



Universidad Nacional

SAN LUIS GONZAGA



Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional

Esta licencia permite a otras distribuir, combinar, retocar, y crear a partir de su obra de forma no comercial y, a pesar que son nuevas obras deben siempre rendir crédito y ser no comerciales, no están obligadas a licenciar sus obras derivadas bajo los mismos términos.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>



UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA
EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD



CONSTANCIA

El que suscribe, deja constancia que se ha realizado el análisis con el software de verificación de similitud al documento cuyo título de **Informe final de tesis** es:

Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia COVID 19

Presentado por:

SIMON MONTOYA, ROCIO MILAGROS

De la Facultad de **FARMACIA Y BIOQUÍMICA**. El resultado obtenido es **1%** por el cual se otorga el calificativo de:

APROBADO, según Reglamento de Evaluación de la Originalidad.

Se adjunta al presente el reporte de evaluación con el software de verificación de originalidad.

Ica, 14 de Julio de 2023

.....
Dra. JOSEFA BERTHA PARI OLARTE
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACION
FACULTAD DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
Facultad de Farmacia y Bioquímica



Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia COVID 19

Línea de investigación:
Salud Pública y Conservación del Medio Ambiente

ROCÍO MILAGROS SIMÓN MONTOYA

Ica, Perú
2023

Dedicatoria

A mis padres que siempre están a mi lado apoyándome en todo, para alcanzar mi sueño de ser profesional.

A mí amada hija Fernanda por ser mi fuerza.

A mis hermanos y familiares, por el apoyo incondicional brindado día a día.

Agradecimientos

A Dios, por brindarme vida y salud.

A mi asesora de tesis Dra. Josefa Bertha Pari Olarte, por la orientación, tiempo y paciencia.

A mis maestros de la Universidad San Luis Gonzaga, por las pautas recibidas en mi formación profesional.

A mis compañeros de clases por las experiencias vividas.

ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE	iv
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
I. INTRODUCCIÓN	9
II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA	16
III. RESULTADOS	19
IV. DISCUSIÓN	40
V. CONCLUSIONES	41
VI. RECOMENDACIONES	42
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
VIII. ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 01	
Distribución de la muestra según edades en la muestra de estudio	19
Tabla 02	
Distribución de la muestra según sexo en la muestra de estudio	20
Tabla 03	
Pruebas de normalidad en la muestra de datos de las variables Actividad física e IMC	21
Tabla 04	
Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra global de estudio	23
Tabla 05	
La Actividad física en la muestra global de estudio	24
Tabla 06	
La Actividad física en la muestra de estudio según edades	26
Tabla 07	
La Actividad física en la muestra de estudio según sexo	28
Tabla 08	
El IMC en la muestra global de estudio	29
Tabla 09	
El IMC en la muestra de estudio según edades	30
Tabla 10	
El IMC en la muestra de estudio según sexo	31
Tabla 11	
Pruebas de normalidad de los datos de las variables Actividad física e IMC en la muestra según edades	32
Tabla 12	
Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra según sexo	35
Tabla 13	
Pruebas de normalidad de los datos de las variables Actividad física e IMC según sexo	36
Tabla 14	
Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra de estudio	39

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01	
Distribución de la muestra según la edad en la muestra de estudio	19
Figura 02	
Distribución de la muestra según el sexo en la muestra de estudio	20
Figura 03	
Gráfico de dispersión con los datos de las variables de la muestra global de estudio	22
Figura 04	
La Actividad física en la muestra global de estudio	25
Figura 05	
La Actividad física en la muestra de estudio según edades	27
Figura 06	
La Actividad física en la muestra de estudio según sexo	29
Figura 07	
El IMC en la muestra global de estudio	30
Figura 08	
El IMC en la muestra de estudio según sexo	31
Figura 09	
Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC	33
Figura 10	
Gráfico de dispersión con los datos de las variables de la muestra global de estudio	34
Figura 11	
Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC	37
Figura 12	
Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC	38

RESUMEN

La investigación realizada fue con el **Objetivo:** determinar la relación entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia COVID 19. **Método:** El estudio desarrollado es un diseño no experimental de nivel descriptivo, correlacional; con una muestra de 161 alumnos. Para la recolección de datos se aplicó una encuesta a los estudiantes con previo consentimiento. **Resultados:** Los resultados de acuerdo al grupo etario de 18 a 21 años evidencia una baja correlación inversa y significativa entre las variables IMC y actividad física; también se observa una moderada correlación inversa entre las variables IMC y actividad física entre las edades de 22 a 25 años. Según su género, observamos en los varones una alta correlación inversa y significativa entre las variables IMC y actividad física; en las mujeres se evidencia baja correlación inversa y significativa entre las variables IMC y actividad física. **Conclusiones:** Se concluye que la actividad física presenta correlación inversa moderada y significativa con el IMC, es decir, a mayor actividad física será menor el IMC en los estudiantes universitarios.

Palabras clave: actividad física, universitarios, IMC.

ABSTRACT

The research carried out was with the **Objective:** to determine the relationship between the body mass index and the physical activity of the university students of the V and VII Semester of the Faculty of Pharmacy and Biochemistry during the Covid 19 pandemic. **Method:** The study developed it is a non-experimental design of descriptive, correlational level; with a sample of 161 students. For data collection, a survey was applied to students with prior consent. **Results:** The results according to the age group from 18 to 21 years old show a low inverse and significant correlation between the BMI variables and physical activity; A moderate inverse correlation is also observed between the BMI variables and physical activity between the ages of 22 and 25 years. Depending on their gender, we observed in males a high inverse and significant correlation between the BMI variables and physical activity; in women, there is evidence of a low inverse and significant correlation between the BMI variables and physical activity. **Conclusions:** It is concluded that physical activity presents a moderate and significant inverse correlation with the BMI, that is, the greater the physical activity, the lower the BMI in university students.

Keywords: physical activity, university students, BMI.

I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, nuestra sociedad atraviesa una grave crisis sanitaria, la pandemia de COVID 19, por eso, se recomienda el aislamiento social y salir del domicilio solo cuando es absolutamente indispensable, a consecuencia de esto se incrementa el peso en las personas, esto significa que existen riesgos asociados con enfermedades a largo plazo de desarrollo lento, como enfermedades con niveles altos de azúcar, presión arterial alta, enfermedad en los riñones y problemas cardíacos y vasculares. Actualmente, durante la pandemia de COVID -19, la inactividad física se debe a la necesidad de permanecer en casa, así como el consumo excesivo de alimentos ricos en calorías, grasas y sodio puede incrementar el peso. La realidad presentada hace necesario evaluar el IMC y la actividad corporal en los estudiantes en estudio, permitiendo conocer la forma que afecta la pandemia COVID 19, teniendo en cuenta la muestra en estudio.

Surco C. (Puno-2019), se aplicó un cuestionario a los estudiantes universitarios dando como resultado de la población global que un 45.9% posee un peso leve, un 15,2% tiene un sobrepeso moderado, un 6% tiene pre-obesidad y el 3.2% tiene obesidad grado I. Concluyen que los estudiantes que realizaron actividad física moderada tienen un IMC normal y los estudiantes con hábitos alimenticios moderado adecuado poseen un IMC normal (1).

Quiñones L. (Lima-2018), los resultados demostraron que el 36 % de los adolescentes tenían sobrepeso y el 24% poseía obesidad, también se obtiene que el 63% tiene un alto comportamiento sedentario. Se concluyen que existe una relación entre el comportamiento sedentario y el IMC, los adolescentes que tienen un mayor IMC tienen un comportamiento sedentario alto y baja actividad física (2).

Vanegas M. (Ecuador- 2018), los resultados demostraron que el 26.8% de la muestra posee sobrepeso predominando en el grupo etario menor de 22 años con un 59.2%. Predomina los hábitos sedentarios entre el grupo etario de 18-21 años con un 70.6%. Concluyen una asociación del sobrepeso con la actividad física sedentaria y resistencia a la insulina (3).

Bermúdez J. (Lima-2017), los resultados demostraron que el valor de IMC tuvo una baja correlación con el grupo etario, y relación entre el valor del IMC y el género del estudiante. Se concluye que existe una relación entre el nivel de IMC y el número de hijos, también la existencia de relación entre el valor del IMC y el tipo de trabajo y cursos repetidos (4).

Yupanqui J. (Lima-2016), en los resultados se puede observar un estado nutricional de normalidad de 80.8% y 56,8% entre los estudiantes de Nutrición y Medicina Humana. Solo se registraron 5 estudiantes de Medicina Humana con un IMC superior a 30, y no se encontró estudiantes con un IMC menor a 18.5%. Se concluye una relación negativa y débil entre las dimensiones de la calidad de vida saludable y el IMC (5).

Bonilla J. (Colombia-2016), los resultados indican que hay problemas de mal nutrición en ambos sexos y predominio de IMC normal, existe un valor importante de sobrepeso. Se encontró deficiencias en la alimentación el 70% no ingiere 4 comidas al día, el 39% no tomaba desayuno y el 1% consumía snack, gaseosas y otros alimentos altos en carbohidratos entre comidas, esto indicaría la presencia de malos hábitos alimenticios. Se concluye la existencia de sobrepeso y obesidad en ambos sexos, existiendo correlación con hábitos alimenticios y actividad física. La mayor distribución de peso normal se da en los varones, también se identificó periodo de sueños breves (6).

Rodríguez C. (Colombia-2015), los resultados indican que el 40.5% del total de la muestra tienen un bajo peso, seguida con un 38% con un peso adecuado y un 21,5% que presenta un exceso de peso; se analizó la actividad física de la muestra en estudio, encontrándose que los estudiantes practican diversas actividades deportivas de intensidad media y alta. Se concluye la relación existente entre la actividad física e IMC, en donde la muestra con mayor peso tiene una menor actividad física y viceversa (7).

Mora A. Molina G. Andrés D. (Colombia – 2015), se encontró en la muestra que el 90% realiza actividad física alta a moderada, el 10 % realiza actividad física reducida por no contar con actividad hogareña o tener una vida sedentaria. Los resultados del IMC y actividad física demostraron en la muestra que el 52% tiene un normo peso, 25% tiene un bajo peso, el 19% tiene sobrepeso y obesidad y el 6% presento obesidad grado I. Se concluye la correlación del IMC y actividad física, la muestra posee un normo peso y sobre peso, con niveles de actividad física que varían entre altas y moderadas con tendencia de correlación débil con tendencia a nula (8).

Mollinedo F. Trejo P. Araujo R. Lugo L. (México – 2013), En la determinación del IMC, se observó que un 21.5% se encuentra en exceso de peso; el 10% se encuentra ubicado dentro de alguno de los niveles de la obesidad; el 29.7% presenta el peligro de presentar riesgo cardiovascular. En cuanto a la práctica de deportes el 41.2% practica uno o más; el 91.2% lo realiza por treinta minutos diarios; el 30.5% lo practica en un promedio de cinco días semanales. Asimismo, los factores de mayor frecuencia para las prácticas de actividades deportivas estuvieron representadas por bienestar saludable, esparcimiento, distracción, satisfacción y atractivo (9).

Salazar C. Feu S. Vizuet M. De la cruz E. (México – 2011), el 33% de la muestra en estudio presenta sobrepeso y obesidad, de los cuales, los casos más avanzados se dieron en el sexo masculino. El exceso de peso y el ser obeso son un peligro potencial de que ocurra el síndrome metabólico, lo que hace que se requiera de la implementación de nuevos estilos de vida en salud. La muestra en estudio clasificada en el grupo de sedentarios presenta un riesgo alto de presentar obesidad, en comparación con el grupo de los que realizan mayor actividad física (10).

OPS. Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud. Ministerio de Salud. ¡A moverse! Guía de actividad física (Uruguay-2012), en esta guía se observa conceptos y recomendaciones de fuente de información con criterio científico de lo beneficioso que es ser una persona activa, también se aborda la importancia de la actividad física en cada etapa de la vida del ser humano (11).

Definición de Condición de actividad de física, según la página web la actividad física es el estado de como se muestra una persona y quien lo posea puede realizar las actividades con efectividad y vigor (12)

CDC. Centros para el control y la prevención de enfermedades. Peso saludable: ¡No es una dieta, es un estilo de vida!, en este artículo de internet nos brinda información sobre la importancia de realizar actividad física, como obtener un peso saludable y disminuir los riesgos de enfermedades no transmisibles. También nos informa de cuanta actividad física se debe realizar para mantener un peso saludable o bajar de peso, así como también la realización de actividad física moderada o vigorosa (13).

Organización Mundial de la Salud. "Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana" (2002), en el informe sobre la salud en el mundo concluye que debemos enfocar nuestra atención en la prevención de las causas de enfermedades y en su tratamiento. Reducir los riesgos comunes y grandes para poder mejorar la realidad mundial. Dando una oportunidad a los gobiernos en adoptar medidas contra estas causas (14).

Gómez LF, Duperly J, Lucumí DI, Gámez R, Venegas AS. (Colombia – 2005), se demostró los niveles de actividad física de la población, dando como resultado que la tercera parte de la población adulta de Bogotá realiza actividad física regular, demostrando que el sedentarismo es un problema en la ciudad. En la población masculina la actividad física fue mayor a excepción en los adultos mayores y las personas que están en búsqueda de trabajo, en cambio, en la población femenina realiza un bajo nivel de actividad física (15).

Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios (2020), estas directrices están recomendadas a toda la población, en donde encontraremos la actividad física recomendada para cada población como niños, adolescentes, adultos, personas mayores. También va dirigida a mujeres gestantes, personas discapacitadas y personas que padecen de enfermedades crónicas siendo clasificados según la frecuencia, intensidad y duración de la actividad física para obtener el beneficio de una vida saludable (16).

Ros J. Actividad física + Salud Hacia un Estilo de Vida Activo (España – 2018), este plan llamado “Plan Eva” nos ofrece mejorar la salud y bienestar de las personas, priorizando el plan en niños, jóvenes y personas con sobrepeso y obesidad, con ejercicios sencillos de baja, moderada o alta intensidad fáciles de realizar en casa. (17).

