

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Prevención del SARS-CoV-2 y su asociación con estilos de vida
de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de
Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Tarma, junio a diciembre del 2022**

Para optar el título profesional de:

Licenciado en Enfermería

Autores:

Bach. Gilgardo Alex VILLANUEVA ORTEGA

Bach. Douglas Anghelo GARCILAZO OBISPO

Asesor:

Mg. Glenn Clemente ROSAS USURIAGA

Cerro de Pasco - Perú - 2023

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



T E S I S

**Prevención del SARS-CoV-2 y su asociación con estilos de vida
de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de
Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Tarma, junio a diciembre del 2022**

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dr. Javier SOLÍS CÓNDOR
PRESIDENTE

Mg. César Ivón TARAZONA MEJORADA
MIEMBRO

Dr. Johnny Walter CARBAJAL JIMÉNEZ
MIEMBRO



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Facultad de Ciencias de la Salud
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

Garcilazo Obispo, Douglas Anghelo
Villanueva Ortega, Gilgardo Alex

Escuela de Formación Profesional de Enfermería

Tipo de trabajo:

Tesis

Título del trabajo

Prevención del Sars-Cov-2 y su asociación con los Estilos de Vida de los Estudiantes del VI Semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, Tarma, Junio a Diciembre del 2022.

Asesor:

Mg. Rosas Usuriaga, Glenn Clemente

Índice de Similitud: 20%

Calificativo
APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 01 de diciembre del 2023.

Dra. Raquel Flor De María TUMIALAN HILARIO
DIRECTORA DE INVESTIGACION
Facultad de Ciencias de la Salud

DEDICATORIA

A Dios por bríndame la vida,
quien supo guiarme en el duro
camino lleno de problemas,
dándome fuerzas para seguir
adelante y así llegar a mis
objetivos.

Gilgardo

A mis padres, gracias a ellos llegué
a superarme en el transcurso de los
años, ya que, con su apoyo, soy lo
que soy y por tal motivo todos mis
logros son dedicados a ellos.

Douglas

AGRADECIMIENTO

A las autoridades y docentes de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, especialmente a la Escuela Profesional de Enfermería filial Tarma, por darnos la oportunidad de continuar nuestra preparación académica.

A la Escuela profesional de Obstetricia, por habernos permitido el desarrollo del presente trabajo de investigación.

Gilgado y Douglas

RESUMEN

El presente trabajo de investigación trata sobre: **PREVENCIÓN DEL SARS-CoV-2 Y ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DEL VI SEMESTRE DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN TARMA, JUNIO A DICIEMBRE DEL 2022.** El objetivo fue determinar la relación entre la prevención del SARS- CoV-2 y Estilos de Vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio a diciembre del 2022. El estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal, alcance correlacional. La población de estudio fue conformada por 31 estudiantes del VI semestre de la Escuela de Formación Profesional de Obstetricia que pertenecen a la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Se aplicaron dos cuestionarios para medir las variables de estudio, cuestionario de Prevención del SARS- CoV-2 y Cuestionario de fértil del estilo de vida.

Los resultados evidencian respecto a la variable prevención del Covid – 19, tienen 32.3 % de estilo de vida muy saludable; según las dimensiones, se tiene de la dimensión control de factores de riesgo 38.7% de estilo de vida saludable, respecto a la dimensión medidas de prevención tienen 54.8% de estilo de vida saludable y según la dimensión actividad física tiene 35.5% de estilo de vida saludable y muy saldable.

Contrastando la hipótesis: existe relación entre la prevención del Covid - 19 y el estilo de vida en los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Palabras Claves: Prevención de COVID -19; Estilos de vida; COVID – 19, actividad física; ejercicio.

ABSTRACT

The present research work deals with: **SARS-CoV-2 PREVENTION AND LIFESTYLES IN STUDENTS OF THE VI SEMESTER OF THE PROFESSIONAL SCHOOL OF OBSTETRICS AT THE NATIONAL UNIVERSITY DANIEL ALCIDES CARRIÓN TARMA, JUNE TO DECEMBER 2022.** The objective was to determine the relationship between SARS-CoV-2 prevention and Lifestyles of the students of the VI semester of the Professional School of Obstetrics at the National University Daniel Alcides Carrión Tarma, June to December 2022. The study had a quantitative approach, non- experimental design, cross-sectional, correlational scope. The study population consisted of 31 students of the VI semester of the Professional Training School of Obstetrics belonging to the Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión. Two questionnaires were applied to measure the study variables, the SARS-CoV-2 prevention questionnaire and the fertile lifestyle questionnaire.

The results show that with respect to the Covid-19 prevention variable, they have 32.3% of a very healthy lifestyle; according to the dimensions, the control of risk factors dimension has 38.7% of healthy lifestyle, with respect to the prevention measures dimension they have 54.8% of healthy lifestyle and according to the physical activity dimension they have 35.5% of healthy and very healthy lifestyle.

Contrasting the hypothesis: there is a relationship between COVID - 19 prevention and lifestyle in the students of the VI semester of Obstetrics of the Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Keywords: COVID -19 prevention; Lifestyles; COVID - 19, physical activity; exercise.

INTRODUCCIÓN

La salud, en tiempos de pandemia por COVID-19, cobra relevancia como un derecho esencial y necesario para toda el mundo, que involucra un bienestar físico, psíquico y social, que implica una mejora constante de las condiciones personales y sociales en las que se desarrolla el individuo (1), con la finalidad de lograr un nivel de calidad de vida óptima, enfocada en la promoción, prevención e intervención de la salud desde una perspectiva multidisciplinaria y colectiva, ya sea a nivel comunitario, regional, nacional o internacional (1).

La Organización Mundial de la Salud (2), implementó una serie de medidas con el fin de minimizar la propagación del virus, algunos de estos incluyen distanciamiento social, aislamiento, autoaislamiento y cuarentena. Es así, que los cambios relacionados al comportamiento de la salud como la modificación de los estilos de vida, también tuvieron efectos, tales como: la nutrición, actividad física, el sueño, consumo de sustancias, manejo de estrés y tiempo en pantallas de equipos audiovisuales (1)-(2).

La función principal de los estilos de vida saludable es reducir las causas de morbimortalidad y mejorar el nivel de salud y bienestar de las personas. También, tiene un papel fundamental para generar inmunidad en las poblaciones (3).

Los factores de riesgo para la infección del Covid-19 según la Organización Mundial de la Salud (2), son principalmente enfermedades no transmisibles relacionadas con el estilo de vida, incluidas las comorbilidades como enfermedades cardíacas, obesidad, hipertensión y diabetes tipo 2 (2)-

(3). La mejora de los resultados se puede lograr con un cambio de comportamiento positivo en el estilo de vida que regule o estimule la respuesta al sistema inmunológico (3).

El análisis de estos referentes existentes, son las razones fundamentales que motivaron formular la siguiente interrogante de investigación **¿Cuál es la relación**

entre la prevención del SARS-CoV-2 y Estilos de Vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio a diciembre del 2022?

Asimismo, se espera probar la hipótesis: A mayor prevención del Covid - 19, habrá un estilo de vida saludable en los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio a diciembre del 2022.

El presente informe de tesis describe en el **Capítulo I:** El origen y definición del problema, objetivos, justificación, limitaciones; **Capítulo II:** revisión de la literatura, marco teórico y definición operacional de términos; **Capítulo III:** El método de investigación, tipo método diseño, población y muestra de estudio, instrumentos y técnicas de recolección de datos, técnicas de análisis de datos, validación confiabilidad; y **Capítulo IV:** Resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones.

ÍNDICE

Página.

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
ÍNDICE	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE GRÁFICOS	

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.	Identificación y determinación del problema	1
1.2.	Delimitación de la investigación	3
1.3.	Formulación del problema	3
1.3.1.	Problema general.....	3
1.3.2.	Problemas específicos	3
1.4.	Formulación de objetivos.....	4
1.4.1.	Objetivo general	4
1.4.2.	Objetivos específicos	4
1.5.	Justificación de la investigación.....	4
1.6.	Limitaciones de la investigación	5

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.	Antecedentes de estudio	6
2.2.	Bases teóricas – científicas	12
2.3.	Definición de términos básicos	18
2.4.	Formulación de hipótesis.....	18
2.4.1.	Hipótesis general	18
2.4.2.	Hipótesis específicas	18
2.5.	Identificación de variables	19
2.6.	Definición operacional de variables e indicadores	19

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1.	Tipo de investigación	20
------	-----------------------------	----

3.2.	Métodos de investigación	20
3.3.	Diseño de investigación	21
3.4.	Población y muestra	21
3.4.1.	Población	21
3.4.2.	Muestra	22
3.5.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	22
3.5.1.	Técnicas.....	22
3.5.2.	Instrumentos	22
3.6.	Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación.....	23
3.7.	Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	24
3.8.	Tratamiento estadístico	25
3.9.	Orientación ética filosófica y epistémica	25

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1.	Descripción del trabajo de campo	26
4.2.	Presentación, análisis e interpretación de resultados	26
4.3.	Prueba de hipótesis	33
4.4.	Discusión de resultados.....	38

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ÍNDICE DE TABLAS

	Página.
Tabla 1. Correlación de las variables prevención del COVID 19 con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma	27
Tabla 2. Correlación de la variable prevención del Covid 19 en su dimensión control de factores de riesgo con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma	28
Tabla 3. Correlación de la variable prevención del COVID 19 en su dimensión medidas de prevención con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.....	30
Tabla 4. Correlación de la variable prevención del COVID 19 en su dimensión actividad física con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.....	32
Tabla 5. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida	34
Tabla 6. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión control de factores de riesgo	35
Tabla 7. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión medidas de prevención	36
Tabla 8. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión actividad física	37

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Página.
Gráfico 1. Prevención del COVID - 19.....	27
Gráfico 2. Control de factores de riesgo	29
Gráfico 3. Medidas de prevención	31
Gráfico 4. Actividad física	33

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación y determinación del problema

La Covid-19, es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus del SARS-CoV-2, ha generado a nivel mundial una crisis económica, social y de salud (3). Hasta el 2020, fueron confirmados en más de 190 países en todos los continentes del mundo, alcanzó casi los 21 millones de casos y el número de muertes sobrepasó los 800.000, los casos recuperados superaron los 11 millones de personas (3). Entre las disposiciones que estableció la Organización Mundial de la Salud, fue el confinamiento y el distanciamiento social lo que generó un cambio abrupto en los estilos de vida y la rutina diaria de las personas (3)-(4).

A nivel de América Latina y el Caribe, confinó a la población demográfica más joven que otras regiones, el número de víctimas por Covid - 19 es similar al de Estados Unidos y Europa occidental, 19 % de los casos confirmados y el 27 % del total de fallecidos, declarándose en emergencia sanitaria para aplicar las medidas

preventivas (4). Estas disposiciones dieron como resultado factores detonantes de estrés, consumo inadecuado de alimentos; esta situación provocó, a su vez, cambios emocionales al perder el contacto continuo que se tenía con las demás personas, así como no poder realizar las actividades cotidianas, lo cual favorece la actividad física y provocó alteraciones metabólicas y sistémicas causadas por la falta de movimiento que acarreó como consecuencia cambios en los estilos de vida en la población (5).

Siendo así, un aumento del consumo de bebidas azucaradas (35%), snacks y dulces (32%), y comida rápida y productos precocinados (29%); y una disminución del consumo de frutas y verduras (33%) y agua (12%). Mientras que el 33% reportó no practicar ninguna actividad física, el 25% practicaba menos de una hora a la semana, y 7% practicaba más de 6 horas a la semana (6).

El Perú, no es ajeno a los cambios característicos en los estilos de vida por la Covid - 19 como en los otros países latinos (6). En el año 2020 marcó un cambio rotundo donde el hogar se volvió un espacio de trabajo, estudio y de entrenamiento (7), donde los estudiantes universitarios han sido uno de los más perjudicados en la esfera de la calidad de vida, que se vincula con emociones, cogniciones y conductas, que, si bien no se conoce su implicancia como un todo, son índices de riesgo de enfermedades y otros daños a la salud (8). Asimismo, ha provocado cambios severos en los hábitos alimentarios como el aumento de consumo de chocolates, alimentos congelados/envasados, también disminución en la práctica de actividades físicas, alteración del sueño y tiempo frente a pantallas

(8).

Por esta razón la investigación está dirigida a demostrar: ¿Cuál es la relación entre la prevención del SARS-CoV-2 y Estilos de Vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio a diciembre del 2022?.

1.2. Delimitación de la investigación

El presente estudio se desarrolló en estudiantes del VI semestre de la carrera profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma durante los meses de junio 2022 a enero 2023.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la Prevención del COVID - 19 y los estilos de vida en estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión filial Tarma, junio 2022 – enero 2023?

1.3.2. Problemas específicos

- ¿Qué relación existe entre la prevención del COVID – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo con los estilos de Vida en estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023?
- ¿Qué relación existe entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas con los estilos de Vida en estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023?

