



**UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA**

**PROYECTO DE INVESTIGACION
PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE
LICENCIADA EN ENFERMERIA**

TEMA:

**ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU
INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL
SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018
– ABRIL 2019**

AUTORA:

YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD

TUTOR:

DR. CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ, PhD.

**BABAHOYO - LOS RIOS – ECUADOR
Octubre 2018 – Abril 2019**



**UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA**



TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

**LCDA. KARINA DE MORA LITARDO. MSC.
DECANA O DELEGADO (A)**

**LCDA. ROSA BEDOYA VÁSQUEZ. MSC.
COORDINADOR DE LA CARRERA
O DELEGADO (A)**

**LCDA. CONSUELO ALBAN MENESES.
COORDINADOR GENERAL DEL CIDE
O DELEGADO**

**ABG. CARLOS L. FREIRE NIVELÁ
SECRETARIO GENERAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 10 de abril del 2019

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

**A: Universidad Técnica de Babahoyo,
Facultad de Ciencias de la Salud,
Escuela de Salud y Bienestar**

Por medio de la presente declaro ser autor (a) del Informe final del Proyecto de Investigación titulado: ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019.

El mismo ha sido presentado como requisito indispensable en la Modalidad de Proyecto de Investigación para optar por el grado académico de Licenciado (a) en ENFERMERIA en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, el cual ha sido producto de mi labor investigativa.

Así mismo doy fe que, el uso inclusivo de opiniones, citas e imágenes son de mi absoluta responsabilidad y que es un trabajo investigativo totalmente original e inédito, quedando la Universidad Técnica de Babahoyo y la Facultad de Ciencias de la Salud y la carrera de ENFERMERIA exenta de toda responsabilidad al respecto.

Por lo que autorizo en forma gratuita, a utilizar esta matriz con fines estrictamente académicos o de investigación.

YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD
C.I: 1207050582


Firma





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, Dr. **CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ**, en calidad de tutor(a) del Informe Final del Proyecto de Investigación (Tercera etapa) con el tema: **ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019**, elaborado por la estudiante **YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD**, de la Carrera de ENFERMERIA , de la Escuela de Salud y Bienestar, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 10 días del mes de abril del año 2019


Dr. Carlos Emilio Paz Sánchez. PhD
CI: 0908455603





Urkund Analysis Result

Analysed Document: TESIS ROCA CHUCAD - ENFERMERIA - FINAL.docx (D50264320)
 Submitted: 4/5/2019 10:30:00 PM
 Submitted By: cpaz@utb.edu.ec
 Significance: 8 %

Sources included in the report:
 ensayo sueño-descanso fatima.docx (D47984387)
 subir a urkund.docx (D44895004)
<https://www.monografias.com/docs/Necesidad-de-descanso-y-sue%C3%B1o-PKCQRSTPCDGNZ>
<https://pastoralsalud.org/que-es-la-pastoral-de-la-salud/>
<https://revistas.uam.es/index.php/reice/article/download/5354/5793>
<http://www.medicinatermal.com/por-que-y-como-hemos-de-descansar-mejor-mediante-el-sueno-y-la-relajacion/>

Instances where selected sources appear:

12


 Dr. Carlos Paz Sanchez PhD
 0908455603

Yuliy Rosa bh

DEDICATORIA

Este presente trabajo dedico a Jehová Dios, quien me ha dado la vida, salud, fuerza y me ha llenado de grandes bendiciones, para salir adelante y en momentos de adversidad no darme por vencida.

Dedico a mis padre, Marcos Roca y Lourdes Chucad que desde que inicie mis estudios me han apoyado, aconsejado y acompañado en cada paso y logro de este camino.

Se lo dedico a mi hijo, Amauri Camacho Roca, que es mi vida, mis ganas de seguir luchando y lograrlo todo, a mi compañero de vida, Alejandro Camacho, que nunca dejo de confiar en mí, incluso en las veces que me daba por vencida siempre tuvo una palabra de aliento para animarme.

Este logro se los dedico a todos ellos, los seres más importantes en mi vida, los seres que más amo.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero agradecer a Jehová Dios por permitirme llegar a cumplir una meta más en mi vida, por iluminar mi mente con sabiduría y siempre protegerme.

A mis padre, Marcos Roca y Lourdes Chucad, por su apoyo incondicional, por sus esfuerzos, por su amor y por siempre creer en mí.

Quiero agradecer a mi hijo, Amauri Camacho Roca por llegar en el momento exacto a mi vida, por llenarme de felicidad en tiempos tristes, por cada sonrisa, que me da fuerzas para seguir luchando, gracias por existir mi amor.

Mi compañero de vida Alejandro Camacho, agradecerle por la paciencia y por ser incondicional para mí, gracias por cada palabra de aliento, gracias por estar junto a mi apoyándome en este proceso.

Les agradezco a todos ustedes por su amor, sin su apoyo no hubiera sido posible llegar a cumplir esta meta.

A la Universidad Técnica de Babahoyo, a cada uno de los docentes y a cada uno de mis compañeros que estuvieron en cada etapa de mi trayectoria universitaria, les quedo muy agradecida.

Yuleisy Roca Chucad

TEMA

Alteración del patrón de enfermería reposo sueño y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas. Octubre 2018 – abril 2019.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación trata sobre el patrón de enfermería reposo sueño y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, el cual nos permitirá conocer sobre esta problemática, la relación entre ambas variables y su importancia durante la etapa académica ya que se ha evidenciado desde hace tiempo la falta de reposo y la falta de horas de sueño.

La modalidad de esta investigación es cuali – cuantitativa, de tipo explicativo correlacional, de corte transversal, tiene como objetivo determinar la influencia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa ventanas, durante el periodo de octubre 2018 – abril 2019. Aplicando una metodología rigurosa que permita la recolección de información con el fin de obtener datos reales y confiables.

Por medio de este trabajo investigativo se concluye que el patrón de enfermería reposo sueño si influye en el rendimiento académico, ya que los adolescentes manifestaron que durante las horas académicas sienten cansancio, agotamiento, debilidad y esto nos confirma que existe una alteración del patrón de enfermería reposo sueño.

Con ayuda de los instrumentos aplicados se conoció que la población en estudio se encuentra afectada por la alteración del patrón reposo sueño, así como también la falta de conocimiento de las horas adecuadas destinadas para un buen reposo sueño

Palabras claves: Reposo, Sueño, Enfermería, Patrón, Rendimiento académico.

ABSTRACT

The present research work deals with the nursing sleep rest pattern and its influence on the academic performance of students in the second year of the Ventanas Educational Unit, which will allow us to know about this problem, the relationship between both variables and its importance during the academic stage since the lack of rest and the lack of hours of sleep have been evidenced for some time.

The modality of this research is quali - quantitative, correlational explanatory type, cross - sectional, aims to determine the influence of the nursing sleep rest pattern on the academic performance of students in the second year of the windows educational unit, during the period October 2018 - April 2019. Applying a rigorous methodology that allows the collection of information in order to obtain real and reliable data.

Through this investigative work it is concluded that the nursing sleep rest pattern if it influences the academic performance, since the adolescents stated that during the academic hours they feel fatigue, exhaustion, weakness and this confirms that there is an alteration of the nursing pattern rest sleep

Through the applied instruments I could notice that the study population is affected by the alteration of sleep rest pattern, as well as the lack of knowledge of the adequate hours destined for a good rest sleep

Key words: Rest, Sleep, Nursing, Employer, Academic performance.

INDICE GENERAL

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTO	II
TEMA	III
RESUMEN	IV
ABSTRACT	V
INDICE GENERAL	VI
INDICE DE GRAFICOS	IX
INDICE DE TABLAS	X
INTRODUCCION	XI
CAPÍTULO I	1
1. PROBLEMA	1
1.1. Marco contextual	1
1.1.1. Contexto internacional	2
1.1.2. Contexto nacional	3
1.1.3. Contexto regional	5
1.1.4 Contexto local y/o institucional	5
1.2. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	6
1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
1.3.1 Problema general	8
1.3.2 Problemas Derivados	8
1.5. JUSTIFICACIÓN	9
1.6. OBJETIVOS	10
1.6.1 Objetivo general	10
1.6.2 Objetivos específicos	10
CAPITULO II	11
2. MARCO TEORICO	11
2.1 Marco teórico	11
2.1.1. MARCO CONCEPTUAL	32
2.1.2. Antecedente de la investigación	36
2.2. HIPOTESIS	38
2.2.1. Hipótesis general	38
2.2.2. Hipótesis específicas	38

2.3. VARIABLES	39
2.3.1. Variable independiente	39
2.3.2. Variable dependiente	39
2.3.3. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES	40
CAPITULO III	42
3. METODOLOGIA DE INVESTIGACION	42
3.1. Metodo de investigacion	42
3.2. MODALIDAD DE LA INVESTIGACION	42
3.3. TIPO DE INVESTIGACION	43
3.4. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE LA POBLACION	44
3.4.1. Técnicas	44
3.4.2. Instrumento	44
3.5. POBLACION Y MUESTRA DE INVESTIGACION	45
3.5.1. Población	45
3.5.2. Muestra	45
3.6 CRONOGRAMA DEL PROYECTO	46
3.7 RECURSOS	47
3.7.1 Recursos humanos	47
3.7.2 Recursos económicos	47
3.8. PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS	48
3.8.1. Base de datos	48
3.8.2. Procesamiento y análisis de datos	48
CAPITULO IV	49
4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	49
4.1. Resultados obtenidos de la investigación	49
4.2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	59
4.3. CONCLUSIONES	60
4.4. RECOMENDACIONES	61
CAPITULO V	62
5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN	62
5.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN	62
5.2. ANTECEDENTES	62
5.3. JUSTIFICACIÓN	63
5.4. OBJETIVOS	63
5.4.1. OBJETIVO GENERAL	63

5.4.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS	63
5.5. ASPECTOS BÁSICOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN.....	64
5.5.1 ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA	65
5.5.2 COMPONENTES.....	72
5.6 RESULTADOS ESPERADOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN.....	72
5.6.1. Alcance de la alternativa	72
BIBLIOGRAFÍAS	73
ANEXOS	76

INDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1 Sexo	49
Gráfico 2 Vive	50
Gráfico 3 Horas académicas	51
Gráfico 4 Tiempo a juegos electrónicos.....	52
Gráfico 5 Descanso ocho horas	53
Gráfico 6 Conocimiento de trastorno del sueño	54
Gráfico 7 Patrón sueño descanso.....	55
Gráfico 8 Información alteración sueño.....	56
Gráfico 9 Valoración de enfermería	57
Gráfico 10 Información descanso, sueño.....	58

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Sexo	49
Tabla 2 Vive	50
Tabla 3 Horas académicas	51
Tabla 4 Tiempo a juegos electrónicos.....	52
Tabla 5 Descanso ocho horas	53
Tabla 6 Conocimiento de trastorno del sueño	54
Tabla 7 Patrón sueño descanso.....	55
Tabla 8 Información alteración sueño.....	56
Tabla 9 Valoración de enfermería	57
Tabla 10 Información descanso, sueño.....	58

INTRODUCCION

El derecho que todo ser vivo tiene en la vida y que gratuito es la salud, el bienestar de mantenerse activo fuerte ante las actividades que realiza día a día y otra fuente más importante el poder tomar sus horas de descanso es saludable para mantener una buena salud.

Según, la Organización Mundial de la Salud (2018) “La salud, es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”

Según lo establecido por la Organización Mundial de la Salud las personas deben dormir de 7 a 8 horas al día, para conservar un buen estado físico, emocional y mental. Por las diversas actividades agrícolas, los estilos de vida y los avances tecnológicos. Han conllevado a reducir las horas dedicadas para el descanso.

Aunque existe múltiples campañas informativas de diferentes instituciones, tanto públicas como privadas, sobre los riesgos que conllevan determinadas conductas hacia la salud, como es el consumo de alcohol, drogas, alimentación, descanso deficiente etc.; estas campañas informativas han demostrado un poco o nula eficacia en la población donde han sido dirigidas.

Enfermería es el primer eslabón y el punto de contacto más sólido, entre el sistema de salud y la comunidad, su misión es el cuidado de salud del ser humano individual y del colectivo a través de los procesos vitales, su acción está orientada por principios y fundamentos científicos, humanísticos y éticos de respeto a la vida y a la dignidad humana, su práctica requiere de un pensamiento interdisciplinario, de un actuar multiprofesional y en equipo con visión holística del ser humano en su relación con el contexto social y ambiental y desde el punto de vista escolar actúa como elemento clave en el engranaje entre padres, docentes, alumnos y otros profesionales de la salud.