CDC. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. Acerca del IMC para adultos. (2015), el artículo web nos da la información que el IMC se utiliza como herramienta de detección, pero no como diagnóstico de la salud o grasa corporal de un individuo, esto requiere otras evaluaciones. Medir el IMC es un método económico y muy fácil de usar solo se requiere el peso en kilogramos y la estatura en metros. Cuando una persona posee un IMC alto es más probable que tenga una mayor grasa corporal o posee mayor masa magra (18).

NIH. National Institute of Diabetes, digestive and Kidney Diseases. Definición e información sobre el sobrepeso y la obesidad en los adultos, el artículo nos ofrece información sobre el sobrepeso y la obesidad, según el NIDDK los datos obtenidos de una encuesta en los Estados Unidos demostraron que 1 de cada 3 adultos tienen sobrepeso, 1 de cada 3 adultos tiene obesidad y 2 de cada 3 adultos tiene sobrepeso u obesidad. Siendo el género masculino con tendencia a tener sobrepeso y el género femenino con una mayor tendencia a ser obesas, pero hay variaciones según sea la raza y lugar de origen. También el por qué las personas deben de perder peso y quienes deben de hacerlo. (19).

National Heart, Lung and Blood Institute. Información de salud para el público. Campañas y programas educativos. Apunte a un peso saludable (2021), en el sitio web del NIH nos informa de la importancia de mantener un peso saludable para obtener una buena calidad de estilo de vida y la prevención de enfermedades crónicas que se relacionan con el sobrepeso u obesidad, que existen factores que pueden modificar el peso de las personas como su genética su metabolismo y el ambiente que lo rodea y sobre la relación de balance de la energía y el aumento de peso (20). Moreno M. Definición y clasificación de la obesidad (Chile – 2012), este artículo de una revista médica concluye que así como en Chile y en todo el mundo la obesidad es una enfermedad crónica, utilizar como herramienta el IMC y medición de la circunferencia abdominal nos permite detectar esta patología, con el fin de tomar medidas preventivas y el manejo si se detecta la enfermedad (21).

Organización Mundial de la Salud. Nota descriptiva de Actividad física, en esta nota descriptiva de la OMS nos informa que la actividad física es el movimiento corporal ejercido por el sistema esquelético con un gasto de energía. La OMS nos brinda directrices y recomendaciones para llevar a cabo actividades físicas categorizando por edad e intensidad de los ejercicios, también nos brinda información sobre los riesgos de no realizar actividad física (22).

Healthy Children. Etapas de la adolescencia. Nos detalla los cambios físicos y emocionales que pasan los adolescentes, también nos describe tres etapas de la adolescencia y como los padres pueden interferir como ayuda para llevar esta etapa (23).

Medline Plus. Información de salud. Riesgos de una vida sedentaria. Comportamiento sedentario, en el artículo web de Medline detalla los riesgos de llevar un estilo de vida sedentario. Con el avance tecnológico la vida de las personas a ido cambiando y para realizar un cambio en la vida sedentaria tiene que haber un comienzo que dará un avance progresivo, incrementando la intensidad de la actividad física (24).

Organización Panamericana de la Salud. Enfermedades no transmisibles, en la publicación realizada por la OPS no detalla que hoy una de las principales causas de muerte a nivel mundial son las enfermedades no transmisibles como enfermedades coronarias, diabetes, cáncer y otros. Siendo los factores de riesgos causas conductuales o metabólicas (25).

Tabla de valoración nutricional según IMC adultas/os. En esta tabla de valor nutricional proporcionado por el MINSA, nos brinda información sobre la clasificación de IMC en los adultos, como hallarlo y los signos de alerta (26).

Vikika Team. Cinco diferencias entre una persona activa y una sedentaria, en el blog web se detalla que el sedentarismo es un problema muy grave que repercute en la salud. Existen personas que son sedentarias, pero no lo saben. Y nos indica las diferencias entre una persona activa y sedentaria (27)

Real Academia Española. Significado de sedentarismo. Según la RAE define el sedentarismo como un modo de vida de poco movimiento (28).

MedlinePlus. Biblioteca Nacional de Medicina de los EE. UU. Sobrepeso y obesidad, en esta página web deduce de información de NIH que tener un excedente de grasa en el cuerpo es tener obesidad, esta es adquirida progresivamente a través de la ingesta de alimentos ricos en calorías y que no se quema a través de la actividad física. Otro factor que afecta a un individuo y que suba su grasa corporal es su genética (29).

Rosa O. Domínguez A. Malpica C. (2008), en la revista Acta Bioethica sobre los principios aplicados a la investigación epidemiológica concluye que a partir de los cambios tecnológicos de los años 60 la bioética emerge siendo una disciplina como consecuencia de la reflexión del actuar médico, esta disciplina impone límites en el campo de la investigación científica teniendo como finalidad resguardar la vulnerabilidad de la persona (30).

Vargas Z. (Costa Rica – 2009), este ensayo sobre el tema de la investigación aplicada infiere que este tipo de investigación se basa en la unión de ciencia y sociedad. Es un tipo de investigación más controlada, con actualización constante de la realidad por las prácticas profesionales beneficiando a la población y al ejecutor (31).

Investigación científica.org ¿Qué es la investigación documental?, en esta publicación web concluye que según Baena es un tipo de investigación de recolección de datos a través de lecturas, escritos, material bibliográfico, bibliotecas y centro de información. También según Garza es el

uso de apuntes gráficos, sonoros, manuscritos e impreso, ambos autores con el objetivo de comparar con diversas fuentes de información a través del análisis del fenómeno en estudio (32).

Cada tipo o clase de actividad física dependientemente de su intensidad se utiliza calorías. El sobrepeso y la obesidad se consideran problemas de salud pública porque afectan a la sociedad en su conjunto, provocan enfermedades metabólicas, psicológicas y genéticas, y están relacionados con problemas sociales, económicos y ambientales.

Frente a todo lo expuesto, en este estudio se planteó dar respuesta a las siguientes preguntas de investigación:

Problema general

¿Cuál será la relación entre el Índice de Masa Corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I?

Problemas específicos

¿Cuál será la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I?

¿Cuál será el índice de masa corporal de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I?

¿Cuál será la relación que existe entre el índice de masa corporal y la actividad física los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I, según edad y sexo?

Asimismo, se plantearon cumplir con los siguientes objetivos de investigación:

Objetivo general

Determinar la relación entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Objetivos específicos

Determinar la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Determinar el índice de masa corporal de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Identificar la relación que existe entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VI Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I, según edad y sexo.

Después de la recolección de datos y el análisis estadístico se realizó la creación de una base de datos en tablas y gráficos, clasificando la información en grupo etario y sexo de los estudiantes. Luego se realizó la discusión de los resultados comparándola con los antecedentes y se observó similitudes con las investigaciones. Finalizando con la discusión se procedió a plantear las conclusiones y recomendaciones para lograr un beneficio para los estudiantes y como antecedente para futuras investigaciones.

La estructura del trabajo se considera desde la introducción en el capítulo I donde se desarrolla la realidad problemática, antecedentes, justificación, objetivos, en el capítulo II se observa la estrategia metodológica donde se describe la recolección de datos, su procesamiento estadístico de la población, en el capítulo III vemos los resultados con su interpretación, el capítulo IV observamos la discusión de los resultados con los antecedentes, en el capítulo V vemos las conclusiones, capítulo VI encontramos las recomendaciones de la investigación, en el capítulo VII vemos las referencias bibliográficas y en el capítulo VIII los anexos del estudio.

II. ESTRATEGIA METODOLÓGICA

2.1. Tipo de investigación

Según la orientación

La investigación desarrollada es de tipo aplicada, porque los conocimientos teóricos son orientados a práctica con el fin de controlar y reducir el problema de estudio.

Según la tendencia de la investigación

La investigación desarrollada es de enfoque cuantitativo, es decir, se pretende ofrecer un aporte científico al estudio de la relación entre la actividad física que desarrollan los estudiantes en época de emergencias sanitarias y el impacto en el IMC.

Según el tiempo de ocurrencia de los hechos

El estudio ha sido realizado retrospectivamente, dado que se trata de las actividades realizadas durante la pandemia y su relación de esta variable con el IMC que presentan los estudiantes como efecto de la primera variable.

Según el periodo y secuencia de la investigación

El estudio fue transversal, dado que se observó y evaluó las variables de estudio en una sola vez.

Nivel de investigación

Se desarrolló una investigación no experimental de nivel descriptiva, correlacional.

2.2. Diseño de la investigación

El estudio desarrollado fue de diseño no experimental, de corte transversal debido a que las variables no son manipulables y se evaluaron las variables en una sola oportunidad.

2.3. Población

La población objetivo fue conformada por 198 estudiantes del V y VII semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica, debidamente matriculado en el año lectivo en curso.

Criterios de inclusión

Se incluyó a los estudiantes debidamente matriculados en el año lectivo en curso.

Se incluyó a los estudiantes de V y VII semestre de ambos sexos.

Se incluyó a los estudiantes que estuvieron de acuerdo con su participación en el estudio

Criterios de exclusión

Se excluyó a los estudiantes que no aceptaron participar en el estudio

Se excluyó a los estudiantes que no se encontraron presentes en el momento de la recolección de datos.

2.4. Muestra de estudio

El estudio contó con una muestra de 161 estudiantes comprendidos entre el V y VII semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica, obtenido por la aplicación de la fórmula de muestreo para una población finita, cumpliendo con los criterios de inclusión y exclusión.

Para darle mayor validez interna al estudio y considerando que la variable principal del estudio es de tipo cualitativo, es decir, se reporta mediante la proporción del fenómeno en estudio en la población referida, la muestra se ha calculado a través de la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N * Z^2 * P * Q}{d^2(N - 1) + Z^2 + P + Q}$$

Reemplazando en la fórmula:

$$n = \frac{198 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.034^2(198 - 1) + 1.96^2 + 0.5 + 0.5} = 160.04$$

La muestra calculada fue aproximada a 161 estudiantes participantes que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión.

2.5. Técnica de recolección de datos

El instrumento utilizado en la presente investigación fue de encuesta. Los alumnos fueron contactados a través de sus delegados de aula, siendo informados sobre el estudio y consultados sobre su participación. Se entregó el cuestionario y una vez que finalizaron en contestar el cuestionario se archivaron sus respuestas para su posterior visualización.

2.6. Técnica de procesamiento, análisis e interpretación de resultados

Con los datos recolectados se procedió a crear una base de datos en formato Excel. Se utilizó el programa SPSS 26.0 para realizar el análisis estadístico de la información recolectada. Primero se realizó una descripción de la muestra de estudio según las variables

demográficas, luego se presenta la relación existente entre las variables de interés principal mediante la construcción de una tabla de frecuencia, gráficos de dispersión y el cálculo de la correlación mediante el Coeficiente de correlación de Spearman indicada para datos sin distribución normal, asimismo, se construyeron tablas de contingencia para la presentación de las proporciones de las variables de estudio presentadas y resumidas según la edad y el sexo, se comparó proporciones mediante la prueba chi cuadrado.

2.1. Aspectos éticos

La muestra de datos recolectados se manejó en estricto cumplimiento con los códigos de ética y se manejó con la confidencialidad necesaria por parte del investigador. Del código de ética y deontología del colegio químico farmacéutico del Perú, se tomó en cuenta el Art 24°. De la labor de investigación y los principios éticos y bioéticos, el cual señala que el Químico Farmacéutico que realiza investigación debe regirse por los principios éticos y bioéticos según su campo de investigación.

III. RESULTADOS

3.1. Descripción de la muestra de estudio

Tabla 01. Distribución de la muestra según edades de la muestra de estudio.

		Frecuencia	Porcentaje
Edades	18 a 21 años	123	76,4
	22 a 25 años	38	23,6
	Total	161	100,0

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Los estudiantes de 18 a 21 años de edad presentan mayor proporción de participación en la muestra de estudio, alcanzando un 76,4%.

Figura 01. Distribución de la muestra según la edad de la muestra de estudio.

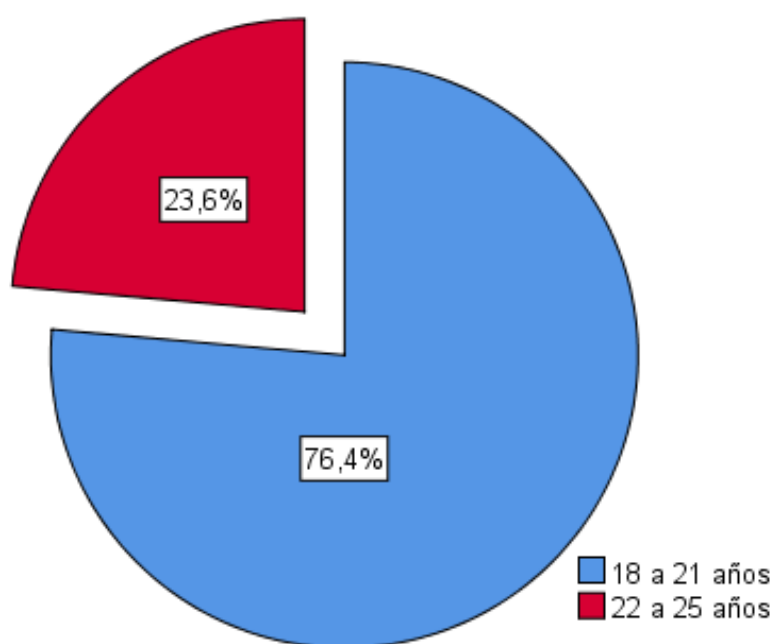


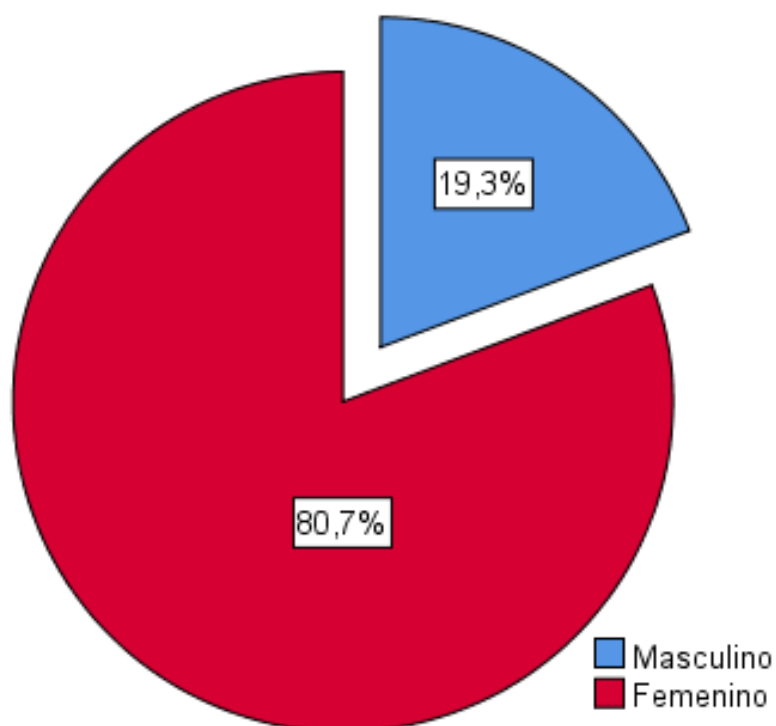
Tabla 02. Distribución de la muestra según sexo de la muestra de estudio.

		Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	31	19,3
	Femenino	130	80,7
	Total	161	100,0

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Los estudiantes de sexo femenino presentan mayor proporción de participación en la muestra de estudio, alcanzando un 80,7%.

Figura 02. Distribución de la muestra según el sexo en la muestra de estudio.



3.2. La actividad física y su relación con el IMC en la muestra de estudio.

Tabla 03. Pruebas de normalidad en la muestra de datos de las variables Actividad física e IMC.

Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
IMC	,084	161	,007
Actividad física	,146	161	,000

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa ausencia de distribución normal en el conjunto de datos de las variables Actividad física e IMC, por lo que se tomó la decisión de utilizar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

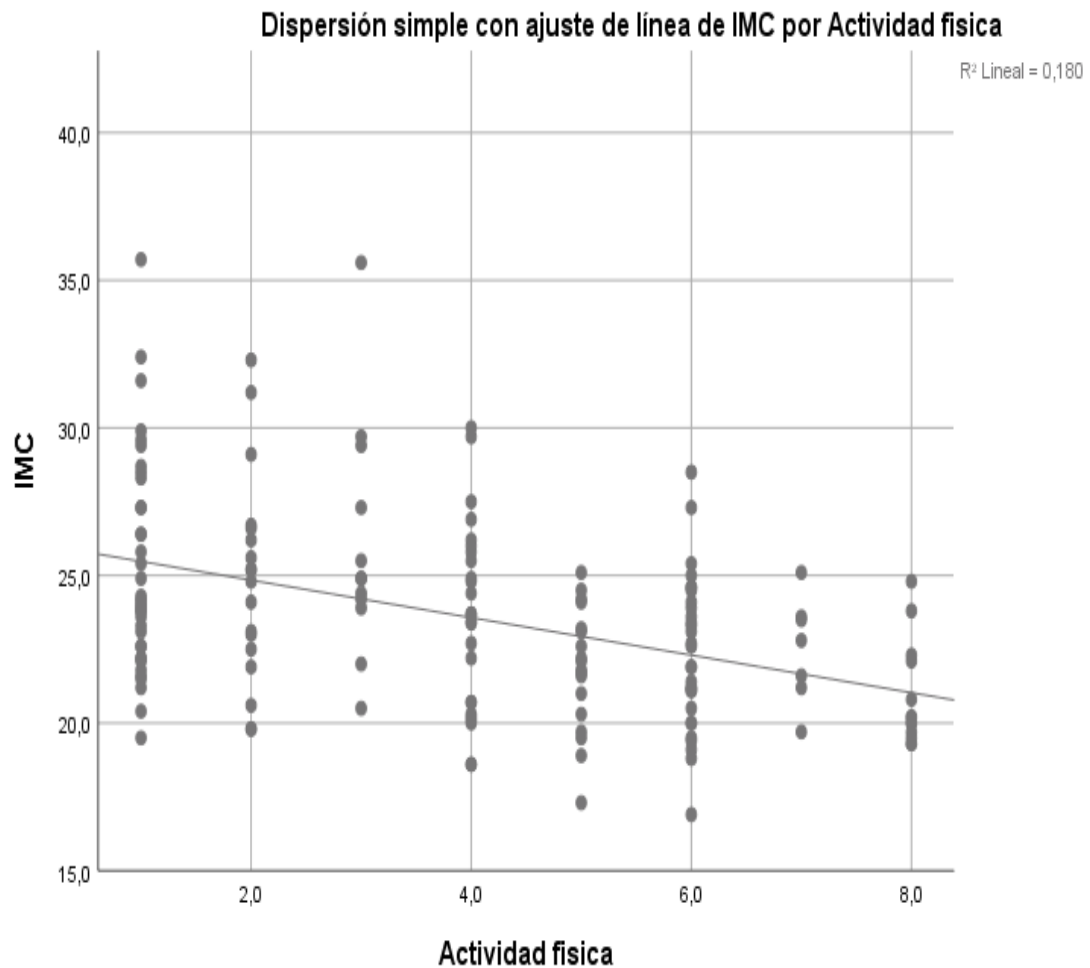


Figura 03. Gráfico de dispersión con los datos de las variables de la muestra global de estudio.

Se observa una posible relación lineal inversa entre las variables Actividad física e IMC en el conjunto de datos de la muestra de estudio.

Tabla 04. Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra global de estudio.

			IMC
Rho de Spearman	Actividad física	Coefficiente de correlación	-,421**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	161

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa una correlación inversa moderada y significativa entre las variables Actividad física e IMC, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes de la muestra de estudio.

3.3. La actividad física en la muestra de estudio

Tabla 05. La Actividad física en la muestra global de estudio.

		Frecuencia	Porcentaje
Actividad física	Muy baja actividad física	37	23,0
	Baja actividad física	30	18,6
	Regular actividad física	44	27,3
	Alta actividad física	37	23,0
	Muy alta actividad física	13	8,1
	Total	161	100,0

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa mayor proporción de actividad física regular, alcanzando un 27,3%, mientras que solo el 8,1% practican muy alta actividad física. Cabe resaltar que el 27,3% de los estudiantes de la muestra practican regular actividad física.

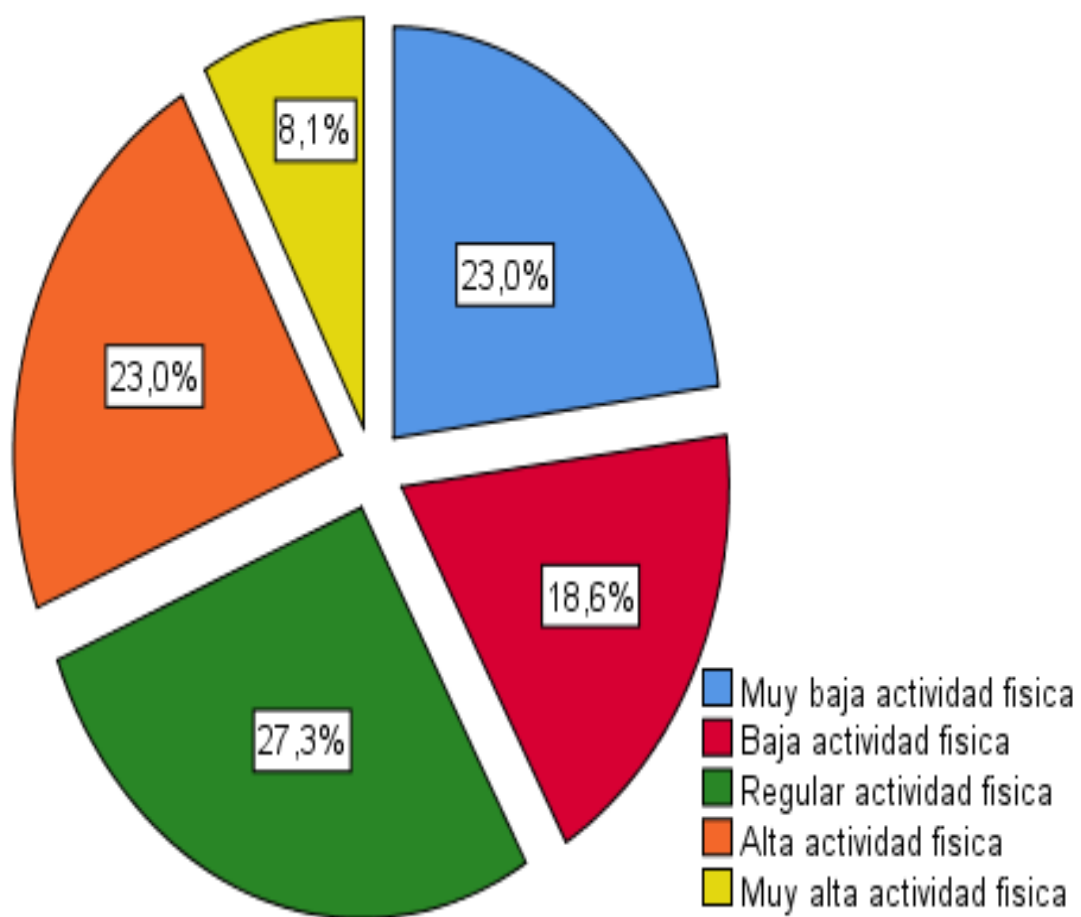


Figura 04. La Actividad física en la muestra global de estudio.

Tabla 06. La Actividad física en la muestra de estudio según edades.

		Actividad física						
		Muy baja Actividad física	Baja actividad física	Regular actividad física	Alta actividad física	Muy alta actividad física	Total	
Edades	18 a 21 años	f	29	23	32	28	11	123
		%	23,6%	18,7%	26,0%	22,8%	8,9%	100,0%
	22 a 25 años	f	8	7	12	9	2	38
		%	21,1%	18,4%	31,6%	23,7%	5,3%	100,0%
Total		f	37	30	44	37	13	161
		%	23,0%	18,6%	27,3%	23,0%	8,1%	100,0%

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información (chi2= 0,923)

Se observa mayor proporción en la categoría Regular actividad física, alcanzando un 26% en estudiantes de 18 a 21 años de edad, asimismo, se observa mayor proporción en la categoría Regular actividad física, alcanzando un 31,6% en estudiantes de 22 a 25 años de edad.

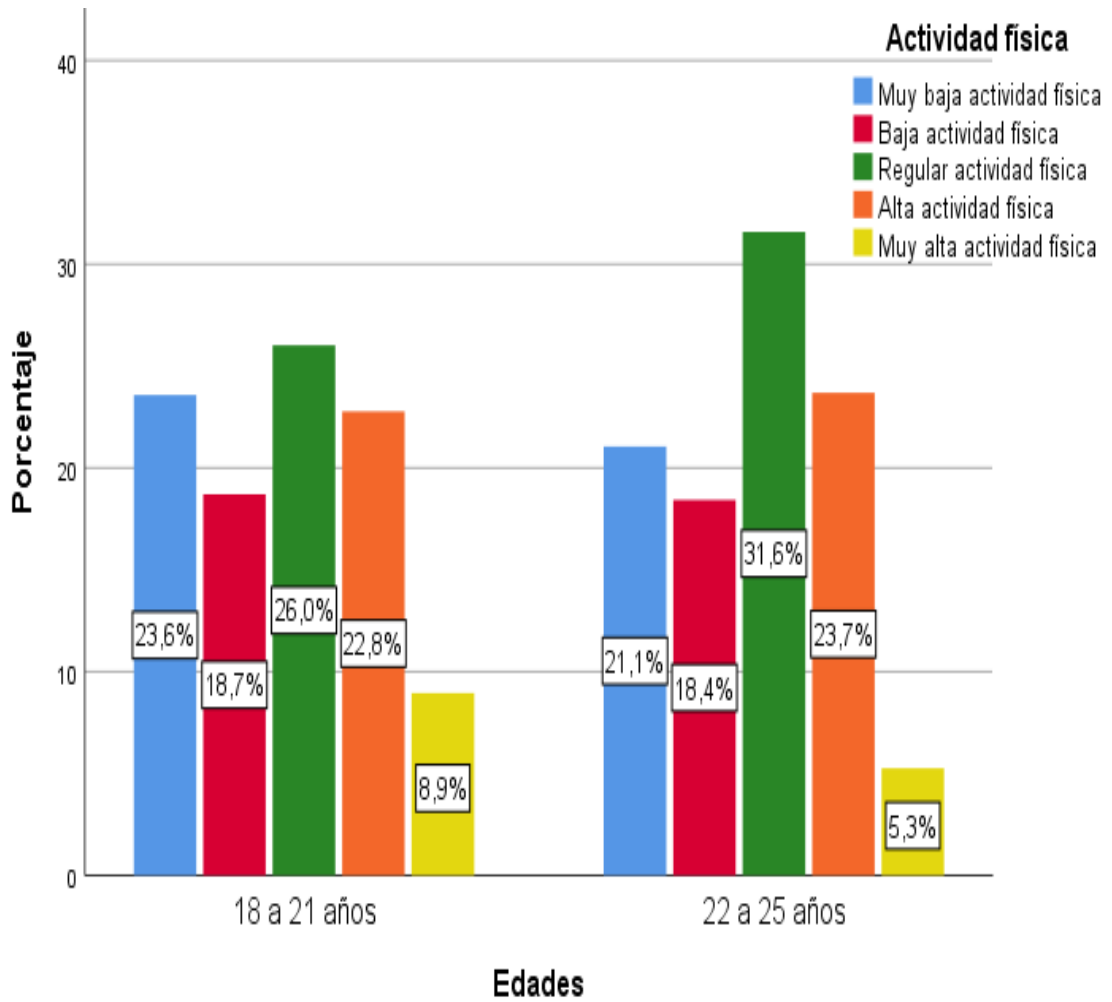


Figura 05. La Actividad física en la muestra de estudio según edades.

