

Diseño y validación de los instrumentos para determinar la incidencia de los estilos de vidas modificables en estudiantes de enfermería

Design and validation of instruments to determine the incidence of modifiable lifestyles in Nursing students

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0163>

Andrea Posligua Martínez^{1*}

<https://orcid.org/0000-0003-3659-3373>

aposliguam@unemi.edu.ec

Freddy Espinoza Carrasco¹

<https://orcid.org/0000-0001-6701-1415>

fespinozac@unemi.edu.ec

Mariana Llimaico Noriega¹

<https://orcid.org/0000-0001-5595-9073>

mllimaicon@unemi.edu.ec

Paul Mullo Espinoza¹

<https://orcid.org/0000-0002-7013-6187>

pmullo@unemi.edu.ec

Recibido: 03/05/2022

Aceptado: 03/09/2022

RESUMEN

Introducción: Los estilos de vida de la ciudadanía en general se están deteriorando. Los motivos son varios, ambiente, estrés laboral y los malos hábitos alimenticios o dieta no saludable. Los estudiantes de enfermería se enfrentan en sus años de estudios a diferentes cambios en sus hábitos alimenticios, sea por sus horarios de clases, prácticas, internado rotativos, desde el traslado de su lugar residencia, en la que muchos tienen largas horas de viaje e incluso muchos son de escasos recursos y que permanecen en las instalaciones de educación largas jornadas. **Objetivo:** Validar los instrumentos cuantitativo y cualitativo para determinar la incidencia en los Estilos de Vida Modificables de los estudiantes de enfermería; analizando la influencia de los aspectos psicológicos de los mismos. **Materiales y métodos:** El presente estudio es de enfoque mixto (cuanti – cualitativo), de corte transversal, exploratorio de tipo descriptivo y de campo; con un enfoque cualitativo fenomenológico diseñado por 3 categorías y codificado de acuerdo al número de participantes. La población como muestra de la investigación es de 100 personas, de las cuales se hizo un estudio piloto de 15 personas para el cuestionario de Estilo de Vida II y 1 persona para la entrevista a profundidad. **Resultados:** Al aplicar el criterio de los juicios de expertos, se obtuvieron los siguientes resultados: en el instrumento cuantitativo se obtuvo un promedio de 100 y en el instrumento cualitativo logrando un promedio de 95, ambos resultados equivalentes a muy confiable. **Conclusión:** El plan piloto da a entender que los instrumentos tienen propiedades buenas para determinar incidencia los Estilos de Vida Modificables de los estudiantes de enfermería.

Palabras claves: Estilos de vida; hábitos alimenticios; actividad física; incidencia; salud; estudiantes de enfermería.

1. Universidad Estatal de Milagro (UNEMI)- Ecuador

* Autor de correspondencia: aposliguam@unemi.edu.ec

SUMMARY

Introduction: The lifestyles of citizens in general are deteriorating. The reasons are several, environment, work stress and bad eating habits or unhealthy diet. Nursing students face different changes in their eating habits during their years of study, whether due to their class schedules, practices, rotating internships, from the transfer of their place of residence, in which many have long hours of travel and even many are low-income and remain in education facilities for long hours. **Objective:** To validate the quantitative and qualitative instruments to determine the incidence in Modifiable Lifestyles of nursing students; analyzing the influence of their psychological aspects. **Materials and methods:** This study is of a mixed approach (quanti-qualitative), cross-sectional, exploratory, descriptive and field; with a qualitative phenomenological approach designed by 3 categories and coded according to the number of participants. The population as a research sample is 100 people, of which a pilot study of 15 people was carried out for the Lifestyle II questionnaire and 1 person for the in-depth interview. **Results:** By applying the criteria of expert judgments, the following results were obtained: in the quantitative instrument an average of 100 was obtained and in the qualitative instrument an average of 95 was obtained, both results equivalent to very reliable. **Conclusion:** The pilot plan suggests that the instruments have good properties to determine the incidence of Modifiable Lifestyles of nursing students.

