estudiar.			
<b>22</b>	Estudio mejor si coloco música suave.			
<b>23</b>	Pido por favor a mis padres y hermanos que no me interrumpan.			

**Siempre = S**

**A veces = AV**

**Nunca = Nunca**

## ESTADO NUTRICIO

A continuación, le tomaré su peso y talla para determinar su estado nutricional.

N°	EDAD	PESO	TALLA	IMC	Estado nutricional
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					

### ANEXO N° 3

#### VALIDEZ DE INSTRUMENTO – DE EXPERTOS – ANALISIS DE LA CONCORDANCIA – PRUEBA BINOMIAL

ITEMS	N° DE JUEZ					P
	1	2	3	4	5	
1. El instrumento responde al planteamiento del problema	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
2. El instrumento responde a los objetivos a investigar	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
3. Las preguntas planteadas miden al problema planteado	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
4. La estructura que presenta el instrumento es secuencial	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
5. Los términos utilizados son comprensibles	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
6. Las preguntas son claras	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>
7. El número de preguntas es adecuado	1	1	1	1	1	<b>0.031</b>

$$P = \frac{\sum p_i}{n} = \frac{0.217}{7} = 0,031$$

$$P = 0.217/7$$

$$P = 0.031$$

Si  $P < 0.05$  entonces el grado de concordancia es significativo por lo tanto el instrumento es válido.

## ANEXO N°4

### TABLA DE CÓDIGO DE RESPUESTAS

DATOS GENERALES	CÓDIGO
<b>EDAD</b>	
Menores de 19 años	1
De 20 a 30 años	2
Más de 30 años	3
<b>SEXO</b>	
Masculino	1
Femenino	2

### TABLA DE CÓDIGO DE DATOS DE RESPUESTAS.

HÁBITOS DE ESTUDIO: (1 – 23 ÍTEMS)		
SIEMPRE	A VECES	NUNCA
3	2	1



## ANEXO N° 5

### CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO A TRAVÉS DE ALFA DE CRONBACH DE LA VARIABLE.

Para determinar la confiabilidad del instrumento se aplicó el cálculo del Coeficiente Alfa de Cronbach, que se lleva a cabo mediante la varianza de los ítems y la varianza del puntaje total, considerando la siguiente fórmula.

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

Donde:

$S_i^2$ : La suma de la varianza de cada ítem.

$S_t^2$ : La varianza del total

K : El número de ítems.

Usando el software estadístico Excel, se obtuvo los siguientes resultados Estadísticos de fiabilidad:

$$\frac{23}{23 - 1} \left( 1 - \frac{8.90}{21.70} \right)$$

(1,04) (1- 0,41)

(1,04) (0,59)

Alfa de Cronbach: 0,61

Una confiabilidad es buena cuando su coeficiente se acerca a 1, por lo tanto, el instrumento es medianamente confiable

ANEXO N° 6

TABLA MATRIZ DE LA PRIMERA VARIABLE HÁBITOS DE ESTUDIO

HABITOS DE ESTUDIO																															
DATOS GENERALES		CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO									TRABAJOS ACADÉMICOS					PREPARACIÓN PARA EXAMENES					ACTITUD EN CLASES					MOMENTOS DE ESTUDIO					
N°	1	2	1	2	3	4	5	6	7	ST	8	9	10	11	12	ST	13	14	15	16	ST	1	1	1	2	ST	2	2	2	ST	T
1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	2	2	2	10	2	2	2	2	8	1	1	1	1	4	1	1	1	3	41
2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	2	3	2	2	12	2	2	3	3	10	2	2	2	2	8	1	2	1	4	50
3	1	2	1	1	2	1	1	1	1	8	1	1	1	1	2	6	2	2	2	2	8	1	1	1	2	5	2	1	1	4	31
4	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	2	8	62
5	1	2	1	2	2	1	1	1	1	9	1	2	1	1	2	7	2	2	2	1	7	2	3	3	3	11	2	3	3	8	42
6	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	2	2	2	10	2	1	2	2	7	2	3	3	3	11	3	3	3	9	53
7	1	2	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	2	2	2	10	2	1	1	1	5	3	3	3	3	12	3	3	3	9	52
8	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	3	3	3	3	14	1	1	2	2	6	3	3	3	3	12	3	3	3	9	57
9	3	2	2	2	3	2	2	2	3	16	1	3	3	3	3	13	2	2	2	1	7	2	1	2	1	6	3	3	3	9	51
10	3	1	1	2	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	2	6	2	2	1	1	6	1	2	2	1	6	3	3	3	9	35
11	1	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	2	2	3	10	3	3	3	9	62
12	1	1	1	1	1	1	1	1	2	8	2	2	1	1	1	7	2	2	2	1	7	1	2	2	1	6	1	1	1	3	31

