

ESTADO FÍSICO Y ACTITUD HACIA EL ESTUDIO. CASO ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL TECNOLÓGICA DE LIMA SUR

PHYSICAL STATE AND ATTITUDE TOWARDS THE STUDY. CASE OF STUDENTS FROM THE NATIONAL TECHNOLOGICAL UNIVERSITY OF LIMA SUR

Luis Max Villavicencio Torres¹

¹ Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo

Recibido: 24/08/2020

Aprobado: 06/09/2020

Autor corresponsal

Luis Max Villavicencio Torres

luis_villavicencio_torres@hotmail.com

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de interés

El autor declara no tener conflictos de interés

Citar como

Villavicencio Torres LM. Estado físico y actitud hacia el estudio. Caso estudiantes de la universidad nacional tecnológica de Lima Sur. *Ágora Rev. Cient.* 2020; 07(01):19-23. Doi: 10.21679/arc.v7i1.162

RESUMEN

Objetivo: Determinar el estado físico y la actitud general hacia el estudio en los estudiantes de primer y segundo ciclo de cinco carreras de estudios de la Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur. **Materiales y método:** La investigación es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo y de tipo correlacional. Este estudio se realizó por 428 estudiantes de primero y segundo ciclo de cinco carreras de estudios en una universidad nacional tecnológica de Lima Sur. El cuestionario que se utilizó para esta muestra es de hábitos y técnicas de Estudio – CHTE que consta de 16 ítems. **Resultados:** La carrera de Administración de Empresas presenta los promedios más altos de estado físico y actitud general hacia el estudio. En la universidad, la correlación entre el estado físico y la actitud general hacia el estudio es directamente proporcional y significativa ($R = 0,219$; $p < 0,01$). **Conclusiones:** Existe una relación significativa entre el estado físico y la actitud general hacia el estudio en los estudiantes de primer y segundo ciclo de cinco carreras de la Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur.

Palabras clave: Estado físico; Actitud; Estudio; Hábito.

ABSTRACT

Objective: To determine the physical state and general attitude towards study in first and second cycle students of five study careers at the National Technological University of Lima Sur. **Materials and method:** The research has a quantitative approach, a non-experimental, descriptive and correlational design. This study was carried out by 428 first and second cycle students from five degree courses at a national technological university in Lima Sur. The questionnaire used for this sample is Study Habits and Techniques - CHTE, which consists of 16 items. **Results:** The Business Administration career presents the highest averages of physical condition and general attitude towards studying. At university, the correlation between physical condition and general attitude towards studying is directly proportional and significant ($R = 0.219$; $p < 0.01$). **Conclusions:** There is a significant relationship between physical condition and general attitude towards study in first and second cycle students of five careers at the Universidad Nacional Tecnológica Lima Sur.

Keywords: Physical state; Attitude; Study; Habit.

INTRODUCCIÓN

En el contexto de la educación superior, el fracaso estudiantil es uno de los grandes problemas del sistema educativo actual y una constante que atraviesa todos los niveles educativos y estratos sociales, siendo una de sus principales causas, la falta de un buen manejo del estado físico del estudiante, así como, de su actitud general hacia el estudio. El inicio de la vida universitaria trae consigo un conjunto de cambios y muchas veces inesperados, que pueden alterar diversos aspectos en la vida del estudiante los modos de aprender, las relaciones interpersonales y las perspectivas sobre el futuro⁽¹⁾, al mismo tiempo, cuestiones como el estado físico y la actitud hacia el estudio toman mayor importancia cuando se

trata de alumnos ingresantes a la universidad, dado que, en la medida que la actividad universitaria resulta más compleja, los estudiantes tienen una mayor carga académica y exige revisar mayor material de estudio, por tanto, las cuestiones relativas a la salud física y psicológica y toda cuestión relativa al desempeño académico como las actitudes hacia el estudio, resultan un importante soporte para el estudiante universitario.

