

UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela de Psicología



"Estilo de vida en estudiantes universitarios de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote-2015"

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Elaborado por :

ESPEJO DECENO MARIA ROXANA

CHIMBOTE

2016

Resumen

Esta investigación se planteó como propósito describir los niveles de estilos de vida en estudiantes universitarios de la facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro de Chimbote - 2015. La investigación fue de tipo básica con un diseño descriptivo-transversal. La población estuvo conformada por estudiantes del I y II ciclo de las Escuelas de Educación Inicial, Primaria, Secundaria de la Facultad de Educación y Humanidades de la Universidad San Pedro Chimbote - 2015, siendo un total de 33 estudiantes no se empleó ningún procedimiento de muestro. El instrumento utilizado fue Estilo de vida FANTASTICO (Wilson y Ciliska, 1984). Los resultados señalan que los estudiantes de la Facultad de Educación y Humanidades presentan un estilo de vida excelente con un 51,5% y bueno con 48,5% respectivamente. Según indicador de los estilos de vida por escuela, tengo con quien hablar de las cosas importantes para mí yo me relajo y disfruto de mi tiempo libre, yo me siento satisfecho con mi trabajo o actividades casi siempre lo hacen las escuelas de inicial, primaria y secundaria. Según indicador duermo bien y me siento descansado. Me siento capaz de manejar el estrés, me siento enojado y agresivo, me siento deprimido, mi alimentación es balanceada a veces lo hacen las escuelas de inicial, primaria y secundaria. Según indicador mi numero promedio de tragos las escuelas de inicial, primaria y secundaria consumen de 0 a 7 tragos, según el número de cigarrillos que fuma las escuelas de inicial, primaria y secundaria no fuma cigarrillos, según el consumo de bebidas con cafeína las escuelas de inicial, primaria y secundaria consumen menos de 3 por día. Las edades de 15 a 20 años y 21 a 40 años, en las escuelas de inicial, primaria y secundaria, y todas las escuelas presentan un estilo de vida excelente en un 27,3%, 9,1% y 15,2% respectivamente.