



AFECTACIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO POR ESTILOS DE VIDA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

**IMPACT ON QUALITY CARE GENERATED IN THE AREA OF
NEONATOLOGY OF THE LUIS H DÁVILA HOSPITAL**

Recibido: 10/08/2019 – Aceptado: 30/10/2019

Erika Marcela León Revelo

Docente - Universidad Técnica del Norte
Ibarra– Ecuador

Licenciada en Enfermería - Universidad Central del Ecuador

marcelaleon100877@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2050-0857>

Como citar este artículo:

León, E. (Enero –diciembre 2019). Afectación del rendimiento académico por estilos de vida en los estudiantes de enfermería. *Horizontes de Enfermería* (9), 6-16.
<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>



Resumen

Los seres humanos han ido creando y adaptando una serie de conductas y hábitos, los cuales pueden ser modificados a lo largo de su existencia, ayudándoles a enfrentar los diferentes escenarios en los que puede verse involucrado en su vida diaria, o en la sociedad en la que se desenvuelve. El Objetivo es evaluar los estilos de vida en estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi y comparar si estos repercuten con su rendimiento académico. Es un estudio descriptivo, cuantitativo, no experimental transversal y de alcance correlacional, se realizó el estudio en 70 estudiantes de pregrado de cuarto semestre de la Carrera de Enfermería de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi. Los datos se procesaron en el programa SPSS con una potencia del 80%, con una media de 1.8 y una desviación estándar (DE) de 6.9, frecuencias, ANOVA. Entre los resultados, la edad promedio es de 18-20 años, se determina que los estudiantes dedican dos horas y más para estudiar, su rendimiento académico esta entre bueno y muy bueno, consideran que ha disminuido por dedicar mucho tiempo a las redes sociales, a veces no asisten a clases por enfermedad, pereza, o se quedan dormidos, casi nunca ingieren alcohol, a veces realizan actividad física deportiva, leen poco, el cual en gran medida afecta su rendimiento académico y su alimentación es poco saludable. Se concluye que se evidenciaron estilos de vida poco saludables en la mayoría de las dimensiones evaluadas en los estudiantes de enfermería. Se sugiere proponer estrategias para fomentar actividades que refuercen un mayor aprovechamiento del tiempo libre y que motiven la actividad física.

Palabras Clave: Estilos de vida, rendimiento académico, calidad de vida.

Abstract

Human beings have been creating and adapting certain behaviors and habits, which can be modified throughout their lives, helping them to face different scenarios in their daily lives or society where they operate. To evaluate the Nursing student lifestyles of the Universidad Politécnica Estatal del Carchi and compare if they affect their academic performance. Descriptive, quantitative, non-experimental, cross-sectional and correlational study applied to 70 fourth semester undergraduate students of the Nursing at the Universidad Politécnica Estatal del Carchi. The data were processed in the SPSS program with a power of 80%, with an average of 1.8 and a standard deviation (SD) of 6.9, frequencies, ANOVA. The average age among participants is 18-20 years. This research determined that students spend more than two hours studying; their academic performance is between good and very good, which they said that it had decreased due to spending a lot of time on social networks; sometimes they do not attend classes due to illness, laziness, or fall asleep; they almost never drink alcohol; Sometimes they do physical sports; they read little, which greatly affects their academic performance and their diet is unhealthy. Unhealthy lifestyles were evidenced in most of the dimensions evaluated in nursing students. It is suggested to propose strategies to promote activities to achieve greater use of free time and motivate physical activity.

Keywords: Lifestyles, academic performance, quality of life.