Keywords: Lifestyles; Feeding Habits; physical activity; incidence; Health; nursing students

INTRODUCCIÓN

La OMS recomienda que se adopte un estilo de vida saludable a lo largo de todo el ciclo vital, con el fin de preservar la vida, mantenerse sano y paliar la discapacidad y el dolor en la vejez. Los entornos adaptados a las necesidades de las personas mayores, la prevención, la detección precoz y el tratamiento de enfermedades mejoran el bienestar de los mayores. Si no se adoptan medidas, el envejecimiento de la población dificultará la consecución de los objetivos de desarrollo socioeconómico y humano (1).

Un pilar fundamental en la calidad de vida de las personas al proporcionar salud, es identificar el alcance adecuado en cada una de sus aspectos personales, psicológicos, socioeconómico; por ello la estrategia de la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud desde el 2012, empezaron a trabajar en la difusión de los beneficios de tener excelentes hábitos para un estilo de vida saludable, cumpliendo con la estrategia que durante los últimos 10 años ha venido ganando mejor desempeño en el campo de la salud pública llamada la Promoción de la Salud.

Los estilos de vida de la ciudadanía en general se están deteriorando, para ello podemos analizar lo que menciona la OMS, que “Para 2020 el número de personas de 60 años o

más será superior al de niños menores de cinco años.” (2). Los motivos son varios, ambiente, estrés laboral y los malos hábitos alimenticios o dieta no saludable. La Organización Mundial de la Salud (OMS), basándose en el aumento de la prosperidad en todo el mundo, los cambios en los hábitos y la alimentación y la urbanización rápida y no planificada, ha traído consigo nuevas amenazas para la salud. La incidencia de las neuropatías crónicas, la diabetes, diversos tipos de cáncer y los traumatismos por accidentes de tránsito van en aumento. Las enfermedades no transmisibles representan alrededor del 70% de las muertes prematuras, sobre todo en los países de ingresos medianos y bajos. (3)

Basándose en lo expuesto, podemos comprender las consecuencias de no fomentar un estilo de vida adecuado, este se ha convertido en un problema actual de salud pública como es sabido las entidades gubernamentales a nivel mundial encargadas de mejorar la salud y el bienestar de la población en países ricos y pobres; partiendo desde programas preventivos como lo indica las Naciones Unidas al querer Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible nos brinda la oportunidad de hacer frente a estos restos de la esperanza y la ambición expresada en la Agenda, es lograr un mundo más saludable, próspero, integrador y menos vulnerable de aquí a 2030. (4)

Por ello, basado en la teoría de Nola Pender, se realizó un diagnóstico situacional a 120 estudiantes de la carrera de enfermería sobre sus hábitos de salud, para conocer los antecedentes patológicos y personales; donde en la entrevista nos indica que el 40% cree tener estrés; el 56% no realiza ningún deporte, actividad física o ejercicios y casi el 75% estima que han cambiado para mal sus hábitos alimenticios, sea comiendo poco, comiendo atrasado, incluso dejan de comer (5), (6).

Partiendo de la teoría de Nola Pender, especifica en cuanto a la importancia de la educación de las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable; propone promover la vida saludable con beneficio de menos gente enferma, gastar menos recursos y proveer de independencia al individuo para mejorar su salud. Por consiguiente, en el cuestionario Estilos de Vida II de Nola Pender, enfocado en seis subescalas que son: Responsabilidad de la salud, Nutrición, Actividad física, Crecimiento espiritual, Relaciones interpersonales, Manejo del estrés. Donde Pender busca fomentar los estilos de vida saludable, orientados en los Meta paradigmas de su teoría que son la salud, la

persona, el entorno y Enfermería como la responsable de la educación sanitaria para motivar a sus usuarios a mantener la salud (7).