Considerando estos aspectos concluyo en que es importante identificar problemas específicos que se pueden evidenciar en nuestra comunidad como en

el caso de este estudio cuyo objetivo es determinar la influencia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas. Octubre 2018 - abril 2019, para luego planear una estrategia de intervención y solución de problemas proponiendo un plan de actuación no solo a los cuidadores directos sino también al personal docente para un mejor resultado en beneficio a esta población.

El presente proyecto de investigación se desarrolla con la modalidad cualitativa – cuantitativa recolectando y analizando datos para la integración y discusión para lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio, se enfoca en la línea de investigación de prácticas de salud formal y no formal de salud pública.

Dicha investigación estará ordenada en el siguiente manera:

En el capítulo I: Se presenta el problema, el cual hace referencia al planteamiento y su formulación, los objetivos, la importancia y delimitación de la investigación y la justificación.

En el capítulo II: Se presenta el Marco teórico, donde se exponen los antecedentes de la investigación, la fundamentación de la investigación, formulación de hipótesis y Operacionalización de las mismas.

En el capítulo III: Se indica el Marco metodológico, en el cual se establecen los lineamientos metodológicos, sección que da a conocer el tipo de investigación, el diseño de la misma, población, técnica e instrumento de recolección de datos, la validez y confiabilidad, tabulación y el tratamiento estadístico.

En el capítulo IV: Se revelan los resultados de la investigación, estos se presentan analizados cuantitativa y cualitativamente, discutiendo teóricamente los resultados de esta investigación.

En el capítulo V: Se plantea una Propuesta alternativa que dé solución a la problemática planteada en la investigación.

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA

1.1. Marco contextual

En un estudio realizado en universidad Cayetano Perú (2016), por profesionales de enfermería sobre el “Rol de enfermería aplicados patrones de alteración del sueño y descanso de estudiantes secundarios de la unidad Marianita de Punta Sal”, se pudo evidenciar que el 45% de los estudiantes mantiene no cumplen con su horario de descanso, mientras 25% no sabían que por no descansar o dormir podrían afectar su rendimiento académico, mientras que el 30% si cumplían con el descanso de 8 a 10 horas de sueño, se concluyó de que el personal de enfermería debería capacitar a las madres y a los adolescentes que este es una problemática latente que inicia con no dormir pero a corto plazo se podría complicar ya sea por perdida del año escolar o enfermedad del adolescente.

El aporte de esta investigación con la actual se basa en que comparten el mismo objeto de estudio, alteración del patrón de sueño descanso de enfermería, muchos son los indicativos para los adolescentes mantengas un desorden en la alteración del sueño después de haber sido culminado realizado el análisis se llega a la conclusión que una capacitación inmediata acerca de las consecuencias que al no poder cumplir con el horario de descanso se ven afectado el rendimiento académico.

En otra investigación realizada en la universidad pontifica San Francisco de Chile en el año (2014) sobre “el patrón de enfermería en descanso y sueño, alteración en jóvenes del instituto de ciencias educacionales”, en donde a través de la valoración del profesional de enfermería se pudo evidenciar la falencia que existía en descanso debido que permanecían sin dormir por competir en los videos juegos.

Como aporte a esta investigación que estipulado en la investigación que se realizó anteriormente que efectivamente es algo que afecta no solo el rendimiento académico si no también la salud es la actuación inmediata para plantear los correctivos pertinentes para que no afecte la salud de los sujetos del estudio.

1.1.1. Contexto internacional

La recomendación de la Organización Mundial de la Salud es la de dormir entre cuatro y seis horas al día. Según Gastón Rodríguez, neurólogo del Centro del Sueño, el promedio de horas es de 8.2 al día. "Pero hay dormilones de cortos y largos periodos" Es por eso que, aunque lo afirme la Organización Mundial de la Salud, Rodríguez aclara que no existe un mínimo ni un máximo de horas. Lo importante es cómo se siente la persona con las horas de sueño que suma. (OMS, 2018)

De acuerdo con la Asociación Mundial de Medicina del Sueño (WASM, por sus siglas en inglés),"los problemas de sueño constituyen una epidemia global que amenaza la salud y la calidad de vida de más del 45% de la población mundial".

"Dormir bien es uno de los tres pilares fundamentales para gozar de una buena salud, además de una dieta equilibrada y ejercicio regular", explicó el organismo en una nota informativa.

Y según Shirley Cramer, directora ejecutiva de la Real Sociedad de Salud Pública (RSPH, en inglés), "muchos dicen que sólo duermen entre cuatro y cinco horas al día, pero eso no es algo de lo que se debiera presumir.

Según la National Highway Traffic Safety Administration (NHTSA, en inglés) de Estados Unidos, 40.000 personas sufren lesiones cada año debido a problemas relacionados con la falta de sueño, y 1.550 personas mueren en este tipo de accidentes en el país.

Y el Harvard Medical School encontró que 250.000 conductores se quedan dormidos cada día.

Un panel de expertos de la National Sleep Foundation, dio recomendaciones en función de las edades. Es ideal que los recién nacidos duerman entre 14 y 17 horas al día, mientras que los adolescentes 10.8 horas. Esa breve pausa en la vida de todos los seres humanos, según el especialista, es fundamental para recuperar energía y reponerse física y mentalmente después de un día de trabajo, estudio o actividad física. Privarse de ese placer podría generarle decaimiento e irritabilidad. (OMS, Estudio del sueño, 2018)

La falta de sueño repercute sobre todos los aspectos de la vida de un adolescente, desde su capacidad para prestar atención en clases hasta su estado de ánimo. Según la Fundación Nacional del Sueño (NSF, siglas en inglés) de Estados Unidos, más del 25% de los alumnos de secundaria se quedan dormidos en clases. En EE. UU algunos investigadores, padres y profesores han sugerido que los centros educativos de secundaria empiecen las clases más tarde por la mañana. (Mary L, Gavin, 2016)

Así mismo en una investigación a estudiantes de Australia se halló que el 18% de la población estudiada reportaron dificultad para conciliar el sueño, 13% se despertaron temprano por la mañana y 9% reportaron dificultad para permanecer dormidos. (Lack & Lucas, 2015)

1.1.2. Contexto nacional

En la actualidad los trastornos del sueño afectan a la salud y calidad de vida en un 45%. Difundir los beneficios de un buen descanso y promover hábitos saludables es el objetivo del “Día mundial del sueño” que se celebra cada año el tercer viernes del mes de marzo desde el 2008, creada por la asociación mundial

de medicina. En Ecuador los expertos resaltan su importancia y hacen recomendaciones para mejorar la calidad del sueño.

La Encuesta de Condiciones de Vida 2005 – 2006 en su Sección de Salud, contempla algunos indicadores referidos a los hábitos y prácticas adquiridos por la población ecuatoriana aspectos que se relacionan con la prevención o descuido de la salud, como por ejemplo las horas de sueño, uso de celular, internet, como también consumo de drogas y alcohol, etc. (Guerrero & Andrade, 2016)

En una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, estimó que los ecuatorianos destinan a la semana 55.51 horas para dormir, es decir, más de 7 horas al día. (Telegrafo, 2017)

Hace 8 años Ecuador figuro entre los países con más baja puntuación y que no alcanzaron la media en el desempeño educativo de las pruebas Serce (Segundo estudio regional comparativo y explicativo) implementadas por la Unesco en América Latina y El Caribe.

El estudio también demostró que en el país el rendimiento académico es bastante parejo entre hombres y mujeres, cada uno con su fortaleza. Los primeros demostraron una leve superioridad en matemáticas, mientras que el género femenino tuvo mejor puntaje en lenguaje. (Telegrafo, 2014)

De acuerdo a la información estadística del Ministerio de Educación Ecuatoriano el rendimiento académico es menor en la enseñanza secundaria, donde se reprueba el 12 % y abandonan los estudios el 10% (Muñoz , Lana, 2015)

1.1.3. Contexto regional

El reto de la región Costa es sumar puntos y aunque los promedios son satisfactorios, la región Sierra, supera el porcentaje de los niveles académicos. Para Roberto Passailaigue, ex ministro de educación, el inicio de un año nuevo escolar en la Costa es una nueva oportunidad para mejorar las notas. Para los especialistas hacen falta más hogares estimulantes, que inculquen la lectura, fomenten la investigación y que aporten a los procesos de aprendizaje. (El Comercio, 2016)

A nivel de la región, Saadia Danchez representante de la Unesco, explico que uno de cada diez niños en posibilidad de asistir a primaria no adquiere las competencias básicas en lectura y tres de cada diez niños no adquieren conocimientos básicos en matemáticas y no escriben correctamente (Unesco, 2014)

El uso de computadoras y Tablet para asuntos recreativos y no académicos hacen que el rendimiento de los estudiantes sea bajo. (Velasco, 2010)

A nivel de la región, las personas, una su gran mayoría tiene menos descanso y mayor actividad, por lo que tiene afecciones sobre los trastornos del sueño. (Velasco, 2010)

1.1.4 Contexto local y/o institucional

Ventanas es un Cantón de la Provincia de Los Ríos, la población de la Provincia de los Ríos es de 778.115 habitantes según el Censo de Población y Vivienda del 2010, siendo así la cuarta provincia más poblada del Ecuador. Ventanas cuenta con una población de más de 74. 100 habitantes. (INEC, 2010)

La Unidad Educativa Ventanas, está ubicada en la Hacienda Potrerillo, es una institución fiscal, ofrece un nivel educativo desde EGB Y BACHILLERATO, conformada por 1659 alumnos y 66 docentes.

1.2. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

La Unidad Educativa Ventanas ubicada en la Hacienda Potrerillo calle R, tiene como misión educar a la juventud, desarrollar valores humanos y buenos hábitos de estudio para una excelente formación académica y personal, sin embargo, existen varios aspectos que influyen de manera desfavorable en la formación de los estudiantes.

Basándome en la visita a la institución se pudo obtener información a través de los docentes, ellos mencionaron que uno de los factores que se podría relacionar con este problema, es el poco descanso que tienen los estudiantes, ya que mucho de los adolescentes no descansan lo suficiente debido a que se dedican a actividades agrícolas para aportar en el sustento de sus hogares e incluso para sus estudios, lo cual provoca a su edad un agotamiento físico e impide en muchas ocasiones que no realicen sus tareas y asistan normalmente a clases.

Otro aspecto que se destacó fue que el ambiente familiar no es favorable ya que no se muestra un interés por parte de los padres lo que disminuye la motivación y preocupación de los estudiantes por su rendimiento académico.

Además, cierto número de estudiantes abusan del uso del celular, tanto en sus casas como en las aulas, lo que ocasiona desinterés en las actividades educativas e incluso influyen de manera negativa en su disciplina.

Todos estos factores han venido surgiendo desde hace mucho tiempo atrás, ya que nadie ha ayudado a los padres, docentes y estudiantes a concientizar acerca de las rutinas de descanso que deben cumplirse adecuadamente para así lograr de esta manera un mejor rendimiento académico.

1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El presente trabajo investigativo, refleja la problemática planteada, sobre esta necesidad tan básica e importante para cada persona, como es la calidad de descanso y sueño, y es por ello que a partir de la cual, también se contribuye a aumentar nuestros conocimientos sobre el tema y profundizar en aquellos aspectos que nos permitan cambiar y/o revertir esta problemática en cuestión.

El estudio de esta exploración es una parte fundamental en el proceso investigativo de la Enfermería, porque nos permite determinar aquella problemática, a la cual podemos analizar para luego reflejar los resultados, que nos permitan crear propuestas para mejorar y/o profundizar aspecto desde nuestra profesión y/o del servicio o institución a la cual se pertenezca.

Como también incentivar a los profesionales a crear estos procesos investigativos, para mejorar la calidad de atención como fomentar el crecimiento profesional de los mismos. Este proceso investigativo, nos llevó mucho trabajo en común, tanto en su recolección, análisis, resultados y propuestas, que esperamos que contribuye al conocimiento de la Enfermería sobre esta problemática como el patrón descanso y sueño, se realizó en la unidad educativa Ventanas ubicada en la Hacienda Potrerillo calle R, tiene como misión educar a la juventud, desarrollar valores humanos y buenos hábitos de estudio para una excelente formación académica y personal.

Basándome en la visita a la institución pude obtener información a través de los docentes, ellos mencionaron que uno de los factores que se podría relacionar con este problema, es el poco descanso que tienen los estudiantes, ya que mucho de los adolescentes no descansan lo suficiente debido a que se dedican a actividades agrícolas para aportar en el sustento de sus hogares e incluso para sus estudios, lo cual provoca a su edad un agotamiento físico e impide en muchas ocasiones que no realicen sus tareas y asistan normalmente a clases.