Introducción

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define el estilo de vida como una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales. Asimismo, el estilo de vida saludable es un proceso social que involucra una serie de tradiciones, hábitos y conductas de los individuos y grupos, que conllevan a la satisfacción de necesidades humanas para alcanzar el bienestar y una vida más satisfactoria. (Campo F., 2016)

Los viables cambios en los estilos de vida que se originan al ingresar en la universidad, en conjunto con otros elementos, impactan la salud, tanto física como mental, de los jóvenes y, por lo tanto, su desempeño académico y social. Las universidades e instituciones de educación superior están llamadas a incorporar de manera directa en su misión, visión, planes estratégicos y los valores de la Promoción de la Salud como un proceso transversal de desarrollo institucional que impacte positivamente las posibilidades para lograr un desarrollo humano integral y mejorar la calidad de vida de sus miembros. (Lara Flores, 2015)

Experimentar diversos factores de riesgo al mismo tiempo (abuso de sustancias, conducta antisocial, eventos negativos en la vida familiar, personal, estudiantil y laboral), constituye un índice acumulado de exposición que define a los jóvenes como un sector de la población vulnerable. (Lara Flores, 2015)

En consecuencia, las universidades han hecho esfuerzos importantes por nivelar a los estudiantes antes de que entren de lleno a sus estudios o durante estos. En este contexto se han estudiado varios factores que podrían ayudar a explicar el bajo rendimiento de los estudiantes, que finalmente puede llevarlos a fracasar en su carrera académica y en un futuro, en su carrera profesional. (HIDALGO-RASMUSSEN, 2017). Sobre la base de lo expuesto es que se plantea como objetivo de esta investigación, evaluar los estilos de vida en estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi (UPEC) y comparar si estos repercuten con su rendimiento académico. Los resultados pueden aportar valiosa información que ayude posteriormente a promover hábitos adecuados de salud entre los estudiantes y fomente una salud integral.

Basado en lo anterior, esta investigación evalúa el estilo de vida que tienen los estudiantes del cuarto semestre de la carrera de enfermería de la UPEC, a partir de la necesidad de conocer los hábitos y las conductas que tienen los estudiantes y que tan buenos o malos pueden ser sus resultados académicos. A partir de una encuesta individual dirigida a los estudiantes de cuarto



semestre; cuyos resultados se tomarán como referencia para planear las diferentes estrategias que ayuden a mejorar el rendimiento académico.

El propósito de este trabajo, es aportar información relevante acerca de las características de los estudiantes de enfermería, identificar falencias y promover cambios necesarios para el mejoramiento en el ámbito académico de los estudiantes de la carrera de enfermería, ya que como se evidenció con anterioridad, el rendimiento académico de los estudiantes no se explica única y exclusivamente por las calificaciones obtenidas, si no que se debe considerar la existencia de otros aspectos; por lo tanto conocer los estilos de vida de los estudiantes de cuarto semestre, permite identificar posibles relaciones con su desempeño académico.

Materiales y Métodos

Se trata de un estudio de tipo descriptivo, cuantitativo, no experimental transversal y de alcance correlacional orientado a caracterizar los estilos de vida de los estudiantes de la carrera de Enfermería de la (UPEC), se utiliza técnicas e instrumentos de recolección de información: Cuantitativo, encuestas. El Instrumentos de investigación es un cuestionario, se investiga a todo el universo conformado por los estudiantes de cuarto nivel de la carrera de Enfermería con una la población de 70 estudiantes.

Los datos se procesan en el programa SPSS con una potencia del 80%, con una media de 1.8 y una desviación estándar (DE) de 6.9, frecuencias, ANOVA.

Resultados

La muestra estuvo integrada por un total de 70 estudiantes de pregrado de la carrera de enfermería de la UPEC., la gran mayoría de sexo femenino, comprendidos en edades de 18 a 20 años en un porcentaje de 58,6% y de 21 a 23 años en un 25,7%.