Tabla 07. La Actividad física en la muestra de estudio según sexo.

		Actividad física					Total	
		Muy baja actividad física	Baja actividad física	Regular actividad física	Alta actividad física	Muy alta actividad física		
Sexo	Masculino	f	9	6	5	8	3	31
		%	29,0%	19,4%	16,1%	25,8%	9,7%	100,0%
	Femenino	f	28	24	39	29	10	130
		%	21,5%	18,5%	30,0%	22,3%	7,7%	100,0%
Total		f	37	30	44	37	13	161
		%	23,0%	18,6%	27,3%	23,0%	8,1%	100,0%

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información (chi2= 0,620)

Se observa mayor proporción en la categoría Muy baja actividad física, alcanzando un 29% en estudiantes de sexo masculino, mientras que se observa mayor proporción en la categoría Regular actividad física, alcanzando un 30% en estudiantes de sexo femenino.

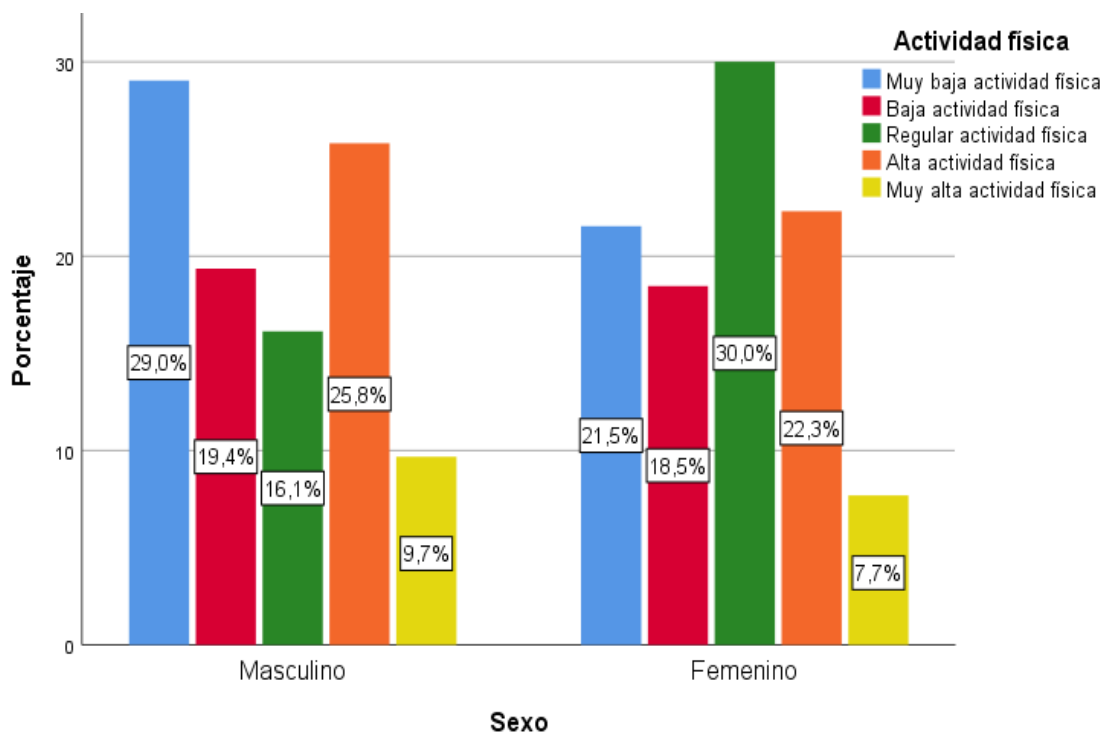


Figura 06. La Actividad física en la muestra de estudio según sexo.

3.4. El IMC en la muestra de estudio

Tabla 08. El IMC en la muestra global de estudio.

Clasificación		Frecuencia	Porcentaje
	Delgadez II	2	1,2
	Normal	114	70,8
	Sobrepeso	39	24,2
	Obesidad I	6	3,7
	Total	161	100,0

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa que el 70,8% de los estudiantes de la muestra presentan IMC normal, es decir, 7 de cada 10 estudiantes presentan normalidad en su IMC, mientras que el 3,7% de ellos presentan Obesidad I.

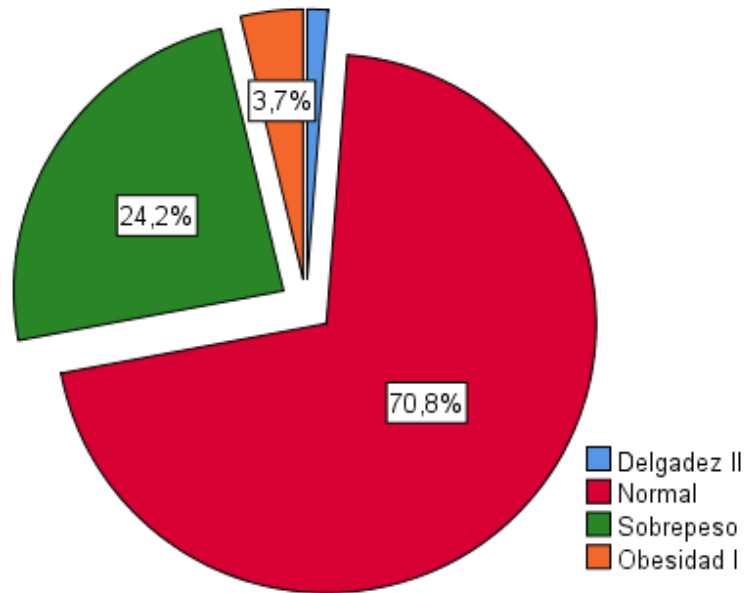


Figura 07. El IMC en la muestra global de estudio.

Tabla 09. El IMC en la muestra de estudio según edades.

		Clasificación					
			Delgadez II	Normal	Sobrepeso	Obesidad I	Total
Edades	18 a 21 años	f	1	89	28	5	123
		%	0,8%	72,4%	22,8%	4,1%	100,0%
	22 a 25 años	f	1	25	11	1	38
		%	2,6%	65,8%	28,9%	2,6%	100,0%
Total		f	2	114	39	6	161
		%	1,2%	70,8%	24,2%	3,7%	100,0%

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información (0,667)

Se observa que el 72,4% presentan IMC normal, es decir, 7 de cada 10 estudiantes de 18 a 21 años de edad presentan normalidad en su IMC, asimismo, el 65,8% de ellos presentan Normalidad en la muestra de estudiantes de 22 a 25 años de edad.

Tabla 10. El IMC en la muestra de estudio según sexo.

		Clasificación				Total	
		Delgadez II	Normal	Sobrepeso	Obesidad I		
Sexo	Masculino	f	0	16	11	4	31
		%	0,0%	51,6%	35,5%	12,9%	100,0%
	Femenino	f	2	98	28	2	130
		%	1,5%	75,4%	21,5%	1,5%	100,0%
Total		f	2	114	39	6	161
		%	1,2%	70,8%	24,2%	3,7%	100,0%

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información (0,004)

Se observa que el 51,6% presentan IMC normal, es decir, 5 de cada 10 estudiantes de sexo masculino presentan normalidad en su IMC, asimismo, el 75,4% de ellos presentan Normalidad en la muestra de estudiantes de sexo femenino.

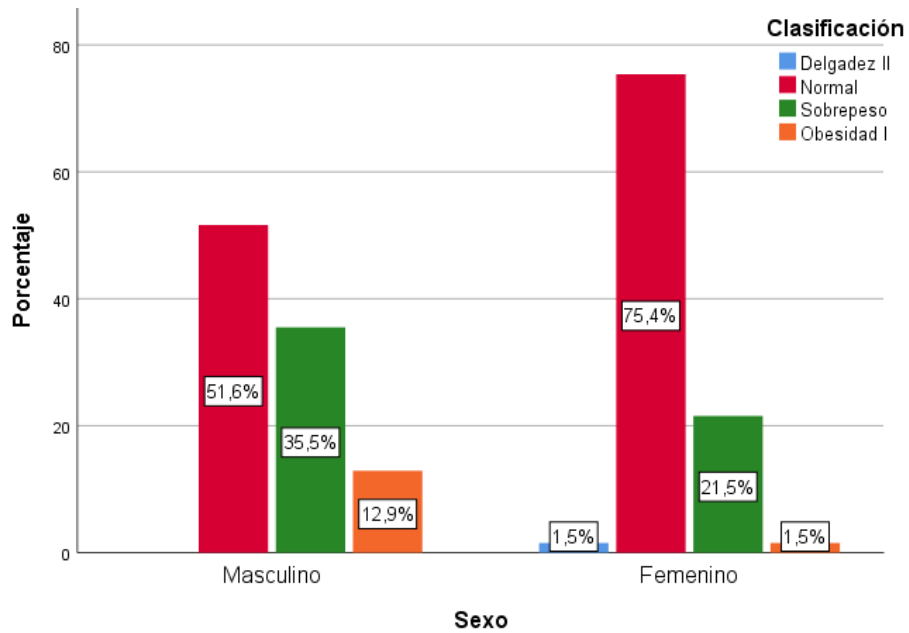


Figura 08. El IMC en la muestra de estudio según sexo.

3.5. Relación entre la actividad física y el IMC en la muestra de estudio según edades

Tabla 11. Pruebas de normalidad de los datos de la variable Actividad física e IMC en la muestra según edades.

Pruebas de normalidad

	Edades	Kolmogorov-Smirnov ^a		
Actividad física	18 a 21 años	,138	123	,000
	22 a 25 años	,171	38	,007
IMC	18 a 21 años	,114	123	,001
	22 a 25 años	,076	38	,200*

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa ausencia de distribución normal en el conjunto de datos de las variables Actividad física e IMC, a excepción del conjunto de datos de la variable IMC correspondiente a las edades de 22 a 25 años de edad, por lo que se tomó la decisión de utilizar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

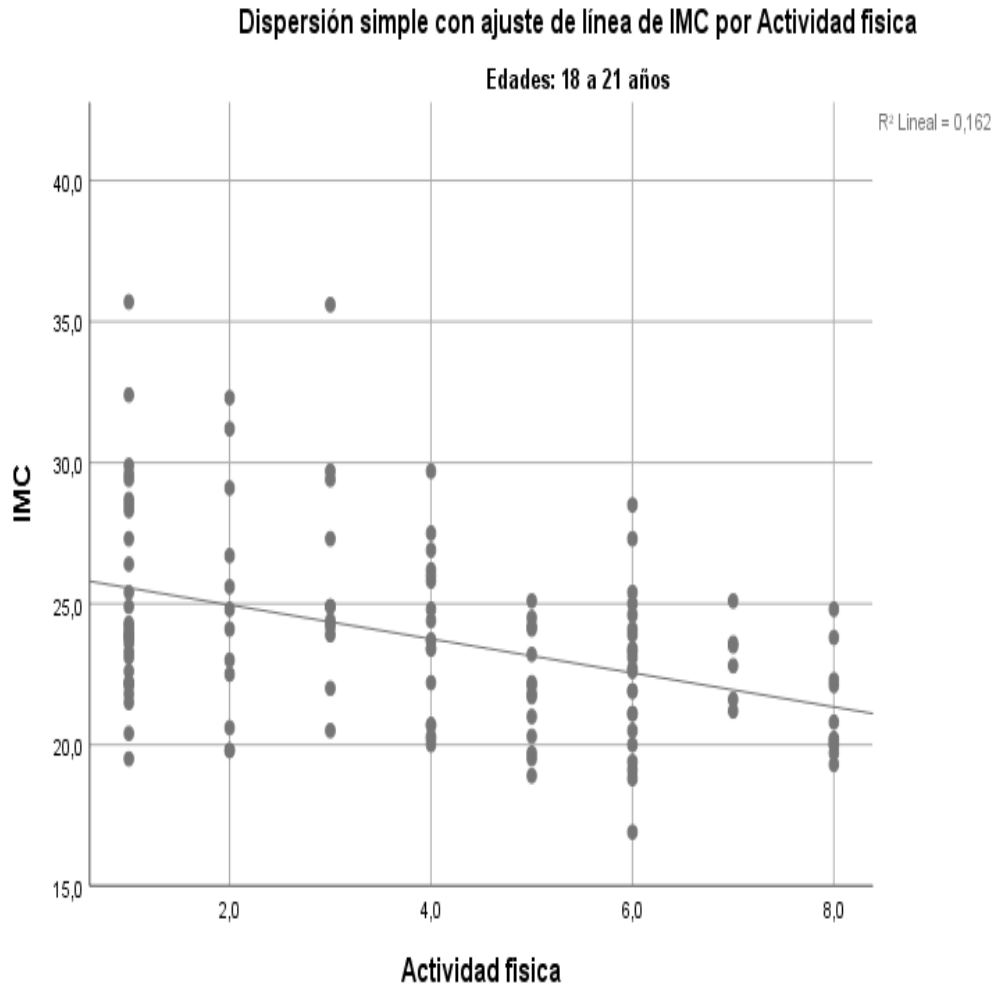


Figura 09. Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC.
 Se observa una posible relación lineal inversa entre las variables Actividad física e IMC en el conjunto de datos de la muestra de estudiantes de 18 a 21 años de edad.