Todos estos factores han venido surgiendo desde hace mucho tiempo atrás, ya que nadie ha ayudado a los padres, docentes y estudiantes a

concientizar acerca de las rutinas de descanso que deben cumplirse adecuadamente para así lograr de esta manera un mejor rendimiento académico

1.3.1 Problema general

Realizado el planteamiento del problema se procesa la siguiente interrogante como problema general del estudio.

¿Cómo influye el patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019?

1.3.2 Problemas Derivados

¿Cómo repercute el no cumplir las horas del sueño adecuadas en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019?

¿Cómo repercute el descanso no prolongado en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019?

1.4. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Delimitación espacial

Lugar o institución: Unidad Educativa Ventanas

Ubicación: Hacienda Potrerillo y calle R

Cantón: Ventanas

Provincia: Los Ríos

País: Ecuador

Objeto de estudio: Estudiantes y docentes

Línea de Investigación: Prácticas de salud formal y no formal

Área: Salud pública

Delimitación temporal: El tiempo que se estima la duración del proyecto de investigación, está comprendido desde octubre 2018 – abril 2019

1.5. JUSTIFICACIÓN

Los niños que se mantiene activos físicamente y cumplen entre 6 y 8 horas de sueño a diario gozan de un mejor estado de salud y bienestar, son más fuertes, son más sociables y padecen menos trastornos mentales como depresión y ansiedad. (Drobnic, Alteración del sueño y reposo, 2013)

Enfermería está presente durante todo el recorrido vital de una persona, mediante la prevención y promoción de salud realizando actividades asistenciales, por lo cual el entorno escolar es un lugar idóneo para iniciar la labor de educación y promoción de la salud

El sistema de valoración diseñado por Marjory Gordon, cumple todos los requisitos necesarios para la realización de una valoración enfermera eficaz. Define 11 patrones de actuación relevantes para la salud de las personas, las familias y las comunidades.

La necesidad de realizar este trabajo investigativo es con el fin de determinar la influencia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico en los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa ventanas y proponer soluciones, concientizando y educando no solo a los estudiantes, sino

también a los padres de familia y docentes, ya que es muy importante planear medidas correctas para un buen descanso y así poder obtener un buen rendimiento académico

Las líneas de investigación de practica formal y no formal, de salud pública es en la que se basa el presente proyecto de investigación

1.6. OBJETIVOS

1.6.1 Objetivo general

Determinar la influencia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas. Octubre 2018 – abril 2019

1.6.2 Objetivos específicos

- Identificar los factores que influyen en el patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas.
- Determinar si el descanso no prolongado repercute en el rendimiento académico de lo estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019.

CAPITULO II

2. MARCO TEORICO

2.1 Marco teórico

Patrón de enfermería sueño-descanso

Describe la capacidad de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día. Incluye también la percepción de la calidad y cantidad de sueño y descanso, así como la percepción del nivel de energía diurna. El objetivo de la valoración del sueño- descanso es describir la efectividad del patrón desde la perspectiva de la persona con el fin de intervenir eficazmente sobre la disfunción.

Para eso, es importante determinar qué tipo de manifestación se presenta: dificultad para conciliar el sueño, sueño interrumpido, despertar precoz, somnolencia excesiva,

que, en algunos casos, por ejemplo, en los estados maníacos, la percepción de la persona puede estar alterada por la disfunción cognitiva. Si se perciben problemas por parte de la persona o por otros, deben valorarse las atribuciones causales, las acciones llevadas a cabo para restablecer el problema y los efectos o consecuencias derivados de las acciones.

Además, y en caso de insomnio, será interesante determinar si existía historia previa, así como posibles causas y acciones llevadas a cabo para compensarlo. La determinación de insomnio puntual o crónico puede modificar considerablemente las estrategias de intervención. Indicadores a tener en cuenta en esta valoración son: las necesidades personales diarias de sueño, las

actividades de descanso complementarias, las preocupaciones del paciente y su capacidad para poner en práctica oportunamente técnicas de relajación.

Las actuaciones de enfermería irán encaminadas a evaluar los conocimientos que tiene dicha persona sobre las consecuencias de su patrón habitual y fomentar hábitos y medidas que proporcionen un descanso y sueño de calidad. En la funcionalidad del patrón influyen múltiples causas que pueden actuar de forma aislada o conjuntamente. La preocupación de la persona suele aparecer cuando resulta difícil alcanzar un patrón de sueño deseable o disfrutar de cierto descanso y relax.

En todo caso, el reconocimiento de dichas causas es básico para establecer un correcto plan terapéutico y evitar el peligro de iatrogenia.

Centrándonos en las variables generales que hemos considerado de interés en la afectación de cada uno de los patrones, podemos decir que el estado de salud, tanto física como mental, y los recursos del ambiente son factores decisivos para alcanzar su funcionalidad.

Además del recurso salud, para alcanzar un patrón de sueño-descanso saludable serán necesarias una serie de condiciones que afectan:

Al espacio físico (ventilado, con temperatura agradable y libre de ruidos)
Al tiempo disponible (dedicado al sueño u otros descansos diurnos).

A los recursos físicos o materiales favorecedores del descanso (mobiliario, sustancias favorecedoras del sueño). A las exigencias laborales (turnos, viajes).

A los hábitos socioculturales (hora de acostarse o levantarse, siesta o descansos, etcétera)

Sueño

El sueño es un estado de alteración de la conciencia, que se repite periódicamente durante un tiempo determinado cuya función es restaurar la energía y bienestar de la persona.

Cuando (Fordham, 2008) define el sueño de dos maneras:

1) Un estado de capacidad de respuesta reducida a los estímulos externos del cual puede salir una persona.

2) Una modificación cíclica y continua del nivel de conciencia. De acuerdo con Maslow, el sueño es una necesidad básica del ser humano. Es un proceso universal común a todas las personas.

A pesar de una considerable investigación, no existe ninguna definición comúnmente aceptada del sueño. Históricamente se consideró un estado de inconsciencia, más recientemente se ha considerado un estado de conciencia en el cual la percepción y reacción del individuo al entorno está disminuido. Lo que parece que está claro es que el sueño se caracteriza por una actividad física mínima, unos niveles variables de conciencia, cambios en los procesos fisiológicos del organismo y disminución de la respuesta a los estímulos externos.

Según, (Parra, 2016) También se define “el sueño como un conjunto de procesos fisiológicos complejos que resultan de la interacción de una gran cantidad de sistemas neuroquímicos del sistema nervioso central, que se acompañan de modificaciones en los sistemas nervioso periférico, endocrino, cardiovascular, respiratorio y muscular”. (pág. 145)

El sueño es un fenómeno cíclico que se denomina ciclo de vigilia –sueño, un ritmo circadiano. Este ritmo regula la fluctuación de la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca, la secreción hormonal, y también el estado de ánimo. Los ritmos circadianos son los que más influidos se ven por la luz y la temperatura, aunque estímulos como los hábitos sociales, u ocupacionales también puede afectarlos. Todas las personas cuentan con relojes biológicos que sincronizan el ciclo del sueño y pueden tener distintas preferencias en cuanto a períodos de sueño, así como rendir mejor en diferentes momentos del día. (Guerrero & Andrade, 2016)

Este reloj biológico se denomina oscilador interno y está situado detrás del hipotálamo; su ritmo se adapta gracias a factores del entorno como la luz, oscuridad o la actividad social; a estos factores se les denomina sincronizadores. No se ha descubierto una causa simple como responsable del sueño. El control del sueño no se halla confinado a una parte limitada del cerebro, sino que una gran cantidad de sistemas neuroquímicos interactúan en su regulación. El que una persona permanezca despierta o se duerma depende del balance entre impulsos procedentes de la corteza cerebral (pensamientos) de los receptores sensoriales periféricos (p ej. sonidos o luz) y del sistema límbico (emociones).

Las fases del sueño

Dentro del sueño se distinguen distintas fases que se identifican por la existencia o no de un movimiento rápido de ojos REM (Rapid Eye Movement), que es visible debajo del párpado para el observador.

En el sueño no-REM (NREM) que se llama también sueño lento, se distinguen también cuatro etapas (Bobes, Diaz y Bomper, 1999):

La Etapa 1 de transición de la vigilia al sueño, ocupa cerca del 5% del tiempo de sueño en adultos sanos, desaparecen las ondas alfa que en el EEG

corresponden a la vigilia y son substituidas por ondas más lentas (ondas theta) propias del sueño NREM. También aparece un enlentecimiento del latido cardíaco. Durante esta fase, el sueño es fácilmente interrumpible. Esta etapa dura pocos minutos.

La Etapa 2 aparece a continuación de la 1 y representa más del 50% del tiempo de sueño. Se caracteriza por ondas electroencefalográficas con una frecuencia mayor, que las thetas. El tono muscular se hace algo más débil y se eleva el umbral del despertar. Corresponde al principio del sueño propiamente dicho.

Las Etapas 3 y 4 se corresponden al sueño más profundo porque durante ellas aparecen las ondas delta, que son muy lentas. El tono muscular es débil y la frecuencia cardíaca y respiratoria disminuyen. Durante ellas ocurren los sueños, así como los episodios de terror nocturno en el niño y los episodios de sonambulismo. Los movimientos oculares, si existen, son lentos.

Después de pasar por estas etapas, durante unos 70 a 120 minutos, suele presentarse la primera fase REM (Rapid Eye Movement, Movimiento Rápido de Ojos). El tiempo que se tarda en iniciar esta fase nos dará la latencia REM. El sueño REM ocupa el 20% del tiempo total del sueño en el adulto, aunque varía con la edad, siendo mayor en los niños y en él se observan descargas de movimientos oculares rápidos y una abolición completa del tono muscular, la frecuencia respiratoria y el pulso se hacen más rápidos e irregulares.

Luego, las diferentes fases del sueño se alternan cíclicamente a lo largo de la noche, durante la primera parte del sueño predomina el sueño NREM y durante la segunda los periodos REM se van haciendo más largos. Durante el

sueño normal aparecen periodos de vigilia tan breves que pueden no ser recordados al día siguiente.

Los estudios sobre la fisiología del sueño han avanzado de forma muy importante en los últimos años basándose en las nuevas tecnologías de neuroimagen, entre otras.

Las características fisiológicas de la actividad onírica varían a lo largo de las distintas etapas del sueño. Durante el sueño REM aparecen imágenes más raras y estrafalarias, los reportes de los sueños son más largos, más emocionales que en las etapas NREM lo que correlaciona con la diferente fisiología de estas fases.

Funciones del sueño.

El sueño tiene funciones de restauración y protección y sirve para reajustar o conservar los sistemas biológicos, Los niños tienen una mayor proporción de NREM IV durante la cual se excreta hormona de crecimiento, Durante el NREM se conserva energía y hay una mayor actividad de división celular. El sueño REM facilita el aprendizaje, la memoria y adaptación conductual, prepara la mente y aclara las emociones del día.

Para realizar una adecuada valoración de la necesidad de sueño y descanso y elaborar un plan de cuidados individualizado tendremos que realizar una entrevista que recoja las pautas habituales de sueño del paciente, sus pautas actuales, los factores que alteran su sueño y el efecto que la alteración del sueño tiene sobre las otras necesidades y viceversa y además utilizar la observación para un examen físico del individuo, así como de su entorno.

Importancia de la necesidad de descanso y sueño

El descanso y el sueño son esenciales para la salud y básicos para la calidad de vida, sin sueño y descanso la capacidad de concentración, de enjuiciamiento y de participar en las actividades cotidianas disminuye, al tiempo que aumenta la irritabilidad. La vigilia prolongada va acompañada de trastorno progresivo de la mente, comportamiento anormal del sistema nervioso, lentitud de pensamientos, irritabilidad y psicosis.

El sueño restaura tanto los niveles normales de actividad como el equilibrio entre las diferentes partes del SNC, es decir, restaura el equilibrio natural entre los centros neuronales.

EL DESCANSO

El descanso es un estado de actividad mental y física reducido, que hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas. El descanso no es simplemente inactividad, requiere tranquilidad, relajación sin estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra mentalmente relajada, libre de ansiedad y físicamente calmada. El significado y la necesidad de descanso varía según los individuos.

Cada persona tiene hábitos personales para descansar tales como leer, realizar ejercicios de relajación o dar un paseo. Para valorar la necesidad de descanso y evaluar cómo se satisface ésta con eficacia, las enfermeras necesitan conocer las condiciones que fomentan el mismo. Narrow (1997) señala 6 características que la mayoría asociamos al descanso. Las personas pueden descansar cuando:

- Sienten que las cosas están bajo control.
- Se sienten aceptados.
- Sienten que entienden lo que está pasando.

