



RESUMEN TESIS DE GRADO

AUTOR (ES): NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

NOMBRE (S): JEAN CARLOS

APELLIDOS: ARENAS PARRA

NOMBRE (S): NOHORA

APELLIDOS: ORTEGA ORTEGA

FACULTAD: CIENCIAS DE LA SALUD

PLAN DE ESTUDIOS: ENFERMERIA

DIRECTOR: NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

NOMBRE (S): MARTHA LIGIA

APELLIDOS: VELANDIA GALVIS

TITULO DE LA TESIS: ESTILOS DE VIDA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER DE CUCUTA DURANTE EL DEGUNDO SEMESTRE DE 2012.

RESUMEN

Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal cuyo objetivo es determinar los estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de la UFPS de Cúcuta durante el segundo semestre de 2012. Se aplicó el instrumento CEVJU-R para evaluar los estilos de vida en ocho dimensiones (actividad física, tiempo de ocio, alimentación, consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, sueño, relaciones interpersonales, afrontamiento y estado emocional percibido) a 120 estudiantes. Se concluye que los estudiantes presentan adecuadas prácticas saludables a excepción de las dimensiones de actividad física y tiempo de ocio y refieren estar satisfechos con sus estilos de vida.

Palabras clave: Jóvenes, Conductas saludables, Promoción de la salud, Satisfacción.

CARACTERISTICAS

PAGINAS: 135 PLANOS: ILUSTRACIONES: CD ROOM: 1

**ESTILOS DE VIDA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER DE CÚCUTA
DURANTE EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2012**

**JEAN CARLOS ARENAS PARRA
NOHORA ORTEGA ORTEGA**

**UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
SAN JOSÉ DE CÚCUTA**

2013

**ESTILOS DE VIDA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER DE CÚCUTA
DURANTE EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2012**

JEAN CARLOS ARENAS PARRA

NOHORA ORTEGA ORTEGA

Trabajo presentado como requisito para optar al título de Enfermero

Directora

MARTHA LIGIA VELANDIA GALVIS

Enfermera Especialista en Cuidado Crítico

Pontificia Universidad Javeriana

Asesor metodológico

ALBERTO SARMIENTO CASTRO

UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ENFERMERÍA

SAN JOSÉ DE CÚCUTA

2013



UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO DE GRADO

FECHA: SAN JOSE DE CUCUTA, 15 DE AGOSTO DE 2013 HORA: 08:30 A.M.

LUGAR: FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD-AUDITORIO

PROGRAMA DE: ENFERMERIA

TITULO DE LA TESIS: "ESTILOS DE VIDA EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER DE CUCUTA DURANTE EL SEGUNDO SEMESTRE DE 2012"

JURADOS: DORIS AMPARO PARADA RICO
ALBERTO SARMIENTO CASTRO
RUBY ELIZABETH VARGAS TOLOZA

DIRECTOR: MARTHA LIGIA VELANDIA GALVIS

NOMBRE DE LOS ESTUDIANTES:	CODIGO	NOTA	CALIFICACION		
			(A)	(M)	(L)
<u>NOHORA ORTEGA ORTEGA</u>	<u>1800185</u>	<u>4.2</u>	<u>X</u>		
<u>JEAN CARLOS ARENAS PARRA</u>	<u>1800204</u>	<u>4.2</u>	<u>X</u>		

FIRMA DE JURADOS:



DORIS AMPARO PARADA RICO



ALBERTO SARMIENTO CASTRO



RUBY ELIZABETH VARGAS TOLOZA



Vo.Bo. DORIS AMPARO PARADA RICO
Directora Programa de Enfermería

A mis padres, Manuel y Rosalba, por el milagro de la vida, por sus primeras enseñanzas y su amor incondicional, por ser las primeras personas que creyeron en mí cuando me inicié en el mundo del cuidado. Por ser las primeras personas en celebrar mis logros y por no dejarme decaer en los malos momentos.

A mis hermanas Jessica, Johanna y Paola por impulsarme a seguir siempre adelante y por sentirse orgullosas siempre de mí.