13	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	12	2	2	3	3	10	3	3	3	9	61
14	1	1	2	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	2	2	7	2	1	2	2	7	2	1	2	1	6	2	1	1	4	32
15	1	1	2	2	1	1	1	1	1	9	1	1	1	1	1	5	2	1	1	1	5	1	2	1	2	6	1	1	1	3	28
16	1	1	2	2	3	2	2	2	3	16	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	12	3	3	3	2	11	3	3	3	9	62
17	1	2	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	3	3	3	13	3	3	3	2	11	3	3	3	2	11	3	3	3	9	60
18	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	3	2	2	2	12	3	3	2	3	11	3	3	3	3	12	3	3	3	9	60
19	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	3	3	3	2	14	3	3	2	2	10	3	3	3	3	12	3	3	3	9	61
20	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	3	2	2	3	13	3	3	3	3	12	2	3	3	2	10	3	3	3	9	60
21	2	2	1	1	1	1	1	1	1	7	1	1	1	2	2	7	1	2	1	2	6	2	2	1	2	7	3	2	3	8	35
22	2	2	1	2	2	1	1	1	1	9	1	1	2	2	2	8	1	2	2	2	7	1	1	1	2	5	2	3	3	8	37
23	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	2	2	2	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	9	61
24	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	2	2	2	3	12	3	3	3	3	12	3	3	2	3	11	3	2	3	8	59
25	2	2	1	1	1	1	1	2	1	8	1	1	1	2	2	7	2	1	1	1	5	1	2	2	2	7	2	1	1	4	31
26	2	2	2	2	1	1	1	1	1	9	1	1	1	2	2	7	2	2	2	1	7	2	2	2	1	7	1	1	1	3	33
27	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	3	3	2	2	3	13	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	3	3	3	9	61
28	2	2	1	2	1	1	1	2	1	9	1	1	1	1	1	5	1	1	2	2	6	1	1	2	2	6	2	1	1	4	30
29	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	1	1	1	7	1	1	1	2	5	3	3	3	3	12	3	3	3	9	49
30	2	2	2	2	3	2	2	2	3	16	2	2	2	1	1	8	1	1	2	2	6	3	3	3	3	12	3	3	3	9	51

**TABLA MATRIZ DE LA SEGUNDA VARIABLE ESTADO**

<b>N°</b>	<b>EDAD</b>	<b>PESO</b>	<b>TALLA</b>	<b>IMC</b>	<b>ESTADO NUTRICIONAL</b>
1	17	55	1.56	17.62	Normal
2	18	54	1.50	24	Normal
3	21	58	1.62	22	Normal
4	18	45	1.51	19	Normal
5	18	68	1.65	25	Pre obeso
6	19	53	1.61	20	Normal
7	33	64	1.62	24.42	Normal
8	19	49	1.52	21.21	Normal
9	20	55	1.53	24	Normal
10	17	53	1.57	22	Normal
11	17	40	1.56	16.46	Bajo peso

<b>12</b>	27	42	1.53	17.94	Bajo peso
<b>13</b>	20	63	1.63	23.77	Normal
<b>14</b>	21	64	1.58	25.7	Pre obeso
<b>15</b>	17	45	1.53	19.23	Normal
<b>16</b>	27	87	1.56	35.8	Obeso grado 2
<b>17</b>	21	62	1.61	23.93	Normal
<b>18</b>	18	68	1.63	25.66	Pre obeso
<b>19</b>	23	52	1.60	20.31	Normal
<b>20</b>	23	65	1.51	29	Pre obeso
<b>21</b>	30	72	1.60	28.1	Pre obeso
<b>22</b>	18	52	1.62	19.84	Normal
<b>23</b>	30	64	1.58	25.7	Pre obeso
<b>24</b>	30	78	1.71	26.71	Pre obeso
<b>25</b>	20	60	1.55	25	Pre obeso
<b>26</b>	25	52	1.62	19.84	Normal

<b>27</b>	18	45	1.50	20	Normal
<b>28</b>	17	68	1.70	23.52	Normal
<b>29</b>	21	52	1.62	19.84	Normal
<b>30</b>	25	49	1.68	17.37	Bajo peso