- Están libres de molestias e irritaciones.
- Realizan un número satisfactorio de actividades concretas.
- Saben que recibirán ayuda cuando la necesiten.

El Proceso de Enfermería, que comporta fines particulares y una forma de proceder que le es propia. El objetivo principal del Proceso de Atención de Enfermería es construir una estructura teórica que pueda cubrir, individualizando, las necesidades del paciente, la familia y la comunidad. (Cordero Medina & Oscoz Muñoz, 2009)

Fases del proceso de enfermería

Las fases constituyen las etapas de actuación concretas que tienen carácter operativo. El Proceso de Enfermería es un todo cíclico, dinámico e inseparable, pero estructurado en secuencias lógicas. Tal y como en el presente está concebido el Proceso de Enfermería, se distinguen cinco etapas:

1. Valoración:

Esta fase incluye la recopilación de datos de la persona, sus necesidades y problemas y las respuestas humanas, limitaciones, incapacidades, etc., que se producen ante ellos. También incluye la validación y la organización de los datos.

2. Diagnóstico:

En esta etapa se produce la identificación de los Diagnósticos de enfermería

Es la etapa en la que se elabora el plan de cuidados adecuado con base en los diagnósticos de enfermería.

4. Ejecución:

Es la etapa de puesta en práctica del plan de cuidados.

5. Evaluación:

Las actividades de esta fase determinan el progreso del paciente hacia los objetivos. Actúa como mecanismo de retroalimentación y de control para todo el proceso. La evaluación posibilita el movimiento en el ciclo completo del proceso y da idea de globalidad.

VALORACIÓN

Es el punto de partida del Proceso de Enfermería. Es la base de todas las fases siguientes, lo que la convierte en el banco de datos imprescindible para tomar decisiones. Su objetivo es recoger datos sobre el estado de salud del paciente, estos datos han de ser confirmados y organizados antes de identificar los problemas clínicos y/o diagnósticos de enfermería.

La valoración incluye diferentes acciones: obtención de la información, su interpretación y posterior organización de toda la información obtenida.

1. Obtención de la información.

En la fase de valoración, la enfermera evalúa a los pacientes a partir de cada uno de los 14 componentes de los cuidados básicos de Enfermería. Tan pronto se evalúa el primer componente, la enfermera pasara al siguiente, y así sucesivamente hasta que las 14 áreas queden cubiertas. Para recoger la información, la enfermera utiliza la observación, el olfato, el tacto y el oído. Para completar la fase de valoración, la enfermera debe analizar los datos reunidos. Esto requiere conocimientos sobre lo que es normal en la salud y en la enfermedad.

Según Virginia Henderson la enfermera y el paciente idean juntos el plan de cuidados.

La enfermera debe ser capaz no sólo de valorar las necesidades del paciente, sino también las condiciones y estados patológicos que las alteran. Henderson afirma que la enfermera debe "meterse en la piel" de cada uno de sus pacientes para saber qué necesita. Las necesidades deben entonces ser ratificadas con el paciente.

Siguiendo el modelo de Henderson la recogida de datos sería:

1. Necesidad de respirar:

Términos que debemos valorar entre otros: amplitud respiratoria, ruidos respiratorios, color de los tegumentos, frecuencia respiratoria, mucosidades, permeabilidad de vías respiratorias, ritmo respiratorio, tos.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, postura, ejercicio, alimentación, estatura, sueño, emociones, aire ambiental, clima, vivienda, lugar de trabajo y enfermedades asociadas.

2. Necesidad de beber y comer:

Términos que debemos valorar entre otros: Alimentos, apetito, saciedad, equilibrio hidroelectrolítico, metabolismo, nutrientes o elementos nutritivos, estado nutricional.

Factores que influyen en esta necesidad: edad y crecimiento, actividades físicas, regularidad del horario en las comidas, emociones y ansiedad, clima, estatus socioeconómico, religión, cultura.

3. Necesidad de eliminar:

Términos que debemos valorar entre otros: defecación, diuresis, micción, heces, sudor.

Factores que influyen en esta necesidad: alimentación, ejercicios, edad, horario de eliminación intestinal, estrés, normas sociales.

4. Necesidad de moverse y mantener una buena postura:

Términos que debemos valorar: amplitud de movimientos, ejercicios activos, ejercicios pasivos, frecuencia del pulso, mecánica corporal, postura, presión arterial, presión diferencial, pulsación, ritmo, tono muscular.

Factores que influyen en esta necesidad: edad y crecimiento, constitución y capacidades físicas, emociones, personalidad, cultura, roles sociales, organización social.

5. Necesidad de dormir y descansar:

Términos que debemos valorar: descanso, sueño, ritmo circadiano.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, ejercicio, hábitos ligados al sueño, ansiedad, horario de trabajo.

6. Necesidad de vestirse y desvestirse:

Términos que debemos valorar: capacidad de vestirse y desvestirse, utilización de ropa adecuada.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, talla y peso, creencias, emociones, clima, estatus social, empleo, cultura.

7. Necesidad de mantener la temperatura corporal dentro de los límites normales:

Términos que debemos valorar: Temperatura, ambiente, abrigo.

Factores que influyen en esta necesidad: sexo, edad, ejercicio, alimentación, hora del día, ansiedad y emociones, lugar de trabajo, clima, vivienda.

8. Necesidad de estar limpio, aseado y proteger sus tegumentos:

Términos que debemos valorar: faneras, piel, mucosas, condiciones higiénicas.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, temperatura, ejercicio, alimentación, emociones, educación, cultura, organización social.

9. Necesidad de evitar los peligros:

Términos que debemos valorar: entorno familiar, medio ambiente, inmunidad, mecanismos de defensa, medidas preventivas, seguridad física, seguridad psicológica.

Factores que influyen en esta necesidad: edad y desarrollo, mecanismos de defensa, entorno sano, estatus socioeconómico, roles sociales, educación, clima, religión, cultura.

10. Necesidad de comunicar:

Términos que debemos valorar: accesibilidad de los que intervienen, capacidad de expresión, vía de relación, estímulo.

Factores que influyen en esta necesidad: integridad de los órganos de los sentidos y las etapas de crecimiento, inteligencia, percepción, personalidad, emociones, entorno, cultura y status social.

11. Necesidad de actuar según sus creencias y sus valores:

Términos que debemos valorar: creencias, fe, ideología, moral, religión, ritual, espiritualidad, valores.

Factores que influyen en esta necesidad: gestos y actitudes corporales, búsqueda de un sentido a la vida y a la muerte, emociones, cultura, pertenencia religiosa.

12. Necesidad de ocuparse para realizarse:

Términos que debemos valorar: autonomía, autoestima, rol social, estatus social, valoración.

Factores que influyen en esta necesidad: edad y crecimiento, constitución y capacidades físicas, emociones, cultura, roles sociales.

13. Necesidad de recrearse:

Términos que debemos valorar: diversión, juego, ocio, placer.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, constituciones y capacidades físicas, desarrollo psicológico, emociones, cultura, roles sociales, organización social.

14. Necesidad de aprender:

Términos que debemos valorar: aprendizaje, enseñanza.

Factores que influyen en esta necesidad: edad, capacidades físicas, motivación, emociones, entorno.

Para analizar y valorar todos los datos obtenidos, se pueden recoger los datos en el siguiente esquema:

* Información general:

Nombre, Edad, Sexo, Estado civil, Diagnóstico, Ocupación, Nacionalidad, Lugar donde se encuentra el cliente.

Una vez recogido todos los datos es importante valorar las manifestaciones de independencia y de dependencia de cada necesidad, así como de las fuentes de dificultad que producen esas manifestaciones de dependencia.

DIAGNÓSTICO

Para Virginia Henderson un diagnóstico de enfermería es un problema de dependencia que tiene una causa que las enfermeras pueden tratar para conseguir, aunque sea una milésima de independencia.

Una enfermera puede diagnosticar o emitir un dictamen sobre las necesidades alteradas que tienen las personas a las que atiende.

El diagnóstico comprende varias acciones:

Análisis de datos, identificación de los problemas de enfermería, formulación de diagnósticos de enfermería, identificación de los problemas interdependientes.

* Análisis de datos.

Después de ser clasificados en manifestaciones de independencia y de dependencia y en fuentes de dificultad, los datos son comparados entre ellos.

Las manifestaciones de dependencia y las fuentes de dificultad son tenidas en cuenta, porque requieren intervenciones por parte de la enfermera aquí y ahora. Hay que separar lo que la enfermera puede resolver con su función autónoma y lo que no puede resolver.

* A partir de estas manifestaciones de dependencia se propone el diagnóstico de enfermería.

* Valorar como incide el problema en la satisfacción de las 14 necesidades fundamentales.

PLANIFICACIÓN

Henderson, en la fase de planificación sugiere, que el plan de cuidados debe responder a las necesidades de la persona, actualizarlo periódicamente de acuerdo a los cambios, utilizarlo como un historial y asegurarse de que se adapta al plan prescrito por el médico. En su opinión un buen plan integra el trabajo de todos los miembros del equipo de salud. En esta etapa hay que pensar por adelantado lo que vamos a hacer.

* Fijación de prioridades.

"En la etapa diagnóstica puede detectarse en la persona más de un problema para intervenir que no siempre es posible abordarlos todos a la vez, entonces será necesario dar prioridad a alguno (os). Para facilitar esta tarea, se pueden aplicar algunos criterios como:" (Aguado & Ramos, 2016)

- Problemas que amenacen la vida de la persona.
- Problemas que para la persona/familia sean prioritarios porque pueden impedir la atención de problemas más urgentes que no son percibidos como tales.
- "Problemas que coadyuvan a la aparición o permanencia de otros problemas"
- "Problemas que por tener una misma causa pueden abordarse conjuntamente, optimizando la utilización de los recursos y aumentando la eficiencia enfermera"
- Problemas que tienen una solución sencilla y su solución sirve de base para resolver otros más complejos.

Consiste en colocar el orden en el que vamos a resolver el problema, esto se hará según:

Amenaza de muerte.

La persona (cliente).

El impacto del problema (el que más influye en las 14 necesidades) .

* Establecimiento de los objetivos.

Estos pueden ser a corto o a largo plazo siempre que se pueda deberán concertarse con el paciente.

La enfermera y el paciente siempre están luchando por la consecución de un objetivo, ya sea la independencia o la muerte pacífica. Una meta de la enfermera debe ser lograr que la cotidianidad del paciente transcurra dentro de la normalidad posible. El fomento de la salud es otro objetivo importante para la enfermera.

* Determinación de las actividades de enfermería.

Las actividades surgen de la causa que genera esas manifestaciones de dependencia.

Los modos de intervención o suplencia son clave para las actividades de los diagnósticos de enfermería.

Estos pueden ser:

Realizar una actividad por él: sustituir, reemplazar.

Ayudarlo a realizar la actividad: completar.

Enseñarlo a realizar la actividad: asesorar.

Supervisar la actividad: reforzar.

EJECUCIÓN

En la fase de ejecución, la enfermera ayuda al paciente a realizar actividades para mantener la salud, para recuperarse de la enfermedad o para conseguir una muerte pacífica. Las intervenciones son individualizadas según los principios fisiológicos, la edad, los antecedentes culturales, el equilibrio emocional y las capacidades físicas e intelectuales.

Aunque toda la documentación se realiza en las fases anteriores del proceso, adquiere un valor fundamental en la ejecución; quizás ello sea debido a

un principio jurídico muy extendido y de aplicabilidad a nuestro contexto asistencial: lo no escrito no forma parte de la realidad.

EVALUACIÓN

Una vez ejecutado el plan de cuidados, la etapa siguiente es la evaluación; por tanto, es la etapa final del proceso de enfermería.

Según Henderson se evalúa al paciente según el grado de capacidad de actuación independiente.

En esta fase la enfermera, al final del Proceso de Enfermería, compara el estado de salud del paciente con los resultados definidos en el plan de atención.

Según Henderson los objetivos se han conseguido, si se ha mejorado, aunque sea una milésima de independencia, si se ha recuperado la independencia o el paciente recibe una muerte apacible.

CUIDADOS BÁSICOS.

Según Virginia Henderson los cuidados básicos son acciones que lleva a cabo la enfermera en el desarrollo de su función propia, actuando según criterios de suplencia o ayuda, según el nivel de dependencia identificado en la persona, “este es el aspecto de su trabajo, de su función, que la enfermera inicia y controla y en el que es dueña de la situación”.

Cuidados básicos en la necesidad de descanso y sueño.

Hay que tener en cuenta que las alteraciones del sueño no remiten con rapidez por lo que se deben establecer objetivos a corto plazo para establecer pautas de sueño rutinarias y los de largo plazo enfocados a mejorar el estado

general de descanso. Las medidas para proporcionar descanso y sueño adecuados se dirigen hacia la comodidad física, eliminación de la ansiedad y conseguir un sueño en calidad y cantidad suficiente desde la perspectiva individual.