- ¿Qué relación existe entre la Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad física con los estilos de Vida en estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la Prevención del COVID – 19 y los Estilos de Vida en estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023.

1.4.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la prevención del COVID – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo y los estilos de vida en estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión filial Tarma.
- Establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas y los estilos de vida en estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión filial Tarma.
- Establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad física y los estilos de vida en estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión filial Tarma.

1.5. Justificación de la investigación

El presente proyecto de investigación contribuirá a la literatura científica de cómo el estilo de vida de los estudiantes en tiempos de pandemia afectó a la

salud perjudicando su bienestar, por lo tanto, se plantea conocer el grado de relación de ambas variables para que posteriormente se implementen medidas estratégicas que permitan contrarrestar este problema vigente. Esta investigación se fundamentó en la teoría del modelo de promoción de la salud de Nola Pender (9), ya que permite comprender los comportamientos humanos relacionados con la salud y orientadas hacia la generación de conductas saludables mediante la actividad física, buena nutrición.

Práctica

Comprender la relación entre la prevención del COVID-19 a partir de los estilos de vida en los estudiantes ayudará a la implementación de medidas como una forma de fortalecer conductas preventivas ante esta y otras enfermedades con beneficios para la salud de los estudiantes y sus familias.

Metodológica

El presente estudio permite mostrar las propiedades psicométricas de los cuestionarios de Prevención del SARS-CoV-2 y perfil del estilo de vida respectivamente para la obtención de información y cumplir así con los propósitos del estudio. Esto puede servir de referencia a otros investigadores que desarrollen estudios de temática similar.

1.6. Limitaciones de la investigación

- *Limitante teórica:* No se presenta dificultad para acceder a información sobre las variables de estudio.
- *Limitante temporal:* Debido al acceso a la población de estudio para el llenado de encuestas cuya disponibilidad de tiempo se reduce por sus diferentes ocupaciones académicas y personales.
- *Limitante espacial:* Debido a la COVID-19, los espacios académicos se desarrollaron en la virtualidad. Este escenario presenta limitaciones como la conectividad, la accesibilidad a internet para mantener sesiones virtuales como parte de las actividades propuestas.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

Internacionales

Charry Méndez & Cabrera-Díaz (9). Cúcuta – Colombia (2021), realizaron un estudio sobre “Perfil del estilo de vida en estudiantes de la Universidad Pública”. El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, determinar los comportamientos del estilo de vida de los estudiantes de primer semestre de una Universidad Pública. El método del estudio fue cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. El tamaño de la muestra fue de 113 estudiantes matriculados para el periodo académico 2020-1.

Se utilizó un instrumento tipo encuesta estructurada elaborado por el proyecto Institucional Universidad Saludable. Los datos se trabajaron a través de Excel y el programa SPSS versión 22, mediante análisis estadístico descriptivo univariado de frecuencias y tablas de contingencia.

Los resultados fueron que la mayoría de estudiantes no realizan ejercicios físicos 70%, el 51% no realiza ningún tipo de actividad física, el

consumo de tabaco es alto y más de la mitad son consumidores habituales de alcohol, más de la mitad presenta angustia y casi la mitad ansiedad. La calidad de la dieta la mitad la consideran mala y hay bajo consumo de frutas. El consumo de sal añadida a los alimentos es referido por la mayoría 82% de los estudiantes. El 28% presenta sobrepeso y obesidad. La mayoría desconoce sus niveles de colesterol y triglicéridos. No existe en casi la mitad redes de apoyo entre compañeros y familiares. Como conclusiones, se encontró que el perfil de estilo de vida de los estudiantes de primer semestre de una universidad pública se caracteriza por el sedentarismo, el consumo habitual de cerveza y cigarrillo, la mala alimentación, el sobrepeso y la obesidad, la ansiedad y angustia.

Medina Contreras et.al. (10) Venezuela (2021), realizaron un estudio sobre “Estilos de vida de estudiantes de medicina durante la pandemia de 2020, en Venezuela. El aislamiento: ¿amigo o enemigo?”. El presente estudio tuvo como objetivo, evaluar el perfil estilo de vida de los estudiantes de la carrera de medicina de las diferentes universidades de Venezuela, según sexo, grupo etario, universidad, región donde estudia, etapa cursante de la carrera, tipo de cuarentena, número de veces que sale a la semana, en el período de mayo a agosto del 2020.

La metodología fue de enfoque cuantitativo; tipo evaluativo, diseño no experimental y transversal, a través del cuestionario Perfil de Estilo de Vida (PEPS-I) de Pender (1996) aplicado por medio de Formularios de Google. Muestra de 680 estudiantes universitarios mayores de 18 años de la Carrera de Medicina en Venezuela. Los resultados fueron que el 73,5% de la muestra fue de sexo femenino y 26,5% masculino, edad 21,95 + 2,5 años, el puntaje del estilo de vida indica 20,6% en nivel alto, 75% medio, y 4,4% bajo. Se encontró significancia estadística cuando se relacionó el promedio de estilos

de vida con las variables: universidad ($p < 0,001$), región de estudio ($P < 0,001$), tipo de cuarentena ($P < 0,038$), y número de veces que la persona sale a la semana en cuarentena ($p = 0.0023$).

Las conclusiones fueron que 3 de cada 4 estudiantes de medicina en Venezuela poseen un estilo de vida medio. Se determinó que los estilos de vida más altos corresponden a los estudiantes de la Universidad de Los Andes, estudiantes cuyos núcleos o centros de estudios están en la región Andina del país, estudiantes que no cumplían la cuarentena y estudiantes que salían de sus hogares de forma más recurrente; esto último explica que la cuarentena tiene un efecto negativo en el estilo de vida estudiantil.

Quiñonez y Quiroz Villafuerte (11). Manabí-Ecuador (2021), realizaron un estudio sobre “Salud y estilos de vida en los estudiantes del cuarto semestre de la Carrera de Enfermería de la Universidad Estatal del Sur de Manabí”. El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, determinar la salud y estilos de vida, en los estudiantes del cuarto semestre de la carrera de Enfermería, de la Universidad Estatal del Sur de Manabí. El método, fue de enfoque descriptivo, se contó con una población de 30 estudiantes a quienes se les aplicó cuestionarios para la recolección de datos, se utilizaron las escalas de opción múltiple, individual y lineal. Como resultado obtuvieron que del total de los encuestados el 90% manifestó que su estilo de vida es regular, el 10% declaró que el estilo de vida que llevan es bueno. Se concluyó que los estudiantes del cuarto semestre, tienen un estilo de vida deficiente, con inclinación al consumo de comidas chatarras y tendencias de sedentarismo, debido a la modalidad virtual, y las horas que pasan sentados frente de la computadora, para cumplir con las tareas asignadas.

Santos Velázquez, et al (12). Las Tanas-Cuba (2020), realizaron un estudio sobre “Medidas de prevención y control de la COVID-19 en

estomatología: la nueva normalidad”. El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, describir el nivel de conocimientos sobre la prevención y control de la COVID-19 en estomatólogos del municipio Las Tunas, provincia Las Tunas, en abril de 2020.

El método fue descriptivo transversal, el universo de estudio estuvo constituido por 134 estomatólogos y la muestra por 60 seleccionados por muestreo probabilístico simple. Se evaluaron, edad, sexo, presencia de enfermedades crónicas no transmisibles y datos laborales. Se les aplicó un examen sobre COVID-19, medidas de protección y acciones en la atención a pacientes. Se analizaron los contenidos con mayores dificultades.

Como resultados, Predominó el sexo femenino, el grupo de edad de 20 a 34 años y la hipertensión arterial como enfermedad crónica no transmisible. La mayoría de los estomatólogos laboran en zona urbana y la mitad realiza labor de pesquiasaje en la comunidad. La interrogante acerca de usar o no la clorhexidina en la disminución del SARS-CoV-2 fue la temática con mayor dificultad. El 68,2 % obtuvo resultados de calidad, con puntuación por encima de 80 puntos. Se concluye que los estomatólogos mostraron dominio en los conocimientos generales sobre la COVID-19. Las deficiencias evidenciadas se centraron en medidas de bioseguridad, procederes y precauciones a lo largo de todo el proceso de atención a pacientes.

Nacionales

Zuñiga Torreblanca, (13). Arequipa – Perú (2021), realizaron un estudio sobre “Estilos de vida asociados a estado nutricional en estudiantes del sexto año de medicina de una Universidad Nacional de Arequipa, durante la pandemia COVID-19”, el presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, determinar la asociación entre estilos de vida y el estado nutricional en estudiantes del sexto año de medicina de una universidad nacional de

Arequipa durante la COVID-19.

El método fue un estudio observacional, prospectivo y transversal. Participaron 85 estudiantes de medicina que culminaron el sexto año en 2020. Se utilizó una ficha de recolección de datos, donde se consignó el peso y talla; el cuestionario de Perfil del Estilo de Vida y la Escala Socioeconómica Modificada de Amat y León; previo consentimiento informado. Se utilizó la estadística descriptiva, la escala de Stanones y la prueba Rho de Spearman para la asociación. Los resultados fueron, que el 52,9% tenían entre 25 a 27 años; 56,5% eran mujeres; 21,2% de los estudiantes tenían estilos de vida poco saludables; con mayor frecuencia una mala nutrición (37,6%), mala práctica de ejercicio (38,8%), mal manejo del estrés (31,8%), mal soporte interpersonal (34,1%). El 4,7% presentaron obesidad, y el 34,1% sobrepeso.

Finalmente, la correlación entre estilos de vida y estado nutricional fue muy baja y no significativa. Se concluyó que no existe asociación entre estilos de vida poco saludables y el sobrepeso/obesidad en estudiantes del sexto año de medicina de una universidad nacional de Arequipa, durante la COVID-19.

Elías Mondragón & Sipión Vilchez (14). Lambayeque – Perú (2021), realizaron un estudio sobre “Estilos de vida en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo - Lambayeque 2020”, el presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, identificar estilos de vida en estudiantes de Medicina Humana. El método de estudio fue descriptivo de corte transversal en una población estimada de 307 estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Pedro Ruiz Gallo.

El recogimiento de datos se realizó mediante una encuesta virtual de Google Formularios con 50 preguntas evaluando 5 dimensiones (Actividad Física, Hábitos Alimentarios, Autocuidado, Hábitos nocivos y conductas de riesgo, Salud mental). Como resultados, se tiene que el 67.10% representa el

sexo masculino siendo este aproximadamente el doble del sexo femenino con un 32.9 %, con valores promedio de Buen estilo de vida 46,6%, Regular estilo de vida 29,6%, Mal estilo de vida 15,3% y por último muy buen estilo de vida 8,5%.

Como conclusiones, se identificó que el 46,6% (143) estudiantes de la facultad de medicina humana de la universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo tenían un buen estilo de vida seguido del 29,6% (91) estudiantes que tuvieron regular estilo de vida. También se concluye que conforme el estudiante universitario avanza en sus años de estudios, su estilo de vida disminuye.

Mera Portilla et al (15). Ica-Perú (2020), realizaron una investigación sobre “Prevención del COVID-19 y estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años de edad del distrito de Grocio Prado – AAHH Fundo Amarillo Chincha, 2020” El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la influencia entre la prevención del covid-19 y los estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años de edad del distrito de Grocio Prado- AA. HH Fundo Amarillo, Chincha, 2020. El método es de deducción hipotética, lo cual conduce a la investigación cuantitativa, lo que significa que ciertos supuestos se derivan de teorías generales y luego se prueban contra fenómenos en la realidad. Se trabajó con una población de 86 personas entre hombres y mujeres, en las cuales se evaluó el covid-19 y estilos de vida. Los resultados fueron que no existe relación significativa entre aplicación covid-19 y estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años del distrito de Grocio Prado - AA. HH Fundo Amarillo, chincha, 2020. Se concluye que no existe relación significativa entre la prevención del covid- 19 y los estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años del distrito de Grocio Prado, Chincha, 2020, esto comprobado por la prueba estadística de Rho de Spearman que obtuvo un coeficiente de correlación positiva muy débil del 0,017, con una significancia bilateral del 0.879 mayor a

al margen de error establecido de la prueba del 0.05.

Ccanchi Arones (16), Cusco Perú (2021), realizaron un estudio sobre “Asociación entre estilos de vida y estado nutricional en internos de medicina durante la pandemia por Covid-19, Cusco, 2021”. El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo, verificar si hay asociación del estilo de vida con el estado nutricional de los internos de medicina durante la pandemia por COVID-19, Cusco, 2021. Materiales y métodos de estudio fueron de tipo analítico, observacional, transversal y correlacional, se operó con una población de 84 internos, a quienes se les aplicó cuestionarios para la recolección de datos dirigidos con los instrumentos, Cuestionario sobre estilos de vida saludables. El resultado en cuanto al estilo de vida se halló que en 58 internos fueron poco saludables (74%), 23 (26%) eran saludables y nadie tuvo estilos de vida que eran no saludables ni muy saludables. Se concluye que el estilo de vida más frecuentemente encontrado fue poco saludable; no habiendo ninguno con un estilo de vida clasificado como muy saludable, así como no saludable entre los internos de medicina.

