



Artículo original

Estilos de vida saludable y conciencia ambiental en estudiantes del nivel primaria de una institución educativa del distrito de Pólvora, Tocache

Healthy lifestyles and environmental awareness in elementary school students of an educational institution in the district of Pólvora, Tocache

Dámaris Del Castillo Chávez

Institución Educativa Inicial N° 265 Divino Niño Jesús de
Tocache

damaris84-11@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-4843-1648>

Información

Recibido: 06/05/2023.

Aceptado: 11/10/2023.

Palabras clave:

Actitud, medio
ambiente, educación
ambiental

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre los estilos de vida saludable y conciencia ambiental en los estudiantes del 5° de primaria de una institución educativa. El tipo de investigación fue básico, nivel correlacional y diseño no experimental; se usó el método hipotético – deductivo, se aplicó un cuestionario con escala de Likert a una muestra de 30 estudiantes del quinto de primaria, para el análisis e interpretación de los resultados se usó el estadístico Shapiro-Wilk, por ser una muestra menor que 50 y como estadístico de correlación Spearman. Los resultados demostraron la contrastación entre las variables de estudio, donde la Rho de Spearman alcanza el valor de 0,717; y, de acuerdo con la categorización está se ubica, en una correlación alta. Finalmente se concluye que los estilos de vida saludables y la conciencia ambiental están estrechamente vinculados, ya que las decisiones de los estudiantes que promueven la salud personal suelen coincidir con acciones positivas para el cuidado del medio ambiente.

Information

Keywords:

Attitude,
environment,
environmental
education.

Abstract

This research aimed to determine the relationship between healthy lifestyles and environmental awareness in fifth-grade students of an educational institution. The research type was basic, correlational, and non-experimental; the hypothetical-deductive method was employed, and a Likert scale questionnaire was administered to a sample of 30 fifth-grade students. For the analysis and interpretation of results, the Shapiro-Wilk statistic was used, given the sample size being less than 50, and the Spearman correlation statistic. The results demonstrated a contrast between the study variables, with a Spearman's Rho reaching the value of 0.717, categorizing it as a high correlation. In conclusion, it is affirmed that healthy lifestyles and environmental awareness are closely linked, as the students' decisions promoting personal health often coincide with positive actions for environmental care.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad nuestra sociedad está viviendo sin pensar en cuidar el medio ambiente, no miden las consecuencias de la actuación incorrecta de empresas, organismos y/o personas que afectan al planeta, particularmente, la flora y la fauna, constituyendo, por tanto, en una situación problemática a nivel mundial, dando lugar a que ahora, los organismos internacionales estén unificando fuerzas para abordarla, buscando soluciones apropiadas. La creación del Ministerio del ambiente, cuya finalidad es la conservación del ambiente, en beneficio de las poblaciones del presente y del futuro, logrando desenvolverse en espacios propicios y sostenibles. Asimismo, en las instituciones educativas se está dando mayor énfasis al enfoque ambiental que propicia actividades para mejorar las actitudes de la comunidad educativa, la misma que se practica en todas las modalidades de la educación básica regular y que están siendo insertados en los documentos de gestión (PEI, PCI, PAT y otros)

En los tiempos de pandemia, el problema del cuidado del medio ambiente ha sido abordando, por distintas profesiones dejando un aporte significativo para la sociedad y la que viene. Como consecuencia de no seguir cuidando nuestro hábitat natural, se irá deteriorando más el medio ambiente, generando distorsiones de climas en los ecosistemas que existen en nuestro querido Perú. Es por ello que los estudiantes del nivel primaria buscan el bienestar actuando a favor de la protección del medio ambiente que los rodean.

Asimismo, también deben tomar conciencia ambiental y estilos de vida saludable que ayuden a cuidar los recursos naturales, siempre pensando en el ahora y el futuro que involucra a todas las personas en el mundo. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2015), estilos de vida se denomina a los comportamientos que desarrollan las personas, donde algunos son saludables y otros no; es una forma de vivir que está basada en condiciones de vida de manera libre, que son determinados por patrones de conducta de tipo social, cultural o características de índole social. De acuerdo a Aguilar (2014, p. 19) son etapas de carácter grupal como los acontecimientos, acciones, situaciones, ello, enmarcadas a lograr la satisfacción y el beneplácito de la población; asimismo, son determinados por agentes externos de perjuicio, teniendo esta premisa, debemos tener claro estas etapas dinámicas de cambio personal como grupal.