Comodidad física:

- Eliminación de fuentes de irritación física.
- Mantenimiento de las sábanas secas y suaves.
- Utilización de ropa holgada para dormir.
- Proporcionar una temperatura adecuada. Control de la temperatura de la habitación. Ofrecimiento de mantas adicionales.
- Higiene. Proporcionar un frecuente cuidado de la boca.
- Mantenimiento de la piel limpia y seca.
- Proporcionar una ventilación adecuada.

Eliminación de preocupaciones, control de la ansiedad y el estrés.

Tomar medidas preventivas ante las situaciones potencialmente estresantes: Tomar el tiempo necesario para llegar a una decisión. Pensar en cómo puede adaptarse mejor a los cambios.

Delegar actividades. Anticiparse a los acontecimientos y planearlos de antemano.

Considerar la realización de tareas como parte del quehacer diario y no como un obstáculo o algo donde se va a fracasar.

Participación en la propia atención sanitaria. Comprender los problemas sanitarios y sus implicaciones Asistencia a un grupo de apoyo.

Realización de técnicas para disminuir el estrés y la ansiedad Técnicas de relajación progresiva. Técnicas de detención del pensamiento.

Asegurarse de que el entorno es seguro. Sueño suficiente:

Obtención del promedio de horas de sueño necesarias para evitar el cansancio Irse a dormir a una hora constante y evitar remolonear y dormitar. Observar hábitos adecuados de higiene del sueño:

- Evitar la ingesta de cafeína y muchos líquidos antes de ir a dormir
- No comer ni ver la televisión en la cama.
- Una siesta de no más de 30 minutos al mediodía mejora nuestra actividad, pero si es más larga dificulta el sueño nocturno.
- Si la cena es temprana tomar algo ligero antes de acostarse, (la leche contiene alfa triptófano que es un inductor del sueño)
 - Fumar por la tarde y antes de acostarse dificulta el sueño.
 - El café y bebidas con cola por la tarde y noche también dificultan el sueño. No trabajar ni estudiar después de cenar.
 - Si no se conciliar el sueño, levantarse y volver a la cama más tarde.
- Observar las medidas de higiene del sueño en la infancia (establecer rutinas nocturnas para preparar al niño para el sueño)

Para evaluar si se han conseguido los objetivos debemos observar la duración del sueño, observar al usuario para buscar signos y síntomas de carencia o hipersomnolencia, preguntarle cómo se siente y si han resultado efectivas las actuaciones.

Importancia de la necesidad:

1. Todas las personas necesitan dormir cada día para proteger y restaurar las funciones corporales. Normalmente, el ciclo de sueño- vigilia se ajusta a un ritmo de 24 horas, coordinado con otras funciones fisiológicas, como la temperatura corporal. Tras quedarse dormido, el individuo atraviesa una serie de fases que contribuyen decisivamente al descanso y la recuperación.

2. Factores que influyen en la satisfacción de la necesidad: Se deben tener en cuenta para realizar la valoración. Son los biofisiológicos (como la edad,

recordemos que cada grupo de edad tiene diferentes necesidades y hábitos de sueño, el ejercicio, la nutrición y el estado de salud) Psicológicos(la ansiedad, el estrés, la depresión y el estilo de vida) Socioculturales(luz, ruidos, temperatura, ventilación,,)

3. Valoración de la necesidad de sueño y descanso: La valoración incluye una entrevista de Enfermería y un examen físico y del entorno para observar signos de dependencia.

4. Manifestaciones de dependencia/independencia: Marco conceptual: Virginia Henderson. Las manifestaciones de dependencia son aquellos signos y síntomas que nos indican que la necesidad no está satisfecha.

5. interrelación entre las necesidades: Existe una estrecha relación entre las diferentes necesidades que implica que cualquier modificación en una modifica las restantes. En la entrevista para la valoración se han de tener en cuenta esta interrelación.

6 cuidados básicos en la necesidad de sueño y descanso: Los cuidados están orientados a mantener la comodidad física, la eliminación de la ansiedad

Patrones funcionales.

El sistema de valoración diseñado por **Marjory Gordon** en los años 70 cumple todos los requisitos necesarios para la realización de una valoración enfermera eficaz, por lo que constituye una herramienta útil para la valoración con cualquier modelo disciplinar enfermero.

Define 11 patrones de actuación relevantes para la salud de las personas, para así poder brindar a las familias y las comunidades. Se trata de configuraciones de comportamientos, más o menos comunes a todas las personas, que contribuyen a su salud, calidad de vida y al logro de su potencial humano. (FUDEN, n.d.)

La utilización de los Patrones Funcionales, nos permite realizar una valoración enfermera sistemática y premeditada, con la que se obtiene una importante cantidad de datos, relevantes, del paciente (físico, psíquico, 29 social, del entorno) de una manera ordenada, lo que facilita, a su vez, el análisis de los mismos; es decir, cumple todos los requisitos exigibles a una valoración correcta. (Gordon, 2016). (“patrones_funcionales_mgordon.pdf,” n.d.)

La valoración tiene una gran importancia para conocer la respuesta de individuos y familias a procesos vitales o problemas de salud, reales o potenciales, que pueden ser tratados por los profesionales de enfermería, es decir, para llegar al diagnóstico de enfermería, se debe realizar un proceso planificado y sistematizado de recogida de información e interpretación de la misma que implica toma de decisiones en aspectos como la determinación y el enfoque hacia la respuesta humana integral y global ante un problema de salud. (“MANUAL VALORACION NOV 2010.pdf,” n.d.)

Solo para conocerlos a cada uno de los patrones funcionales vamos a mencionarlos:

Percepción de la Salud (Patrón 1).- Este patrón no da a conocer la percepción que cada uno de los individuos tiene sobre su bienestar y salud.

Nutricional-Metabólico (Patrón 2).- Este segundo patrón nos da información sobre la ingesta de líquidos y alimentos y la relación con las necesidades metabólicas.

Eliminación (Patrón 3).- Este patrón nos habla de toda excreta que produce el individuo.

Actividad-Ejercicio (Patrón 4).- Con este patrón vamos a valorar toda actividad de ocio, entretenimiento, deambulación y ejercicio que realiza el individuo.

Sueño-Descanso (Patrón 5).- Vamos a valorar todo patrón de reposo, relajación y la alteración de estos.

Cognitivo-Perceptivo (Patrón 6).- Este patrón nos va a ayudar a valorar lo que es el conocimiento que tiene cada individuo sobre su autocuidado, y la capacidad que tiene para comunicar verbalmente lo que le sucede

. Autopercepción-Autoconcepto (Patrón 7).- Este patrón nos describe el concepto que tiene cada individuo de su situación que incluye 30 diagnóstico como desesperanza, y como está su autoestima e imagen corporal.

Rol-Relaciones (Patrón 8).- Este nos permite evaluar cómo se desempeña el individuo en cada rol que debe cumplir, ya sea como madre, como cuidador, etc.... y el estado de la relación que mantiene con su familia.

Sexualidad-Reproducción (Patrón 9).- Este patrón nos permite evaluar la sexualidad, problemas y alteraciones con su vida sexual y reproductiva.

Tolerancia al estrés (Patrón 10).- Con este patrón vamos a evaluar la adaptación que tiene cada individuo a los cambios en su vida y el afrontamiento ante las situaciones de duelo o aceptación de una pérdida.

Valores-Creencias (Patrón 11).- Es el patrón que evalúa las acciones y disposición que tiene el individuo a mejorar debido a sus creencias espirituales y/o religiosas, y también evalúa los valores practicados en cada individuo. ("MANUAL VALORACION NOV 2010.pdf," n.d.)

2.1.1. MARCO CONCEPTUAL

Trastornos del patrón sueños-descanso : El descanso y el sueño son esenciales para la salud y básicos para la calidad de vida, sin sueño y descanso la capacidad de concentración, de enjuiciamiento y de participar en las actividades cotidianas disminuye, al tiempo que aumenta la irritabilidad.

La vigilia prolongada: no dormir durante días va acompañada de trastorno progresivo de la mente, comportamiento anormal del sistema nervioso, lentitud de pensamientos, irritabilidad y psicosis.

El sueño: restaura tanto los niveles normales de actividad como el equilibrio entre las diferentes partes del SNC, es decir, restaura el equilibrio natural entre los centros neuronales.

El descanso: es un estado de actividad mental y física reducido, que hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas.

Rendimiento académicos de los estudiantes : Probablemente una de las dimensiones más importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje lo constituye el rendimiento académico del alumno. Cuando se trata de evaluar el rendimiento académico y cómo mejorarlo, se analizan en mayor ó menor grado los factores que pueden influir en él, generalmente se consideran, entre otros, factores socioeconómicos, la amplitud de los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, la dificultad de emplear una enseñanza personalizada.

Los conceptos previos que tienen los alumnos, así como el nivel de pensamiento formal de los mismos (Benitez, Gimenez y Osicka, 2000), sin embargo, Jiménez (2000) refiere que “se puede tener una buena capacidad intelectual y unas buenas aptitudes y sin embargo no estar obteniendo un rendimiento adecuado”, ante la disyuntiva y con la perspectiva de que el rendimiento académico es un fenómeno multifactorial es como iniciamos su abordaje. La complejidad del rendimiento académico inicia desde su conceptualización, en ocasiones se le denomina como aptitud escolar, desempeño académico ó rendimiento escolar, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas, ya que generalmente, en los textos. la vida escolar y la experiencia docente, son utilizadas como sinónimos.

Si partimos de la definición de Jiménez (2000) la cual postula que el rendimiento escolar es un “nivel de conocimientos demostrado en un área ó materia comparado con la norma de edad y nivel académico”, encontramos que el rendimiento del alumno debería ser entendido a partir de sus procesos de

evaluación, sin embargo. la simple medición y/o evaluación de los rendimientos alcanzados por los alumnos no provee por sí misma todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

En el mejor de los casos, si pretendemos conceptualizar el rendimiento académico a partir de su evaluación, es necesario considerar no solamente el desempeño individual del estudiante sino la manera como es influido por el grupo de pares, el aula ó el propio contexto educativo. En este sentido Cominetti y Ruiz (1997) en su estudio denominado ` Algunos factores del rendimiento: las expectativas y el género ´ refieren que se necesita conocer qué variables inciden ó explican el nivel de distribución de los aprendizajes, unos de los influyentes principales en el bajo rendimiento académicos son familias disfuncionales, falta de control al estudiante, falta de afectos, rebeldía, consumo de drogas, enfermedades, y falta del control del sueño reposo.

Hoy en día es muy fácil justifica todo para no obtener un buen rendimiento académicos, mientras que otras luchas por obtener las mejores calificaciones para ingresar a la universidad y cumplir su sueño más cotizado ser profesional.

Cuando existen falencias de descanso en la estudiante es muy notorio que el rendimiento académico baje, ahora los jóvenes en un porcentaje del 20% no completan las horas de descanso, y sueño, entonces ya se ven afectados los teléfonos celulares y los juegos de video juegos son los principales objetos que, al ser atractivos por los adolescentes, los cuales los utilizan todos los días motivos principales que se manejen no estudiando sino jugando en los dispositivos. Las Nuevas Tecnologías de la Información han propiciado cambios en todas las áreas de la actividad humana incluyendo la educación, facilitando procesos sociales y culturales que contribuyen a la mejora de la calidad de vida.

Sin embargo, (Labrador & Villadangos, 2015) consideran que estas nuevas tecnologías han generado polémica por su influencia en la cotidianidad.

Dentro de estas tecnologías el videojuego se ha hecho masivo especialmente en niños y adolescentes. Si bien, este tipo de tecnología genera adicción y efectos negativos sobre el rendimiento académico, es indudable que influye en el aumento de la atención y en el desarrollo de habilidades cognitivas.

Respecto al tema, se han realizado diversas investigaciones orientadas a evaluar los efectos del videojuego, relacionadas con temáticas como: la adicción, la autoestima, el aprendizaje, los cambios fisiológicos, el entrenamiento, y diversos efectos negativos en el comportamiento de niños y adolescentes relacionados con el videojuego. De igual manera se ha evaluado la relación entre los videojuegos y la adquisición de ciertas habilidades y estrategias para la resolución de problemas, sexo, sociabilidad, terapia y violencia. (Guerrero & Andrade, 2016)

En los últimos años, el número de trabajos sobre efectos de los videojuegos en niños y adolescentes se ha incrementado notablemente. En esa línea se encuentra el trabajo de Simons et al., (2015) quienes sugieren que el tiempo empleado por los adolescentes para jugar videojuegos reemplaza el tiempo libre que normalmente emplean otros adolescentes en actividades físicas; lo que incrementa en el usuario de videojuego una vida sedentaria asociada, con un aumento en la ingesta de meriendas y tendencia a la obesidad.