La salud física puede definirse como un estado de las personas que conservan un estilo de vida proactivo, el mismo que incluye su nutrición, actividad física, responsabilidad con el cuidado de la salud y manejo del estrés⁽²⁾. Concretamente, el estado físico en un estudiante puede entenderse como las condiciones físicas personales, en cuanto a la situación de su organismo, que le permitan un buen rendimiento en el estudio⁽³⁾. Respecto al estado físico, puede afirmarse que es una variable comúnmente asociada a aspectos relativos a la salud como la calidad de vida y a mejores hábitos alimentarios⁽⁴⁾; y de manera similar, el estado físico está asociado con otras variables de carácter psicológico como el afrontamiento, la satisfacción general, las habilidades interpersonales y la autoeficacia⁽⁵⁾.

Una actitud es la tendencia o predisposición a evaluar determinada forma de una situación u objeto y que tiene como punto de partida las creencias sobre los mismos, lo que deriva en un juicio favorable o desfavorable⁽⁶⁾. Puntualmente, la actitud general hacia el estudio incluye todo lo que hace referencia a la predisposición, interés y motivación hacia el estudio⁽³⁾. Las actitudes hacia el estudio están asociadas a la aprobación del docente, la inclusión en el grupo de estudio, la motivación intrínseca y los nuevos contenidos de aprendizaje⁽⁷⁾. Para Hernández, Rodríguez y Vargas⁽⁸⁾ la motivación es extrínseca cuando se basa en incentivos externos dados por las consecuencias, como las recompensas o los castigos y es intrínseca cuando es autorregulada, existe un grado de reflexión y de autodeterminación para las acciones que se realizan. Finalmente, ambas están relacionadas con la generación de la actitud hacia el estudio.

Ante ello, la presente investigación tiene por objeto determinar la relación entre el estado físico y la actitud general hacia el estudio en una muestra de estudiantes de la Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur-UNTELS; en función a los resultados, proponer alternativas que ayuden a docentes y los propios estudiantes a prevenir situaciones que socaven su bienestar físico, psicológico y académico.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente, es una investigación de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, tipo correlacional, nivel descriptivo y corte transversal.

Muestra: La muestra es de tipo no probabilística por acceso. Está compuesta por 428 estudiantes de la Universidad Nacional Tecnológica de Lima Sur – UNTELS de una población de 556 estudiantes. El 32,9% de estudiantes (141/428) son de sexo femenino, el 66,6% de estudiantes (285/428) son de sexo masculino y el 0,5 (2/248), no especificaron. La edad promedio es de 19,07 ($\pm 2,432$) años. El 61,4% de estudiantes (263/428) es de primer ciclo, mientras que el 38,6% de estudiantes (165/228) es de segundo ciclo. Respecto a las carreras universitarias, el 19,6% de los estudiantes (84/428) pertenece a Ingeniería de Sistemas; el 18,0% (77/428), pertenece a Ingeniería Electrónica y de Telecomunicaciones; el 21,3% (91/428), pertenece a Administración de Empresas; el 19,4% (83/428), pertenece a Ingeniería Mecánica Eléctrica; y el 21,7% (93/428), pertenece a Ingeniería Ambiental.

Instrumento: A los estudiantes entrevistados se les aplicó una adaptación del Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio – CHTE de Manuel Álvarez Gonzales y Rafael Fernández Valentín⁽³⁾, la cual contiene 16 reactivos: 6 ítems respecto al estado físico del estudiante y 10 ítems referentes a la actitud general hacia el estudio. La validez del instrumento se determinó en función al análisis factorial con rotación Várimax, donde la medida de adecuación muestral de KMO dio como resultado un coeficiente de 0,668 ($KMO > 0,6$) y la prueba de esfericidad de Bartlett obtuvo resultados significativos (Apro. $X^2 = 825,357$; $gl = 190$; $p = 0,000$); así mismo, las medidas de adecuación al muestreo de la diagonal anti imagen son significativas ($MSA > 0,6$); por último, se delimitaron dos componentes que explican el 52,269% de la varianza, así mismo, la saturación de los componentes rotados ubica los ítems en dos factores. La validez se estableció en función al índice de consistencia interna Alfa de Cronbach, donde el resultado fue de 0,665 ($\alpha > 0,6$).

