

**UNIVERSIDAD SAN PEDRO**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**Escuela de Psicología**



**Estilos de vida en estudiantes de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de  
la Universidad San Pedro-Chimbote.2015**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Elaborado por :

CALDERON IZAGUIRRE JHON ARTURO

CHIMBOTE

2016

## Resumen

Esta investigación se planteó como propósito describir el Estilo de Vida y sus indicadores según: genero, edad en los estudiantes de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas de la Universidad San Pedro, 2015. El Tipo de investigación fue no experimental, el diseño transversal y descriptivo. El instrumento utilizado, fue el cuestionario FANTASTICO de Wilson y Ciliska, 1984 adaptado en Colombia por Ramírez y Antonio, 2011. La población estuvo conformada por 120 estudiantes de la facultad de derecho y ciencias políticas. La muestra fue probabilística de tipo aleatorio simple, donde participaron 81 estudiantes de la escuela de derecho. Los resultados registran que 66.7% de los estudiantes presentan un estilo de vida excelente. En relación a los ítems se obtuvo que el 61.7% casi nunca, hablan con su familia y amigos de las cosas importantes para ellos, respecto a la actividad física el 43.2% a veces hacen ejercicios de forma activa por lo menos 20 minutos, en relación a su nutrición el 50,6% casi siempre considera que su alimentación es balanceada. Asimismo, en relación al consumo de tabaco el 86,4% no ha fumado en los últimos 5 años, respecto al alcohol el 88.9% su número promedio de trago por semana es de 0 a 7 tragos. En relación al sueño y estrés el 58% y el 60.5% a veces duerme bien, se sienten descansados y se sienten capaz de manejar el estrés o la tensión en sus vidas; así como el 59,3% casi siempre manifiesta relajarse y disfrutar de su tiempo libre. Según el tipo de personalidad el 76,5% algunas veces se sienten enojados o agresivos, en relación a la introspección el 79% algunas veces se sienten deprimidos o triste, respecto a la conducción en su trabajo el 63% casi siempre se sienten satisfechos con sus actividades y por último el consumo de otras drogas el 96,3% bebe café o bebidas que contengan cafeína menos de 3 veces por día. En relación a las variables según edad, el 63.0% de estudiantes entre 15 a 20 años tienen un estilo de vida excelente, según género, se obtuvo que 21.0% de estudiantes del género masculinos y el 45.7% del género femenino presentan estilo de vida excelente.