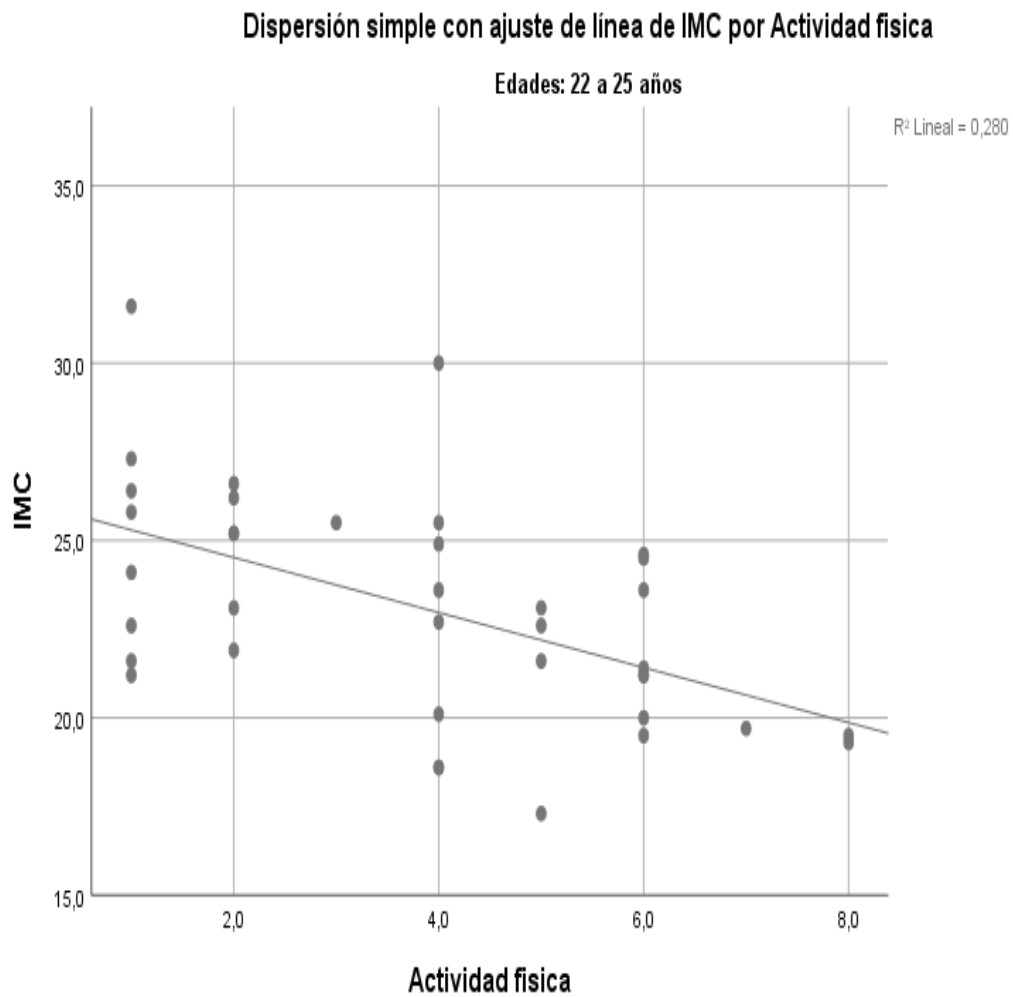


Figura 10. Gráfico de dispersión con los datos de las variables de la muestra global de estudio

Se observa una posible relación lineal inversa entre las variables Actividad física e IMC en el conjunto de datos de la muestra de estudiantes de 22 a 25 años de edad.

Tabla 12. Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra según edades.

	Edades		IMC	
Rho de Spearman	18 a 21 años	Actividad física	Coeficiente de correlación	-,387**
			Sig. (bilateral)	,000
			N	123
	22 a 25 años	Actividad física	Coeficiente de correlación	-,548**
			Sig. (bilateral)	,000
			N	38

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa baja correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los estudiantes de 18 a 21 años de edad, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes de este grupo de edades. Asimismo, se observa moderada correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los estudiantes de 22 a 25 años de edad, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes de este grupo de edad.

Relación entre la actividad física y el IMC en la muestra de estudio según sexo

Tabla 13. Pruebas de normalidad de los datos de la variable actividad según sexo.

Pruebas de normalidad

	Sexo	Kolmogorov-Smirnov ^a		
Actividad física	Masculino	,167	31	,028
	Femenino	,142	130	,000
IMC	Masculino	,113	31	,200*
	Femenino	,070	130	,200*

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa ausencia de distribución normal en ambos sexos de la variable Actividad física, mientras que se observa normalidad en los datos de la variable IMC en ambos casos, por lo que se tomó la decisión de utilizar la prueba no paramétrica de correlación de Spearman.

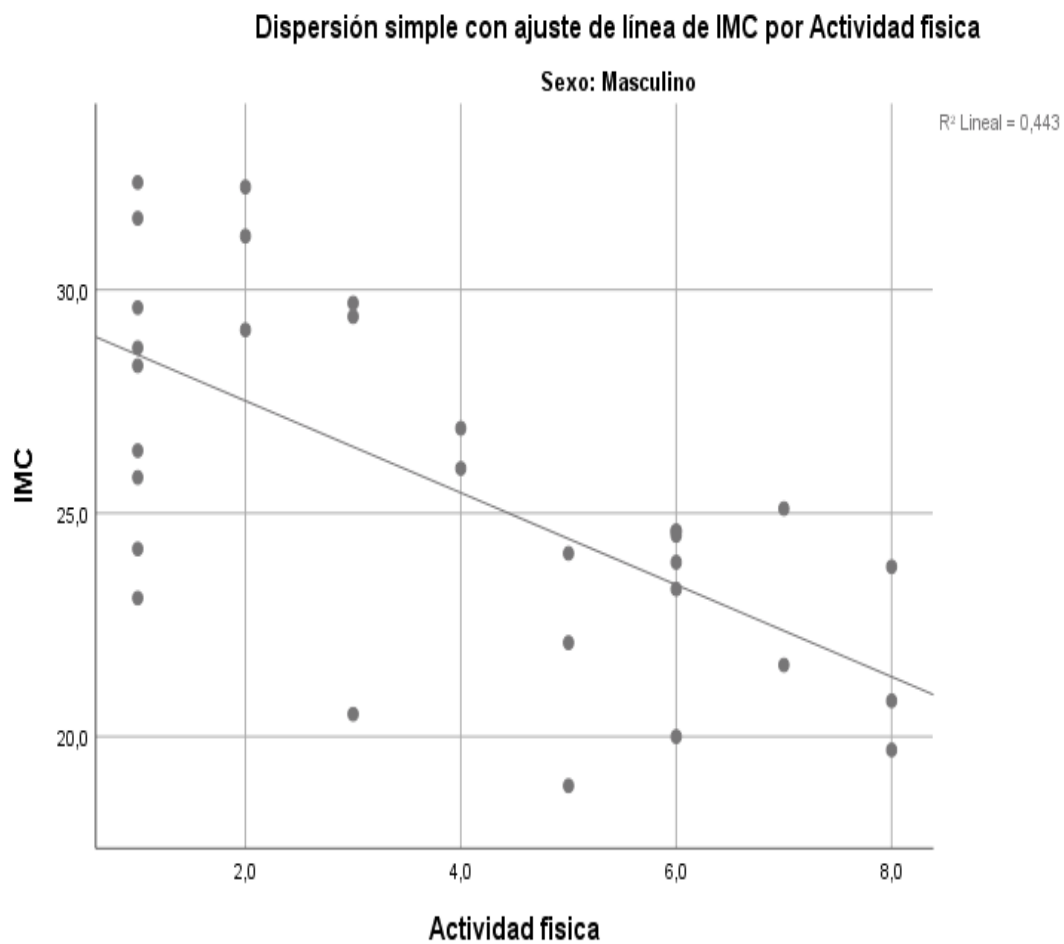


Figura 11. Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC.
 Se observa una posible relación lineal inversa entre las variables Actividad física e IMC en el conjunto de datos de la muestra de estudiantes de sexo masculino.

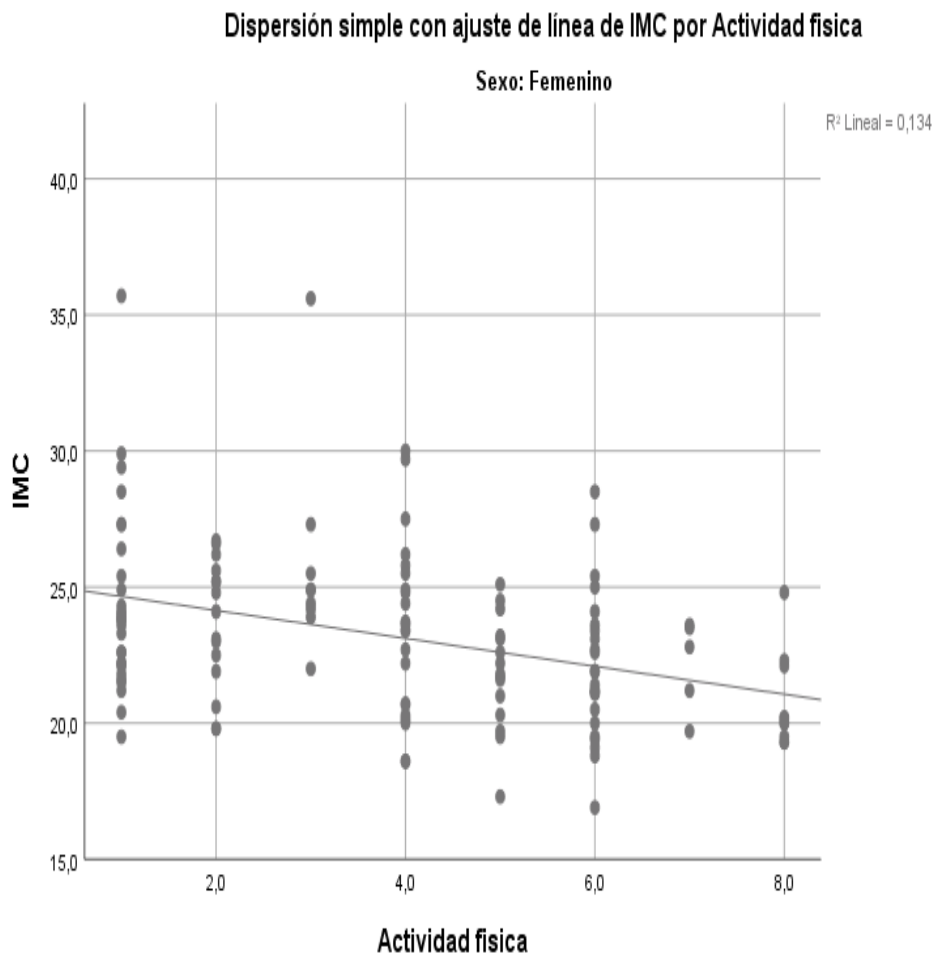


Figura 12. Gráfico de dispersión con los datos de las variables Actividad física e IMC.
 Se observa una posible relación lineal inversa entre las variables Actividad física e IMC en el conjunto de datos de la muestra de estudiantes de sexo femenino.

Tabla 14. Correlación entre las variables Actividad física e IMC en la muestra de estudio.

	Sexo			IMC
Rho de Spearman	Masculino	Actividad física	Coeficiente de correlación	-,624**
			Sig. (bilateral)	,000
			N	31
	Femenino	Actividad física	Coeficiente de correlación	-,385**
			Sig. (bilateral)	,000
			N	130

Fuente: Datos de la hoja de recolección de información

Se observa alta correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los varones, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes varones de la muestra de estudio. Asimismo, se observa baja correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en las mujeres, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes de sexo femenino de la muestra de estudio.

IV. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos coinciden con **Surco C.**, sus resultados indican que los estudiantes tienen una actividad física moderada, y en este estudio se concluye que una gran parte de los estudiantes universitarios presenta una actividad física regular. Por otra parte, se coincide con **Quiñones L.** al encontrarse una relación inversa entre las variables de actividad física e índice de masa corporal.

Sin embargo, en los resultados de **Yupanqui J.** se concluye una relación negativa débil en sus variables, por consiguiente, no coinciden con los resultados de esta investigación; pero se encuentra una coincidencia con los resultados de **Yupanqui J.**, los estudiantes de Nutrición y Medicina Humana presentan un índice de masa corporal normal representado con un 63.1% y los resultados de esta investigación demostró que el 70,8% presentó un índice de masa corporal normal, en ambas investigaciones se demuestra que la mayoría de los estudiantes poseen un normal peso.

Se coincide con **Salazar C. Feu S. Vizúete M. De la Cruz E.**, el 33% de la muestra presenta sobrepeso y obesidad siendo presente la mayoría de estos casos en el sexo masculino, en la investigación realizada se obtiene un 24.2% de alumnos con sobrepeso y 3.7% con obesidad grado I, donde se observa que en los alumnos del sexo masculino predomina el sobrepeso con un 35.5% y obesidad grado I con un 12.6%.

No se encontró coincidencia con los resultados de IMC de **Rodríguez C.**, el 40.5% de los alumnos presentan bajo peso siendo el grupo mayoritario de la muestra. De igual manera, no coincidimos con **Mora A.**, sus resultados de la cuantificación de la actividad física dieron como resultado que más de un 90% de la muestra presentan niveles altos y moderados de actividad física y un 10% poseen una actividad física con niveles bajos.

V. CONCLUSIONES

La actividad física presenta correlación inversa moderada y significativa con el IMC, es decir, a más actividad física menor será el IMC en los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Los estudiantes presentan mayor proporción de actividad física regular, alcanzando un 27,3%, mientras que solo el 8,1% practican muy alta actividad física. Cabe resaltar que el 27,3% de los estudiantes de la muestra practican regular alta actividad física.