Es por ello, que la organización mundial de la salud (O.M.S), recomienda que se adopten estilos de vida saludables a lo largo de todo el ciclo vital, con el fin de preservar la vida, mantenerse sano y atenuar la discapacidad y el dolor en la vejez” (2). Los factores de riesgos que pueden influir en la vida de un individuo por no tener un buen estilo de vida, con el tiempo impedirá el desarrollo de sus actividades por la posible aparición de enfermedades no transmisibles, las cuales se desarrollan como consecuencias de aquello. Es por ello, que a nivel mundial nos indican que las enfermedades no transmisibles (ETN), matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 71% de las muertes que se producen en el mundo (8). Las cifras dentro de Ecuador según datos del INEC en el 2017, indica que la primera causa de muerte es la isquemia del corazón, se registraron alrededor de 7.404 defunciones en este año (9); para ello se suman cuatro causas más en el siguiente orden: diabetes mellitus tipo 2, enfermedades cardiovasculares, influenza, neumonía y crisis hipertensivas, son las principales causas de muertes, estas pueden ser prevenidas si se mejora el estilo de vida.

Nuestro objeto de estudio, estudiantes de la Carrera de Enfermería de la universidad Estatal de Milagro (UNEMI), ellos se enfrentan en sus años de estudios a diferentes cambios en sus hábitos alimenticios, sea por sus horarios de clases, prácticas, internado rotativos o su lugar de vivienda, que muchos tienen largas horas de viaje, entre otros; incluso muchos son de escasos recursos y que permanecen en las instalaciones de educación largas jornadas.

Promover la salud en las universidades y ser una Universidad Saludable, es un tema que hoy en día se plantea en diversas zonas del país y del mundo; muchas son las experiencias compartidas desde el inicio de este movimiento promovido por la Organización Mundial de la Salud, referente a los entornos saludables en la década de los ochentas y que empezó a implementarse en los años noventa, sobre todo bajo el concepto de ciudades, comunidades, municipios, lugares de trabajo saludables y posteriormente con escuelas y universidades saludables.

Con ese tema de investigación, que cuenta con el apoyo de la Universidad Estatal de Milagro y de su Facultad Ciencias de la Salud, Servicio Sociales y con los estudiantes de la misma; aplicando el Cuestionario que indica la Teoría de Pender, se logrará obtener

varios resultados que ayuden el estado de salud de los estudiantes. Con este proyecto se pretende promover los buenos hábitos de salud; para en un futuro lograr reducir varias enfermedades, que pueden desarrollarse en una sociedad donde está más encaminada a la tecnología y con poco hábito a la actividad física; un sedentarismo el cual incrementa la morbimortalidad.

MATERIALES Y MÉTODOS

El presente estudio es de enfoque mixto (cuanti – cualitativo) de corte transversal, exploratorio de tipo descriptivo y de campo; además tiene un enfoque cualitativo, fenomenológico diseñado por 3 categorías y codificado de acuerdo al número de participantes. La población como muestra de la investigación es de 100 personas, de las cuales se hará un estudio piloto de 15 personas, que por motivos de la emergencia sanitaria que existe en el país debido a la pandemia, se priorizo realizarlo por el Formulario de Google y la entrevista Cualitativa fue personal. Para el instrumento cuantitativo, se utilizó el Cuestionario de Estilo de Vida II, donde se creó un formulario en Google drive, se procedió al envío del link a los estudiantes que cursan el internado Rotativo de Enfermería y para el instrumento cualitativo se empleó la técnica de entrevista a profundidad.

Descripción del instrumento cuantitativo. - El instrumento está formado por 1 objetivo con 52 Ítems, los cuales indican las escalas de Nutrición, actividad física, responsabilidad de la salud, manejo del estrés, crecimiento espiritual y Relaciones Interpersonales, los cuales serán medidos con una escala de linkert: N = nunca; A = algunas veces; M = frecuentemente; R = rutinariamente, las mismas indicaran un resultado que determinara si el estudiante según su puntaje, tiene un estilo de vida saludable o no saludable de manera general y a su vez, respondiendo a sus escalas.