La conciencia ambiental es utilizada comúnmente para describir un conjunto de creencias, actitudes, normas y valores relacionados con el medio ambiente (Corraliza, 2002; García, 2004). Al tratar de determinar las claves que condicionan especialmente esa conciencia ambiental se citan más frecuentemente: el nivel de información, las creencias, la estimación de las condiciones ambientales y su relación con acciones proambientales, el sentimiento de obligación moral para realizar esas acciones y las normas ambientales que puedan influir para que una persona pueda implicarse en una acción proambiental (Corraliza, 2002).

Para establecer la relación de los estilos de vida saludable con la conciencia ambiental en los estudiantes, se planteó el objetivo de determinar la relación que existe entre los estilos de vida saludable y conciencia ambiental en los estudiantes del 5° de primaria de un Institución Educativa.

MATERIAL Y MÉTODOS

El método de investigación fue el hipotético-deductivo, que según Bernal (2006) consiste en la formulación de hipótesis; de acuerdo con los resultados obtenidos se dedujeron las conclusiones. El trabajo de investigación consistió en examinar la relación entre variables estilo de vida saludable de los estudiantes producto de su entorno y la conciencia ambiental desde la postura educativa sin manipularlas o intervenir en ellas; es decir, solo con recojo de información en un tiempo establecido a través de instrumentos denominados cuestionario y luego se analiza la relación entre las dos variables de interés. La población estuvo comprendida, por 152 estudiantes y la muestra por 30 estudiantes de la institución educativa intervenida, se empleó el muestreo no probabilístico de tipo intencional o criterial, por lo que no se sujeta al análisis de probabilidades. Debido a que el muestreo es no probabilístico, se garantiza la presencia de todos los actores de la muestra elegida.

Los instrumentos fueron: para la variable 1, el cuestionario, Estilos de vida, este instrumento fue adaptado y aplicado por Torres (2019) donde se consideró 6 aspectos esenciales según la autora y tiene 48 ítems. Para efectos de la investigación se adecuó, teniéndose en cuenta 04 dimensiones como: nutrición, ejercicios físicos, responsabilidad en salud y apoyo interpersonal, haciendo un total de 20 ítems, lo que permitió recoger datos sobre los estilos de vida saludable. Variable 2, el instrumento utilizado fue adaptado y aplicado por Quispe (2019), el mismo que integraba 40 ítems con los que se midieron 04 dimensiones (cognitiva, afectiva, conativa y activa) relacionados a la conciencia ambiental, para efectos de este estudio se adecuó teniéndose en cuenta las mismas dimensiones mencionadas, pero se usó 20 ítems en el instrumento, que permitieron recoger datos sobre la conciencia ambiental.

RESULTADOS

Tabla 1

Resultados de la variable 1 “Estilos de Vida Saludable” por dimensiones, según los estudiantes del 5° grado de primaria de una Institución Educativa

Nivel o Categoría	DIMENSIONES							
	Dimensión nutrición		Dimensión ejercicio		Dimensión responsabilidad en salud		Dimensión apoyo interpersonal	
	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%
Nunca	3	10	3	10	4	13,33	3	10
Casi nunca	2	6,67	1	3,33	2	6,67	2	6,67
A veces	14	46,67	13	43,33	10	33,33	11	36,67
Siempre	11	36,67	13	43,33	14	46,67	14	46,67
Total	30	100	30	100	30	100	30	100

Nota: Esta tabla muestra el cuestionario aplicado a 30 estudiantes del 5° grado, de una Institución Educativa Primaria.

En la tabla 2 se evidencia las conclusiones de manera descriptiva de la variable 1 “Estilos de Vida Saludable”, donde se visualiza que la mayoría de los intervenidos comprenden y ponen en práctica una actitud positiva del cuidado de la salud.

Tabla 2

Resultados de la variable 2: “Conciencia Ambiental”, por dimensiones, según los estudiantes del 5° grado de primaria de una Institución Educativa

Nivel o Categoría	DIMENSIONES							
	Dimensión cognitiva		Dimensión afectiva		Dimensión conativa		Dimensión activa	
	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%	fi	hi%
Nunca	3	10	2	6,67	2	6,67	2	6,67
Casi nunca	2	6,67	2	6,67	2	6,67	2	6,67
A veces	9	30	8	26,67	11	36,67	10	33,33
Siempre	16	53,33	18	60	15	50	16	53,33
Total	30	100	30	100	30	100	30	100

Nota: Esta tabla muestra el resultado de la aplicación del cuestionario a 30 estudiantes del 5° grado, de una institución educativa de primaria.