Cuando un videojuego es no dirigido el usuario tiene acceso de manera libre, sin la orientación de un adulto con propósitos pedagógicos. Aunque, el juego también le permita la adquisición de ciertas habilidades y conocimientos de manera espontánea. En consecuencia, el videojuego tiene aspectos positivos relacionados con el aprendizaje de nuevas lenguas y estrategias de pensamiento. (Fordham, 2008)

Pero, el uso de videojuegos puede repercutir en el rendimiento escolar cuando, por jugar, se descuida la realización de tareas escolares, se sacrifican

horas de sueño o se exponen a demasiadas horas ante la pantalla sin respetar los períodos de descanso necesarios.

Es decir, parece que la conducta implicada en los videojuegos, puede convertirse en patológica en función de la intensidad o frecuencia invertida en ella y del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales y/o escolares de las personas implicadas (El Comercio, 2016)

2.1.2. Antecedente de la investigación

Los trastornos del sueño constituyen uno de los problemas de salud más relevantes de la sociedad actual. El descanso y el sueño son aspectos fundamentales para mantener la salud en tanto que ejerce un gran impacto en la vida de las personas y sus efectos no se limitan al propio organismo (necesidad de restauración neurológica) sino que afectan al desarrollo y funcionamiento normal de las capacidades cognoscitiva e intelectuales del ser humano.

La calidad del sueño no atiende únicamente al hecho de dormir durante la noche, sino que también influye un buen funcionamiento diurno (un adecuado nivel de atención para realizar las distintas tareas.

Por otra parte, conviene reconocer que los requerimientos de reposo y sueño varían respecto a los individuos, viéndose influenciados por una variedad de factores como la edad, características fisiológicas individuales, estado de salud, nivel de tensión al que se esté sometido, actividad física, ciertas sustancias, etc.

Alrededor de un tercio de la población presenta algún tipo de disfunción a lo largo de su vida, observándose que cerca del 30% de la población padece falta de sueño. Este problema afecta a toda la población en general, destacando, no obstante, el colectivo de ancianos y los estudiantes universitarios. En este

sentido, los jóvenes estudiantes presentan una acusada falta de sueño afectando al desarrollo académico y generando problemas de falta de concentración y nerviosismo.

Esto es aún más alarmante si consideramos que lo recomendado en horas de sueño para jóvenes (12-22 años) es de una media de siete a nueve horas diarias y el 50% no lo hace, reduciendo en un 20% las horas de sueño debidas, Es más, cerca de un 65% de los adolescentes que sufren de trastornos de sueños entonces esto significa que tendrán muchas falencias en el nivel académico. (INEC, 2010)

En cuanto al rendimiento académico, medido en las calificaciones obtenidas en las materias de matemáticas, lengua castellana y educación física; se comprueba que existen diferencias significativas a favor de los practicantes de AFYDE en lengua castellana y educación física. En cuanto a la relación entre indicadores motivacionales y rendimiento académico, se observa relación positiva y significativa entre todos los indicadores motivacionales con el rendimiento académico en lengua castellana y educación física. (Gonzales, Portoles, 2014)

Según un estudio realizado por (Lucas, 2013) sobre la relación entre el sueño y el rendimiento académico en Badajoz en la Universidad Internacional De La Rioja se indica que uno de los principales problemas que se plantean en las diversas sociedades es la educación de nuevos individuos, constituidos por una buena formación integral. El marco escolar es uno de los responsables en la consecución de este objetivo.

El planteamiento de que existe una relación directa entre el sueño y el rendimiento académico fue corroborado una vez analizado el conjunto de hipótesis secundarias, para afianzar la respuesta se comprobó que el rendimiento

académico es más bajo en alumnos que tienen problemas de sueño y en el rendimiento académico es mas alto en aquellos alumnos que tienen hábitos de sueño correcto, la presencia de hábitos respecto al sueño indican en su mejora y en el rendimiento educativo, la capacidad de concentración y de memorización de elementos electrónicos indican en el sueño y rendimiento académico (Lucas, 2013)

2.2. HIPOTESIS

2.2.1. Hipótesis general

A mayor alteración del patrón de enfermería reposo sueño, menor nivel de rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019.

2.2.2. Hipótesis específicas

- Menor rendimiento académico de los estudiantes por la alteración del sueño y reposo.
- El descanso no prolongado altera el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa ventanas
- Si los factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes se mejoran aplicando el patrón de enfermería reposo y sueño.

2.3. VARIABLES

2.3.1. Variable independiente

Alteración del patrón de enfermería reposo sueño

2.3.2. Variable dependiente

Rendimiento académico estudiantes.

2.3.3. OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE: Alteración del patrón de enfermería reposo sueño

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADOR	INDICE
<p>ALTERACION PATRON DE ENFERMERIA REPOSO Y SUEÑO</p>	<p>Describe la capacidad alterada de la persona para conseguir dormir, descansar o relajarse a lo largo de las 24 horas del día.</p>	<p>INTERVENCION</p>	<p>Función principal que ejercer el profesional de enfermería en la educación de promoción en la salud</p>	<p>Por ciento</p>
		<p>CUIDADOS</p>	<p>Aprobación y empatía sobre la Alteración de descanso y sueño que mantienen.</p>	<p>Por ciento</p>

VARIABLE DEPENDIENTE: Rendimiento académico estudiantes

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	INDICE
RENDIMIENTO ACADEMICO DE LS ESTUDIANTES	Complemento y obligación que tiene todo estudiante ante una dependencia académica	ORIENTACIÓN, INFORMACIÓN	Sobre las alteraciones de sueño y reposo	Por ciento
			Información recibió de enfermería:	Por ciento
		IMPORTANCIA Y ACTITUD	Conoce ud q los dispositivos móviles y videos juegos producen trastorno sueño	Por ciento
			Patrón de sueño y descanso 8 a 12 horas	Por ciento

CAPITULO III

3. METODOLOGIA DE INVESTIGACION

3.1. Metodo de investigacion

Descriptivo

Este método en la investigación fue utilizado para la descripción de hechos y fenómenos, además nos permite recoger y tabular los datos para luego analizarlos e interpretarlos de una manera imparcial.

Deductivo

Mediante este método se aplicó la técnica causa – efecto, nos permite extraer conclusiones o consecuencias del problema a investigar, ya que parte de verdades previamente establecidas como principio general para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar su validez.

3.2. MODALIDAD DE LA INVESTIGACION

Esta investigación tiene la modalidad cuali – cuantitativa

Cualitativo ya que se buscó analizar datos que identifiquen aspectos generales como cualidades o fenómenos que intervengan durante la investigación y cuantitativos a que se utilizaran fórmulas que permitan calcular y estandarizar datos estadísticos de la información recopilada.

También cuali - cuantitativa porque indica que necesitamos datos medibles y observables para de manera sistemática poder estudiar a la muestra

seleccionada, así como también se busca el estudio en su contexto natural y como sucede, detectando e interpretando el fenómeno de acuerdo a la información que proporcionan las personas implicadas

Se realizó un muestreo estratificado de la Unidad Educativa Ventanas, de estrato socioeconómico; la participación de los estudiantes fue voluntaria, teniendo en cuenta que previo a un consentimiento informado firmado y autorizado por lo que se prosiguió a la recolección de datos que se analizaran y tabularan, de las respuestas proporcionadas, de esta manera obtendremos los análisis de datos general para llegar a la conclusión y recomendaciones

3.3. TIPO DE INVESTIGACION

El tipo de estudio que se emplea en el presente proyecto de investigación está en función de los objetivos que se tratan de lograr, la investigación es del tipo explicativo co-rrelacional, de corte transversal.

Considerada explicativo ya que esta se encarga de buscar el porqué de los hechos, mediante el establecimiento de relaciones causa – efecto y de tipo co – rrelacional debido a que en este tipo de estudio se tiene el conocimiento de un problema y se intenta probar la relación entre las dos variables establecidas, en este caso el patrón reposo sueño y el rendimiento académico de los estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas, buscando establecer el grado de relación que existe entre ambas variables y cuanto influye una variable en otra.

De corte transversal ya que tenemos que estudiar ambas variables en un solo momento, esta investigación se ha establecido en un lapso de tiempo especificado, en un periodo que es, octubre 2018 – Abril 2019.

3.4. TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE LA POBLACION

3.4.1. Técnicas

En este estudio se aplicó la habilidad de la observación ya que es una técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis (Sampieri, 2016)

En este estudio se lo acompaña con la encuesta, ya que me permitió obtener información directa de la fuente primaria siendo en este caso los estudiantes a través de un formulario de preguntas.

Otra técnica que se empleo fue la entrevista estructurada, esta técnica es un dialogo o conversación donde se tiene relación directa con los entrevistados, para de esta manera unificar los criterios que resultan importantes para el estudio, quienes en este caso serán los docentes y padres de familias.

3.4.2. Instrumento

- **Cuestionario**

Conjunto de interrogantes referentes a un tema a investigar, consiste en un formulario de preguntas de diferente naturaleza que podrán ser utilizadas en el proyecto para las encuestas

- **Fichas de preguntas**

Con ellas podremos obtener información guardada en los archivos de la escuela como son las calificaciones y comportamiento de cada estudiante a treves de los docentes y padres de familia

3.5. POBLACION Y MUESTRA DE INVESTIGACION

3.5.1. Población

Conjunto de elementos que presentan una condición o característica en común y es objeto de estudio, en la investigación se contará con un universo de 325 estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas

3.5.2. Muestra

La muestra es una parte representativa del universo poblacional. Selecciono una muestra de 42 personas que son los alumnos del segundo curso de la unidad educativa Ventanas, cual se determinara mediante el muestreo no probabilístico debido a que los sujetos de investigación son seleccionados dada la conveniencia del investigador por la conveniente accesibilidad para el proyecto investigativo teniendo como criterio los niveles de rendimiento académico.

CRITERIOS DE INCLUSION

- Estudiantes de segundo curso de la unidad educativa Ventanas
- Alumnos de la unidad educativa Ventanas
- Alumnos están de acuerdo en participar en la encuesta.

CRITERIOS DE EXCLUSION

- Estudiantes que están de acuerdo a participar en las encuestas.
- Estudiantes de otros cursos de la institución.
- Alumnos que se retiran durante la encuesta

3.6 CRONOGRAMA DEL PROYECTO

No.	Mes Sem Actividades	Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				Abril						
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			
1	Selección de Tema	■	■	■	■																											
2	Elabotacion del perfil de tesis					■	■	■	■																							
3	Aprobacion del tema									■	■																					
4	Desarrollo del capitulo I										■	■																				
5	Desarrollo Del capitulo II											■	■																			
6	Desarrollo del capitulo III												■	■																		
7	Sustentacion de la segunda etapa														■																	
8	Elaboracion de las encuesta														■																	
9	Aplicacion de las encuestas															■																
10	Tamizacion de la informacion															■	■															
11	Desarrollo del capiyulo IV																■	■	■													
12	Elaboracion de la conclusion																		■													
13	Presentacion Final de tesis																									■						
14	Sustentacion																												■			

3.7 RECURSOS

3.7.1 Recursos humanos

	Investigadora: Yuleisy Roca Chucad
	Tutor: Dr. Carlos Paz Sánchez. PHD
2	Estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas
5	Padres de familias de los estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas
	Docentes de la Unidad Educativa Ventanas

3.7.2 Recursos económicos

Recursos Económicos	
	INVERSION
Seminario de tesis	15
Internet	10
Primer material escrito en borrador	8
Material bibliográfico	0
Copias de colores	5
Fotocopia final	5
Fotografías	0
Anillados	4
Alquiler de equipo de información	3
Material de escritorio	15
Alimentación	10
Movilización y transporte	25
TOTAL	100

3.8. PLAN DE TABULACIÓN Y ANÁLISIS

Después de la realización de la encuesta realizamos el conteo básico de las respuestas obtenidas por los menores previa a la autorización de sus padres, luego se procesó la información en un gráfico del programa Microsoft Excel 2018, en los mismos estadísticos formulamos en base a la población del estudio, para que queden plasmados en los gráficos y exponer los resultados en el análisis de dato.