Análisis e interpretación estadística: Los resultados obtenidos se analizaron con un software de análisis estadístico. Las herramientas estadísticas empleadas fueron el análisis de estadísticos descriptivos, frecuencias, análisis factorial exploratorio, análisis de fiabilidad y pruebas de correlación.

RESULTADOS

Respecto a la variable Estado físico, se registró un percentil mínimo de 16,67 y un máximo de 100,0, con una media de 62,217 ($\pm 20,229$) en un rango de 0 a 100. Para la variable Actitud general hacia el estudio, se registró un percentil mínimo de 20,0 y un máximo de 100,0, con una media de 80,164 ($\pm 15,447$) en un rango de 0 a 100.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables Estado físico y Actitud general hacia el estudio según carreras de estudio

		N	Mín.	Máx.	Media	D.T.
General	Estado físico	427	16,67	100,00	62,2170	20,22894
	Actitud general hacia el estudio	428	20,00	100,00	80,1636	15,44716
	N válido (por lista)	427				
Ingeniería de Sistemas	Estado físico	84	16,67	100,00	65,4762	19,49594
	Actitud general hacia el estudio	84	30,00	100,00	78,4524	16,68229
	N válido (por lista)	84				
Ingeniería Electrónica y Telecomunicaciones	Estado físico	77	16,67	100,00	60,1732	21,31562
	Actitud general hacia el estudio	77	20,00	100,00	79,2208	18,69184
	N válido (por lista)	77				
Administración de Empresas	Estado físico	91	16,67	100,00	68,8645	20,36834
	Actitud general hacia el estudio	91	40,00	100,00	81,6484	12,84642
	N válido (por lista)	91				
Ingeniería Mecánica Eléctrica	Estado físico	83	16,67	100,00	57,5203	19,62481
	Actitud general hacia el estudio	83	40,00	100,00	80,2410	15,77091
	N válido (por lista)	83				
Ingeniería Ambiental	Estado físico	93	16,67	100,00	58,6022	18,48960
	Actitud general hacia el estudio	93	50,00	100,00	80,9677	13,35669
	N válido (por lista)	93				

D.T.= Desviación típica. Elaboración propia.

Con respecto a los resultados de ambas variables y su segmentación con las carreras de estudio (Tabla 1), en la variable Estado físico, se observa que Administración de Empresas presenta la media más alta (68,865 [$\pm 20,368$]), mientras que Ingeniería Mecánica Eléctrica presenta la media más baja (57,520 [$\pm 19,624$]); en lo que respecta a la variable Actitud general hacia el estudio, se identificó que Administración de Empresas posee la media más alta (81,648

[$\pm 12,846$]), mientras que Ingeniería de Sistemas presenta la media más baja (78,452 [$\pm 16,682$]).

El análisis correlacional se desarrolló usando la prueba estadística Correlación de Pearson (R). Los resultados (Tabla 2), determinaron que a nivel general existe una relación directamente proporcional significativa entre el Estado físico y la Actitud general hacia el estudio ($p < 0,01$), por lo que, ante un mejor Estado físico, se presenta una mejor Actitud general hacia el estudio.

Tabla 2. Correlación de Pearson entre las variables Estado físico y Actitud general hacia el estudio: General y por carreras de estudios

		Actitud general hacia el estudio	
General	Estado físico	Correlación de Pearson	0,219**
		Sig. (unilateral)	0,000
		N	428
Ingeniería de Sistemas	Estado físico	Correlación de Pearson	0,247*
		Sig. (unilateral)	0,012
		N	84
Ingeniería Electrónica y Telecomunicaciones	Estado físico	Correlación de Pearson	0,405**
		Sig. (unilateral)	0,000
		N	77
Administración de Empresas	Estado físico	Correlación de Pearson	0,135
		Sig. (unilateral)	0,102
		N	91
Ingeniería Mecánica Eléctrica	Estado físico	Correlación de Pearson	0,135
		Sig. (unilateral)	0,114
		N	83
Ingeniería Ambiental	Estado físico	Correlación de Pearson	0,149
		Sig. (unilateral)	0,077
		N	93

* $p < 0,05$ (unilateral); ** $p < 0,01$ (unilateral). Elaboración propia.