En referencia a la información presentada en la tabla 2 para la variable 2 “Conciencia Ambiental”, se puede aseverar que los encuestados mayormente practican tanto en el seno familiar como en la escuela hábitos de cuidado al medio ambiente tomando conciencia de lo que su descuido pueda provocar en el futuro; dado que como se observa, más del 80% asignan sus respuestas a las categorías superiores de cada pregunta del cuestionario.

Tabla 3

Correlación entre los estilos de vida saludable y conciencia ambiental en los estudiantes del 5° grado de primaria de una Institución Educativa.

			Conciencia ambiental	Estilos de vida saludables
Rho de Spearman	Conciencia ambiental	Coefficiente de correlación	1,000	0,717**
		Sig. (bilateral)	.	0,000
		N	30	30
	Estilos de vida saludables	Coefficiente de correlación	0,717**	1,000
		Sig. (bilateral)	0,000	.
		N	30	30

Nota: Esta tabla muestra el resultado de la aplicación del cuestionario a 30 estudiantes del 5° grado, de una institución educativa primaria (Anexo 04).

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

La tabla 3, muestra los resultados de contrastación entre las variables en estudio, en la cual se aprecia que el P valor de 0,000, es inferior a 5%, lo que predice la existencia de correlación entre las variables a contrastar, además, la Rho de Spearman alcanza el valor de 0,717; y, de acuerdo a la categorización para la Rho, ésta se ubica, en una correlación alta; es evidente la dependencia entre las variables; ante ello, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna; es decir, existe relación positiva y significativa entre estilos de vida saludable y conciencia ambiental en los estudiantes del 5° grado de primaria de una institución educativa en Tocache, San Martín, en la investigación realizada en el año 2021.

DISCUSIÓN

En el coeficiente de correlación Rho de Spearman, P valor es de 0,000, el cual es inferior a 5%, y además el valor de 0,717; y, de acuerdo a la categorización, ésta se ubica en una correlación alta; donde podemos decir que, si existe relación significativa entre estilos de vida saludable y conciencia ambiental en los estudiantes del 5° grado de primaria, siendo muy favorable; de manera general.

Con respecto a los resultados de la variable 1: estilos de vida saludable se relaciona con la investigación de Menor (2017), quien plantea que en las escuelas se realicen intervenciones educativas para fomentar los hábitos de vida saludable implementadas en el ambiente escolar, realizan una aportación significativa a la reducción de los problemas de salud. Además, que los centros de enseñanza, junto con la familia desempeñen un papel clave en la configuración de la conducta y los valores sociales de los niños.

Asimismo, se relaciona con Rodríguez (2017) donde plantea que la variable estilos de vida saludable está relacionada con el aprendizaje en comunicación de los estudiantes de sexto grado solo con 02

dimensiones del estudio (Alimentación equilibrada y actividad física). Entonces se puede decir que no concuerdan, porque los estilos de vida saludable no solo deben ser alimentación equilibrada (no se sabe si los estudiantes están bien nutridos) y en la actividad física (no todos los estudiantes pueden hacer los mismos ejercicios físicos) es por ello que planteamos 02 dimensiones diferentes: nutrición y ejercicios físicos citados por Pender (2017) y adecuado los ítems en esta investigación a las dimensiones mencionadas, donde los resultados son muy óptimos y que debe darse no solo en comunicación si no en todas las áreas curriculares de todas las instituciones educativas públicas y privadas.

Con respecto a los resultados de la variable 2: conciencia ambiental se relaciona con la investigación de Díaz y Fuentes (2018) donde sus resultados aportan conocimientos en cuatro dimensiones (afectiva, cognitiva, conativa y activa) para la comprensión del proceso de desarrollo de la conciencia ambiental, el cual puede coadyuvar a la reformulación de programas de estudio y selección de metodologías didácticas propicias para favorecer la conciencia ambiental desde edades tempranas. Además, plantea que la conciencia ambiental se debe construir en los alumnos con la participación de otros actores de la comunidad escolar (docentes, directivos, padres de familia) donde aprendan actitudes y valores ambientales. Es por ello que en esta investigación se plantea 04, donde una es diferente, la dimensión cognitiva citada por Chuliá (1995) y Valdívía (2019) y adaptados a nuestra realidad, los ítems, donde se puede afirmar que desde las instituciones educativas se debe enseñar conocimientos en tema ambientales.