Tabla 1
Edad

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 18 A 20 AÑOS	41	58,6	58,6	58,6
21 A 23 AÑOS	18	25,7	25,7	84,3
24 A 26 AÑOS	7	10,0	10,0	94,3
27 A 29 AÑOS	1	1,4	1,4	95,7
30 A 32 AÑOS	2	2,9	2,9	98,6
MAS DE 33 AÑOS	1	1,4	1,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Fuente: Autor



En lo que concierne a financiación de la carrera en un 95, 7% es por los padres y el 2,9% es ayuda de otras entidades (trabajo, banco) a pesar de ser una institución pública existen gastos que los padres deben aportar para que sus hijos puedan culminar la carrera universitaria desde fotocopias hasta uniformes, etc.

En cuanto al ítem de grado de educación de los padres en donde el padre de familia tiene estudios inferiores (primarios, secundarios) en un 77,1% a diferencia del 18,6% que presentan estudios superiores (técnico tecnólogo, pregrado y postgrado) evidenciando que el jefe de hogar tiene un nivel de educación bajo, en cuanto a la madre; el nivel de estudios inferiores (primarios secundarios) es en un 55,7%, notándose que en un 37,1% tienen estudios superiores.

En lo que concierne al ítem de cómo califica a su rendimiento académico los encuestados manifiestan, que su rendimiento es muy bueno en un 48,6% seguido de bueno con un porcentaje de 42,9% se puede deducir que los estudiantes tienen malos estilos de vida por mantener el rendimiento académico.

Tabla 2
Rendimiento académico

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Excelente	2	2,9	2,9	2,9
Muy bueno	30	42,9	42,9	45,7
Bueno	34	48,6	48,6	94,3
Regular	4	5,7	5,7	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Fuente: Autor

Al evaluar si los estudiantes experimentan alguna pérdida de energía durante el día el 51,4% indican que sí, el 27,1 lo experimentan ocasionalmente y el 21,4 del total de encuestados indican que no experimentan pérdida de energía validando el resultado, este es un indicativo de que la mayor parte de encuestados tienen una afectación a nivel físico o psicológico.

En lo que concierne a la frecuencia con que tiene sentimientos negativos tales como tristeza, desesperanza, ansiedad, depresión el 55,7% a veces presenta estos sentimientos, el 21,4 casi nunca, el 15,7 casi siempre, el 4,3% siempre y el 2,9% nunca, notándose que más de la mitad de los encuestados presentan sentimientos negativos afectando así a su estilo de vida y riesgo en su salud mental.



Tabla 3
Sentimientos Negativo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Siempre	3	4,3	4,3	4,3
Casi siempre	11	15,7	15,7	20,0
A veces	39	55,7	55,7	75,7
Casi nunca	15	21,4	21,4	97,1
Nunca	2	2,9	2,9	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Fuente: Autor

En cuanto a sus relaciones personales la tabla nos indica que el 42,9% se encuentra satisfecho, el 37,1% bastante satisfecho/a. el 17,1% muy satisfecho y el 2,9% poco satisfecho, expresando que los estudiantes tienen buenas relaciones sociales en la institución.

En lo referente a nivel económico los estudiantes para cubrir sus necesidades manifiestan, que el 70% tienen una moderada cantidad de dinero, un 18,6% posee un poco, el 10% tienen bastante y el mínimo porcentaje de 1,4% posee totalmente, por lo que se puede decir que la mayor parte son de estrato económico medio, que de una u otra manera puede afectar en su estilo de vida y rendimiento académico.

En cuanto a transporte para acudir, a la universidad la mayor parte utiliza autobús 40%; el 38,6% lo hace caminando; el 12,9% lo hace en carro propio; el 4,3% en taxi; 2,9% en bicicleta y el 1,4% lo hace en motocicleta.

En lo que concierne al tiempo libre los datos proyectan que el 42,9% lo dedica a redes sociales, el 18,6% mira televisión, el 17,1% a leer y hacer deporte en igual porcentaje, el 2,9% asiste a fiestas y el 1,4% lo dedica video juegos.

Las horas de sueño el 57,1% duerme a veces de 7 a 8 horas, el 18,6% casi nunca y el 2,9% nunca por lo que los estudiantes no están cumpliendo con las horas establecidas de sueño. En un porcentaje de 48,6% los estudiantes dedican 2 y más horas al estudio, el 11,4% 30 minutos.