2.2. Bases teóricas – científicas

Prevención del COVID 19

La prevención, es una serie de procesos, acciones y cambios en la conducta de la persona que permite reducir el riesgo del contagio (17), como es en el caso del COVID - 19, donde la coyuntura global hizo que se difunden constantemente muchas estrategias preventivas para disminuir la propagación del SARS-CoV-2, los que según la guía de la Organización Mundial de la Salud (18), realizaron capacitaciones constantes al personal de salud y a la población, como la prevención de contagio por vía respiratoria, lavado de manos, así como la proporción de los implementos de protección suficientes tanto para el personal de salud y la comunidad; quienes a su vez estos han

tenido que pasar por tres escenarios: el autorreporte de síntomas, la observación visual en busca de signos clínicos y la toma de temperatura evitando usar termómetros manuales (18).

Dimensiones de la prevención y Covid -19

a. Control de factores de riesgo

El coronavirus SARS-CoV-2 no afecta a todos por igual. De forma generalizada, las personas con enfermedades degenerativas sufren más la enfermedad y muestran una peor evolución, mientras que también se ha comprobado que la COVID-19 afecta más a los hombres que a las mujeres, y que en niños y jóvenes la enfermedad se da de manera más leve o asintomática (17).

Entre los factores de riesgo que vulnera al sistema inmunológico esta la obesidad definida como un trastorno complejo que es la acumulación excesiva de grasa corporal en el abdomen o en el tejido adiposo y órganos internos, aumenta la producción de glucosa, elevando el riesgo de sufrir enfermedades, problemas cardíacos y elevar la presión arterial (17). Si ya se tiene diabetes y se aumenta de peso sin control es difícil el control de azúcar en la sangre, esto hace que la persona sea más susceptible a las enfermedades, debe ser controlado por una alimentación saludable y realizando ejercicios (18). Asimismo, la hipertensión es otro factor de riesgo caracterizado por el aumento continuo de los niveles de presión arterial del rango normal que es de 100 - 140 / 60 - 90, debido a una presión elevada el corazón realiza un mayor esfuerzo para bombear la sangre y debido a esto puede desarrollarse distintas enfermedades (18); como el colesterol elevado que se acumula en las paredes de las arterias impidiendo una correcta irrigación de la sangre a nivel del cuerpo dañando los vasos sanguíneos (17).

b. Medidas de protección

Las medidas de protección están dirigidas a mejorar las prácticas generales sobre el autocuidado y cuidado que contribuyen en evitar el contagio del virus que compromete el sistema respiratorio, así como las complicaciones de salud asociadas (19).

Estas medidas básicas e importantes son descritas, como el distanciamiento social que permite mantenerse al menos a 6 pies (2m) de distancia de los demás, en interiores y exteriores para evitar el contacto con partículas de saliva que puedan transmitir el virus(17); el uso de mascarilla que suprime el contagio a través de las gotas respiratorias que se expulsa al hablar, cantar, toser o estornudar; el lavado de manos con agua y jabón, como métodos eficaz y asequible, para lograr la reducción de microorganismos patógenos y disminuir la aparición de enfermedades trasmisibles por vía cutáneo-mucosa; y el uso del alcohol etílico diluido al 70% indicado para la desinfección de superficies contaminadas por SARS-CoV-2.

c. Actividad física

La actividad física consiste en realizar ejercicio de forma estructurada y repetitiva, al momento de realizar ejercicio se produce el consumo de glucosa disminuyendo los niveles de azúcar en la sangre, ayudando a la oxigenación de las células, se recomienda realizar ejercicio diariamente o con intervalos de un día, los beneficios que nos brinda es la disminución de la ansiedad, aumento de la autoestima

(19). El ejercicio cardiovascular es el aumento de la frecuencia cardiaca, se debe realizar por 20 minutos; el ejercicio de fuerza es recomendable para el fortalecimiento de los músculos y huesos mejorando la postura (18). El estiramiento nos brinda una mejor flexibilidad de todo el

cuerpo, ayudando a la movilidad de los músculos (19).

Estilos de vida

El estilo de vida es la formación del comportamiento influenciados por la sociedad y por lo individual, uno se personaliza según la práctica social que recibe de su entorno y los adopta según las necesidades del individuo

(19). Entre estas actividades tenemos la nutricional, sexual, educacional, laboral, recreativa y religiosa, estos se acondicionan y desarrollan su estado de salud que está influido por la nutrición, ambiente higiénico, actividades físicas, sus cambios se producen según las conductas y en las actividades que realiza la persona (20).

El estilo de vida representa una conjunción de niveles sociales que constituyen un sistema cultural de todas las personas de una comunidad, integrado niveles como la conciencia colectiva de las personas, los hábitos y acciones que integran los comportamientos que se expresan en los diferentes estilos de vida de una sociedad, representado por las ideologías, mentalidades y valores que se reflejan en las actitudes como mecanismo que posibilita la coexistencia del individuo y la comunidad (21).

Nola Pender realizó el modelo sobre la promoción de la salud con el fin de que las personas logren conservar la salud considerando los estilos de vida como un rol promotor para la conservación de la salud (20). El modelo de Nola Pender se plantea que a base de las características y experiencias que tiene las personas puedan comprometerse a realizar promoción de la salud para la mejora de los estilos de vida de las personas (22).

Factores condicionantes de los estilos de vida

a. Alimentación y dieta

Es un factor determinante a nivel individual y a la población, la modernidad ha afectado a la alimentación ya que la mayoría debido a

varios factores prefieren comprar alimentos ya cocinados llevándolos a un consumo excesivo de grasas y azúcar, incrementando los niveles de lípidos en el cuerpo, afectando al aporte de energía de calidad a las personas (22).

Los hábitos alimenticios inadecuados afectan a la salud de la persona, desarrollando enfermedades de elevada prevalencia como la obesidad, sobrepeso, caries dental, entre otros (23). Las modificaciones en la dieta están relacionadas con el cambio en el entorno de la persona como la disminución progresiva de las actividades físicas (24).

b. Actividad física

La actividad física ayuda a mantener la salud de la persona y de la población mediante el deporte ya sea por uno mismo o por un grupo de personas, donde podemos desarrollar juegos que nos ayuden a mejorar la agilidad, destreza y fuerza, evitando el sedentarismo que está afectando a la población más joven debido a la educación a distancia (25).

c. Consumo de alcohol

Es el tercer factor de causa de muertes en todo el mundo, el abuso del consumo de bebidas alcohólicas representa un problema de salud de gran magnitud que afecta al orden físico, psicológico, sociedad ya sea en el trabajo y las familias, también tiene importancia la producción de las bebidas alcohólicas que se refleja en el mayor consumo en el continente de Europa, produciendo diferentes tipos de enfermedades llevando a la persona a sufrir problemas sociales y familiares debido a su consumo (23).

d. Comportamientos y estilo de vida

El estilo de vida se asocia a las ideas de comportamiento individual y patrones de conducta, aspectos permeables que dependen de los sistemas socioeducativos (24). Estilo de vida hace referencia a la manera

de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo, estimulantes y actividad física entre otras. Al conjunto de estas prácticas se les denomina hábitos o comportamientos sostenidos; de los cuales se distinguen dos categorías: los que mantienen la salud y promueven la longevidad y aquellos que la limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida. Estos comportamientos se conocen como factores proyectivos y conductas de riesgo (25)

Dimensiones del estilo de vida

El estilo de vida está relacionado a una adecuada nutrición, que se define a la alimentación de forma equilibrada necesaria para conservar la salud, utilizándolo como fuente de energía para la construcción y reparación de estructuras orgánicas de la persona; llevar buenos hábitos alimentarios ayuda a mantener la salud, pero si se exagera en la alimentación puede llevar a la producción de numerosas enfermedades que pueden ser mortales (21). Asimismo, los ejercicios, es una forma de llevar un estilo de vida saludable, porque implican el gasto de energía donde son necesarias para la conservación de la salud, al no realizar algún ejercicio nos lleva al sedentarismo produciendo enfermedades como el sobrepeso, la obesidad y enfermedades cardíacas (23).

La responsabilidad en salud, consiste en escoger alternativas que nos lleven a una vida saludable evitando riesgos para la salud, cada persona tiene la habilidad puede decidir de cómo llevar su vida, estas acciones pueden incluir las visitas al médico para la prevención de enfermedades

(24). A esto se suma el manejo del estrés que es entendida como respuesta que realiza el cuerpo ante situaciones desagradables o de preocupación que se presenta en el ser humano. La producción de

mecanismos nos ayuda para una mejor manipulación de los problemas que puedan aparecer, así lograremos evitar circunstancias estresantes (24).

Soporte interpersonal, también es importante para mantener un óptimo estilo de vida; considera la participación de los familiares como fuente que influye en la salud física y mental de la persona. La familia provee de un apoyo emocional logrando reducir los niveles de ansiedad de los estudiantes producidos por las actividades escolares en internet (25). Asimismo, la autorrealización, permite el crecimiento del individuo en la satisfacción de las necesidades más altas como el logro de objetivos que tiene cada una de las personas (26).

2.3. Definición de términos básicos

Prevención del COVID-19

Es una serie de procesos, acciones y cambios en la conducta de la persona que permite reducir el riesgo del contagio, la prevención es esencial si se tiene mayor riesgo de padecerla, por ejemplo, si se tiene sobrepeso, diabetes, antecedentes de enfermedades que pueda tener la familia (17).

Estilos de vida

Son formas de vida que se basa en acciones de comportamiento del ser humano, está determinada a las características que presenta cada persona, las interacciones sociales, las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales, estas acciones conllevan a la satisfacción humana para alcanzar un bienestar biopsicosocial (19).

2.4. Formulación de hipótesis

2.4.1. Hipótesis general

A mayor prevención del COVID-19, habrá estilos de vida saludables en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023.

2.4.2. Hipótesis específicas

- A mayor prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores del riesgo, habrá estilos de vida saludables en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.
- A mayor prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas, habrá estilos de vida saludables en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.
- A mayor prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas, habrá estilos de vida saludables en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.

2.5. Identificación de variables

Variable 1: Prevención del COVID – 19

Variable 2: Estilos de vida

2.6. Definición operacional de variables e indicadores

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	CATEGORÍAS
Prevención del COVID – 19	Es una serie de procesos, acciones y cambios en la conducta de la persona que permite reducir el riesgo del contagio, la prevención es esencial si se tiene mayor riesgo de padecerla, por ejemplo, si se tiene sobrepeso, diabetes, antecedentes de enfermedades que pueda tener la familia.	La prevención del COVID – 19 se medirá según las dimensiones de control de factores de riesgo, medida de protección y la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> • Control de factores de riesgo • Medida de protección • Actividad física 	<ul style="list-style-type: none"> • Prevención baja • Prevención media • Prevención alta
Estilos de vida	Son forma de vida que se basa en acciones de comportamiento del ser humano, está determinada a las características que presenta cada persona, las interacciones sociales, las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales, estas acciones conllevan a la satisfacción humana para alcanzar un bienestar biopsicosocial	Los estilos de vida se medirán según las dimensiones de nutrición, ejercicio, responsabilidad en salud, manejo del estrés, soporte interpersonal y autorrealización	<ul style="list-style-type: none"> • Nutrición • Ejercicio • Responsabilidad en salud • Manejo del estrés • Soporte interpersonal • Autorrealización 	<ul style="list-style-type: none"> • Poco saludable • Saludable • Muy saludable

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

Estudio de tipo básico, cuantitativo, no experimental, nivel correlacional y de corte transversal.

Para Hernández la investigación cuantitativa ofrece la posibilidad de generalizar los resultados más ampliamente, otorga control de los fenómenos, así como un punto de vista basado en conteos y magnitudes. (26)

3.2. Métodos de investigación

Los métodos empleados en el presente estudio son:

Método científico: El estudio se desarrolló siguiendo una serie de pasos ordenados sistemáticamente con el fin de determinar la relación que existe entre prevención del COVID-19 y los estilos de vida en los estudiantes (27).

Método inductivo – deductivo: Se obtiene información de las variables (prevención del COVID-19 y estilos de vida) en la población de estudio (método inductivo) y posteriormente se analiza esta información para

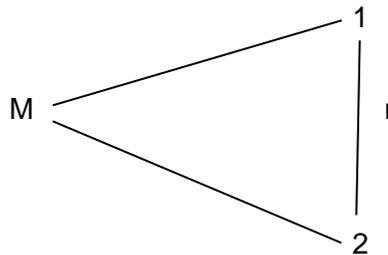
obtener conclusiones que responda a los objetivos de la investigación.

Método estadístico: Es una secuencia de procedimientos para el manejo de los datos cualitativos y cuantitativos de la investigación mediante las técnicas de recolección, recuento, presentación, síntesis y análisis (28) - (29).