También se relaciona con la investigación de Bendezú (2019) quien también uso 04 dimensiones en la conciencia ambiental (Cognitivo, afectivo, activo y conativo), afirmando que el 65.42% está en un nivel alto, mientras que el nivel bajo tiene un 1.87% y el nivel moderado 32.71%. En esta investigación se ha citado a Chuliá (1995) que usó las mismas dimensiones mencionadas, pero usando otros ítems y se ha llegado al siguiente resultado, que el 80% de estudiantes practican tanto en el seno familiar como en la escuela hábitos de cuidado al medio ambiente tomando conciencia de lo que su descuido pueda provocar en el futuro. Con esto se puede decir que si se logró una buena conciencia ambiental en los estudiantes.

Asimismo, se relaciona con la investigación de Camposano (2018) donde en la variable de la conciencia ambiental presenta dimensiones diferentes a esta investigación (Educación ambiental, actitud y habilidad ambientales), su conclusión fue: que existe una mejora significativa en la conciencia ambiental de los estudiantes en la utilización y consecuencias prácticas de los conocimientos sobre actitudes de conservación del ambiente. Se puede decir también que en esta investigación se ha usado otras dimensiones (cognitiva, afectiva, conativa y activa) y que sí, se logró una buena conciencia ambiental en los estudiantes. Con esto se puede decir que si usamos una investigación con la variable conciencia ambiental, la cual será objeto de estudio por muchos investigadores y que sea cual sea los resultados o conclusiones arribadas, seguiremos mejorando nuestro compromiso en el rol docente, en el cuidado del medio ambiente.

REFERENCIAS

- Aguilar, G. (2014). *Estilo de vida del adulto mayor que asiste al Hospital Materno Infantil Villa María del Triunfo*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Bernal, C. (2006). *Metodología de la investigación* (3.^a ed.). Editorial. Pearson.
<https://bit.ly/3DuMg93>
- Bendezú, T. (2019). *Conciencia ambiental en estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa Luis Armando Cabello Hurtado*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://bit.ly/3uB7vle>
- Camposano, I. (2019). *Actitudes de conservación del ambiente para desarrollar la conciencia*

- ambiental y estilos saludables en de una Institución Educativa*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Huancavelica]. <https://bit.ly/3iDPc9x>
- Corraliza, J. La medida de las actitudes ambientales: propuesta de una escala de conciencia ambiental (Ecobarómetro). *Intervención Psicosocial*. 2002;11(3):349-358. ISSN: 1132-0559. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179818139007>
- Chuliá, E. (1995). La conciencia medioambiental de los españoles en los noventa. *ASPREsearch Paper, 12 (a) (pp.1-36)*. *Energy and Environment*. <https://bit.ly/3Llg4Y6>
- Díaz, J. y Fuentes, F. (2018). Desarrollo de la conciencia ambiental en niños de sextogrado de educación primaria. Significados y percepciones. *Revista de Investigación Educativa, N° 26, Xalapa, 1870-5308*. <https://bit.ly/3ux6iLU>
- García, E. (2004). Los contenidos de la Educación Ambiental: Una reflexión desde la perspectiva de la complejidad. *Investigación en la escuela, Universidad de Sevilla, (54)*, 31 – 51 . <http://dx.doi.org/10.12795/IE.2004.i53.O3>
- Menor, M. (2017). *Influencia de una intervención educativa para fomentar hábitos de vida saludables en escolares: Estudio multicentro*. [Tesis Doctoral, Universidad de Granada]. <https://bit.ly/3NqmPd9>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana*.
- Pender, N. (2017). *Cuestionario sobre estilos de vida – PEPSI*. Madrid: TEA. Pineda, J. (19 de abril de 2017). *Educación ambiental por un desarrollo sostenible*. Temas Ambientales. <https://bit.ly/36QSELe>
- Quispe, E. (2019). *Valores y conciencia ambiental en estudiantes del quinto año de secundaria en tres colegios particulares*. [Tesis de Maestría, Universidad Peruana Unión]. <https://bit.ly/3DoBvoE>
- Rodríguez, M. (2017). *Estilos de vida saludable y aprendizaje en comunicación de los estudiantes del sexto grado de primaria Institución Educativa N° 3057 El Progreso*. [Trabajo de Maestría, Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle]. <https://bit.ly/3iEPpJx>
- Torres, I. (2019). *Conciencia ambiental y estilos saludables en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Federico Villarreal*. [Tesis de Maestría,

Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://bit.ly/36QB2PI>

Valdivia, G. (2019). *Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelopender, profesionales del equipo de salud, microred mariscal castilla*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa]. <https://bit.ly/35AxyAC>