3.8.1. Base de datos

La recolección de los datos se obtuvo luego de la aplicación del método descriptivo y deductivo en las revisiones bibliográficas para plantear una base teórica que fundamente la investigación, luego se realizó la aplicación de las encuestas y entrevista a la muestra objeto de estudio, dicha información la presentare por medio de tablas de frecuencia o representaciones graficas para de esta manera evidenciar los datos que determinan las escalas que fueron seleccionadas con mayor frecuencia

Se utilizo el programa de Word para la elaboración del informe, así como hojas de cálculo de Excel las mismas que se nos permitió realizar operaciones estadísticas necesarias para la presentación de los resultados obtenidos

3.8.2. Procesamiento y análisis de datos

Luego de que se aplicó el instrumento de recolección de datos, se procedió de forma ordenada cada pregunta, en la hoja de cálculo del programa Microsoft Excel 2018 para obtener las tablas, gráficos estadísticos, que facilitan la presentación y la realización del análisis e interpretación de los resultados

CAPITULO IV

4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Resultados obtenidos de la investigación

A través de la información recopilada por medio de los instrumentos, aplicada a los estudiantes dio como resultado

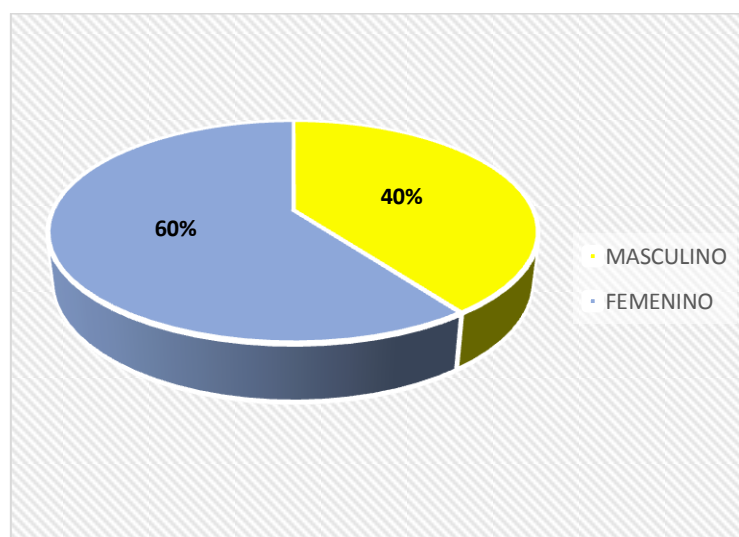
DATOS SOCIODEMOGRAFICOS

Tabla 1 Sexo

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	17	40%
Femenino	25	60%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 1 Sexo



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: La encuesta proporcionó los siguientes resultados en cuanto al sexo de los estudiantes: el 60% pertenece al femenino y el 40% al masculino. Estos datos corresponden a los datos sociodemográficos de los estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas.

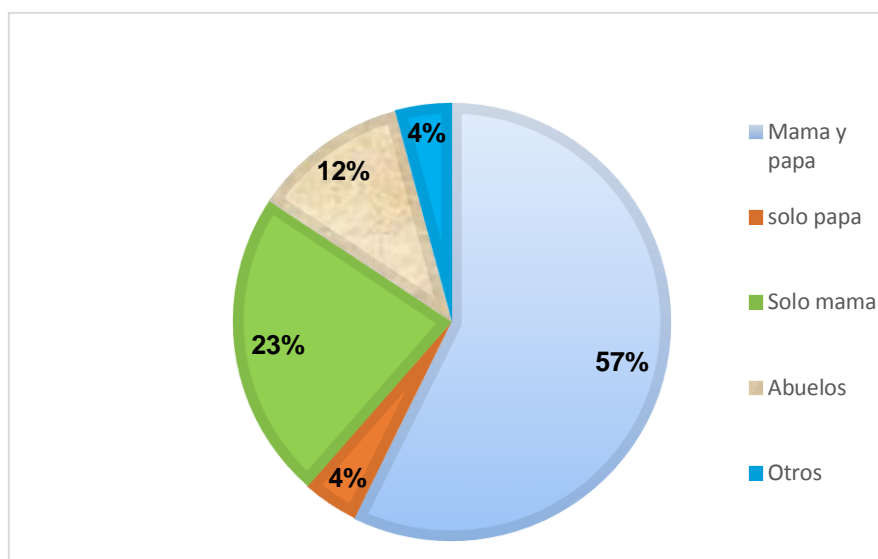
2. Vive

Tabla 2 Vive

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Mama y papa	23	57%
Solo papa	2	4%
Solo mama	10	23%
Abuelos	5	12%
Otros	2	4%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 2 Vive



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: Los resultados obtenidos fueron los siguiente los estudiantes de segundo curso, conviven con mama y papa el 57%, solo con mama el 23%, solo papa el 4%, abuelos el 12%, y con otros familiares el 4%

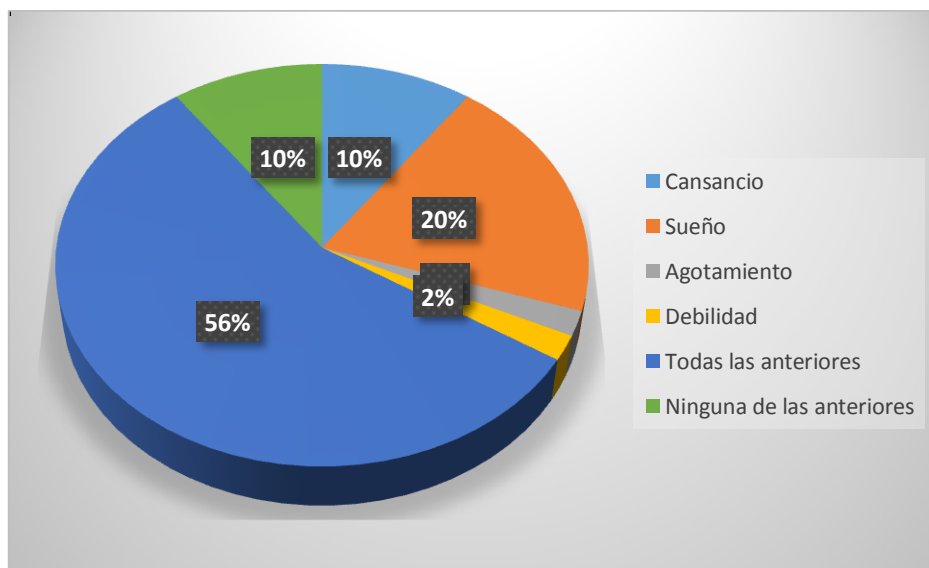
3. ¿Durante la jornada escolar (horas académicas) manifiesta?

Tabla 3 Horas académicas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Cansancio	4	10%
Sueño	8	20%
Agotamiento	1	2%
Debilidad	1	2%
Todas las anteriores	23	56%
Ninguna de las anteriores	5	10%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas

GRAFICO 3 Horas Académicas



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: La encuesta otorgo la siguiente información durante las horas académicas manifiestan los estudiantes que sienten cansancio en 10%, sueño 20%, agotamiento el 1%, debilidad el 1%, todas las anteriores el 56%, y ninguna de las anteriores el 10%.

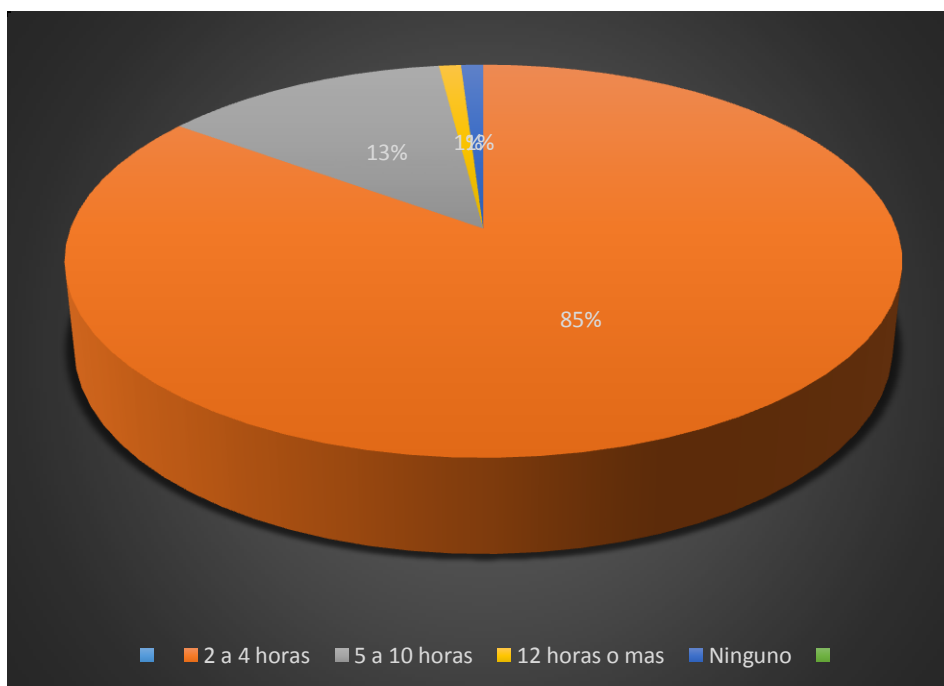
4. ¿En casa, por las noches dedica tiempo al chat, juegos electrónicos, o internet?

Tabla 4 Tiempo a juegos electrónicos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
2 a 4 horas	35	85%
5 a 10 horas	5	13%
12 horas o mas	1	1%
Ninguno	1	1%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas

GRAFICO 4 tiempo a juegos electrónicos



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: La encuesta otorgo la siguiente información en lo que indica a que tiempo pasan en internet, juegos electrónicos o chat, el 85% de 2 a 4 horas, el 13% de 5 a 10 horas, 12 horas o más el 1%, y ninguno el 1%.

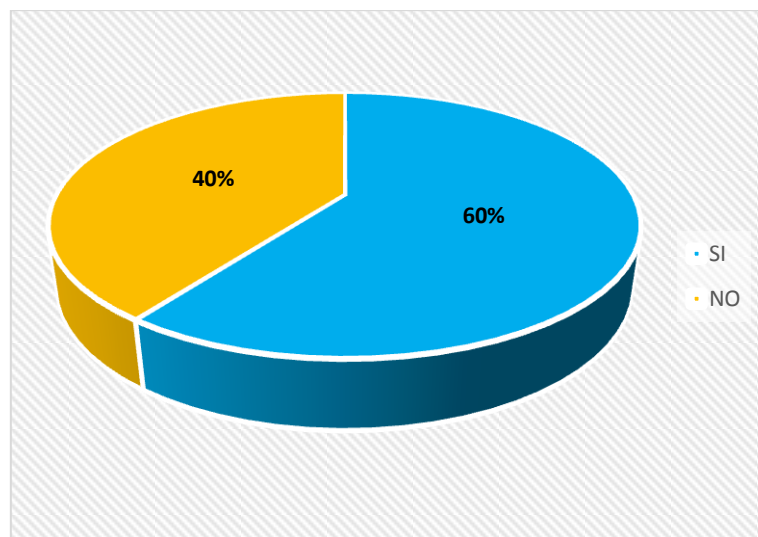
5. ¿Conoce la importancia del descanso, dormir, sueño que es 8 horas?

Tabla 5 Descanso ocho horas

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	25	60%
No	17	40%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 5 Descanso de ocho horas



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: La encuesta proporcionó la siguiente información en lo que respecta a que si conocen la importancia del descanso sueño que es de 8 horas los estudiantes manifestaron que si el 60% mientras que no el 40%.

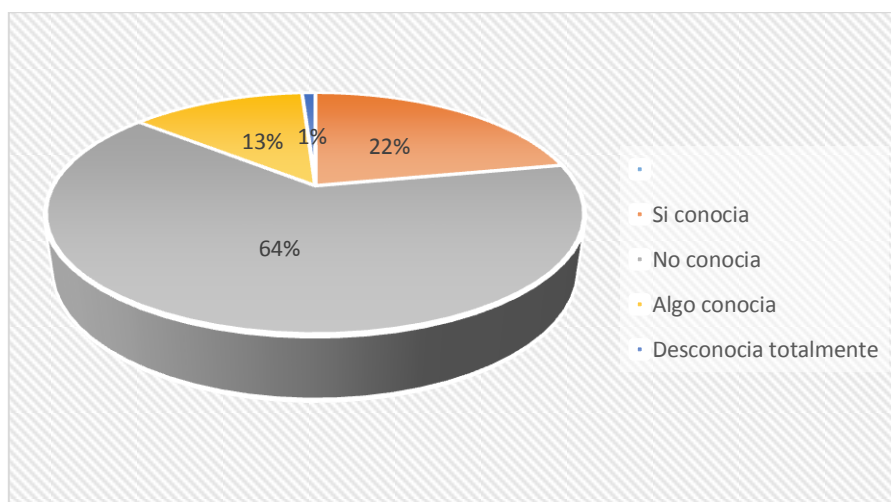
6. ¿Conoce Ud., que los juegos de video, internet, celulares utilizarlos por la noche producen trastorno en el sueño?