A todas las personas, familiares y amigos, que de una u otra forma me han brindado su apoyo en este camino; especialmente a mis abuelitas María y Virginia, que aunque no estén ya más con nosotros, desde donde estén han guiado mis pasos hasta esta meta.

A NB... ¿Cómo dejarte afuera? Si justo en el momento en que más me sentía decaer, llegaste a mi vida y con tu comprensión, tu ternura y tu apoyo me has enseñado una lección verdaderamente valiosa: las cosas realmente buenas se hacen esperar.

A Nohorita, mi compañera y amiga de clases, de sueños, de traspasos... Gracias por ser un gran apoyo durante todo este tiempo y por emprender conmigo esta caótica pero maravillosa aventura que hoy es motivo de felicidad.

Jean Carlos

A mi madre por ser el pilar fundamental de todos mis logros y porque siempre está ahí cuando necesito un consejo o ayuda ella es única y muy especial.

A mis compañeritas y amigas por compartir en cada instante del transcurrir estudiantil brindándome apoyo, amistad y comprensión.

A Jean Carlos, mi compañero de proyecto de grado por ser tan paciente y estar en cada momento a mi lado además por ser esa persona tan especial.

Nohora

AGRADECIMIENTOS

Los autores desean expresar sus agradecimientos a:

A Dios, por ser el motor y guía de nuestras vidas y por ser la fuerza que hace todo posible.

Martha Ligia Velandia Galvis, Enfermera Especialista en Cuidado Crítico. Por su apoyo incondicional, por su tiempo, por su valiosa asesoría, por creer desde un principio en este proyecto investigativo y ayudarnos a hacerlo realidad.

Alberto Sarmiento Castro, Magister en Pedagogía y Docente del Departamento de Humanidades de la UFPS. Por su apoyo y sus acertadas observaciones que orientaron y dieron forma a nuestro trabajo.

Cada uno de los estudiantes que nos colaboraron al aportarnos la información pertinente a nuestro trabajo. Sin ustedes este logro no sería posible. Muchas gracias, compañeras y compañeros!

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	14
1. TÍTULO	15
1.1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	16
1.1.1. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN PROBLEMA	16
1.1.2. PLANTEAMIENTO O FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
1.2. JUSTIFICACIÓN	19
1.3. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN	21
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	21
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	21
1.4. RESULTADOS ESPERADOS	22
2. FUNDAMENTOS DE REFERENCIA	24
2.1. ANTECEDENTES	24
2.1.1. A nivel internacional	24
2.1.2. A nivel nacional	26
2.1.3. A nivel local	29
2.2. MARCO CONCEPTUAL	31
2.2.1. Estilos de vida	31
2.2.2. Patrones de conducta	33
2.2.3. Actividad física	33
2.2.4. Tiempo de ocio	35
2.2.5. Alimentación	36
2.2.6. Consumo de alcohol, cigarro y drogas ilegales	37
2.2.7. Sueño	38

2.2.8. Relaciones interpersonales	39
2.2.9. Afrontamiento	40
2.2.10. Estado emocional	41
2.2.11. Satisfacción con el estilo de vida	42
2.3. MARCO TEÓRICO	43
2.4. MARCO CONTEXTUAL	49
2.5. MARCO LEGAL	52
3. DISEÑO METODOLÓGICO	56
3.1. TIPO DE ESTUDIO	56
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	56
3.2.1. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	57
3.2.2. DEFINICIÓN DE VARIABLES	58
3.3. INSTRUMENTO, TÉCNICAS Y MÉTODO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	65
3.3.1. INSTRUMENTO	65
3.3.2. TÉCNICA	67
3.3.3. MÉTODO	68
3.4. PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN Y PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS	69
4. RESULTADOS	70
4.1. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS	70
4.2. DIMENSIONES DE LOS ESTILOS DE VIDA	77
5. ASPECTOS ÉTICOS	105
6. CONCLUSIONES	106
7. RECOMENDACIONES	108
BIBLIOGRAFÍA	110
ANEXOS	119