El 70,8% de los estudiantes de la muestra presentan IMC normal, es decir, 7 de cada 10 estudiantes presentan normalidad en su IMC, mientras que el 3,7% de ellos presentan Obesidad I en la muestra de estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Se observa baja correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los estudiante de 18 a 21 años de edad, asimismo, se observa moderada correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los estudiantes de 22 a 25 años de edad; asimismo, se observa alta correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en los varones, finalmente, se observa baja correlación inversa y significativa entre las variables Actividad física e IMC en mujeres estudiantes del V y VI Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

VI. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a los jóvenes universitarios que no realizan actividad física o una baja actividad, realizar la práctica de al menos de una hora al día de algún deporte de su elección, para cumplir las recomendaciones de la OMS.
2. Se debe informar a toda la población universitaria sobre los riesgos de la falta de realización de actividad física y también informar sobre los beneficios sobre la salud que conlleva su práctica.
3. Se debe implementar charlas y/o conferencias en las universidades sobre los buenos hábitos alimenticios, los riesgos del consumo excesivo de comida chatarra y otros temas competentes; con el fin de informar y educar al alumnado logrando a futuro reducir la población que posee un IMC elevado.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Surco C. Actividad física y hábitos alimentarios en el IMC de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Agrícola de la Universidad Nacional del Altiplano – Puno. Perú. 2019. <https://n9.cl/nq71j>
2. Quiñones L. Comportamiento sedentario y actividad física en relación al índice de masa corporal en adolescentes de una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho. Lima, 2017. 2018. Lima Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Medicina. Escuela Profesional de Tecnología Médica. [Internet]. [Acceso: 21 enero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/s4kvm>
3. Vanegas M. 2018. Cuenca Ecuador. Prevalencia y Factores Asociados al Sobrepeso en estudiantes de Ciencias de la Salud, Universidad de Cuenca, 2016. [Internet]. [Acceso: 24 enero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/pf9yp>
4. Bermúdez J. 2017. Lima Perú. Relación entre el índice de masa corporal (IMC) y la sintomatología del síndrome de Burnout académico en los estudiantes de Nutrición de la Universidad Católica Sedes Sapientiae 2016. Universidad Católica Sedes SAPIENTIAE. Tesis para optar el Título de Licenciado en Nutrición y Dietética. <https://n9.cl/24fow>
5. Yupanqui J. 2016. Lima Perú. Relación entre calidad de vida en salud e índice de masa corporal en estudiantes de nutrición y medicina de una universidad pública. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Nutrición. <https://n9.cl/8u99c>
6. Bonilla J. Prevalencia de sobrepeso y obesidad en estudiantes de medicina del Área Clínica con identificación de estilos de vida en el Periodo Académico 2016 – II. 2016. Bogotá Colombia. Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A Facultad de Ciencias de la Salud Programa de Medicina Humana. [Internet]. [Acceso: 28 enero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/r5vwa>
7. Rodríguez C. Relación entre Actividad Física y el Índice de Masa Corporal en Estudiantes de Catorce a Diecisiete Años, en el Colegio Santa Teresita de Floridablanca Año 2015. 2015. Bucaramanga. Universidad Santo Tomás. Trabajo de grado presentado como requisito para optar el título de Profesional en Cultura Física, Deporte y Recreación. [Internet]. [Acceso: 24 enero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/nu21w>
8. Mora A. Molina G. Andrés G. La actividad física y el índice de masa corporal de los estudiantes de primer semestre de la licenciatura en educación física, recreación y deporte de la UNIMINUTO. 2015. Bogotá Colombia. [Internet]. [Acceso: 02 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/0dhjl>
9. Mollinedo F. Trejo P. Araujo R. Lugo L. Índice de masa corporal, frecuencia y motivos de estudiantes universitarios para realizar actividad física. 2013. Zacatecas México. Educación

- Médica Superior [Internet]. [Acceso: 13 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/9h0uk>
10. Salazar C. Feu S. Vizuet M. De la Cruz E. IMC y actividad física de los estudiantes de la Universidad de Colima. 2011. Colima México. Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte- vol. 13 - número 51 - ISSN: 1577- 0354. [Internet]. [Acceso: 12 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/hr60g>
 11. OPS. Organización Panamericana de la Salud. Organización Mundial de la Salud. Ministerio de Salud. Uruguay. Secretaria Nacional de Deporte. ¡A moverse! Guía de actividad física. 2012. [Internet]. [Acceso: 18 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/ygb2i>
 12. Definicion.de. Definición de condición física. <https://definicion.de/condicion-fisica/>
 13. CDC. Centros para el control y la prevención de enfermedades. Peso saludable: ¡No es una dieta, es un estilo de vida!. <https://n9.cl/lqz3>
 14. Organización Mundial de la Salud. "Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana", 2002. [Internet] Acceso 24 de julio de 2020. Disponible en: <https://n9.cl/harey>
 15. Gómez LF, Duperly J, Lucumí DI, Gámez R, Venegas AS. Nivel de actividad física global en la población adulta de Bogotá (Colombia): Prevalencia y factores asociados. Gac Sanit. 2005; 19(3): 206-213.
 16. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios. <https://n9.cl/116p7>
 17. Ros J. Actividad física + Salud Hacia un Estilo de Vida Activo. Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. Consejería de Sanidad Dirección General de Salud Pública. 2018. [Internet]. [Acceso: 12 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/15fej>
 18. CDC. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. Acerca del IMC para adultos. 2015. [Internet]. [Acceso: 26 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/9fg1>
 19. NIH. National Institute of Diabetes, digestive and Kidney Diseases. Definición e información sobre el sobrepeso y la obesidad en los adultos. [Internet]. [Acceso: 26 setiembre 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/us05>
 20. National Heart, Lung and Blood Institute. Información de salud para el público. Campañas y programas educativos. Apunte a un peso saludable. 2021. [Internet]. [Acceso: 21 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/1q2zz>
 21. Moreno M. Definición y clasificación de la obesidad. 2012. [REV. MED. CLIN. CONDES - 2012; 23(2) 124-8]. [Internet]. [Acceso: 02 marzo 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/bkb7u>

22. Organización Mundial de la Salud. OMS. Acceso Centro de prensa Notas descriptivas Actividad física. <https://n9.cl/hknj>
23. Healthy children.org. Edad y etapas. Etapas de la adolescencia. <https://n9.cl/x1bg>
24. Medline Plus. Información de salud. Riesgos de una vida sedentaria. Comportamiento sedentario. <https://n9.cl/9bz0>
25. Organización Panamericana de la Salud. OPS. Enfermedades no transmisibles. <https://n9.cl/jbqb>
26. Ministerio de Salud del Perú. Minsa. Tabla de valoración nutricional según IMC en adultos. <https://n9.cl/1ai91>
27. Vikika Team. 5 diferencias entre una persona activa y una sedentaria. <https://n9.cl/d9f3p>
28. Real Academia de la Lengua Española. Consulta de términos. Sedentario. <https://n9.cl/v7bzm>
29. MedlinePlus. Biblioteca Nacional de Medicina de los EE UU. Sobrepeso y obesidad. <https://n9.cl/0urd2>
30. Rosa O. Domínguez A. Malpica C. Principios Bioéticos Aplicados a la Investigación Epidemiológica. Acta bioeth. 2008. [citado 2017 Nov 05]; 14(1): 90-6. [Internet]. [Acceso: 26 febrero 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/xkvg8>
31. Vargas Z. La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica. Revista Educación 33(1), 155-165, ISSN: 0379-7082, 2009.
32. Investigación científica.org ¿Qué es la investigación documental? [Internet]. [Acceso: 04 marzo 2021]. Disponible en: <https://n9.cl/pbqr>

VIII. ANEXOS

Anexo N° 01: Matriz de Consistencia

Título: Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII semestre de la facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia COVID 19

Problema	Objetivo	Hipótesis y Variables	Metodología
<p>Problema general ¿Cuál será la relación entre el Índice de Masa Corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál será el índice de masa corporal de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I? ¿Cuál será la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I? ¿Cuál será la relación que existe entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I, según edad y sexo?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I</p> <p>Objetivos específicos Determinar el índice de masa corporal de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I. Determinar la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I. Identificar la relación que existe entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica – 2020 II, según edad y sexo.</p>	<p>Hipótesis La investigación planteada se encuentra dentro de los parámetros de la investigación descriptiva, por lo que no requiere el planteamiento de hipótesis</p>	<p>Tipo, Nivel y Diseño Aplicada Descriptiva Cuantitativa No experimental</p> <p>Población Estudiantes del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga.</p> <p>Muestra Tomada de la población en estudio</p>

Anexo N° 02: Autorización de realización de encuesta



"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

Ica, 25 de enero de 2023

OFICIO N° 031-D/FFB-UNICA-2023

Srta.

Rocio Milagros Simón Montoya.

Bachiller de la Facultad de Farmacia y Bioquímica.

Presente.-

De mi mayor consideración:

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarla cordialmente y al mismo tiempo manifestarle que se le otorga la autorización para que pueda realizar la encuesta para la recopilación de datos de los estudiantes del V y VII semestre de la facultad, con el fin de desarrollar el trabajo de investigación titulada "ACTIVIDAD FÍSICA E ÍNDICE DE MASA CORPORAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL V Y VII SEMESTRE DE LA FACULTAD DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA DURANTE LA PANDEMIA COVID 19" para obtener el título profesional de Químico Farmacéutico.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN LUIS GONZAGA
FACULTAD DE FARMACIA Y BIOQUÍMICA

Dr. Carlos V. Benavides Rivera
ENC. C. A. F. Q. B.

Es copia del impreso del documento electrónico archivado en el Documento de la Facultad de Farmacia y Bioquímica - UNSG. Aplicando la disposición Decreto de Urgencia N° 044-2019. Oficio No. 031-D/FFB-UNICA-2023.
Consulta del documento: farmacia@unica.edu.pe

Campus Universitario (Panamericana Sur Km 385) – Facultad de Farmacia y Bioquímica - ICA
Email: farmacia@unica.edu.pe

Anexo N° 03: Ficha de consentimiento informado

Ficha de Consentimiento Informado

La presente investigación es conducida por Rocio Milagros Simón Montoya, de la Universidad Nacional San Luis Gonzaga de Ica, titulada "Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia Covid 19".

El objetivo de este estudio es determinar la relación entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica.

Si decide participar en este estudio, se le pedirá completar una encuesta. Esto tomará aproximadamente veinte minutos de su tiempo.

La participación en este estudio es voluntaria. La información recolectada será confidencial y no se usará para ningún otro propósito. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas y, por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Yo, _____, identificado (a) con DNI N° _____
acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Rocio Milagros Simón Montoya.

He sido informado (a) de que el objetivo de este estudio es determinar la relación entre el índice de masa corporal y la actividad física de los estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica 2021-I.

Me han indicado también que tendré que responder preguntas en una encuesta lo cual tomará aproximadamente veinte minutos.

Reconozco que la información que yo provea es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.

Firma

Anexo N° 04: Validación de instrumento

N°	Dimensiones/Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
	Variable 1: Índice de masa corporal							
	Dimensión 1: Datos generales	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	¿En qué semestre se encuentra matriculado?	X		X		X		
2	¿Cuál es su sexo a) Femenino b) Masculino	X		X		X		
3	¿Cuál es su edad? a)18 b)19 c)20 d)21 e)21 f)22 g)23 h)24 i)25 o más	X		X		X		
4	Actualmente se encuentre viviendo con: a) Mis padres b) Otro familiar c) Cuarto alquilado	X		X		X		
	Dimensión 2: Caracterización del estado de salud							
5	¿Presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
6	¿Alguno de sus familiares cercanos presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
	Dimensión 3: Caracterización de los hábitos alimenticios							
7	¿Cuántas comidas consume al día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
8	¿Cuántifica las calorías consumidas diariamente? a) Siempre b) A veces c) No sé hacerlo	X		X		X		
9	Durante la última semana: ¿Consumió desayuno? a) Diariamente b) Interdiario c) A veces d) Nunca	X		X		X		
10	¿Consume frutas entre comidas? ¿Cuántas por día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
11	¿Consume algún tipo de alimentos, entre comidas, que no sean frutas? a) Siempre b) A veces c) Nunca	X		X		X		
12	¿Se controla el peso periódicamente? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
13	¿Qué alimentos frescos le agrada consumir? a) Frutas (papaya, fresa, plátanos u otros) b) Vegetales (Lechuga, rábano, pepinillos u otros)	X		X		X		

14	¿Con que frecuencia consume alimentos frescos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
15	¿Qué alimentos secos le agrada consumir? a) Granos secos (frejol, pallar u otros) b) Carnes secas c) Fideos, arroz d) Frutas secas	X		X		X		
16	¿Con que frecuencia consume alimentos secos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
17	¿Qué alimentos procesados le agrada consumir? a) Jugos envasados b) Frituras o golosinas envasadas c) Mantequilla d) Embutidos e) Gaseosas f) Bebidas energéticas	X		X		X		
18	¿Con que frecuencia consume alimentos procesados? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
Dimensión 4: Cuantificación de peso y talla								
19	¿Cuál es su peso? _____Kg	X		X		X		
20	¿Cuál es su talla? _____m	X		X		X		
Dimensión 5: Nivel de actividad física								
21	¿Se ha trasladado a pie cuando salió durante la última semana? ¿Con que frecuencia? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
22	¿Se ha trasladado en bicicleta cuando salió durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
23	¿Practica algún deporte? ¿Cuál? a) Fútbol b) Basquetbol c) Voleibol d) Atletismo e) Ciclismo f) Otro: _____	X		X		X		
24	¿Con que frecuencia practico algún deporte durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
25	¿Ha realizado actividades físicas vigorosas durante la última semana? ¿Cuál? a) Si b) No Es: _____	X		X		X		
26	¿Cuál considera que es su nivel de actividad física durante la última semana? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X		
27	¿El tiempo dedicado al sueño y descanso durante la última semana fue? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Carlos Manuel Benavente Bevilacqua

Especialidad del validador: Doctor en Farmacia y Bioquímica

1. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

2. Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del consumo

3. Claridad: Se entiende sin dificultad alguna del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Ica 03 de enero de 2022.