3.3. Diseño de investigación

El estudio es de diseño no experimental por cuanto no hay manipulación de variables. Se observan los fenómenos y se miden tal como se dan en su contexto natural, de corte transversal, porque se recolectaron los datos en un solo momento con el propósito de describir el comportamiento de las variables en la población de estudio, y correlacional porque mide el grado de relación que existe entre las variables de estudio. (26)

Esquema:



Donde:

M: Muestra de estudiantes del IV semestre de la carrera de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión filial Tarma.

O1: Medición de la variable Prevención del COVID-19

R: Correlación entre ambas variables

O2: Medición de la variable estilo de vida

3.4. Población y muestra

3.4.1. Población

Está conformado por 31 estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Filial Tarma.

3.4.2. Muestra

No se calcula por tener acceso a toda la población de estudio (muestra censal). El muestreo fue no probabilístico por conveniencia.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Filial Tarma, de sexo masculino y femenino.
- Estudiantes del VI semestre de obstetricia de la filial Tarma que hayan aceptado participar del estudio.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Filial Tarma que hayan faltado en el momento de la aplicación de los cuestionarios.

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.5.1. Técnicas

La técnica empleada será la encuesta como procedimiento para la obtención de información de las variables y sus relaciones (30).

3.5.2. Instrumentos

CVID-19 (AVALOS SILVESTRE, Juan Carlos; HUAMAN HUARANCCA, Ludy Melcier).

Está compuesto por 17 reactivos, con un patrón de respuesta con dos criterios (SI y NO). Categorizado por:

- Prevención alta
- Prevención media
- Prevención baja

Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

Está compuesto por 48 reactivos tipo Likert, con cuatro categorías de

respuesta (nunca = 1; a veces= 2; frecuentemente = 3; rutinariamente = 4). El valor mínimo es 48 y el máximo de 192, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida. Los 48 reactivos se subdividen en seis dimensiones. (31)

El puntaje final de la escala determina las siguientes categorías:

- Poco saludable: <97
- Saludable: 97-144
- Muy saludable: >144

Mogollón y colaboradores, validaron este cuestionario en estudiantes de pregrado, en Perú; con la participación de 03 expertos en temas de promoción de la salud; así mismo, encontraron un nivel de confiabilidad, alfa de Cronbach de 0.890. (32)

3.6. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación

3.6.1. Validación y confiabilidad del cuestionario estilo de vida (PEPS- I)

Mogollón y colaboradores, validaron este cuestionario en estudiantes de pregrado, en Perú; con la participación de 03 expertos en temas de promoción de la salud; así mismo, encontraron un nivel de confiabilidad, alfa de Cronbach de 0.890.

Está compuesto por 48 reactivos tipo Likert, con un patrón de respuesta con cuatro criterios (nunca = 1; a veces= 2; frecuentemente = 3; rutinariamente = 4); el valor mínimo es 48 y el máximo de 192, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida.

Los 48 reactivos se subdividen en seis dimensiones:

Dimensiones	N° variables
Nutrición	6
Ejercicio	5
Responsabilidad en Salud	10
Manejo del Estrés	7
Soporte Interpersonal	7
Autorrealización	13

3.6.2. Validación y confiabilidad del cuestionario prevención del COVID –

19

El Cuestionario de Prevención del COVID-19 se compone de 17 ítems distribuidos en tres dimensiones. Del ítem 1 al 5 corresponden a la dimensión control de factores de riesgo; del ítem 6 al 11, a las medidas de protección y del ítem 12 al 17, a la dimensión actividad física.

Todos los ítems son de tipo dicotómicas con dos categorías de respuesta (si=1 y no=0).

La validación se dio por juicio de expertos a cargo de la Dra. María de Jesús Cárdenas Sánchez, quien realizó la observación del instrumento mediante la evaluación del instrumento en donde lo aprobó y lo validó para su aplicación.

La confiabilidad se hizo a través del Alfa de Cronbach con una confiabilidad de 0,781 donde el valor más cercano a uno indica una confiabilidad alta.

3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

El procedimiento desde el procesamiento de datos y su posterior análisis fue el siguiente:

- Se gestiona el permiso respectivo al director de la Escuela Profesional de Obstetricia filial Tarma para la ejecución del estudio.
- Se elabora el consentimiento informado que contiene los propósitos del estudio (en formato virtual).
- Se realiza una reunión virtual con los estudiantes y el tutor donde se presenta el consentimiento informado y se brinda información sobre los propósitos del estudio.
- Así, la población de estudio, pudo brindar su conformidad o no de participar del estudio. Dado el consentimiento, se aplicó los cuestionarios en formato virtual.

- Recolectada la información se procesó y codificó los datos en una matriz de datos para su posterior análisis estadístico (descriptivo e inferencial) en el programa SPSS.

3.8. Tratamiento estadístico

- El tratamiento estadístico de los datos se realizó con el programa SPSS versión número 23 y excel.
- Se tabulan los datos en una matriz de datos. Se procede a su codificación para facilitar el procesamiento de los datos en el programa estadístico.
- Se realiza análisis descriptivo para describir las variables de estudio y se plasma la información en gráficos.
- El análisis inferencial se realiza por medio del coeficiente de correlación de Spearman para determinar la relación entre las variables de estudio.

3.9. Orientación ética filosófica y epistémica

Se respetaron los aspectos éticos de autonomía, no maleficencia, beneficencia y justicia.

La autonomía, porque los estudiantes decidieron si participar o no del estudio de forma voluntaria mediante la firma del consentimiento informado, decisión que fue respetada por los investigadores.

La no maleficencia, debido a que el uso de la información brindada por los participantes fue sólo para fines académicos. Además, se respetó la confidencialidad de los datos evitando el perjuicio personal. El cuestionario no incluyó preguntas sobre datos sensibles evitando que puedan generar intrusión en la privacidad de los participantes.

Beneficencia, porque se aseguró en todo momento el bienestar de los estudiantes informándoles sobre los propósitos del estudio, el cual es de utilidad para la población estudiada.

Justicia, debido a que el cuestionario fue impartido a los participantes en un entorno igualitario sin distinción de sexo, raza, credo u otros.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

El trabajo fue desarrollado durante los meses de abril a septiembre 2022, periodo de tiempo en que los autores de la presente investigación son parte del semestre académico del 2022 en el VIII semestre de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión de forma virtual debido a la pandemia de COVID – 19, por lo cual se aprovechó a evaluar la prevención del COVID – 19 y el estilo de vida de los estudiantes de obstetricia. Por lo tanto, estos datos fueron recolectados en el periodo de septiembre a diciembre del 2022.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

Resultados

A continuación, se presentan resultados usando estadística correlacional a través de cuadros, gráficos para mejor visualización de los datos hallados y mejor interpretación, análisis y comprensión. Para luego realizar el contraste de hipótesis general y las hipótesis específicas.

Tabla 1. Correlación de las variables prevención del COVID 19 con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma

PREVENCIÓN DEL COVID – 19	ESTILO DE VIDA				Total	
	Saludable		Muy Saludable		N°	%
	N°	%	N°	%		
Prevención Baja	9	29,0	3	9,7	12	38,7
Prevención Media	9	29,0	10	32,3	19	61,3
Total	18	58,1	13	41,9	31	100,0

FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

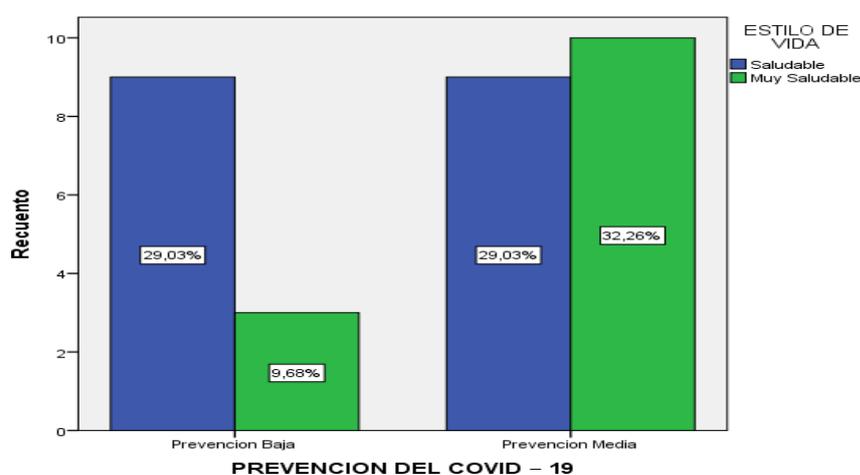
INTERPRETACIÓN:

En esta se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la prevención del COVID – 19 en prevención media es de 61,3% (19) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 32,3% (10) y saludable de 29% (9).

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en prevención baja es de 28,7% (12) y a su vez ellos presentan un estilo de vida muy saludable de 9,7% (3) y saludable de 29% (9).

La Prevención del COVID – 19 incluye dimensiones de control de factores de riesgo, medidas de prevención y actividad física a modo que se llevó el estudio de forma positiva, así mismo esto se comprobará si influye o no en los Estilos de Vida de los estudiantes.

Gráfico 1. Prevención del COVID - 19



FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En este gráfico se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la población estudiada con prevención del COVID – 19 una prevención media con estilo de vida muy saludable de 23,26% y saludable de 29,03%.

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 una prevención baja con estilo de vida muy saludable de 9,68% y saludable de 29,03%.

Tabla 2. Correlación de la variable prevención del Covid 19 en su dimensión control de factores de riesgo con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma

Control de factores de riesgo	ESTILO DE VIDA				Total	
	Saludable		Muy Saludable		N°	%
	N°	%	N°	%		
Prevención Baja	12	38,7	6	19,4	18	58,1
Prevención Media	6	19,4	7	22,6	13	41,9
Total	18	58,1	13	41,9	31	100,0

FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

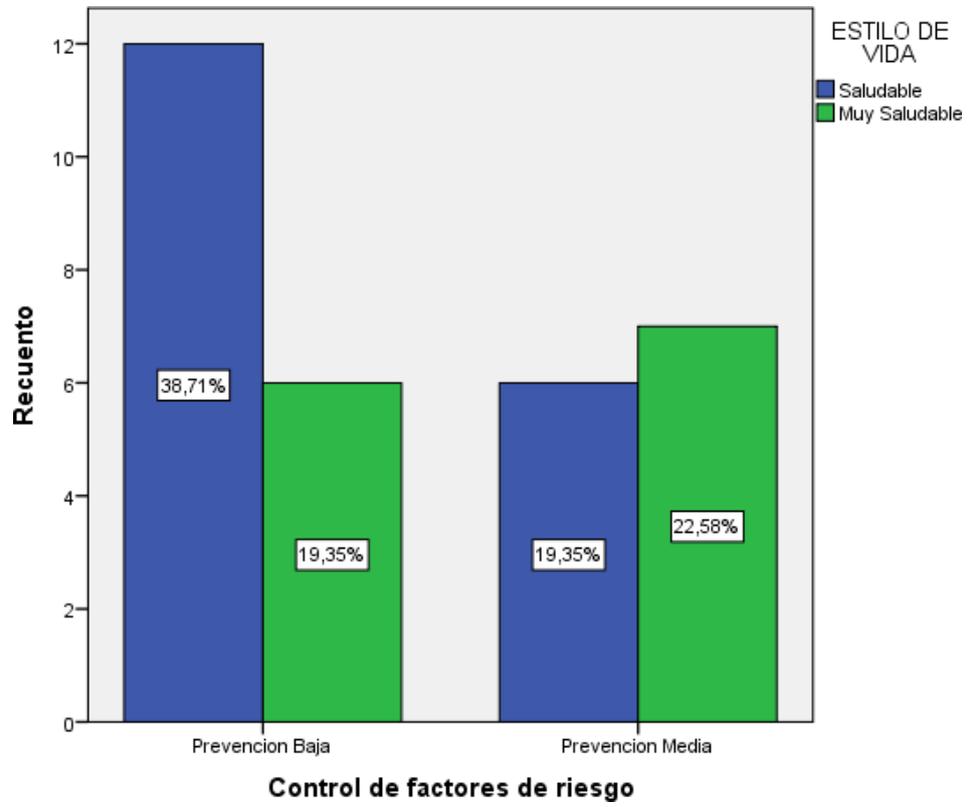
INTERPRETACIÓN:

En esta se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores de riesgo en prevención baja es de 58,1%(18) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 19,4%(6) y saludable de 38,7%(12).

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores de riesgo en prevención media es de 41,9%(13) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable

de 22,6%(7) y saludable de 19,4%(6).

Gráfico 2. Control de factores de riesgo



FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En este gráfico se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la población estudiada con prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores de riesgo una prevención baja con estilo de vida muy saludable de 19,35% y saludable de 38,71%.

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores de riesgo una prevención media con estilo de vida muy saludable de 22,58% y saludable de 19,35%.