Descripción del instrumento cualitativo. - El instrumento está formado de 3 categorías: Autorrealización –Concepto de sí mismo; Relaciones Intra-Familiares; Situación Laboral y Académico. Cada una posee una pregunta base abierta para el momento de la aplicación de la entrevista a profundidad.

Validación del instrumento cuantitativo y cualitativo. - Para la validación del instrumento se contó con la colaboración de 5 juicios de experto, donde cada pregunta tenía una calificación establecida en una escala de 0 a 100, aplicando en cada una de ellas 3 criterios

de evaluación: Validez; que se determina según el tipo de resultado que se obtendrá con el análisis de la posible solución a los problemas, la Pertinencia; de cada pregunta respecto a lo que quiere medir y los datos que va a obtener según sus objetivos, Coherencia; que está determinada por la claridad de la respuesta, comprensión y contenido. Además, se estableció una rúbrica de confiabilidad, cuyos resultados indicaban lo siguiente: 100 – 80 Aprobado Muy Confiable; 79 -50 Aprobado Leves Cambios, Confiable y 49 – 0 Cambiar Ítem, Poco confiable. Para dicha validación por motivos de la emergencia sanitaria y a la restricción de movilización en el país se tuvo que emplear diversas plataformas digitales para que algunos expertos puedan realizar la validación de ambos instrumentos y conocer los puntajes obtenidos de cada ítem.

RESULTADOS

Mediante la validación de los juicios de expertos, se obtuvieron los siguientes resultados: en el instrumento cualitativo se obtuvo un promedio de 96 que equivale a muy confiable

Tabla 1.

Resultados de validación del instrumento cualitativo por juicio de expertos.

	Criterios de Evaluación			Promedio
	Validez	Pertinencia	Coherencia	
Experto 1	99	99	99	99
Experto 2	92	92	92	92
Experto 3	98	98	98	98
Experto 4	97	97	97	97
Experto 5	96	96	97	96
			TOTAL	96

Tabla 2.

Relación entre el Estilo de Vida General Saludable

<i>PARTICIPANTE</i>	<i>ESTILO DE VIDA GENERAL SALUDABLE</i>	
<i>Número</i>	<i>Respuesta</i>	<i>Respuesta</i>
<i>#</i>	<i>SI</i>	<i>NO</i>
1	90	
2		50
3		63



4		45
5	100	
6		45
7	92	
8	142	
9		87
10	95	
11	103	
12	91	
13		52
14		89
15	88	
Total	9	7
Porcentaje	56%	44%

En este cuadro podemos observar que los 15 estudiantes fueron valorados según la Escala Métrica del Cuestionario, que indica que el Estilo de Vida General está en un rango de 90-144 este es saludable, por el contrario, si está en un rango de 36-89 está en un estilo no saludable, podemos observar que de este grupo de estudiantes el 56 % está en un estilo de vida saludable; mientras que 44% no lo está.

Tabla 4.

Respuestas por categorías en la entrevista a profundidad

Categoría	Autorrealización - Concepto de sí mismo	Relaciones Intra- Familiares	Situación Laboral y Académico
Código	AB	CD	EF
Participante	<ul style="list-style-type: none"> • “Satisfecho” • “Le gustaría aprender más y prepararse” • “Pocas veces se ha sentido frustrado” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Distancia Familiar” • “Abandono” • “Tristeza” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Decepción de la parte académica” • “Campo Laboral a desarrollado destrezas” • “Estrés y limitación de tiempo”

Con los resultados obtenidos de la aplicación de las 2 técnicas (encuesta y entrevista a profundidad) en nuestro plan piloto, encontramos que en lo que respecta a accesibilidad hay una buena relación de información, en la cual según los resultados de la



encuesta cualitativa indica que el 56% tiene una vida saludable, pero un 44 % no lo tiene frente a la referencia del instrumento cualitativo que nos indica los problemas emocionales que pueden tener durante la estadía de su internado; frente a estos indicadores, tenemos tres importantes resultados que permiten el desarrollo de este plan piloto.