Los estudiantes realizan a veces actividad físico- deportiva en un 40%, con un mínimo de porcentaje de 8,6% que nunca realiza deporte. Otro de los hábitos, los estudiantes en un 81,4% ingieren alcohol, el 17,1% ninguna sustancia toxica y el 1,4% tabaco, y la frecuencia con la que ingieren es casi nunca en un 67,1%, nunca en un 15,7%, a veces el 12,9% y casi siempre el 4,3%

El 34,3% de los encuestados comentaron que dedican de 1 a 2 horas en las redes sociales

Como citar este artículo:

León, E. (Enero – Diciembre 2019). Afectación del rendimiento académico por estilos de vida en los estudiantes de enfermería. *Horizontes de Enfermería* (9),6-16.
<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>



manifestando que si no emplearían ese tiempo a redes sociales igualmente usarían en otras actividades.

Los estudiantes manifiestan que un 60% de su rendimiento académico ha disminuido, por dedicar tiempo a navegar en las redes sociales y el 40% restante manifiestan que no influye en su rendimiento académico.

Tabla 4

Disminución del Rendimiento Académico por utilización de redes sociales

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido si	42	60,0	60,0	60,0
no	28	40,0	40,0	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Fuente: Autor

En cuanto alimentación la mayor parte de encuestados en un 71,4% tienen una alimentación poco saludable y el 22,9% muy saludable y el 5,7% es nada saludable con esta información se puede establecer que los estudiantes consumen comida chatarra y snacks para satisfacer las necesidades de hambre y saciedad.

Tabla 1

Alimentación

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido muy saludable	16	22,9	22,9	22,9
poco saludable	50	71,4	71,4	94,3
nada saludable	4	5,7	5,7	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Fuente: Autor

Discusión

La calidad de vida se encuentra relacionada con una serie de factores que intervienen de forma directa en el desarrollo e interacción que pueda tener el individuo con el medio en el cual se desenvuelve. De esta forma, al relacionar la calidad de vida de los estudiantes de enfermería con su rendimiento académico se encuentra asociado con el dominio social, actuando como un factor

Como citar este artículo:

León, E. (Enero – Diciembre 2019). Afectación del rendimiento académico por estilos de vida en los estudiantes de enfermería. *Horizontes de Enfermería* (9),6-16.
<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>



protector. Esto podría explicarse probablemente por la importancia que guardan las relaciones interpersonales en el desarrollo no solo de las actividades académicas sino de la cotidianidad. A su vez, podrían interferir en la percepción que tenga el individuo sobre su calidad de vida. (Díaz Cárdenas, 2015)

Los estudiantes exteriorizan, que los hábitos que tienen en muchos casos son malos, el nutrirse de forma inadecuada, afecta el rendimiento académico ya que, en ocasiones, se sienten endeble para estudiar y en especial cuando se encuentran recargados de trabajos, deberes, pruebas desarrollan estrés y el insuficiente descanso, que predispone a no poder desarrollar las actividades diarias adecuadamente. (Mendoza Sovero, 2007), además la limitación a realizar alguna actividad física hace que la salud se deteriore; un consumo ocasional de alcohol y otras drogas dañan la salud. (Mendoza Sovero, 2007).

La mayoría de las jóvenes acuden a fiestas o a la discoteca, ingieren bebidas alcohólicas. Un estudio realizado en una universidad sueca señala que, al comparar las diferencias de género en comportamientos saludables y hábitos de consumo de alcohol entre estudiantes de primer año, los estudiantes varones bebían con mayor frecuencia y se emborrachaban en proporciones mayores que sus pares femeninos. (Campo F., 2016); Además los jóvenes salen de sus hogares sin desayunar porque se atrasan o se quedan dormido (as), su tiempo libre lo emplean en las redes sociales más que en estudiar.

