



# Die CDU dreht den Spieß um

Die Oberbürgermeister der SPD in Nordrhein-Westfalen / Von Peter Schäfer

Die SPD hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...



Albert Dürer

## Der Streber

Albert Dürer strebt nach dem Ideal der Vollkommenheit, er strebt nach dem Ideal der Vollkommenheit...

## Achtzehn Prozent sind genug

Für Volksgehern will die muslimische Zuwanderung begrenzt werden / Von Konrad Mrazek

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

## FREMDE FEDERN: Robert B. Goldmann

## Kandidat der gesellschaftlichen Integration

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

Die CDU hat sich in Nordrhein-Westfalen, entfernt sich von der alten CDU, entfernt sich von der alten CDU...

## UMTS-Gebote steigen über 93 Milliarden Mark

Die UMTS-Gebote sind über 93 Milliarden Mark gestiegen...

Die UMTS-Gebote sind über 93 Milliarden Mark gestiegen...

Die UMTS-Gebote sind über 93 Milliarden Mark gestiegen...

## Brit

Die Presse...

Die Presse...

Título: "NIÑO DE SUÉTER BLANCO"  
Autor: Salvador Díaz  
Técnica: Óleo sobre Periódico

Industrie- und  
Gewerbeimmobilien

Frankfurter Allgemeine Zeitung, 17. August 2000

# EL IMPACTO DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EL NIVEL MEDIO SUPERIOR

*The impact of health promotion on academic performance in superior medium level*

**MA. DE LA LUZ TOVAR DE LA CRUZ  
LUIS ANTONIO CÓRDOVA RIVERA**



## RESUMEN

El propósito de esta investigación es identificar la relación entre el estilo de vida de los estudiantes de la Preparatoria 8 de la Universidad Autónoma de Nuevo León y la promoción de la salud, así como determinar la incidencia de estas variables en su rendimiento académico. La promoción de la salud implementada por la Preparatoria 8, relacionada con la elección de un estilo de vida saludable por parte del estudiante, inciden positivamente en su rendimiento académico. Para la presente investigación, de tipo exploratorio, correlacional y cuantitativo, con una muestra de tipo aleatorio compuesta por 420 estudiantes con edades entre los 14 a 16 años, se utilizó un cuestionario tipo escala Likert en donde se pretendían identificar si existe una relación positiva entre la promoción de la salud y el rendimiento académico; las conductas de los alumnos en el contexto escolar marcan una tendencia hacia un estilo de vida saludable así como hacia la elevación del rendimiento académico.

**PALABRAS CLAVE:** salud, rendimiento, adolescente, educación, preparatoria, estilo.

## ABSTRACT

The purpose of this research is to identify the relationship between the lifestyle of the students of the High School 8th of the Universidad Autónoma de Nuevo León and the promotion of health, as well as to determine the incidence of these variables in their academic performance. The health promotion implemented by High School 8, related to the student's choice of a healthy lifestyle, has a positive impact on their academic performance. For the present investigation, of exploratory, correlational and quantitative type, with a sample of random type composed of 420 students aged between 14 and 16 years old, was used a Likert scale questionnaire in which it was intended to identify if there is a positive relationship between the health promotion and academic performance; students behaviors in the school context mark a trend towards a healthy lifestyle as well as towards raising academic performance.

**KEYWORDS:** health, performance, adolescent, education, high school, style.

De acuerdo con el Instituto Mexicano de la Juventud (2010) en México habitan 36.2 millones de jóvenes entre 12 y 29 años, poco más de 20% han declarado haber consumido tabaco alguna vez en su vida. La mitad de los jóvenes reportó haber probado alguna vez el alcohol, siendo la cerveza la bebida alcohólica más consumida. En comparación con 2005, el cambio porcentual más importante en consumo de alcohol se da en las mujeres, quienes pasaron del 32.1% al 45.6%; El 33.6% de los jóvenes entre 15 y 19 años han tenido relaciones sexuales. 25.8% de las mujeres entre 15 y 19 años han estado embarazadas.

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Por esta razón es importante contar con personal capacitado en la prestación de servicios de salud (primeros auxilios) que apoyen a los estudiantes durante su estancia en el plantel escolar, ya que en cualquier momento se puede presentar alguna situación que afecte directamente el estado de salud de ellos, por ejemplo, dolor de cabeza, cólicos menstruales, entre otros.