Tabla 3. Correlación de la variable prevención del COVID 19 en su dimensión medidas de prevención con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma

Medidas de prevención	ESTILO DE VIDA				Total	
	Saludable		Muy Saludable		N°	%
	N°	%	N°	%		
Prevención Baja	1	3,2	0	0,0	1	3,2
Prevención Media	17	54,8	13	41,9	30	96,8
Total	18	58,1	13	41,9	31	100,0

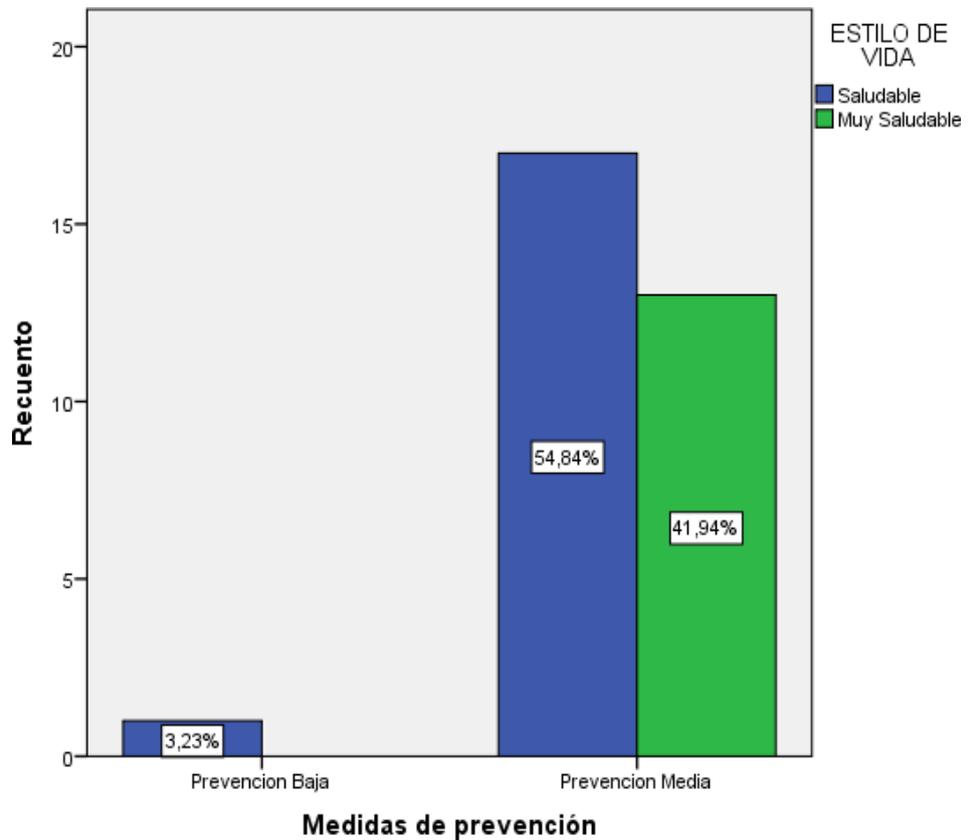
FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En esta se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la prevención del COVID – 19 en su dimensión medidas de prevención en prevención media es de 96,8%(30) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 41,9%(13) y saludable de 54,8%(17).

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en su dimensión medidas de prevención en prevención baja es de 3,2% (1) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 0% (0) y saludable de 3,2% (1).

Gráfico 3. Medidas de prevención



FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En este gráfico se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la población estudiada con Prevención del COVID – 19 en su dimensión medidas de prevención una prevención media con estilo de vida muy saludable de 41,94% y saludable de 54,84%.

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en su dimensión medidas de prevención una prevención baja con estilo de Vida muy saludable de 0% y saludable de 3,23%.

Tabla 4. Correlación de la variable prevención del COVID 19 en su dimensión actividad física con el estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma

Actividad física	ESTILO DE VIDA				Total	
	Saludable		Muy Saludable		N°	%
	N°	%	N°	%		
Prevención Baja	11	35,5	2	6,5	13	41,9
Prevención Media	7	22,6	11	35,5	18	58,1
Total	18	58,1	13	41,9	31	100,0

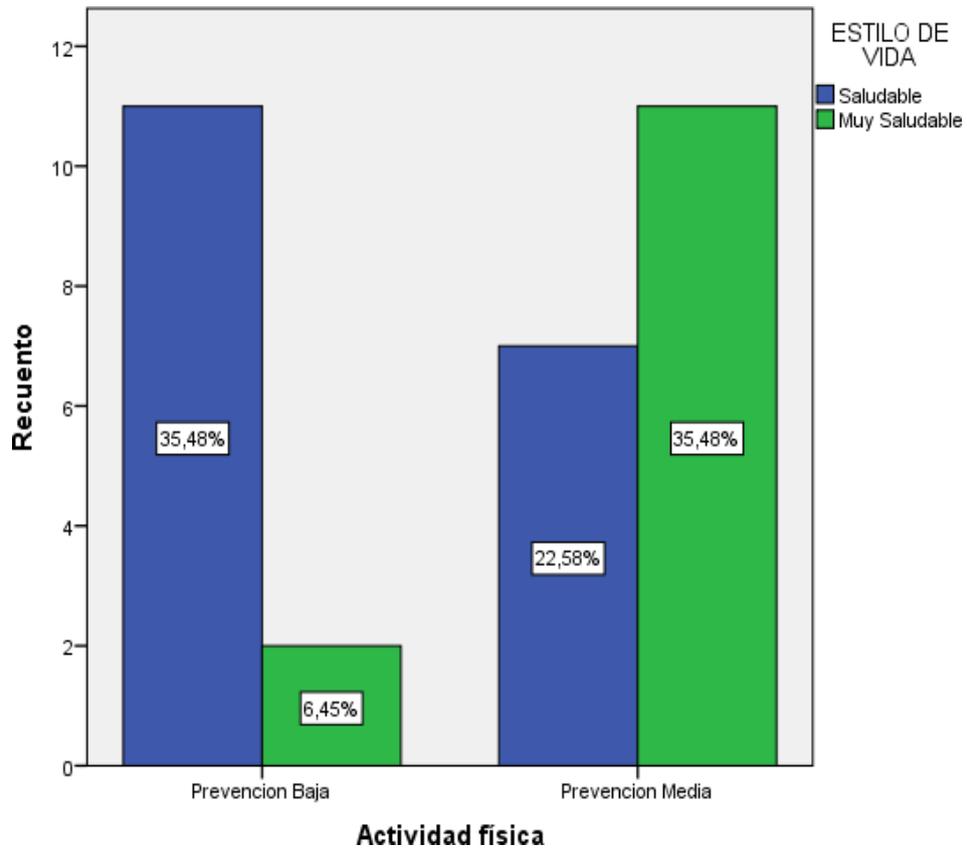
FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En esta se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la prevención del COVID – 19 en su dimensión actividad física en prevención media es de 58,1% (18) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 35,5% (11) y saludable de 22,6% (7).

Entre la población que presenta prevención del COVID – 19 en su dimensión medidas de prevención en prevención baja es de 41,9% (13) de la población investigada y a su vez presenta un estilo de vida muy saludable de 6,5% (2) y saludable de 35,5% (11).

Gráfico 4. Actividad física



FUENTE: Cuestionario Prevención del COVID – 19 y Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I)

INTERPRETACIÓN:

En este gráfico se observa la relación de las variables principales del estudio, donde se observa que la población estudiada con Prevención del COVID – 19 en su dimensión actividad física una prevención media con Estilo de Vida muy saludable 35,48% y saludable de 22,58%.

Entre la población que presenta Prevención del COVID – 19 en su dimensión actividad física una prevención baja con Estilo de Vida muy saludable de 6,45% y saludable de 35,48%.

4.3. Prueba de hipótesis

Para los resultados se ha utilizado el software estadístico denominado SPSS 23, mediante la técnica estadística de Rho de Spearman.

Este análisis permite probar la relación entre la prevención del COVID – 19 y el estilo de vida de los estudiantes de VIII semestre obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Tabla 5. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida

			ESTILO DE VIDA	PREVENCIÓN DEL COVID – 19
Rho de Spearman	ESTILO DE VIDA	Coeficiente de correlación	1,000	,273
		Sig. (bilateral)	.	,138
		N	31	31
	PREVENCIÓN N DEL COVID – 19	Coeficiente de correlación	,273	1,000
		Sig. (bilateral)	,138	.
		N	31	31

INTERPRETACIÓN:

En la tabla se presentan los resultados de la relación de las variables Prevención del COVID-19 y Estilos de vida; donde se tiene que la Rho de Spearman =0,279 y p valor 0,138; los resultados permiten rechazar la hipótesis alterna y acepta la hipótesis la nula.

Valor $p < 0.05 = 0,139$

Ha = Se rechaza

Ho= Se acepta

Por lo tanto, en base a la técnica estadística Rho de Spearman, se concluye que no existe relación entre la prevención del COVID.19 con los estilos de Vida en los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Tabla 6. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión control de factores de riesgo

			ESTILO DE VIDA	CONTROL DE FACTORES DE RIESGO
Rho de Spearman	ESTILO DE VIDA	Coeficiente de correlación	1,000	,205
		Sig. (bilateral)	.	,268
		N	31	31
	CONTROL DE FACTORES DE RIESGO	Coeficiente de correlación	,205	1,000
		Sig. (bilateral)	,268	.
		N	31	31

INTERPRETACIÓN:

En la tabla se presenta los resultados de la relación de la dimensión Control de factores de riesgo y la variable estilos de vida; donde se tiene que la Rho de Spearman =0,205 y p valor 0,268; los resultados permiten rechazar la hipótesis alterna y acepta la hipótesis la nula.

Valor $p < 0.05 = 0,268$

Ha = Se rechaza

Ho= Se acepta

Por lo tanto, en base a la técnica estadística Rho de Spearman, se concluye que no existe relación entre la dimensión control de factores de riesgo con los estilos de Vida en los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Tabla 7. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión medidas de prevención

			ESTILO DE VIDA	MEDIDAS DE PREVENCIÓN
Rho de Spearman	ESTILO DE VIDA	Coeficiente de correlación	1,000	,155
		Sig. (bilateral)	.	,405
		N	31	31
	MEDIDAS DE PREVENCIÓN	Coeficiente de correlación	,155	1,000
		Sig. (bilateral)	,405	.
		N	31	31

INTERPRETACIÓN:

En la tabla se presenta los resultados de la relación de la dimensión medidas de prevención y la variable Estilos de vida; donde se tiene que la Rho de Spearman =0,155 y p valor 0,405; los resultados permiten rechazar la hipótesis alterna y acepta la hipótesis la nula.

Valor $p < 0.05 = 0,405$

Ha = Se rechaza

Ho= Se acepta

Por lo tanto, en base a la técnica estadística Rho de Spearman, se concluye que no existe relación entre la dimensión medidas de prevención con los estilos de Vida en los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

Tabla 8. Estadística de Spearman prevención del COVID 19 con el estilo de vida en su dimensión actividad física

			ESTILO DE VIDA	ACTIVIDAD FÍSICA
Rho de Spearman	ESTILO DE VIDA	COEFICIENTE DE CORRELACIÓN	1,000	,457**
		Sig. (bilateral)	.	,010
		N	31	31
	ACTIVIDAD FÍSICA	Coeficiente de correlación	,457**	1,000
		Sig. (bilateral)	,010	.
		N	31	31

INTERPRETACIÓN:

En la tabla se presenta los resultados de la relación de la dimensión Actividad física y la variable Estilos de vida; donde se tiene que la Rho de Spearman =0,457 y p valor 0,010; los resultados permiten acepta la hipótesis alterna y rechazar la hipótesis nula, por lo que se concluye que existe relación positiva moderada.

Valor $p < 0.05 = 0,010$

Ha = Se acepta

Ho= Se rechaza

Por lo tanto, en base a la técnica estadística Rho de Spearman, se concluye que existe una relación positiva moderada entre la dimensión actividad física con los estilos de Vida en los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

4.4. Discusión de resultados

Según el objetivo general, determinar la relación entre la Prevención del COVID – 19 y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, Junio 2022 – Enero 202, los resultados de la tabla 5 se evidencia un nivel de correlación de ,275 entre la Prevención del COVID – 19 y Estilo de Vida, reflejando que la prevención del Covid – 19 no tiene relación con el estilo de vida, datos que al ser comparados con la investigación de Avalos y Huamán (13), en su tesis titulada: “Prevención del Covid – 19 y Estilos de Vida en los adultos de 20 a 59 años de edad del distrito de Gregorio Prado – AAHH Fundo Amarillo, Chincha, 2020”, quien concluyo que no existe relación significativa entre la prevención del covid-19 y los estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años del distrito de Grocio Prado, Chincha, 2020, con resultados que nos dicen que hay relación pero no significativamente entre Prevención del COVID – 19 y Estilo de Vida.

Haro (20), nos habla que el estilo de vida es la formación de los comportamientos influenciados por la sociedad y por lo individual, uno se personaliza según la práctica social que recibe de su entorno donde se incluye la prevención del Covid – 19 por causa de la pandemia.