**ANEXO N° 7**

**TABLA DE FRECUENCIAS Y PORCENTAJES**

**TABLA 2**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN CONDUCTA FRENTE AL**  
**ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA**  
**ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>CONDUCTA FRENTE AL ESTUDIO</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (14-21 pts.)	19	63
Deficientes (7-13 pts.)	11	37
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**TABLA 3**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN TRABAJOS**  
**ACADÉMICOS DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE**  
**LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>TRABAJOS ACADÉMICOS</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (10-15 pts.)	17	57
Deficientes (5-9 pts.)	13	43
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**TABLA 4**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN PREPARACIÓN PARA**  
**EXÁMENES DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA**  
**ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>PREPARACIÓN PARA EXÁMENES</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (9-12 pts.)	12	40
Deficientes (4-8 pts.)	18	60
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**TABLA 5**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN ACTITUD EN CLASES DE**  
**LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA DE**  
**ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA**  
**SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>ACTITUD EN CLASES</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (9-12 pts.)	18	60
Deficientes (4-8 pts.)	12	40
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>



**TABLA 6**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO SEGÚN DIMENSIÓN MOMENTOS DE**  
**ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA**  
**ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>MOMENTOS DE ESTUDIO</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (7-9 pts.)	21	70
Deficientes (3-6 pts.)	9	30
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

**TABLA 7**  
**HÁBITOS DE ESTUDIO GLOBAL DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO**  
**DE LA ESCUELA DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD**  
**PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>GLOBAL</b>	<b>FR</b>	<b>%</b>
Eficientes (46-69 pts.)	18	60
Deficientes (23-45 pts.)	12	40
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

**TABLA 8**  
**ESTADO NUTRICIONAL SEGÚN ÍNDICE DE MASA CORPORAL**  
**DE LOS ESTUDIANTES DE I CICLO DE LA ESCUELA**  
**DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA**  
**SAN JUAN BAUTISTA ICA,**  
**MAYO 2018**

<b>ÍNDICE DE MASA CORPORAL</b>	<b>Fr</b>	<b>%</b>
Obeso grado 2 ( 35.0 - 39,9 )	1	3
Pre obeso (25.0 - 29.9 )	7	24
Normal (18.5 - 24.9 )	18	60
Bajo peso ( <18 )	4	13
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

## ANEXO N° 8

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....he sido invitado a formar parte de una investigación para identificar “Los hábitos de estudio y estado nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, mayo 2018”, de la Bachiller Estela Altamirano Gutiérrez quien me ha manifestado que la información y resultados serán anónimos y confidenciales. He sido informada de la importancia de la investigación, así como también tengo el derecho a negarme a contestar las preguntas si así lo considero, y que tengo el derecho a conocer los resultados de la investigación.

Asegurando mi participación firmo en señal de aceptación.

---

Firma del participante


---

Firma de la Bachiller

---

Lugar y fecha

**ANEXO N° 9**  
**AUTORIZACIÓN DE RECOLECCIÓN DE DATOS**



**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**  
**FILIAL ICA**

Serie N° \_\_\_\_\_

Código Tasas \_\_\_\_\_

Señor: DIRECTOR EJECUTIVO –UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

Yo, \_\_\_\_\_

Alumno de la Facultad de \_\_\_\_\_

de la Escuela Profesional de \_\_\_\_\_

con Código de Matriculación N° \_\_\_\_\_ Ciclo \_\_\_\_\_ Turno \_\_\_\_\_

domiciliado en \_\_\_\_\_ Tlf. \_\_\_\_\_

ante usted con el debido respeto expongo:

1° Que, por los Ciclos anteriores ( \_\_\_\_\_ ) mi deuda por pensiones es \_\_\_\_\_

2° Que, mi Deuda por las Moras de los Ciclos anteriores es: Si. \_\_\_\_\_

3° Que, mi Deuda por Pensiones del presente Ciclo es: Si. \_\_\_\_\_

4° Que, las Moras por el presente Ciclo es: Si. \_\_\_\_\_

5° Que, \_\_\_\_\_

6° Solicito, Autorización para aplicar los instrumentos de Evaluación de mi proyecto de tesis en la Universidad Privada San Juan Bautista en la Facultad de Enfermería. Hábitos de Estudio y estado Nutricional de los estudiantes de I ciclo de la Escuela de Enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Ica, Mayo 2018.

Por lo expuesto a usted, Señor Rector ruego se sirva acceder a mi solicitud.

Ica \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Firma

\* Acompaño los siguientes documentos:

1. \_\_\_\_\_ 2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_ 4. \_\_\_\_\_