Para hacer frente a los retos de la salud, es necesario implementar en las escuelas acciones anticipatorias e integrales orientadas a formar adolescentes y jóvenes capaces de practicar estilos de vida saludables, ejerciendo su libertad con responsabilidad. Es indispensable hacer de la escuela un entorno físico y psico-social favorable a la salud, que propicie el desarrollo de competencias y la participación de la comunidad educativa en la modificación de los

determinantes no favorables para la salud. La Organización Panamericana de Salud (OPS) cuenta con una guía para orientar el diseño, utilización y evaluación de material educativo, en la que establece criterios mínimos de control de calidad y efectividad (Barrera Sánchez, Manrique Abril y Manuel Ospina Díaz, 2011).

Los cambios en comportamientos y actitudes frente a la salud, la enfermedad y el uso racional de los servicios médicos, reforzando conductas positivas, requieren un proceso de educación en el que los materiales utilizados para la promoción deben ser evaluados para determinar la efectividad de su impacto en la comunidad o población a la que están dirigidos.

En la actualidad, tanto en el país como en el mundo, se observa una fuerte incidencia de problemas de índole físico y psicológico entre los adolescentes. Los estilos de vida adoptados por este segmento de la población general los ha llevado a adoptar conductas de riesgo que amenazan su integridad física, psicológica y emocional. Los desórdenes alimentarios como la bulimia, la ano-

rexia, el sobrepeso y la obesidad en una edad de definiciones de la personalidad como es la adolescencia, los convierte en candidatos para desarrollar enfermedades cardiovasculares y diabetes, las cuales tienen un alto índice de incidencia en la población adulta. En el terreno psicológico y emocional se manifiestan problemas como la falta de autoestima, depresión, consumo de alcohol, tabaco y drogas de diverso tipo y, en casos extremos, a la ideación suicida.

Cabe señalar que uno de cada siete nacimientos (15.7%) ocurridos en este trienio son de adolescentes de 15 a 19 años de edad; el embarazo a esta edad no sólo representa un problema de salud para ella y su producto, sino que también tiene una repercusión económica para la madre, ya que implica menores oportunidades educativas o el abandono total de sus estudios, aspectos que contribuyen a generar un contexto de exclusión y de desigualdad de género.

Las instituciones educativas tienen el deber de formar integralmente a los estudiantes que se encuentran inscritos en el periodo lectivo. Esta

*Los desórdenes alimentarios como la bulimia, la anorexia, el sobrepeso y la obesidad en una edad de definiciones de la personalidad como es la adolescencia, los convierte en candidatos para desarrollar enfermedades cardiovasculares y diabetes.*

formación debe estar inmersa en la sensibilización de hábitos que impacten de forma positiva en la salud, lo cual está sustentado por la visión 2020 de la UANL en el párrafo siguiente:

Una institución que se caracteriza por ser una comunidad de aprendizaje promueve y practica de manera responsable y cotidiana los valores universitarios, así como principios y buenos hábitos para el desarrollo de la persona y del nivel de bienestar de su comunidad.

Diversos autores han profundizado en la idea de que existe una correspondencia substancial entre autoconcepto físico, hábitos de vida saludable y estado psicológico (Dieppa, Machargo, Luján y Guillén, 2008). La salud de los individuos depende en gran medida de tener hábitos saludables, buscar cuidados médicos, obedecer las recomendaciones de los médicos, entre otros (Becoña, Vázquez y Oblitas, 2004).

Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y cambiar o adaptarse al medio ambiente. La OMS establece en la Carta de Ottawa (1986) que la salud es un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales, así como las aptitudes físicas.

Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario (Organización Mundial de

*Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y cambiar o adaptarse al medio ambiente.*



la Salud 2018). Partiendo de esto, consideramos que la escuela puede llevar a cabo programas y estrategias de promoción de la salud del adolescente que le permitan el desarrollo de la capacidad de toma de decisiones acertadas en cuanto a la elección de estilos de vida saludables para así convertirse en un ciudadano productivo y feliz.

El estilo de vida está compuesto por aquellos patrones de conducta individuales que demuestran cierta consistencia en el tiempo, bajo condiciones más o menos constantes y que pueden constituirse en factores de riesgo o seguridad, dependiendo de su naturaleza. El estilo de vida representa un producto complejo, fruto de factores personales, ambientales y sociales que emergen, no sólo del presente, sino también de la historia interpersonal (Roth E. 1990).

Así pues, el estilo de vida está determinado por las particularidades del crecimiento de la persona individual en el contexto de las condiciones sociales y las relaciones interpersonales que establece a lo largo de su vida. El rendimiento académico o rendimiento educativo entendido como la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, puede considerarse como el conjunto

de transformaciones operadas en el educando, a través del proceso enseñanza-aprendizaje, que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación (Garbanzo, V. 2007).

