

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Enfermería



**Factores asociados estilo de vida y rendimiento académico en
estudiantes de Salud de una Universidad Privada, Lima, 2023**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en enfermería

Autores:

Duane Nisly Huaman Velasquez

Nicoll Aracely Bernui Ferreyra

Ruth Liliana Vivancos Condori

Asesor:

Dra. Francis Gamarra Bernal

Lima, 02 de Junio 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Francis Gamarra Bernal, docente de la Facultad Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: *“FACTORES ASOCIADOS ESTILO DE VIDA Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, LIMA, 2023”* de los autores: Nicol Aracely Bernui Ferreyra, Duane Nisly Huaman Velasquez y Ruth Liliana Vivancos Condori, 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, a los 02 días del mes de junio del año 2025.



Francis Gamarra Bernal

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Naña, Villa Unión, a 26 día(s) del mes de mayo del año 2025, siendo las 15:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro. William de Berba, el (la) secretario(a): Dra. Rosío Suárez Rodríguez y los demás miembros: Dra. Keila Ester Miranda Limachi y el (la) asesor(a) Dra. Francis Gamarrá Bernal

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado:

"Factores asociados estilo de vida y rendimiento académico en estudiantes de salud en una Universidad Privada, Lima, 2023"

- de los (las) bachilleres:
- Duane Nisly Huaman Velasquez
 - Nicoll Anacely Bernui Ferrerya
 - Ruth Lilianna Vivanco Condori

conducente a la obtención del título profesional de:

Licenciada en Enfermería
(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): Duane Nisly Huaman Velasquez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	19	A	CON NOMINACIÓN DE EXCELENTE	EXCELENCIA

Bachiller (b): Nicoll Anacely Bernui Ferrerya

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A -	CON NOMINACIÓN DE MUY BUENO	SOBRESALIENTE

Bachiller (c): Ruth Lilianna Vivanco Condori

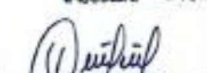
CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	17	B +	CON NOMINACIÓN DE MUY BUENO	SOBRESALIENTE

(*) Ver parte posterior

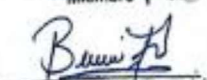
Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

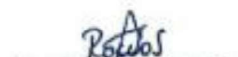

Presidente/a William


Asesora Francis

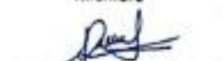

Bachiller (a) Duane


Miembro Keila


Bachiller (b) Nicoll


Secretaria Rosío

Miembro


Bachiller (c) Ruth

AGRADECIMIENTOS

Un profundo agradecimiento a nuestros padres porque nos brindaron todo su apoyo y se esforzaron junto a nosotros para vernos crecer, a nuestros seres queridos que también nos ayudaron y motivaron durante este proceso, también agradecer a nuestros docentes, cada uno de ellos nos brindó formación integral que no olvidaremos y sin duda también agradecer a nuestra universidad por habernos acogido durante los cinco años de nuestra formación académica y porque nos permite formarnos en grandes profesionales de principios y valores; sin más dejamos esta tesis como recuerdo en la historia de nuestra labor en investigación y conocimiento, que pueda ser de ayuda y beneficio para las futuras generaciones.

Índice

Declaración jurada de autoría de Tesis	2
Acta de sustentación de Tesis	3
Agradecimientos	4
Resumen.....	6
Introduccion.....	7
Metodologia	8
Resultados.....	10
Discusion.....	11
Referencias.....	15
Anexo 1	17
Anexo 2	18
Anexo 3.....	21
Anexo 4.....	22
Anexo 5.....	25

RESUMEN

Objetivo: Determinar la influencia del estilo de vida en el rendimiento académico en estudiantes de salud de una universidad privada, Lima, Perú. **Metodología:** El diseño fue no experimental, de corte transversal y de nivel explicativo con un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó un cuestionario de estilo de vida validado en España y aplicado en Perú, integrado por 27 ítems, 5 criterios de respuesta y su interpretación se realizó por la sumatoria de cada ítem. El rendimiento académico se efectuó con el promedio ponderado del ciclo anterior. **Resultados:** Se encontró una relación significativa pero débil entre estilos de vida saludables y rendimiento académico en estudiantes de ciencias de la salud. Los estilos de vida explican hasta un 6% del rendimiento académico, sugiriendo la importancia de hábitos saludables en el ámbito universitario. **Discusión:** Si bien los estilos de vida saludables pueden favorecer el rendimiento académico, su impacto es limitado y depende de otros factores contextuales. Es crucial considerar variables socioeconómicas, emocionales y educativas para comprender mejor el desempeño estudiantil y diseñar estrategias más efectivas en el ámbito universitario. Sin embargo, es importante la modificación de hábitos para tener una población más saludable y con mejor rendimiento en un futuro. **Conclusión:** Aunque estos estilos de vida pueden impactar positivamente el rendimiento académico, no son los únicos determinantes, por lo que es necesario un enfoque multidimensional en las intervenciones.

Palabras clave: Estilo de Vida; Rendimiento Académico; Salud; Estudiantes

ABSTRACT

Objective: To determine the influence of lifestyle on academic performance in health sciences students at a private university in Lima, Peru. **Methodology:** The design was non-experimental, cross-sectional, and explanatory with non-probability convenience sampling. A lifestyle questionnaire validated in Spain and previously administered in Peru was administered. It consisted of 27 items, 5 response criteria, and its interpretation was based on the summation of each item. Academic performance was calculated using the weighted average from the previous academic year. **Results:** A significant but weak relationship was found between healthy lifestyles and academic performance in health sciences students. Lifestyles explain up to 6% of academic performance, suggesting the importance of healthy habits in the university setting. **Discussion:** Although healthy lifestyles can improve academic performance, their impact is limited and depends on other contextual factors. It is crucial to consider socioeconomic, emotional, and educational variables to better understand student performance and design more effective strategies in the university setting. However, changing lifestyle habits is important for a healthier, more successful population in the future. **Conclusion:** While these lifestyle choices can positively impact academic performance, they are not the only determinants, so a multidimensional approach to interventions is necessary.

Keys Words: Lifestyle; Academic Performance; Health; Students