Les afecta muchos los problemas familiares y en su mayoría los tienen por los limitados recursos económicos y estos los deprime, porque no tienen para el bus ni mucho menos para comprarse algún aperitivo en la universidad, por tal motivo acuden a los snack o comida chatarra por su bajo precio, una inadecuada alimentación puede generar un deterioro físico y mental.

Un estilo de vida saludable, según Grimaldo Muchotrigo, (2005) no sólo involucra los factores psicológicos, sociales y culturales, sino que también interviene en el adecuado estado de salud física. Este autor evaluó el estilo de vida de profesionales de la salud y observó que aquellos con poca actividad física, manifestaban más síntomas psicológicos, favoreciendo una actitud que no promueve los hábitos saludables en los individuos; estos datos se pueden extrapolar a los resultados de este estudio, ya que a pesar de que no se evaluaron profesionales, si se observaron futuros profesionales de la salud, los que rara vez o nunca realizaban alguna actividad física, por lo que según Grimaldo tiene poca probabilidad de inducir en sus futuros pacientes hábitos igualmente saludables.

Tamayo y colaboradores (2015), mencionan que existen prácticas más riesgosas y menos saludables que interfieren en el estilo de vida, tal como el mal manejo del sueño, consumo



de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales; el autor en su estudio reporta que los estudiantes que fuman lo realizan para sentirse mejor. En el estudio que nos ocupa, no se evidencia esa relación puesto que la mayor parte de los encuestados no fuman. Con respecto al sueño, Tamayo (2015) describe, que los estudiantes duermen para descansar, rendir de forma física, mental y que el principal motivo por el que los estudiantes no duermen es porque tienen mucha carga académica y/o laboral; en comparación al estudio realizado en la UPEC, los encuestados reportan en su mayoría, solo algunas veces dormían hasta 7 horas, sin embargo, este dato no muestra diferencias significativas sobre el estilo de vida.

Tamayo (2015), también reporta a los estudiantes casados y que laboran mientras estudian y encontró que estas condiciones aumentan las prácticas saludables y el estilo de vida. Arguello (2009) encontró que aquellos que trabajaban no tenían un estilo de vida excelente y que los solteros tenían un mejor estilo de vida. (Arguello, 2009) también describe estos aspectos en los estudiantes del área de la salud de todas las facultades de Bucaramanga, encontrando que las personas con pareja tenían hábitos de sueño más saludables. Con respecto al rendimiento académico, Lee J y colaboradores (2012), (Mclsaac, S, 2015), evaluaron la asociación entre los estilos de vida saludable y el rendimiento académico; encontraron que los comportamientos no saludables se asocian directamente con bajas notas académicas; especialmente el hábito de no realizar actividad física y no desayunar, de los cuales, el último fue el que mayor riesgo presentó al relacionarse con el pobre rendimiento académico; a pesar de que en el presente estudio no se encontraron relaciones directamente proporcionales con el rendimiento académico que presentaran diferencias significativas, debido a la selección aleatoria y reducida de la muestra. Sin embargo, los datos sugieren que el uso de diferentes estrategias de actividades físicas o extracurriculares puede ayudar a mantener los resultados cognitivos.

Todos lo anterior evidencia la importancia de mantener un estilo de vida saludable en el entorno universitario, que ayude a disminuir el desarrollo de futuras enfermedades crónicas, de tal forma que los estudiantes involucrados en un sistema académico se formen adicionalmente para el cuidado de la salud, bajo las exigencias físicas e intelectuales que requiere el ambiente universitario. Por tanto, las instituciones educativas deben revisar el ambiente académico, con el fin de lograr una coherencia entre el conocimiento del saber hacer, saber ser y las prácticas cotidianas que forman al estudiante para ser un profesional integro para la comunidad.

Conclusiones

Se evidenciaron estilos de vida poco saludables en la mayoría de las dimensiones evaluadas en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la UPEC.