**METODOLOGÍA**

En la presente investigación, la muestra estuvo compuesta por 420 estudiantes de la Preparatoria 8 de la UANL inscritos en el periodo lectivo durante la investigación. El 49.3% género femenino y el 50.7% género masculino con edades entre los 14 a 16 años.

El instrumento de investigación utilizado fue un cuestionario con una escala tipo Likert de frecuencias de elaboración propia con 62 preguntas constituido por tres áreas: la primera, denominada *Estilos de Vida*, contiene 22 reactivos. En este apartado se so-

licita al estudiante que conteste con qué frecuencia realiza actividades correspondientes a la alimentación, ejercicio, actividades de ocio, de relaciones interpersonales y de consumo de sustancias adictivas.

La segunda área corresponde a *Promoción de la Salud* y se divide en tres apartados: Auto Cuidado (conformado por 11 reactivos), Ayuda Mutua (3 reactivos) y Entornos Sanos (5 reactivos).

La tercera área evalúa *Rendimiento Académico* y consta de 18 reactivos divididos en dos apartados con 9 reactivos cada uno: el primero se refiere a factores personales y el segundo apartado se refiere a factores contextuales.

La validación del instrumento se obtuvo a través del juicio de expertos a

fin de someter el modelo a la consideración para que hicieran las correcciones necesarias. Con respecto a la confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos, se ejecutó una prueba piloto a un grupo de 30 individuos que no fueron incluidos en la muestra con el fin de revisar, evaluar y determinar la confiabilidad del instrumento, así como detectar posibles dificultades.

Realizadas ambas aplicaciones, se compararon los resultados obtenidos y no se detectaron discrepancias, por lo que se consideró confiable el instrumento de recolección de datos. Además, se exploró la fiabilidad del instrumento como propiedad métrica mediante el método de consistencia interna Alpha de Cronbach; el total de la escala obtuvo un coeficiente de 0.732, considerado bueno según George Darren y Paul Mallery (1999).



## RESULTADOS

**Análisis Descriptivo para el Conjunto Estilo de Vida:** Las conductas que representan el comportamiento del alumno dentro del contexto escolar marcan una tendencia hacia un estilo de vida saludable.

**Análisis Descriptivo para el Conjunto Promoción de la Salud:** Las conductas que representan el comportamiento del alumno dentro del contexto escolar indican una tendencia hacia el cuidado personal y del entorno en que se desenvuelve el alumno, como se observa en los valores superiores a la media de los ítems relacionados con los hábitos de higiene personal y del entorno.

**Análisis Descriptivo para el Conjunto Rendimiento Académico:** Las conductas que representan el comportamiento del alumno en el contexto escolar, indican una tendencia hacia la elevación del rendimiento académico.

**Análisis Comparativo:** En cuanto a las conductas relacionadas con estilo de vida, promoción de la salud y rendimiento académico, los estudiantes de tercer semestre presentan una media significativamente más alta en contraste con los de primer semestre.

## CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos podemos concluir que existe una relación positiva entre la promoción de la salud con la elección de estilos de vida saludable y el rendimiento académico.

De acuerdo con los resultados obtenidos en la investigación, se propone la creación e implementación

*A partir de los resultados obtenidos podemos concluir que existe una relación positiva entre la promoción de la salud con la elección de estilos de vida saludable y el rendimiento académico.*

de un programa institucional multidisciplinario en el nivel medio superior que favorezca la salud integral del estudiante, trabajando los ejes de salud física, socioemocional y aprovechamiento académico.

Con base en los resultados obtenidos, se implementó un departamento de Promoción de la Salud dirigido a los estudiantes en la Preparatoria 8 de la UANL, el cual integra en forma multidisciplinaria a los departamentos de Promoción de la Salud (Enfermería y Nutrición), Tutorías, Orientación, Deportivo y Fortalecimiento Académico para que coordinen acciones preventivas y remediales en forma universal (dirigido a toda la población por medio de estrategias informativas diversas), selectiva (detectando y atendiendo a todos los estudiantes en riesgo en cada uno de los ámbitos mencionados) y focal (canalizando interna o externamente a los estudiantes detectados con necesidad de tratamiento especializado como atención individual).

El departamento de Promoción de la Salud trabaja los ejes de salud física, socioemocional y aprovechamiento académico de los alumnos mediante diversas acciones que incluyen talleres, conferencias, ferias de la salud, capacitación en primeros auxilios,

apoyo y orientación integral para deportistas, atención inmediata a estudiantes que presenten malestar durante sus actividades escolares, entre otros.