Según el objetivo específico, establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma. Los resultados de la tabla 6 se evidencia un nivel de correlación de ,205 entre la Prevención del COVID – 19 en su dimensión control de factores de riesgo y Estilo de Vida, reflejando que la prevención del Covid – 19 no tiene relación con el estilo de vida, datos que al ser comparados con la investigación de Avalos y Huamán (13), en su

tesis titulada: “Prevención del Covid – 19 y Estilos de Vida en los adultos de 20 a 59 años de edad del distrito de Gregorio Prado – AAHH Fundo Amarillo, Chíncha, 2020”, quien concluyo que no existe relación significativa entre la prevención del covid-19 y los estilos de vida en los adultos de 20 a 59 años del distrito de Grocio Prado, Chíncha, 2020, con resultados que nos dicen que hay relación pero no significativamente entre Prevención del COVID – 19 y Estilo de Vida.

La Organización Mundial de la Salud (3), nos habla que la obesidad y la diabetes son enfermedades que complican los síntomas del Covid – 19 por lo que es mejor evitarlos y si se tiene la enfermedad es mejor prevenir el contagio. Según el objetivo específico, establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma. Los resultados de la tabla 7 se evidencia un nivel de correlación de ,155 entre la Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas y Estilo de Vida, reflejando que la prevención del COVID – 19 no tiene relación con el estilo de vida, datos que, al ser comparados con la investigación de Santos Velázquez, et al (10), en su tesis titulada: “Conocimientos sobre la prevención y control de la COVID-19 en estomatólogos del Municipio las Tunas, Provincia las Tunas, en abril de 2020”, concluyendo que los estomatólogos mostraron dominio en los conocimientos generales sobre la COVID-19.

Las deficiencias evidenciadas se centraron en medidas de bioseguridad, procedimientos y precauciones a lo largo de todo el proceso de atención a pacientes. Avalos y Huamán (13), el distanciamiento social se impuso debido a que ciertas personas no toman conciencia de que están contagiadas y no se quedan en casa, así evitamos el contacto con partículas

de saliva que puedan contagiar la enfermedad.

Según el objetivo específico, establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad Física y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma. Los resultados de la tabla 8 se evidencia un nivel de correlación positiva de ,457 entre la Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad Física y Estilo de Vida, reflejando que la prevención del COVID – 19 tiene relación con el estilo de vida, datos que, al ser comparados con la investigación de Medina Contreras, el al (10), en su tesis titulada: “Estilos de vida de estudiantes de medicina durante la pandemia de 2020, en Venezuela.

El aislamiento: ¿amigo o enemigo?”. Concluyendo que cada 3 de cada 4 estudiantes de medicina en Venezuela poseen un estilo de vida medio. Se determinó que los estilos de vida más altos corresponden a los estudiantes de la Universidad de Los Andes, estudiantes cuyos núcleos o centros de estudios están en la región Andina del país, estudiantes que no cumplían la cuarentena y estudiantes que salían de sus hogares de forma más recurrente; esto último explica que la cuarentena tiene un efecto negativo en el estilo de vida estudiantil. Avalos y Huamán (13), la actividad física es realizar ejercicio de forma estructurada y repetitiva, al momento de realizar ejercicio se produce el consumo de glucosa disminuyendo los niveles de azúcar en la sangre, ayudando a la oxigenación de las células, se recomienda realizar ejercicio diariamente o con intervalos de un día, los beneficios que nos brinda es la disminución de la ansiedad, aumento de la autoestima.

CONCLUSIONES

Se concluye que no hay relación significativa entre la prevención del COVID-19 con los estilos de vida que tienen los estudiantes del VI semestre de Obstetricia de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión (sig 0,138; Rho: 0,273).

Respecto a las dimensiones de la prevención del COVID-19, se encontró que el control de factores de riesgo y las medidas de prevención no tienen relación con los estilos de vida (Sig: 0,268; Rho:0,205 y Sig: 0,450; Rho 0,155 respectivamente). Por el contrario, la actividad física, como medida de prevención del COVID-19. si presentó una correlación positiva moderada con los estilos de vida (Sig 0,010; rho 0,457).

RECOMENDACIONES

Las investigaciones relacionadas a prevención de enfermedades son prioritarias. Por lo mismo, la COVID-19, una enfermedad provocada por un virus que al presentar mutaciones dio pase a sus diferentes variantes la han hecho una enfermedad con facilidad para propagarse por lo que se hace necesario fortalecer las acciones preventivas en la población.

Por lo mismo, se sugiere realizar estudios posteriores que permitan determinar si existe relación entre las variables dado que los resultados obtenidos solo son válidos para la presente investigación por lo que no pueden generalizarse.

Por lo anterior, se sugiere contar con un mayor número de muestra que permita dar consistencia a los resultados.

BIBLIOGRAFÍA

1. Villaquirán Hurtado AF, Ramos, Jácome S. Actividad física y ejercicio en tiempos de COVID-19. CES MEDICINA. 2020; p. 52.
2. Huarcaya Victoria J. CONSIDERACIONES SOBRE LA SALUD MENTAL EN LA PANDEMIA DE COVID-19. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. 2020; 37(2): p. 327-34.
3. Organización Mundial de la Salud. Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. [Online].; 11 de marzo de 2020 [cited 2021 07 03. Available from: <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19-11-march-2020>.
4. MINSA, SENAJU, UNFPA. COVID-19: ¿Cómo podemos contribuir adolescentes y jóvenes a enfrentarlo? [Online]. [cited 2021 07 04. Available from: https://peru.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/GUIA_COVID_Tips_v29-ABR.pdf.
5. Gallo C. France 24. [Online].; 2021 [cited 2021 octubre 05. Available from: <https://www.france24.com/es/am%C3%A9rica-latina/20210329-salud-america-latina-pandemia-crisis-coronavirus>.
6. Dirección General de universidades. Universidad de Murcia. [Online].; 2020 [cited 2021 octubre 10. Available from: <https://www.um.es/documents/1073494/17787018/164941-GU%C3%8DA+DE+PREVENCION+UNIVERSIDADES.pdf/88fa83a5-06d8-4ac7-9186-6e56440a4502>
7. UNICEF. <https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes>. [Online]. [cited 2021 07 04. Available from: <https://www.unicef.org/lac/efectos-de-la-pandemia-por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes>.

por-la-covid-19-en-la-nutricion-y-actividad-fisica-de-adolescentes-y-jovenes

8. LIRA SEGURA. La nueva normalidad, generada a raíz de la pandemia del coronavirus, ha derivado en una serie de cambios en el estilo de vida de las personas. REDACCION GESTION. 2020 Dec.
9. Charry Méndez, Cabrera Díaz. Perfil del estilo de vida en estudiantes de una Universidad. Revista Ciencia y Cuidado Scientific Journal of Nursing. 2021; 18(2): p. 82 - 95.
10. Medina Contreras A, Sulbarán Rodríguez N, Zapata Bravo F, Monsalve Diaz E, Dewdney Labrador A, Chipia. ESTILOS DE VIDA DE ESTUDIANTES DE MEDICINA DURANTE LA PANDEMIA DE 2020, EN VENEZUELA. EL AISLAMIENTO: ¿AMIGO O ENEMIGO? Revista GICOS. 2021; 6(1).
11. Loo Quiñonez I. Repositorio UNESUM. [Online].; 2021 [cited 2021 octubre 06. Available from:
<http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/3093/1/Tommy%20Israel.pdf>
12. SANTOS VELÁZQUE T, PANIZO BRUZÓN, DÍAZ COUSO Y, NORKIS SÁNCHEZ A. INFOMED. [Online].; 2020 [cited 2021 octubre 10. Available from:
<http://revzoilomarinaldo.sld.cu/index.php/zmv/article/view/2292>.
13. ZUÑIGA TORREBLANCA MAZ. ESTILOS DE VIDA ASOCIADOS A ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DEL SEXTO AÑO DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL DE AREQUIPA, DURANTE LA PANDEMIA COVID-19. [Online].; 2021 [cited 2021 07 04. Available from:
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12336/Mdzutoma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
14. Elías Mondragón FG, Sipión Vilchez F. ESTILOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO – LAMBAYEQUE 2020. [Online].; 2021 [cited 2021

07 04. Available from:

https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9260/E!%c3%adas_Mondrag%c3%b3n_Fiorella_Gianina_Sipi%c3%b3n_Vilchez_Fernando.pdf?sequence=1&isAllowed=y

15. AVALOS SILVESTRE J, HUAMAN HUARANCCA L. Repositorio Autonoma de Ica. [Online].; 2020 [cited 2021 octubre 10. Available from: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1134/1/TESIS%20AVALOS%20-%20HUAMAN.pdf>.
16. Ccanchi Arones CJ. Repositorio UNSAAC. [Online].; 2021 [cited 2021 octubre 06. Available from: http://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/5844/253T20210158_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
17. Avalos y Huamán. Prevención del Covid - 19 y Estilos de Vida en los adultos de 20 a 59 años de edad del distrito de Grocio Prado - AAHH Fundo Amarillo Chinchá, 2020. Tesis licenciatura. Ica: Universidad Autónoma de Ica; 2020.
18. Sedano y Rojas. COVID-19 desde la perspectiva de la prevención primaria. Scielo. 2020 septiembre; 20(3).
19. Zúñiga M. Estilos de vida asociados a estado nutricional en estudiantes del sexto año de medicina de una Universidad Nacional de Arequipa, , durante la pandemia Covid - 19. Tesis. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 202
20. Haro Lya. El fomento de estilos de vida saludable entre los estudiantes de la educación superior. Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa. 2016 Julio.

21. León Gy. Estilo de vida y salud: un problema socioeducativo. Educere. 2010 junio; 14(49).
22. Castaño Py. Estilos de vida y salud en estudiantes de una facultad de psicología. Scielo. 2010 junio;(25).
23. Bastias y Stieповich. Una revisión de los estilos de vida de estudiantes universitarios iberoamericanos. Scielo. 2014 agosto; 20(2).
24. Laguado y Gomes. Estilos de vida salubrae en estudiantes de enfermería en la universidad cooperativa de colombia. Redalyc. 2014 junio; 19(1).
25. Bennassar M. Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: La universidad como entorno promotor de salud. Tesis doctoral. España: Universidad de las Islas Balearea; Universidad de las Islas Balearea
26. Hernández Sampieri. Metodología de la Investigación México: Mc Graw Hill; 2014
27. Canales F, Alvarado E, Pineda E. "Metodología De La Investigación" Manual para el desarrollo de personal de salud. 2nd ed. Washington; 2000.
28. Imbaquingo. Método Estadístico. [Online].; 2015 [cited 2021 08 04. Available from: <https://es.slideshare.net/DiegoImbaquingo2/mtodo-estadstico-55385543>.
29. Universidad Nacional Autónoma de México. El método estadístico. [Online].; 2019 [cited 2021 08 04. Available from: <https://www.unamenlinea.unam.mx/recurso/83050-el-metodo-estadistico>.
- 30 CENTRO DE ANÁLISIS DE POLÍTICA Y PROSPECTIVA - CPYP. LA TÉCNICA DE LA ENCUESTA. [Online].; 2010 [cited 2021 07 09. Available from: <https://metodologiasdelainvestigacion.wordpress.com/2010/11/19/la-tecnica-de-la-encuesta/>.

31. ZUÑIGA TORREBLANCA MA. ESTILOS DE VIDA ASOCIADOS A ESTADO NUTRICIONAL EN ESTUDIANTES DEL SEXTO AÑO DE MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD ACIONAL DE AREQUIPA, DURANTE LA PANDEMIA COVID-19. [Online].; 2021 [cited 2021 07 09. Available from:
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12336/MZutoma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
32. Mogollón García F, Becerra Rojas L, Ancajima Mauriola J. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES EN ESTUDIANTES DE PREGRADO. Revista pedagógica de la Universidad de Cienfuegos. 2020 julio; 16(75).