Como citar este artículo:

León, E. (Enero – Diciembre 2019). Afectación del rendimiento académico por estilos de vida en los estudiantes de enfermería. *Horizontes de Enfermería* (9),6-16.
<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>



El factor más importante que influye sobre el estilo de vida de los estudiantes de la carrera de enfermería es la personalidad y las relaciones personales.

No obstante, desde las dependencias de bienestar universitario se debe trabajar en todos aquellos factores de riesgo que interfieren en el rendimiento y desarrollo de la vida académica del estudiante desde los primeros niveles, previniendo alteraciones emocionales y psicológicas, evitando futuras deserciones y mejorando notablemente la percepción de la calidad de vida de la comunidad estudiantil.

Referências Bibliográficas

- Díaz Cárdenas, S. (s/m de 2015). CALIDAD DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGIA. Scielo, s/p. Recuperado el 29 de julio de 2018, de <file:///C:/Users/TOSHIBA/Documents/Maestria%20Unemi/Articulo%20Calidad%20de%20Vida%20y%20Rendimiento%20academico.pdf>
- Arguello, M. (s/d de julio de 2009). Estilos de vida en estudiantes del área de la salud de Bucaramanga. scielo, s/p. Recuperado el 30 de julio de 2018, de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v1n2/v1n2a3.pdf>
- Becerra, S. (S/d de s/m de 2016). Descripción de las conductas de salud en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. Scielo, 2. Recuperado el 29 de julio de 2018, de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/14938/15473>
- Campo F., Y. (septiembre de 2016). Estilos de vida saludable y conductas de riesgo en estudiantes de medicina . Scielo, 303. Recuperado el 29 de julio de 2018, de revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/5667/5832
- Grimaldo Muchotrigo, M. (s/d de s/m de 2005). Estilos de vida saludables en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. Redalyc, 75. Recuperado el 30 de julio de 2018, de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68601109>
- HIDALGO-RASMUSSEN, C. (30 de noviembre de 2017). COMPORTAMIENTOS DE RIESGO PARA LA SALUD Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DURANTE LA EDUCACIÓN MEDIA, SEGÚN SEXO, EN ESTUDIANTES CHILENOS. Redalyc, 4. Recuperado el 29 de julio de 2018, de www.redalyc.org/articulo.oa?id=439754607004
- Lara Flores, N. (2 de julio de 2015). SALUD, CALIDAD DE VIDA Y ENTORNO UNIVERSITARIO EN ESTUDIANTES MEXICANOS DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA. Scielo, 105. Recuperado el 29 de julio de 2018, de <file:///C:/Users/TOSHIBA/Desktop/ARTICULOS/ARTICULO%203.pdf>



- Mclsaac, S. (s/d de diciembre de 2015). Association between Health Behaviours and Academic Performance in Canadian Elementary School Students. Public Health, s/p. Recuperado el 30 de julio de 2018, de <http://www.mdpi.com/1660-4601/12/11/14857/htm>
- Mendoza Sovero, M. (s/d de s/m de 2007). Estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2006. 34. Recuperado el 30 de julio de 2018, de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/498/Mendoza_sm.pdf;jsessionid=227A13C0C0C9EABEF3133BD689B005D0?sequence=1
- Tamayo, J. (20 de febrero de 2015). Estilo de vida de estudiantes de odontología . scielo, 147-160. Recuperado el 30 de julio de 2018, de <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v20n2/v20n2a11.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la salud en el mundo 2002. [Internet] Ginebra: OMS: 2002 [citado 24 de julio 2018] 290 p. Disponible en: <http://www.who.int/whr/2002/es/index.html>

Como citar este artículo:

León, E. (Enero – Diciembre 2019). Afectación del rendimiento académico por estilos de vida en los estudiantes de enfermería. *Horizontes de Enfermería* (9),6-16.
<https://doi.org/10.32645/issn.1390-6984>