Al segmentar los datos en función a las carreras de estudios, se tiene que, para Ingeniería de Sistemas, existe una relación significativa positiva directamente proporcional Estado físico y la Actitud general hacia el estudio ($p < 0,05$); de la misma forma, para Ingeniería Electrónica y Telecomunicaciones, existe una relación significativa positiva directamente proporcional Estado físico y la Actitud general hacia el estudio ($p < 0,01$). A diferencia de los resultados anteriores, en las carreras de Administración de Empresas, Ingeniería Mecánica Eléctrica e Ingeniería Ambiental, no se hallaron resultados significativos ($p > 0,05$), por lo que no se pudo establecer una relación significativa entre Estado físico y Actitud general hacia el estudio.

DISCUSIÓN

Los resultados del estudio determinaron que los estudiantes muestran un nivel intermedio de estado físico, puesto que el promedio está próximo a la mitad de la escala. El estudio de Becerra⁽⁹⁾ en un grupo de universitarios de Lima, menciona también que las conductas saludables en universitarios son recurrentes, salvo algunos casos donde también presentan hábitos perjudiciales para la salud física, en el especial los estudiantes mayores de sexo femenino. Algunos de los principales síntomas que afectan la salud de los universitarios son los problemas de sueño y el tabaquismo. A su vez, estudios como el de Vivan-De Carvalho et al.⁽¹⁾ sobre comportamientos y hábitos de salud a una muestra de estudiantes universitarios, determinó que los bajos resultados en cuanto a la práctica de actividad física son recurrentes en universitarios; y un estudio de Gómez-Tinoco⁽¹⁰⁾ sobre el estilo de vida sedentario, afirma que este está asociado con la baja calidad de vida, discapacidades, patologías crónicas degenerativas y muerte precoz; esto demostraría que un bajo nivel de actividad física o sedentarismo traería complicaciones en el estado físico. Así mismo, un estudio sobre actividad física en universitarios chilenos determinó que los estudiantes que participaron en la investigación presentaron prácticas no saludables de actividad física y alimentación; contradictoriamente, la mayoría declara tener buen estado de salud⁽⁴⁾.

En el caso de la actitud general hacia el estudio, el grueso de los resultados se concentra en la parte superior de la escala, por lo que podemos destacar un nivel alto en la mayoría. La investigación de Hernández, Rodríguez y Vargas⁽⁸⁾

en una población de estudiantes mexicanos concuerda con lo hallado en el presente estudio, lo que lleva a inferir que, en los primeros años de los estudios universitarios, la actitud general hacia el estudio es alta.

Así mismo, en el presente estudio se halló una relación directa entre ambas variables, sin embargo, el análisis específico pudo determinar que dicho fenómeno solo se presenta en los estudiantes de las carreras de Ingeniería de Sistemas y con mayor intensidad en ingeniería electrónica y telecomunicaciones. Otras variables colindantes a este fenómeno, como lo explica Morales-Arrollo⁽²⁾ en un estudio sobre universitarios portorriqueños, es el bienestar psicológico, que tendría una relación directa con el bienestar físico. Así mismo, Andrade-Valle et al.⁽⁶⁾ sostiene que las actitudes hacia el estudio están relacionadas al rendimiento académico y que, al mismo tiempo, influyen a establecer hábitos de estudio favorables. Por último, el estudio de Jiménez-Reyes, Molina y Lara⁽¹¹⁾ proponen como componente de la actitud favorable al estudio a la motivación, hallando así que existe una relación significativa entre la motivación y los hábitos de estudio.

Como es de verse, cuando se hace referencia a la salud, generalmente solo se pone énfasis en los aspectos físicos, raramente en los aspectos psicológicos y conductuales asociados. No obstante, en la actualidad es de suma necesidad considerar los aspectos sociales, económicos, culturales y espirituales de los individuos⁽¹²⁾. A manera de recomendación, es necesario tener en cuenta que, en el contexto de la universidad peruana, la falta de formación en un nivel actitudinal genera comportamientos y valores inadecuados y estos pueden repercutir en la salud mental de los estudiantes, dando lugar a afecciones como la ansiedad, el estrés y bajos niveles de resiliencia^(7; 13), por lo que se deben diseñar e implementar estrategias de diagnóstico y detección temprana para prevenir cuadros graves que afecten el bienestar físico y somático de los estudiantes y que, a la vez, perjudiquen su desempeño académico.