Dr. Carlos Benavente Bevilacqua

N°	Dimensiones/Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
	Variable 1: Índice de masa corporal							
	Dimensión 1: Datos generales	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	¿En qué semestre se encuentra matriculado?	X		X		X		
2	¿Cuál es su sexo a) Femenino b) Masculino	X		X		X		
3	¿Cuál es su edad? a)18 b)19 c)20 d)21 e)21 f)22 g)23 h)24 i)25 o más	X		X		X		
4	Actualmente se encuentre viviendo con: a) Mis padres b) Otro familiar c) Cuarto alquilado	X		X		X		
	Dimensión 2: Caracterización del estado de salud							
5	¿Presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
6	¿Alguno de sus familiares cercanos presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
	Dimensión 3: Caracterización de los hábitos alimenticios							
7	¿Cuántas comidas consume al día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
8	¿Cuantifica las calorías consumidas diariamente? a) Siempre b) A veces c) No sé hacerlo	X		X		X		
9	Durante la última semana: ¿Consumió desayuno? a) Diariamente b) Interdiario c) A veces d) Nunca	X		X		X		
10	¿Consumo frutas entre comidas? ¿Cuántas por día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
11	¿Consumo algún tipo de alimentos, entre comidas, que no sean frutas? a) Siempre b) A veces c) Nunca	X		X		X		
12	¿Se controla el peso periódicamente? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
13	¿Qué alimentos frescos le agrada consumir? c) Frutas (papaya, fresa, plátanos u otros) d) Vegetales (Lechuga, rábano, pepinillos u otros)	X		X		X		

14	¿Con que frecuencia consume alimentos frescos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
15	¿Qué alimentos secos le agrada consumir? a) Granos secos (frejol, pallar u otros) b) Carnes secas c) Fideos, arroz d) Frutas secas	X		X		X		
16	¿Con que frecuencia consume alimentos secos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
17	¿Qué alimentos procesados le agrada consumir? a) Jugos envasados b) Frituras o golosinas envasadas c) Mantequilla d) Embutidos e) Gaseosas f) Bebidas energéticas	X		X		X		
18	¿Con que frecuencia consume alimentos procesados? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
Dimensión 4: Cuantificación de peso y talla								
19	¿Cuál es su peso? _____Kg	X		X		X		
20	¿Cuál es su talla? _____m	X		X		X		
Dimensión 5: Nivel de actividad física								
21	¿Se ha trasladado a pie cuando salió durante la última semana? ¿Con que frecuencia? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
22	¿Se ha trasladado en bicicleta cuando salió durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
23	¿Practica algún deporte? ¿Cuál? a) Fútbol b) Basquetbol c) Voleibol d) Atletismo e) Ciclismo f) Otro: _____	X		X		X		
24	¿Con que frecuencia practico algún deporte durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
25	¿Ha realizado actividades físicas vigorosas durante la última semana? ¿Cuál? a) Si b) No Es: _____	X		X		X		
26	¿Cuál considera que es su nivel de actividad física durante la última semana? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X		
27	¿El tiempo dedicado al sueño y descanso durante la última semana fue? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Jessica Yolanda Huarcaya Rojas

Especialidad del validador: Doctora en Farmacia y Bioquímica

1. Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

2. Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del consumo

3. Claridad: Se entiende sin dificultad alguna del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Ica 28 de diciembre del 2021.



Dra. Jessica Yolanda Huarcaya Rojas

N°	Dimensiones/Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	Variante 1: índice de masa corporal							
	Dimensión 1: Datos generales							
1	¿En qué semestre se encuentra matriculado?	X		X		X		
2	¿Cuál es su sexo a) Femenino b) Masculino	X		X		X		
3	¿Cuál es su edad? a)18 b)19 c)20 d)21 e)21 f)22 g)23 h)24 i)25 o más	X		X		X		
4	Actualmente se encuentre viviendo con: a) Mis padres b) Otro familiar c) Cuarto alquilado	X		X		X		
	Dimensión 2: Caracterización del estado de salud							
5	¿Presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
6	¿Alguno de sus familiares cercanos presenta alguna de las siguientes enfermedades? a) Diabetes b) Hipertensión c) Hipertrigliceridemia d) Hipercolesterolemia e) Otra(s) Indicar cual:	X		X		X		
	Dimensión 3: Caracterización de los hábitos alimenticios							
7	¿Cuántas comidas consume al día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
8	¿Cuantifica las calorías consumidas diariamente? a) Siempre b) A veces c) No sé hacerlo	X		X		X		
9	Durante la última semana: ¿Consumió desayuno? a) Diariamente b) Interdiariamente c) A veces d) Nunca	X		X		X		
10	¿Consume frutas entre comidas? ¿Cuántas por día? a) Una b) Dos c) Tres d) Cuatro e) Cinco o más	X		X		X		
11	¿Consume algún tipo de alimentos, entre comidas, que no sean frutas? a) Siempre b) A veces c) Nunca	X		X		X		
12	¿Se controla el peso periódicamente? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
13	¿Qué alimentos frescos le agrada consumir? a) Frutas (papaya, fresa, plátanos u otros) b) Vegetales (Lechuga, rábano, pepinillos u otros)	X		X		X		
14	¿Con que frecuencia consume alimentos frescos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		
15	¿Qué alimentos secos le agrada consumir? a) Granos secos (frejol, pallar u otros) b) Carnes secas c) Fideos, arroz d) Frutas secas	X		X		X		
16	¿Con que frecuencia consume alimentos secos? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X		

17	¿Qué alimentos procesados le agrada consumir? a) Jugos envasados b) Frituras o golosinas envasadas c) Mantequilla d) Embutidos e) Gaseosas f) Bebidas energéticas	X		X		X	
18	¿Con que frecuencia consume alimentos procesados? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X	
Dimensión 4: Cuantificación de peso y talla							
19	¿Cuál es su peso? _____ Kg	X		X		X	
20	¿Cuál es su talla? _____ m	X		X		X	
Dimensión 5: Nivel de actividad física							
21	¿Se ha trasladado a pie cuando salió durante la última semana? ¿Con que frecuencia? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X	
22	¿Se ha trasladado en bicicleta cuando salió durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X	
23	¿Practica algún deporte? ¿Cuál? a) Fútbol b) Basquetbol c) Voleibol d) Atletismo e) Ciclismo f) Otro: _____	X		X		X	
24	¿Con que frecuencia practico algún deporte durante la última semana? a) Diariamente b) Interdiariamente c) Semanalmente d) Ocasionalmente e) Nunca	X		X		X	
25	¿Ha realizado actividades físicas vigorosas durante la última semana? ¿Cuál? a) Si b) No Es: _____	X		X		X	
26	¿Cuál considera que es su nivel de actividad física durante la última semana? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X	
27	¿El tiempo dedicado al sueño y descanso durante la última semana fue? a) Alto b) Medio c) Escaso	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Maritza Ascensión Roca Laos

Especialidad del validador: Dra. en Salud Pública
Dra. en Farmacia y Bioquímica

1 Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del consumo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Ica 28 de diciembre del 2021


 Firma del Experto Informante

Anexo N° 04: Instrumento

Ficha de recolección de la información

Universidad Nacional San Luis Gonzaga

Facultad de Farmacia y Bioquímica

Título de la investigación: Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la Facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia COVID 19

Por favor leer detenidamente las preguntas del formato de recolección de información y marcar la opción adecuada o anotar lo que corresponda.

Luego de haber sido informado de la realización de la investigación, ¿Acepta libre y voluntariamente a participar en la misma?

SI

NO

I. Datos generales

1. ¿En qué semestre se encuentra matriculado?

.....

2. ¿Cuál es su sexo?

Femenino

Masculino

3. ¿Cuál es su edad?

18

19

20

21

22

23

24

25 o más

4. Actualmente se encuentra viviendo con:

Mis padres

Otro familiar

Cuarto alquilado

II. Caracterización del estado de salud

5. ¿Presenta alguna de las siguientes enfermedades?

Diabetes

Hipertrigliceridemia

Hipertensión arterial

Hipercolelsterolemia

Otra(s) Indicar cuál:

6. ¿Alguno de sus familiares cercanos presenta alguna de las siguientes enfermedades?

Diabetes

Hipertrigliceridemia

Hipertensión arterial

Hipercolelsterolemia

Otra(s) Indicar cuál:

III. Caracterización de los hábitos alimentarios

7. ¿Cuántas comidas consume al día?
- | | | |
|--------|-------------|------|
| Una | Dos | Tres |
| Cuatro | Cinco o más | |
8. ¿Cuantifica las calorías consumidas diariamente?
- | | | |
|---------|---------|---------------|
| Siempre | A veces | No sé hacerlo |
|---------|---------|---------------|
9. Durante la última semana: ¿Consumió desayuno?
- | | |
|-------------|---------|
| Diariamente | A veces |
| Interdiario | Nunca |
10. ¿Consume frutas entre comidas? ¿Cuántas por día?
- | | | |
|--------|-------------|------|
| Una | Dos | Tres |
| Cuatro | Cinco o más | |
11. ¿Consume algún tipo de alimento, entre comidas, que no sean frutas?
- | | | |
|---------|---------|-------|
| Siempre | A veces | Nunca |
|---------|---------|-------|
12. ¿Se controla el peso periódicamente?
- | | | |
|----------------|------------------|--------------|
| Diariamente | Interdiariamente | Semanalmente |
| Ocasionalmente | Nunca | |
13. ¿Qué alimentos frescos le agrada consumir?
- Fruta (papaya, fresa, plátano, u otros)
- Vegetales (lechuga, rábano, pepinillo, u otros)
14. ¿Con que frecuencia consume alimentos frescos?
- | | | |
|----------------|------------------|--------------|
| Diariamente | Interdiariamente | Semanalmente |
| Ocasionalmente | Nunca | |
15. ¿Qué alimentos secos le agrada consumir?
- | | |
|---------------------------------------|----------------|
| Granos secos {frejol, pallas u otros) | Carnes frescas |
| Fideos, arroz | Frutas frescas |
16. ¿Con que frecuencia consume alimentos secos?
- | | | |
|----------------|------------------|--------------|
| Diariamente | Interdiariamente | Semanalmente |
| Ocasionalmente | Nunca | |
17. ¿Qué alimentos procesados le agrada consumir?
- | | |
|-----------------|--------------------------------|
| Jugos envasados | Frituras o golosinas envasadas |
| Mantequilla | Embutidos |
| Gaseosas | Bebidas energéticas |
18. ¿Con que frecuencia consume alimentos procesados?
- | | | |
|----------------|------------------|--------------|
| Diariamente | Interdiariamente | Semanalmente |
| Ocasionalmente | Nunca | |

IV. Cuantificación de peso y talla

19. ¿Cuál es su peso?.....Kilogramos (Kg)

20. ¿Cuál es su talla?.....Metros (m)

V. Nivel de actividad física

21. ¿Se ha trasladado a pie cuando salió durante la última semana? ¿Con que frecuencia?

Diariamente Interdiariamente Semanalmente

Ocasionalmente Nunca

22. ¿Se ha trasladado en bicicleta cuando salió durante la última semana? ¿Con que frecuencia?

Diariamente Interdiariamente Semanalmente

Ocasionalmente Nunca

23. ¿Practica algún deporte? ¿Cuál?

Fulbito Atletismo Basquetbol

Ciclismo Vóleibol Otro:.....

24. ¿Con que frecuencia práctica algún deporte durante la última semana?

Diariamente Interdiariamente Semanalmente

Ocasionalmente Nunca

25. ¿Ha realizado actividades físicas o vigorosas durante la última semana? ¿Cuál es?

Si No Es:.....

26. ¿Cuál considera que es su nivel de actividad física durante la última semana?

Alto Medio Escaso

27. ¿El tiempo dedicado al sueño y descanso durante la última semana fue?

Alto Medio Escaso

Anexo N° 05: Análisis de fiabilidad

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,601	25

Anexo N° 06

Datos recolectados en el trabajo de campo

Nro	Sexo	Edades	IMC	Clasific	Deporte_p	Fr_dep_p	Vig_p	Activ_fis	Act_fis_c
1	Masculino	22 a 25 años	24,6	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
2	Femenino	18 a 21 años	26,7	Sobrepeso	0	1	1	2	Baja actividad física
3	Femenino	22 a 25 años	24,1	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
4	Masculino	18 a 21 años	24,2	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
5	Masculino	18 a 21 años	19,7	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
6	Masculino	18 a 21 años	32,3	Obesidad I	0	1	1	2	Baja actividad física
7	Masculino	22 a 25 años	26,4	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
8	Femenino	22 a 25 años	25,5	Sobrepeso	2	1	0	3	Baja actividad física
9	Femenino	18 a 21 años	29,4	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
10	Femenino	22 a 25 años	19,3	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física

11	Femenino	22 a 25 años	24,9	Normal	1	3	0	4	Regular actividad física
12	Femenino	18 a 21 años	19,8	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física
13	Masculino	22 a 25 años	24,5	Normal	1	4	1	6	Alta actividad física
14	Femenino	18 a 21 años	22,2	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
15	Femenino	18 a 21 años	19,3	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
16	Femenino	18 a 21 años	23,8	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
17	Masculino	18 a 21 años	29,6	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
18	Femenino	18 a 21 años	21,5	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
19	Femenino	22 a 25 años	22,6	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física
20	Femenino	18 a 21 años	22,7	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física

21	Masculino	18 a 21 años	23,1	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
22	Masculino	18 a 21 años	20,5	Normal	1	2	0	3	Baja actividad física
23	Femenino	18 a 21 años	23	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física
24	Femenino	18 a 21 años	22,2	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
25	Femenino	18 a 21 años	23,7	Normal	1	2	1	4	Regular actividad física
26	Masculino	18 a 21 años	26	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
27	Masculino	22 a 25 años	25,8	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
28	Femenino	18 a 21 años	20,5	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
29	Femenino	18 a 21 años	21,9	Normal	1	4	1	6	Alta actividad física
30	Femenino	18 a 21 años	21,8	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física