Anexo 01: Matriz De Consistencia

Prevención del COVID - 19 y estilo de vida de los estudiantes del VI semestre de la Escuela Profesional de Obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre la Prevención del COVID - 19 y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué relación existe entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma? ¿Qué relación existe entre Prevención del 	<p>Objetivo general Determinar la relación entre la Prevención del COVID – 19 y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> Establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma. 	<p>Hipótesis general A mayor Prevención del COVID 19, habrá un Estilo de Vida Saludable en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, junio 2022 – enero 2023.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <ol style="list-style-type: none"> A mayor Previsión del Covid – 19 en su dimensión Control de factores del riesgo, habrá un Estilo de Vida Saludable en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma. A mayor Previsión del Covid – 19 en su 	<p>Variable 1: Prevención del COVID - 19</p> <p>Variable 2: Estilos de vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Control de factores del riesgo ● Medidas pre prevención ● Actividad física ● Nutrición ● Ejercicio ● Responsabilidad en salud ● Manejo de estrés ● Soporte interpersonal ● Autorrealización 	<p>Tipo de investigación: Cuantitativo</p> <p>Diseño de investigación: No experimental, de corte transversal, correlacional.</p> <p>Población 31 estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión</p> <p>Muestra 31 estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión</p> <p>Instrumentos y técnicas de recolección de datos:</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cuestionario Prevención del COVID – 19 (Avalos y Huaman)

<p>COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma?</p> <p>3. ¿Qué relación existe entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad física y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma?</p>	<p>2. Establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.</p> <p>3. Establecer la relación entre Prevención del COVID – 19 en su dimensión Actividad física y Estilo de Vida de los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.</p>	<p>dimensión Medidas Preventivas, habrá un Estilo de Vida Saludable en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.</p> <p>3. A mayor Prevención del COVID – 19 en su dimensión Medidas Preventivas, habrá un Estilo de Vida Saludable en los estudiantes del VI semestre de la escuela profesional de obstetricia en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma.</p>			<ul style="list-style-type: none"> ● Cuestionario De Perfil Del Estilo De Vida (PEPS-I) <p>Técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Encuesta virtual
---	--	--	--	--	---

Anexo 02: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	INDICADORES	ITEMS	PARÁMETRO S DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO DE MEDICIÓN	
Prevención del COVID - 19	1. Control de factores de riesgo	Es una serie de procesos, acciones y cambios en la conducta de la persona que permite reducir el riesgo del contagio, la prevención es esencial si se tiene mayor riesgo de padecerla, por ejemplo, si se tiene sobrepeso, diabetes, antecedentes de enfermedades que pueda tener la familia.	La prevención del COVID – 19 se medirá según las dimensiones de control de factores de riesgo, medida de protección y la actividad física	1. Obesidad	1. Controla de peso 2. Controla su índice de masa corporal 3. Controla de manera frecuente el consumo de sal 4. Controla su presión arterial periódicamente 5. Controla su colesterol periódicamente	<ul style="list-style-type: none"> • Prevención baja <22 • Prevención media 22 - 28 • Prevención alta >28 	Cuestionario Prevención del COVID – 19 (Avalos y Huaman)	
	2. Medidas de prevención			2. Hipertensión 3. Colesterol				1. Cumple con el distanciamiento obligatorio 2. Utiliza correctamente la mascarilla 3. Conoce como se realiza un correcto lavado de manos 4. Se ha realizado una prueba de descarte de COVID19 5. Utiliza alcohol en gel cuando sale en la calle 6. Utiliza mandil impermeable cuando sale a la calle
	3. Actividad física			1. Distanciamient o social 2. Uso de mascarilla 3. Lavado de manos 4. Pruebas rápidas 5. Uso de alcohol en gel 6. Uso de mandil				1. Durante la pandemia suele salir a correr 2. En su tiempo libre, practica algún deportes o ejercicios 3. Utiliza una bicicleta al menos 10 minutos consecutivos en sus desplazamientos 4. Practica algún ejercicio de fuerza en su casa (Sentadillas, saltos, etc.) 5. Realiza estiramientos antes de realizar algún ejercicio en casa. 6. El estiramiento antes de realizar el ejercicio mejora su rendimiento físico
Estilos de vida	1. Nutrición	Son forma de vida que se basa en acciones de comportamiento del ser humano, está	Los estilos de vida se medirán según las dimensiones de nutrición, ejercicio, responsabilidad	1. Nutrición	1. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas 2. Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial) 3. Comes tres comidas al día	<ul style="list-style-type: none"> • Poco saludable <97 • Saludable 97 - 144 	Cuestionario de perfil de estilo de vida (PEPS-I)	

		determinada a las características que presenta cada persona, las interacciones sociales, las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales, estas acciones conllevan a la satisfacción humana para alcanzar un bienestar biopsicosocial	en salud, manejo del estrés, soporte interpersonal y autorrealización		<ol style="list-style-type: none"> 4. Lees las etiquetas de los alimentos empaquetados para identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores) 5. Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (granos enteros, frutas y verduras crudas) 6. Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas) 	<ul style="list-style-type: none"> • Muy saludable >144 	
2. Ejercicio			2. Ejercicio	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces por semana 2. Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana 3. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión 4. Controlas tu pulso durante el ejercicio físico 5. Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo 			
3. Responsabilidad en salud			3. Responsabilidad en salud	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relatas al Médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud 2. Conoces el nivel de colesterol y/o triglicéridos en tu sangre (miligramos en sangre) 3. Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud 4. Le preguntas a otro Médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo recomienda para cuidar tu salud 5. Debates con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud 6. Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado 7. Asistes a Programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives 8. Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos 9. Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro 10. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal 			
4. Manejo del estrés			4. Manejo del estrés	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tomas tiempo cada día para el relajamiento 2. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida 3. Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación 			

					<ol style="list-style-type: none"> 4. Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir 5. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir 6. Pides información a los profesionales para cuidar tu salud 7. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios) 		
	5. Soporte interpersonal			5. Soporte interpersonal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales 2. Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos 3. Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti 4. Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción 5. Pasas tiempo con amigos cercanos 6. Expresas fácilmente interés, amor, y calor humano hacia otros 7. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (familiares, compañeros y amigos) 		
	6. Autorrealización			6. Autorrealización	<ol style="list-style-type: none"> 1. Te quieres a ti misma (o) 2. Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida 3. Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas 4. Te sientes feliz y contento (a) 5. Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales 6. Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida 7. Miras hacia el futuro 8. Eres consciente de lo que te importa en la vida 9. Respetas tus propios éxitos 10. Ves cada día como interesante y desafiante 11. Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida 12. Eres realista en las metas que te propones 13. Crees que tu vida tiene un propósito 		

Anexo 3: Cuestionario de perfil del estilo de vida (peps-i)

Instrucciones: En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a tus hábitos personales actuales. No hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir.

Por favor de no dejar preguntas sin responder. Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor tu forma de vivir

1 = Nunca, 2 = A veces, 3 = Frecuentemente, 4 = Rutinariamente

Ítem	1	2	3	4
Nutrition				
1. Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas				
2. Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial)				
3. Comes tres comidas al día				
4. Lees las etiquetas de los alimentos empaquetados para identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)				
5. Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (granos enteros, frutas y verduras crudas)				
6. Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas)				
Ejercicio				
7. Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces por semana				
8. Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana				
9. Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión				
10. Controlas tu pulso durante el ejercicio físico				
11. Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, ciclismo				
Responsabilidad en salud				
12. Relatas al Médico cualquier síntoma extraño relacionado con su salud				
13. Conoces el nivel de colesterol y/o triglicéridos en tu sangre (miligramos en sangre)				
14. Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud				

15. Le preguntas a otro Médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo recomienda para cuidar tu salud				
16. Debates con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud				
17. Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado				
18. Asistes a Programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente en que vives				
19. Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos				
20. Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro				
21. Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal				
Manejo del estrés				
22. Tomas tiempo cada día para el relajamiento				
23. Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida				
24. Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación				
25. Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir				
26. Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir				
27. Pides información a los profesionales para cuidar tu salud				
28. Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios)				
Soporte interpersonal				
29. Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales				
30. Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos				
31. Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti				
32. Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción				
33. Pasas tiempo con amigos cercanos				
34. Expresas fácilmente interés, amor, y calor humano hacia otros				
35. Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (familiares, compañeros y amigos)				
Autorrealización				
36. Te quieres a ti misma (o)				
37. Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida				
38. Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas				
39. Te sientes feliz y contento (a)				

40. Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales				
41. Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida				
42. Miras hacia el futuro				
43. Eres consciente de lo que te importa en la vida				
44. Respetas tus propios éxitos				
45. Ves cada día como interesante y desafiante				
46. Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida				
47. Eres realista en las metas que te propones				
48. Crees que tu vida tiene un propósito				

!!!!Gracias por su participación!!!!

Anexo 4:

Nivel de confiabilidad del cuestionario de perfil del estilo de vida (peps-i)

Mogollón y colaboradores, validaron este cuestionario en estudiantes de pregrado, en Perú; con la participación de 03 expertos en temas de promoción de la salud; así mismo, encontraron un nivel de confiabilidad, alfa de Cronbach de 0.890.

Está compuesto por 48 reactivos tipo Likert, con un patrón de respuesta con cuatro criterios (nunca = 1; a veces= 2; frecuentemente = 3; rutinariamente = 4); el valor mínimo es 48 y el máximo de 192, la mayor puntuación refiere mejor estilo de vida.

Los 48 reactivos se subdividen en seis dimensiones:

Dimensiones	N° variables
Nutrición	6
Ejercicio	5
Responsabilidad en Salud	10
Manejo del Estrés	7
Soporte Interpersonal	7
Autorrealización	13

Anexo 5:
Cuestionario de prevención del covid – 19
(Juan Avalos y Ludy Huaman)

I. INSTRUCCIONES:

Lea atentamente los siguientes ítems y tomando en consideración la escala sugerida, marque con aspa (X) la respuesta que corresponda:

Ítems		Si	No
Control de factores de riesgo			
1	Controla su peso		
2	Controla su índice de masa corporal		
3	Controla de manera frecuente el consumo de sal		
4	Controla su presión arterial periódicamente		
5	Controla su colesterol periódicamente		
Medidas de prevención			
6	Cumple con el distanciamiento obligatorio		
7	Utiliza correctamente la mascarilla		
8	Conoce como se realiza un correcto lavado de manos		
9	Se ha realizado una prueba de descartar de Covid - 19		
10	Utiliza alcohol en gel cuando sale en la calle		
11	Utiliza mandil impermeable cuando sale a la calle		
Actividad física			
12	Durante la pandemia suele salir a correr		
13	En su tiempo libre, practica algún deporte o ejercicios		
14	Utiliza una bicicleta al menos 10 minutos consecutivos en sus desplazamientos		
15	Practica algún ejercicio de fuerza en su casa (Sentadillas, saltos, etc.)		
16	Realiza estiramientos antes de realizar algún ejercicio en casa.		
17	El estiramiento antes de realizar el ejercicio mejora su rendimiento físico		

Gracias

Anexo 6:

Nivel de confiabilidad y validación del cuestionario protección del COVID - 19

El Cuestionario de Prevención del COVID-19 se compone de 13 ítems distribuidos de la siguiente manera: donde encontramos tres dimensiones, control de factores de riesgo que son desde el ítem 1 al 5, medidas de protección que son desde el ítem 6 al 11 ítems y actividad física que son desde el ítem 12 al 17 ítem.

El inventario fue diseñado con la intención de medir la COVID-19.

El nivel de medición es de escala tipo dicotómica de dos valores numéricos

La validación se dio por juicio de expertos a cargo de la Dra. María de Jesús Cárdenas Sánchez, quien realizó la observación del instrumento mediante la evaluación del instrumento en donde lo aprobó y lo validó para su aplicación.

La confiabilidad se hizo a través del Alfa de Cronbach con una confiabilidad de 0,781 donde el valor más cercano a uno indica una confiabilidad alta.

Anexo 7: Consentimiento informado

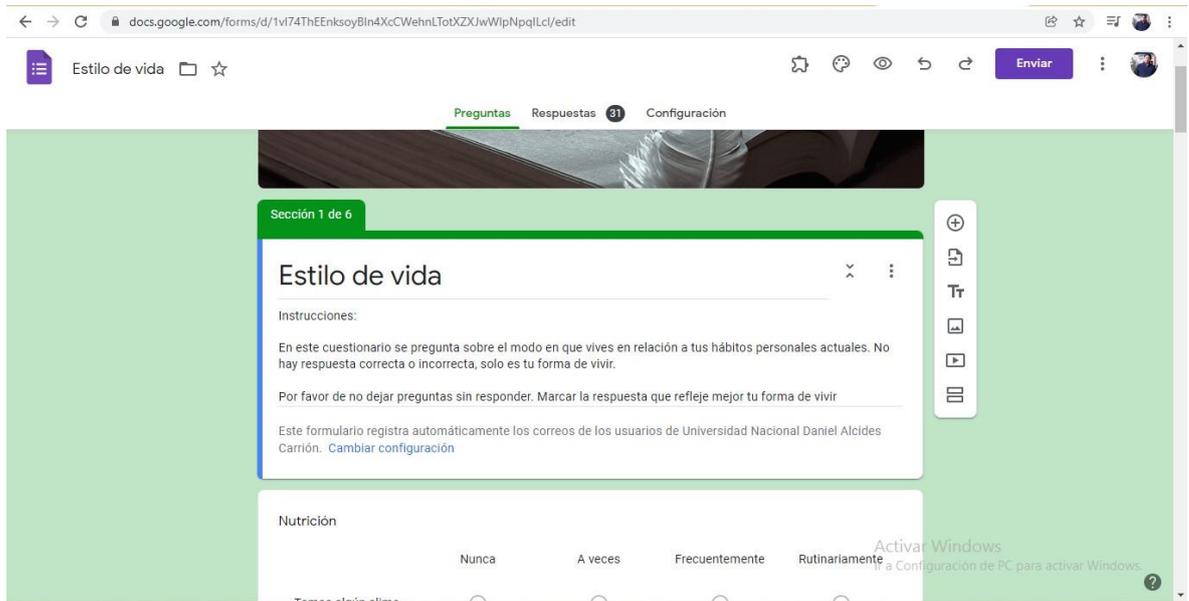
Yo, con DNI:Con la siguiente declaro bajo juramento que respecto al proyecto de: “PREVENCIÓN DEL COVID - 19 Y ESTILO DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES DEL VI SEMESTRE DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION TARMA EN EL CONTEXTO DE LA COVID – 19, JUNIO 2022 – ENERO 2023”; que acepto participar voluntariamente en la investigación, participando activamente en el desarrollo de las actividades y en los procedimientos que se demanden ; habiendo recibido información sobre el procedimiento de la investigación y sobre el propósito del mismo.

