

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Medicina Humana



**Asociación entre actividad física y depresión en estudiantes
de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima**

Tesis para obtener el Título Profesional de Médico Cirujano

Autor:

Gerald Daniel Apaza Coyla

Gonzalo Eduardo Pacori Ravichagua

Asesor:

Mgtr. Edda Evnet Newball Noriega

Lima 27 de marzo de 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Edda Evnet Newball Noriega, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Medicina Humana, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Asociación entre actividad física y depresión en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima”** de los autores Gerald Daniel Apaza Coyla y Gonzalo Eduardo Pacori Ravichagua tiene un índice de similitud de 20 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, al día 01 del mes de abril del año 2024.



Edda Evnet Newball Noriega

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Lima, Naña, Villa Unión, a 27 día(s) del mes de marzo del año 2024, siendo las 14:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Benjamin Tarama Soto, el (la) secretario(a): Mc. Deysi Karol Yauri Garcia y los demás miembros: Dr. Rafael Calla Mercado y el (la) asesor(a) Mg. Edda Ernest Neliball Noviega

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Asociación entre actividad física y depresión en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima"

- de los (las) bachilleres:
- a) Gerald Daniel Apaza Coyla
 - b) Gonzalo Eduardo Pacori Parichagua
 - c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Médico Cirujano
(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Gerald Daniel Apaza Coyla

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

Bachiller (b): Gonzalo Eduardo Pacori Parichagua

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)/s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]
Presidente/a

[Firma]
Secretario/a

Asesoría

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

ÍNDICE

Carátula.	1
Declaración jurada de originalidad de tesis	2
Acta de sustentación de tesis	3
Correspondencia del artículo.	5
Resumen en español	6
Resumen en inglés	7
Introducción	8
Metodología	8
Resultados:	9
Discusión	13
Referencias bibliográficas	14
Anexos	18
Sumisión del artículo en revista de prestigio	18
Resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis.	19
Carta de aprobación del comité de ética.	21
Instrumentos de Recolección de Datos	23

Asociación entre actividad física y depresión en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima.

Association between physical activity and depression in health sciences students at a private university in Lima.

Gonzalo Eduardo Pacori Ravichagua^{1*}, Gerald Daniel Apaza Coyla ¹, Edda E. Newball Noriega²

1. Escuela de Medicina, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Peruana Unión (UPeU), Lima, Perú.
2. Dirección General de Investigación, Universidad Peruana Unión (UPeU), Lima, Perú.

* Autor Corresponsal:

Gonzalo Eduardo Pacori Ravichagua

Dirección: Mz G2 LT06 Residencial Pariachi, Ate Vitarte, Lima

Numero de celular: +51 982 542 263

Correo electrónico: gonzamed26@gmail.com

Resumen

Introducción: La depresión es un trastorno mental que afecta más a los universitarios, existe asociación entre actividad física y menos depresión a nivel mundial, en Perú aún faltan estudios que demuestren dicha asociación en estudiantes universitarios.

Metodología: Se realizó un estudio observacional, analítico-transversal. Se aplicó a una muestra de 200 estudiantes universitarios, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, los instrumentos PHQ 9 para la variable depresión e IPAQ para la variable actividad física. El análisis de datos se realizó a través del lenguaje de programación R versión 4.0.2

Resultados: Se encontró que practicar actividad física moderada se asocia a menor prevalencia de depresión (p valor=0.028).

Conclusiones: La actividad física moderada disminuye la probabilidad de presentar cualquier grado de depresión en estudiantes universitarios de la facultad de ciencias de la salud.

Palabras Claves: Depresión, síntomas depresivos, actividad física, ejercicio, estudiantes universitarios.