CONCLUSIÓN

Luego de la aplicación del plan piloto en el presente estudio, encontramos que en la validación de los instrumentos cuantitativo y cualitativo a pesar de tener un resultado de ser muy confiables, los expertos indicaron que las preguntas estaban bien estructuradas, pero faltaban más ítems que se podrían utilizar para obtener datos específicos y relevantes en la investigación planteada; en el instrumento cuantitativo (técnica: encuesta), durante la visualización de los datos obtenidos en los 15 estudiantes pilotos, indicó una falta de tiempo al momento de responder la encuesta virtual; con el instrumento cualitativo (técnica: entrevista a profundidad), el estudiante piloto respondió ante las preguntas planteadas, pero se observó que se debe realizar preguntas abiertas y cerrada. De este modo, el plan piloto da a entender que los instrumentos tienen propiedades buenas para determinar la incidencia de los Estilos de Vidas Modificables en estudiantes de Enfermería.

REFERENCIAS

- 1) Organización Mundial de la Salud (OMS). Campaña del Día Mundial de la Salud 2012. Disponible en <http://www.who.int/world-health-day/2012/toolkit/campaign/es/>
- 2) Organización Mundial de la Salud (OMS) Informe Mundial sobre el envejecimiento y la salud. Catalogación por la Biblioteca de la OMS 2015. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf
- 3) Escobedo Alcantar, Rubí. Creencias de salud-enfermedad como indicadores de la adherencia terapéutica en diabetes. [Tesis] 2013. Universidad Nacional Autónoma de México. Disponible en: <http://132.248.9.195/ptd2013/agosto/0700598/0700598.pdf>
- 4) Naciones Unidas. Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Asamblea General Distr. General 21 de octubre de 2015. Disponible en: https://unctad.org/system/files/official-document/ares70d1_es.pdf
- 5) Alarcón-Zapata Paula, Aldana-Alarcón Anniella, Parra-Sanhueza Carolina, Uribe-Cáceres María José, González-Droguett Annjeannette, Sepulveda-Rivas Catalina. Prácticas y claves para promover la salud en niños de 6-12 meses, en el personal de

- atención parvulario de jardines, Región de la Araucanía, Chile 2019. REVISTA DE ENFERMERÍA NEUROLÓGICA Volumen 20 - Suplemento -2021 pp.S. 1-249.
- 6) Becerra Pabón, Ana Cecilia. El cuidado en enfermería Una propuesta de formación a partir de la experiencia en la ciudad de Cali. [Tesis] 2014 Universidad del Cauca-Colombia. Disponible en: <http://repositorio.unicauca.edu.co:8080/bitstream/handle/123456789/448/EL%20CUIDADO%20EN%20ENFERMER%20C3%8DA.P.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 7) Silva Chileno, Gissela Janeth. Conocimientos y actitudes de las madres sobre alimentación infantil antes y después de la intervención del proyecto: Bases Productivas para la Seguridad Alimentaria en el caserío Montesorco, provincia San Marcos – Cajamarca 2010 – 2012 [Tesis] 2018. Universidad Nacional De Cajamarca-Perú. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/2359/Conocimientos%20y%20actitudes%20de%20las%20madres%20sobre%20alimentaci%C3%B3n%20infantil%20antes%20y%20despu%C3%A9s%20de%20la%20interve.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 8) Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles. [Sitio web] 1 de junio de 2018. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
- 9) Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC). Validación del instrumento cuantitativo y cualitativo. Camas y egresos hospitalarios defunciones generales 2017. Ecuador en cifras. Disponible en: https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Infografias-INEC/2019/Causas_de%20enfermedad_y%20muerte.jpg