Asimismo, que el investigador tomara con completa confidencialidad todos los datos proporcionados, estos serán usados únicamente con fines investigativos y alejados de todo propósito malicioso.

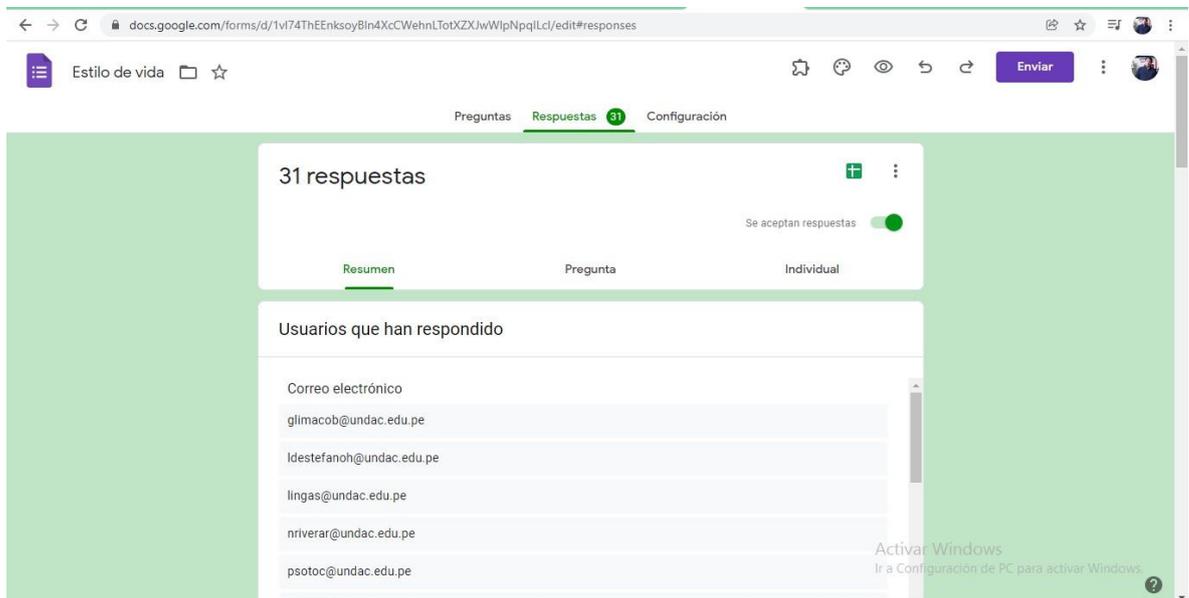
Tarma de.....del 2022

Firma

Anexo 8: Evidencias



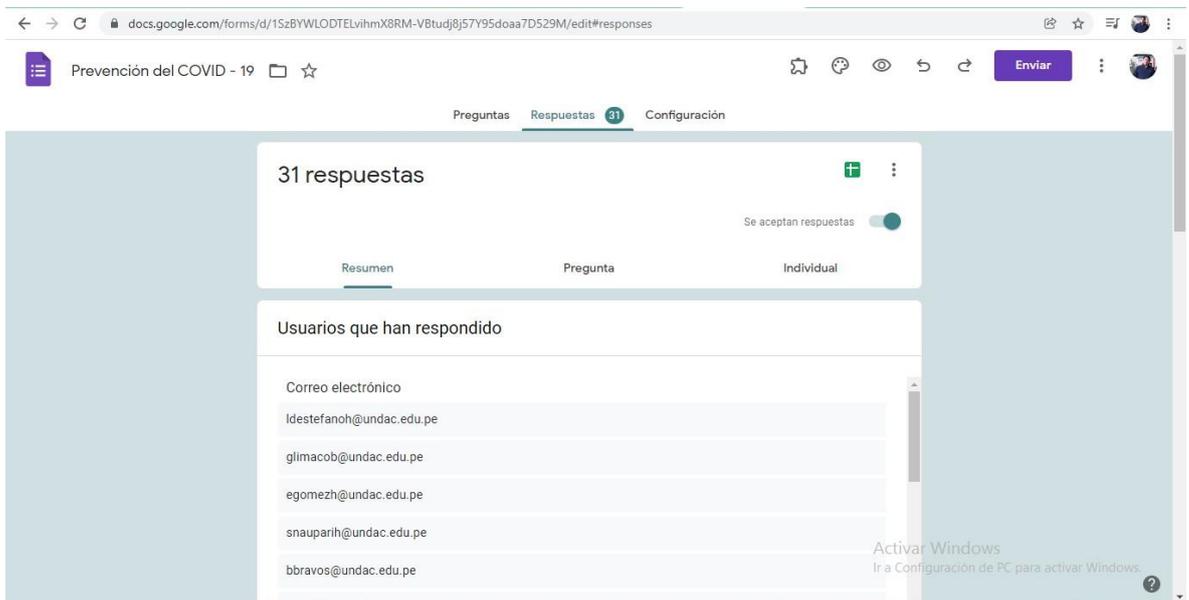
Aplicación del instrumento Estilo de Vida de forma virtual



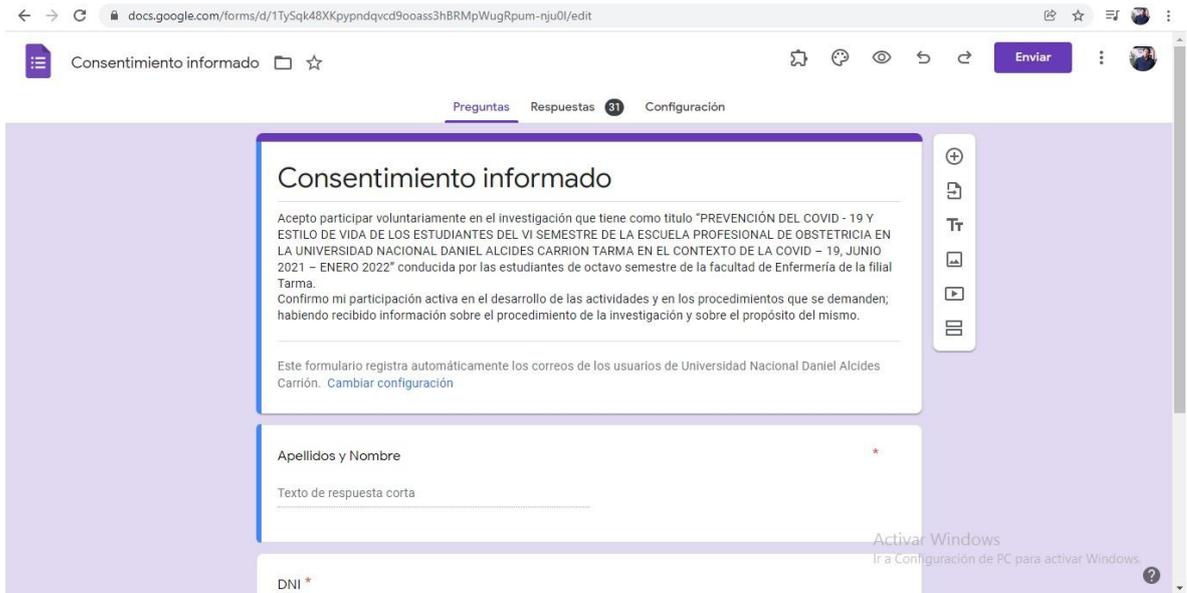
Correo de las personas participantes



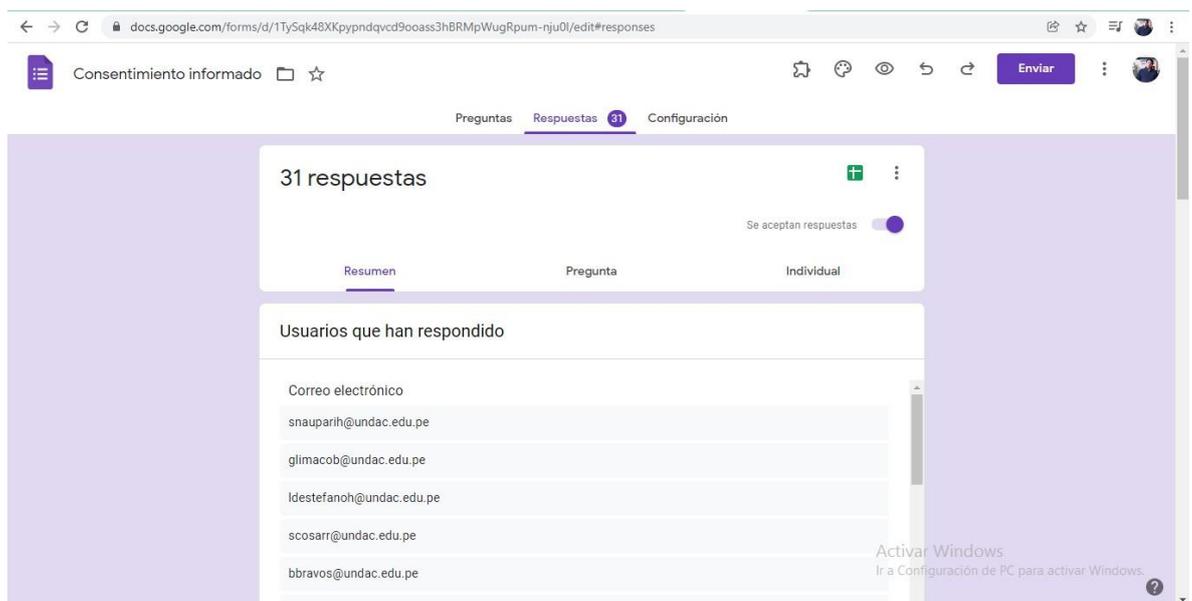
Aplicación de instrumento Prevención del Covid – 19 de forma virtual



Correo de las personas participantes



Aplicación del consentimiento informado de forma virtual



Correo de las personas participantes

Anexo 9: Permiso



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE FORMACION PROFESIONAL DE ENFERMERIA
PROGRAMA DE ENFERMERIA



SOLICITA: Permiso de campo clínico para ejecutar
Proyecto de Investigación

Sr. DIRECTOR DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION FILIAL TARMA.

Villanueva Ortega, Gilgardo identificado con DNI N° 70693398; y Zevallos Hurtado,
Christian Identificadas con DNI N° 75685287; Estudiantes del VIII semestre de la escuela
de Enfermería de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión-Filial Tarma, ante Ud. Con
el debido respeto me presento y digo:

Que, siendo necesario contar con una AUTORIZACIÓN Y PERMISO DE CAMPO CLÍNICO
para ejecutar mi Proyecto de Investigación titulado: **“Prevención del Covid - 19 y Estilo
de vida de los estudiantes del vi semestre de la escuela profesional de obstetricia en
la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Tarma, Junio 2021 – Enero 2022”**.

POR LO EXPUESTO:

Solicito a Ud. Sr. Director acceder a la presente por ser de justicia.

Villanueva Ortega, Gilgardo
DNI N°: 70693398



Firmado digitalmente por: _____
ROJAS JARA Cesar Ivan FAU
20154805046 soft
Motivo: En señal de
conformidad
Fecha: 20/10/2021 11:38:44-0500

Adjunto:

- Matriz de Consistencia
- Matriz de Operacionalización
- Instrumentos de investigación

Anexo 10: Permiso



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRION
FILIAL TARMA
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

PROVEIDO N° 0007-2021- DEPO-UNDAC/FT

VISTO: La solicitud del estudiante VILLANUEVA ORTEGA, GILGARDO, quien solicita ejecutar Proyecto de Investigación a los estudiantes del VIII semestre.

PASE: Al interesado **GILGARDO VILLANUEVA ORTEGA**, que este despacho autoriza la ejecución del Proyecto.

Atentamente,



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FILIAL TARMA
ESCUELA DE FORMACION PROFESIONAL DE OBSTETRICIA


Mg. Elsa Lourdes PAITA HUATA
Sub Directora

C.c.
Archivo

Activar Windows
Ir a Configuración de PC