Los mayores índices de Estado físico y Actitud general hacia el estudio se hallaron en los estudiantes de Administración de Empresas. Se determinó que si existe una relación estadísticamente significativa entre el Estado físico y la actitud general hacia el estudio, sin embargo, un análisis más específico determinó que esa relación es significativa solo en los estudiantes de dos carreras de las cinco evaluados: ingeniería de sistemas e ingeniería electrónica y telecomunicaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Vivan M, Pereira M, Luciane L, Limberger A. Diagnóstico de comportamientos y de hábitos de salud de los estudiantes universitarios. *Paradigma* [revista en Internet] 2014 [acceso 10 de abril de 2020]; 35(1): 167-79. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512014000100008
2. Morales S. Relación entre la espiritualidad, el bienestar físico y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios. *Revista Griot*, [revista en Internet] 2014 [acceso 10 de abril de 2020]; 7(1): 7-18. Disponible en: <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1549>
3. Álvarez M, Fernández R. Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio. [Internet]. 5ª ed. Madrid-España: ediciones TEA; 2015 [citado el 10 de setiembre de 2018]. 12 p. Disponible en: http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/CHTE-Manual-2015_extracto.pdf

4. Challes-Aoun A, Merino J. Actividad física y alimentación en estudiantes universitarios chilenos. *Ciencia y Enfermería [revista en Internet]* 2019 [acceso 15 marzo de 2020]; 25(16): 1-10. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532019000100212>
5. Gómez-Acosta C. Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable. *Rev. Salud Pública [revista en Internet]* 2018 [acceso 10 de enero de 2020]; 20(2): 155-62. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v20n2.50676>
6. Andrade-Valle I, Facio-Arciniega S, Quiroz-Guerra A, Alemán-de La Torre I, Flores-Ramírez M, Rosales-González M. Actitud, hábitos de estudio y rendimiento académico: Abordaje desde la teoría de la acción razonada. *Enfermería Universitaria [revista en Internet]* 2018 [acceso 10 de enero de 2020]; 15(4): 342-351. Disponible en: <http://www.revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/533>
7. Bardales F, Abanto W, Pérez M, Neciosup J. Programa de formación resiliente en hábitos y actitudes hacia el estudio en estudiantes universitarios. *Sciéndo [revista en Internet]* 2019 [acceso 10 de enero de 2020]; 22(3): 191-97. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.17268/sciendo.2019.025>
8. Hernández C, Rodríguez N, Vargas G. Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. *Revista de la educación superior [revista en Internet]* 2012 [acceso 10 de enero de 2020]; 41(3): 67-87. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=60425380005>
9. Becerra S. Descripción de las conductas de salud en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Psicología [revista en Internet]* 2016 [acceso 10 de enero de 2020]; 34(2): 239-60. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.18800/psico.201602.001>
10. Gómez-Tinoco M. Comparación del estadio de cambio para la actividad física y para el ejercicio físico entre universitarios brasileños y catalanes. *Rev. Cient. Gen. José María Córdova [revista en Internet]* 2013 [acceso 15 marzo de 2020]; 11(12): 173-98. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/recig/v11n12/v11n12a09.pdf>
11. Jiménez A, Molina L, Lara M. Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior. *Revista de Psicología y Educación [revista en Internet]* 2019 [acceso 15 marzo de 2020]; 14(1): 50-62. Disponible en: <https://doi.org/10.23923/rpye2019.01.171>
12. Oblitas L. Psicología de la salud: Una ciencia de bienestar y la felicidad. *Av. Psicol [revista de Internet]* 2008 [acceso 15 marzo de 2020]; 16(1): 9-38. Disponible en: <https://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/psicologiasalud.pdf>
13. Martínez-Otero V, Torres L. Análisis de los hábitos de estudio en una muestra de alumnos universitarios. *Revista Iberoamericana de Educación [revista de Internet]* 2005 [acceso 10 de enero de 2020]; 36(7): 1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.35362/rie3672929>