31	Femenino	18 a 21 años	20	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
32	Femenino	18 a 21 años	22	Normal	1	2	0	3	Baja actividad física
33	Masculino	18 a 21 años	22,1	Normal	2	2	1	5	Regular actividad física
34	Femenino	18 a 21 años	21,7	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física
35	Femenino	18 a 21 años	23,9	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
36	Femenino	22 a 25 años	21,6	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física
37	Femenino	18 a 21 años	23,7	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
38	Femenino	18 a 21 años	24,4	Normal	1	2	0	3	Baja actividad física
39	Femenino	18 a 21 años	24,5	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
40	Femenino	18 a 21 años	27,3	Sobrepeso	1	2	0	3	Baja actividad física

41	Femenino	18 a 21 años	25,6	Sobrepeso	1	1	0	2	Baja actividad física
42	Masculino	18 a 21 años	28,7	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
43	Femenino	22 a 25 años	25,2	Sobrepeso	0	1	1	2	Baja actividad física
44	Femenino	18 a 21 años	24,9	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
45	Femenino	18 a 21 años	35,6	Obesidad I	1	2	0	3	Baja actividad física
46	Femenino	18 a 21 años	24,3	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
47	Femenino	18 a 21 años	20,3	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
48	Femenino	18 a 21 años	23,4	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
49	Femenino	22 a 25 años	23,6	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
50	Femenino	18 a 21 años	22,2	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física

51	Femenino	18 a 21 años	22,6	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
52	Femenino	18 a 21 años	18,8	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
53	Femenino	18 a 21 años	23,9	Normal	0	2	1	3	Baja actividad física
54	Masculino	18 a 21 años	31,2	Obesidad I	1	1	0	2	Baja actividad física
55	Femenino	18 a 21 años	26,2	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
56	Femenino	18 a 21 años	29,7	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
57	Femenino	22 a 25 años	21,6	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
58	Femenino	18 a 21 años	22,8	Normal	2	4	1	7	Alta actividad física
59	Femenino	18 a 21 años	24,8	Normal	1	3	0	4	Regular actividad física
60	Femenino	22 a 25 años	23,6	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física

61	Femenino	18 a 21 años	27,3	Sobrepeso	2	3	1	6	Alta actividad física
62	Masculino	18 a 21 años	18,9	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física
63	Masculino	18 a 21 años	32,4	Obesidad I	0	1	0	1	Muy baja actividad física
64	Femenino	22 a 25 años	25,5	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
65	Femenino	18 a 21 años	23,4	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
66	Femenino	18 a 21 años	24,2	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
67	Femenino	18 a 21 años	22,6	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
68	Femenino	18 a 21 años	20,7	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
69	Femenino	18 a 21 años	23,5	Normal	1	5	1	7	Alta actividad física
70	Femenino	22 a 25 años	18,6	Normal	0	3	1	4	Regular actividad física

71	Masculino	18 a 21 años	28,3	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
72	Femenino	18 a 21 años	27,5	Sobrepeso	1	2	1	4	Regular actividad física
73	Femenino	18 a 21 años	29,9	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
74	Femenino	18 a 21 años	22,5	Normal	0	1	1	2	Baja actividad física
75	Femenino	18 a 21 años	19,8	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física
76	Femenino	18 a 21 años	16,9	Delgadez II	2	3	1	6	Alta actividad física
77	Femenino	22 a 25 años	17,3	Delgadez II	2	3	0	5	Regular actividad física
78	Masculino	18 a 21 años	20,8	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
79	Femenino	18 a 21 años	28,5	Sobrepeso	1	4	1	6	Alta actividad física
80	Femenino	22 a 25 años	21,9	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física

81	Masculino	18 a 21 años	29,7	Sobrepeso	1	2	0	3	Baja actividad física
82	Femenino	18 a 21 años	25,4	Sobrepeso	1	4	1	6	Alta actividad física
83	Femenino	18 a 21 años	22,2	Normal	0	4	1	5	Regular actividad física
84	Femenino	18 a 21 años	25,4	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
85	Femenino	18 a 21 años	24,1	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física
86	Femenino	18 a 21 años	24,2	Normal	0	2	1	3	Baja actividad física
87	Masculino	18 a 21 años	21,6	Normal	2	4	1	7	Alta actividad física
88	Femenino	18 a 21 años	24	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
89	Femenino	18 a 21 años	25,1	Sobrepeso	1	4	0	5	Regular actividad física
90	Femenino	18 a 21 años	21,8	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física

91	Masculino	18 a 21 años	24,6	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
92	Femenino	18 a 21 años	19,5	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
93	Femenino	22 a 25 años	22,7	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
94	Masculino	18 a 21 años	24,1	Normal	1	4	0	5	Regular actividad física
95	Femenino	18 a 21 años	24,8	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
96	Femenino	22 a 25 años	30	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
97	Femenino	22 a 25 años	23,1	Normal	0	2	0	2	Baja actividad física
98	Masculino	22 a 25 años	20	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
99	Femenino	18 a 21 años	35,7	Obesidad I	0	1	0	1	Muy baja actividad física
100	Femenino	22 a 25 años	27,3	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física

101	Masculino	22 a 25 años	31,6	Obesidad I	0	1	0	1	Muy baja actividad física
102	Femenino	18 a 21 años	23,3	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
103	Femenino	18 a 21 años	23,6	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
104	Femenino	18 a 21 años	20,2	Normal	1	3	0	4	Regular actividad física
105	Femenino	18 a 21 años	21,2	Normal	2	4	1	7	Alta actividad física
106	Femenino	18 a 21 años	27,3	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
107	Femenino	18 a 21 años	20,7	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
108	Femenino	22 a 25 años	18,6	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
109	Femenino	18 a 21 años	19,4	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
110	Masculino	18 a 21 años	23,8	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física

111	Femenino	18 a 21 años	23,4	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
112	Femenino	22 a 25 años	26,2	Sobrepeso	1	1	0	2	Baja actividad física
113	Femenino	18 a 21 años	22,3	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
114	Masculino	18 a 21 años	29,4	Sobrepeso	2	1	0	3	Baja actividad física
115	Femenino	22 a 25 años	21,2	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
116	Femenino	18 a 21 años	21	Normal	2	2	1	5	Regular actividad física
117	Femenino	18 a 21 años	23,6	Normal	2	5	0	7	Alta actividad física
118	Femenino	18 a 21 años	25	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
119	Femenino	22 a 25 años	21,2	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
120	Femenino	18 a 21 años	24,9	Normal	2	1	0	3	Baja actividad física

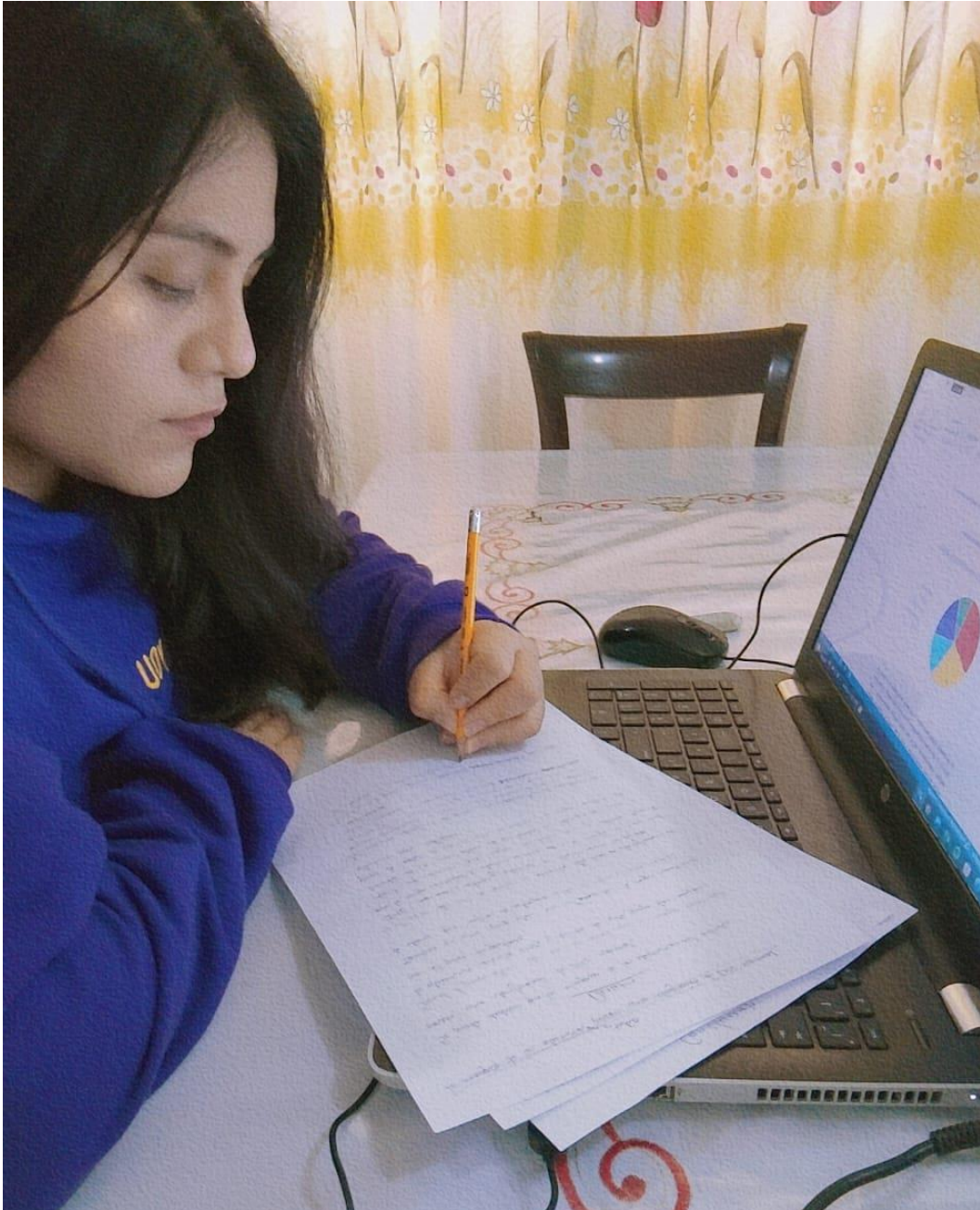
121	Femenino	18 a 21 años	21,9	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
122	Femenino	18 a 21 años	19,7	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
123	Femenino	18 a 21 años	24,4	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
124	Femenino	22 a 25 años	19,7	Normal	2	4	1	7	Alta actividad física
125	Masculino	18 a 21 años	23,3	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
126	Femenino	18 a 21 años	20,4	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
127	Femenino	18 a 21 años	20,0	Sobrepeso	2	5	1	8	Muy alta actividad física
128	Femenino	18 a 21 años	23,1	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
129	Femenino	18 a 21 años	24,1	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
130	Femenino	18 a 21 años	22,1	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física

131	Femenino	18 a 21 años	21,1	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
132	Femenino	22 a 25 años	19,5	Sobrepeso	2	5	1	8	Muy alta actividad física
133	Femenino	18 a 21 años	22,1	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
134	Femenino	18 a 21 años	19,1	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
135	Femenino	22 a 25 años	20,1	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
136	Femenino	18 a 21 años	24,8	Normal	1	1	0	2	Baja actividad física
137	Femenino	18 a 21 años	21,1	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
138	Femenino	18 a 21 años	20,0	Sobrepeso	2	5	1	8	Muy alta actividad física
139	Masculino	18 a 21 años	29,1	Sobrepeso	1	1	0	2	Baja actividad física
140	Masculino	18 a 21 años	26,9	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física

141	Femenino	18 a 21 años	20,2	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
142	Femenino	18 a 21 años	25,8	Sobrepeso	2	2	0	4	Regular actividad física
143	Femenino	22 a 25 años	25,2	Sobrepeso	1	1	0	2	Baja actividad física
144	Femenino	22 a 25 años	19,5	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
145	Masculino	18 a 21 años	23,9	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
146	Femenino	18 a 21 años	23,2	Normal	2	2	1	5	Regular actividad física
147	Femenino	18 a 21 años	24,9	Normal	2	1	0	3	Baja actividad física
148	Femenino	18 a 21 años	20,3	Normal	2	2	0	4	Regular actividad física
149	Femenino	22 a 25 años	23,1	Normal	2	3	0	5	Regular actividad física
150	Femenino	22 a 25 años	22,6	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física

151	Femenino	18 a 21 años	20,2	Normal	2	5	1	8	Muy alta actividad física
152	Femenino	18 a 21 años	19,5	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
153	Femenino	18 a 21 años	20	Normal	2	4	0	6	Alta actividad física
154	Femenino	18 a 21 años	20,6	Normal	1	1	0	2	Baja actividad física
155	Femenino	18 a 21 años	26,4	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
156	Femenino	22 a 25 años	21,4	Normal	2	3	1	6	Alta actividad física
157	Femenino	18 a 21 años	23,8	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
158	Femenino	22 a 25 años	21,2	Normal	0	1	0	1	Muy baja actividad física
159	Masculino	18 a 21 años	25,1	Sobrepeso	2	4	1	7	Alta actividad física
160	Femenino	18 a 21 años	28,5	Sobrepeso	0	1	0	1	Muy baja actividad física
161	Femenino	22 a 25 años	26,6	Sobrepeso	1	1	0	2	Baja actividad física

Anexo N° 08
Evidencias fotográficas









**DECLARACION JURADA DEL ASESOR DE
TESIS**

Yo, **BERTHA JOSEFA PARI OLARTE**, docente principal de la facultad de farmacia y bioquímica de la universidad nacional "San Luis Gonzaga" en condición de asesor de la tesis titulada: **Actividad física e índice de masa corporal en estudiantes universitarios del V y VII Semestre de la facultad de Farmacia y Bioquímica durante la pandemia Covid 19**, desarrollado por la Bachiller: **Rocío Milagros Simón Montoya**, declaro que ha concluido de forma satisfactoria con los requisitos que corresponden el procedimiento metodológico del desarrollo de su trabajo de investigación por lo que considero que debe continuar con tramite de revisión y fecha de sustentación.

Ica 13 de octubre 2022



Dra. BERTHA JOSEFA PARI OLARTE