En paralelo a la ejecución del programa de atención integral a los estudiantes, es importante considerar ampliar la investigación a otras preparatorias de la misma universidad (UANL) con el propósito de realizar un estudio comparativo considerando otras variables como nivel socioeconómico y académico de la población estudiantil, lo que posibilitaría mejorar la propuesta de forma que pudiera ser planteada para su implementación en las 29 preparatorias del Nivel Medio Superior de la UANL.



## REFERENCIAS

- Barrera Sánchez, L. F., Manrique Abril, F. G., y Ospina Díaz, J. M. (2011).** Propiedades psicométricas de instrumentos utilizados para evaluar material educativo en salud. *Revista hacia la Promoción de La Salud*, 16 (1), 13-26.
- Becoña, E., Vázquez, F., y Oblitas, L. (2004).** Promoción de los estilos de vida saludables. *Investigación en Detalle*, (5). Disponible en: [url:http://www.alapsa.org/detalle/05/index.html](http://www.alapsa.org/detalle/05/index.html)
- Darren, George y Paul Mallery (1999).** *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. Needham Heights, MA. Allyn & Bacon.
- Dieppa León, M., Machargo Salvador, J., Luján Henríquez, I., & Guillén García, F. (2008).** Auto concepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física vs. no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 221-239.
- Garbanzo Vargas, G. M. (2007).** Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Educación*, 31(1), 43-63.
- Instituto Mexicano de la Juventud (2010).** *Encuesta Nacional de Juventud 2010, resultados generales*. Obtenido de [http://www.imjuventud.gob.mx/imgs/uploads/Presentacion\\_ENJ\\_2010\\_Dr\\_Tuiran\\_V4am.pdf](http://www.imjuventud.gob.mx/imgs/uploads/Presentacion_ENJ_2010_Dr_Tuiran_V4am.pdf)
- Instituto Mexicano de la Juventud. (2010).** *Encuesta Nacional de Juventud 2010, resultados generales*. De: [http://www.imjuventud.gob.mx/imgs/uploads/Presentacion\\_ENJ\\_2010\\_Dr\\_Tuiran\\_V4am.pdf](http://www.imjuventud.gob.mx/imgs/uploads/Presentacion_ENJ_2010_Dr_Tuiran_V4am.pdf).
- Organización Mundial de la Salud. (1972).** *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. OMS (Organización Mundial de la Salud).
- Organización Mundial de la Salud. Carta de Ottawa para la promoción de la salud (1986).** Ottawa, Canadá. Disponible en: <http://www.ondaf.gob.ar/archivosext/Carta de Ottawa para la promoción de la salud.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2018).** *World Health Organization*, 29 de 06 de 2018. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/index1.html>.
- Roth, E. (1990).** Aplicaciones comunitarias de la medicina conductual. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22(1).



*Ma. de la Luz Tovar  
de la Cruz*

Es Doctora en Educación por la Universidad de Coahuila. Maestría en Enseñanza Superior por la Escuela de Graduados de la Facultad de Filosofía y Letras UANL. Es Licenciada con la especialidad de Ciencias Biológicas por la Escuela Normal Superior del Estado y Licenciada en Historia por la Facultad de Filosofía y Letras UANL. Es Maestra Certificada en Competencias Docentes. Su experiencia administrativa la ha desarrollado en la Secretaría Administrativa, como Auditora Interna de la Norma ISO 9001, Integrante del Comité del Sistema Nacional de Bachillerato y del Comité para los Premios Nuevo León a la Competitividad y Nacional de Calidad en la Preparatoria 8 UANL. Actualmente es directora de la Preparatoria 8 UANL.

**Correo electrónico:**  
ma\_luz\_tovar@hotmail.com



*Luis Antonio  
Córdova Rivera*

Es egresado de la Facultad de Odontología en donde colaboró como instructor de Anatomía Humana y de Operatoria Dental I y IV. Presidente del Colegio de Odontología Infantil de Nuevo León, A. C. en 2013. Sus estudios de Maestría los realizó en Administración Educativa por la Escuela de Ciencias de la Educación. Es Doctor en Métodos Alternos en Solución de Controversias. Actualmente es profesor de las unidades de aprendizaje de Caminos del Conocimiento y de Biología II. Es Jefe de Departamento de Promoción de la Salud en la Preparatoria 8 de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

**Correo electrónico:**  
drluiscordova@gmail.com

---

**Recibido:** 20/11/2018

**Aceptado:** 20/02/2019

---