Tabla 6 Conocimiento de trastorno del sueño

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si conocía	9	22%
No conocía	27	64%
Algo conocía	5	13%
Desconocía totalmente	1	1%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 6 Conocimiento de trastorno del sueño



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: Los resultados de la encuesta refirió lo siguiente si conocía el 22%, no conocía l 64%, algo conocia13% desconocía totalmente el 1%.

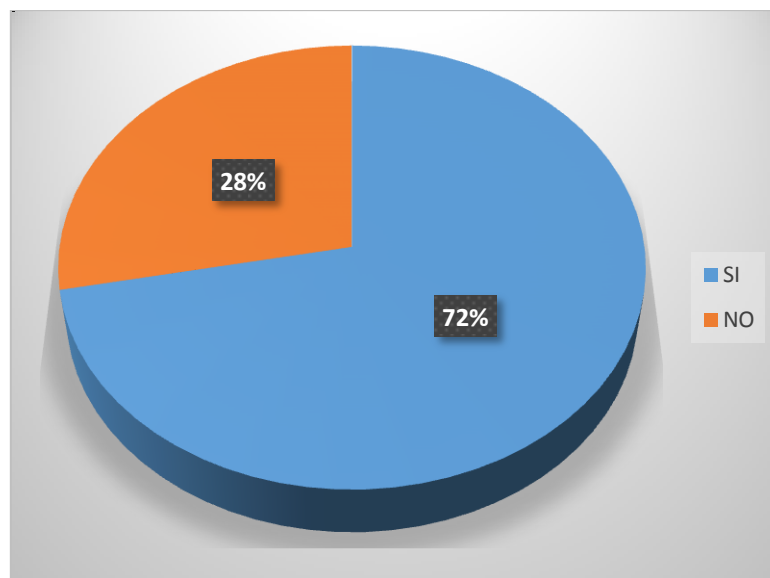
7. ¿Mantiene un patrón de descanso (sueño) de 8 a 12 horas por las noches?

Tabla 7 Patrón sueño descanso

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	17	22%
No	25	64%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 7 Patrón de sueño



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: Los resultados fueron los siguientes en lo que respecta al patrón sueño y descanso de 8 a 12 horas por la noche el si con el 72%, mientras que no el 28%.

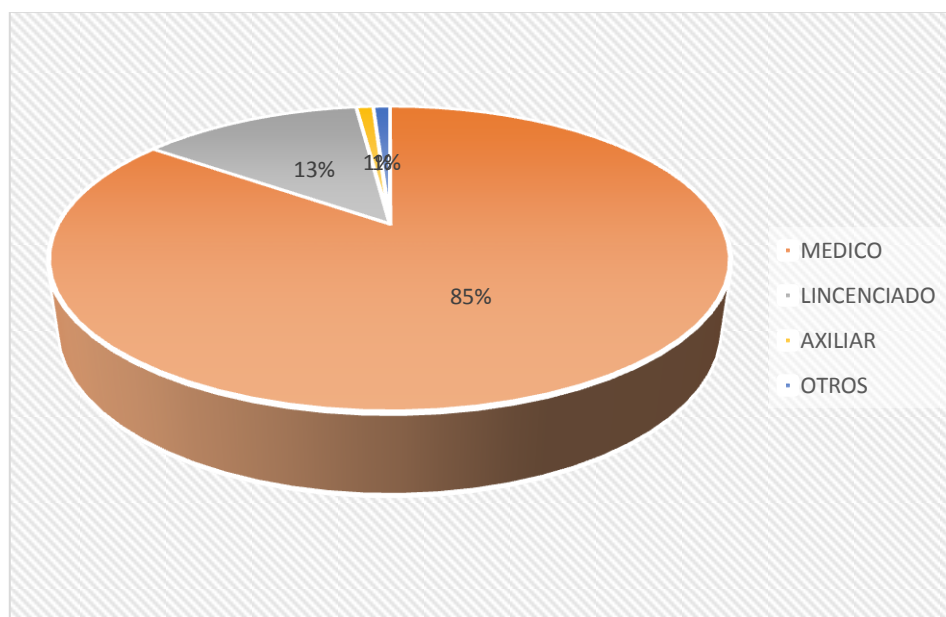
8. ¿Ha sido informado sobre las alteraciones de sueño y reposo por alguna persona de salud?

Tabla 8 Información alteración sueño

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Medico	35	85%
Licenciada	5	13%
Auxiliar	1	1%
Otros	1	1%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 8 Información alteración sueño



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: De las encuestas se obtuvo los siguientes resultados el 85% que corresponde al médico, el 13% a la licenciada de enfermería, el 1% auxiliar, y a otros el 1%

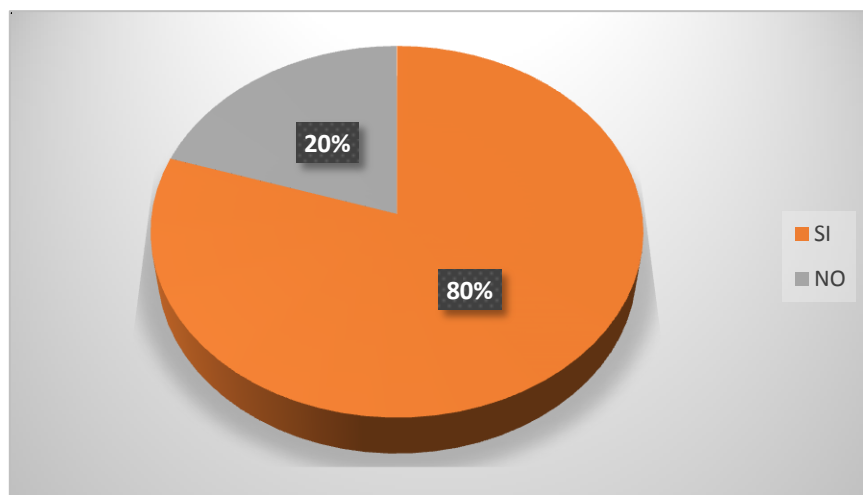
9. ¿Se ha realizado una valoración de enfermería acerca de sueño y descanso?

Tabla 9 Valoración de enfermería

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	33	80%
No	9	20%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 9 Valoración enfermería



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: En los resultados obtenidos de las encuestas detallaron que con el NO 80% mientras que SI el 20%.

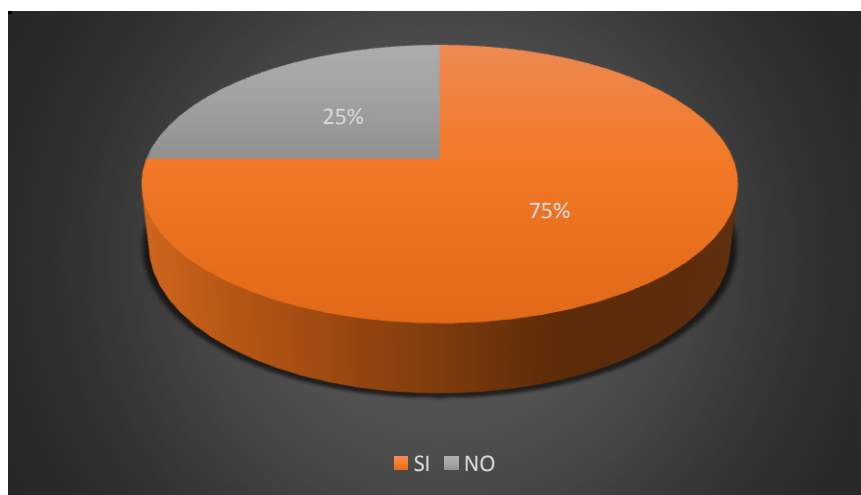
10. ¿Estaría dispuesto a recibir información por parte del profesional de enfermería acerca del este tema reposo sueño y su influencia en el rendimiento académico?

Tabla 10 Información descanso, sueño

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	32	75%
No	10	25%
Total	42	100%

Fuente: Estudiantes de segundo curso Unidad Educativa Ventanas.

GRAFICO 10 Recibir información



Autora: Yuleisy Roca Chucad.

Análisis: Los resultados brindaron la siguiente información en lo que respecta a recibir información de descanso y sueño el 75% si y el 25% no.

4.2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Los resultados de la investigación que se realizó con los estudiantes de segundo curso de la Unidad educativa Ventanas establecieron la siguiente información en lo que respecta al sexo de los estudiantes el 60% pertenece a femenino y el 40% a masculino, los estudiantes de segundo curso, conviven con mama y papa el 57%, durante las horas académicas manifiestan los estudiantes que sienten cansancio, sueño, agotamiento debilidad, todas las anteriores el 56%.

Otro punto importante en la investigación es el tiempo que pasan en internet, juegos electrónicos o chat, el 85%, es un porcentaje considerablemente alto, también que, si ellos conocen la importancia del descanso, sueño que es de 8 horas los estudiantes manifestaron que si el 60%.

En otra interrogante en que hace énfasis que los juegos de video, internet, celulares utilizarlos por la noche producen trastorno en el sueño, refirió lo siguiente no conocían 64%, que ella que estos dispositivos causen este desorden al momento de descansar y en lo que respecta al patrón sueño y descanso de 8 a 12 horas por la noche respondieron que si conocen si con el 72%, los adolescentes respondieron afirmativamente en un 75% que desean que se les proporcione más información acerca del descanso y sueño

Finalizando con la información que han recibido sobre el tema patrón del sueño, alteraciones se obtuvo los siguientes resultados el 85% que corresponde al médico, el 13% a la licenciada de enfermería, el 1% auxiliar, y a otros el 1%.

4.3. CONCLUSIONES

Se concluye que los adolescentes de la Unidad Educativa Ventanas durante las horas académicas manifiestan los estudiantes que sienten cansancio, sueño, agotamiento debilidad, esto confirma, pues que si la población de estudio mantiene una alteración del patrón descanso y sueño.

También se determinó que lo adolescentes no tienen un sueño y reposo adecuado, ya que no tienen un horario establecido por los padres para dormir y prefieren dormir entre las 23H00 y 24H00 y dedican su mayor tiempo a la tecnología, este factor afecta directamente el rendimiento académico ya que no tienen la energía suficiente para mantenerse activos y atentos en clases.

El descanso y sueño de 8 horas que son las horas que todo ser humano debe realizar diariamente, pues en la población del estudio se encuentra afectada ya que no se cumple con él.

También los adolescentes se muestran con ganas de ser instruidos ya que aún hay interrogantes que no sienten que están claras.

A través de estas conclusiones podemos deducir que las hipótesis específicas establecidas son ciertas y que mientras exista mayor alteración del patrón de enfermería reposo sueño, menor será el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas.

4.4. RECOMENDACIONES

Concientizar a los jóvenes que el descanso normal de 8 horas diarias ayudara notablemente a mejorar el cansancio, sueño, agotamiento, debilidad, muchas veces se pasa desapercibido esta situación, pero el desgaste del cuerpo al no poder descansar, puede colapsar en un trastorno, o en otra patología mucho más complicada.

El descanso y el sueño es el mejor aliado del ser humano al cumplirlo con las horas que normalmente descansa un ser humano, al verse afectado el único que riesgo que corre el adolescente es el bajo rendimiento académico.

Reducir el tiempo a la tecnología (TV, Móvil o videojuegos)

Se recomienda que los padres establezcan un horario para dormir a sus hijos, con la finalidad de que se cumplan con las horas de descanso establecidas por la OMS (Organización Mundial de la Salud) lo que ayudara a tener una mejor energía durante el día y así aumentar el desenvolvimiento durante las jornadas académicas.

Se recomienda capacitar e instruirse a esta población.

CAPITULO V

5. PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN

5.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN

Programa educativo sobre la importancia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas.

5.2. ANTECEDENTES

Muchos son los adolescentes que pasan hora y horas ya sean en el internet, en el chat o juegos online, si bien la tecnología es oportuna y se adaptan fácilmente a los cambios de constantes actualizaciones y se descuidan en algo principal como es la alteración del patrón descanso y sueño.

Practicar una vida activa es esencial para cualquier persona: desde caminar, subir escaleras hasta salir a correr, nadar o jugar futbol con los amigos. Moverse, en definitiva, es básico en las distintas etapas del desarrollo, tanto en el aspecto físico como en el emocional, especialmente durante la ufanía, que es cuando mejor capacitados estamos para adquirir hábitos saludables que nos acompañaran a lo largo de toda la vida.

Los adolescentes más activos que además tienen un balance de energía en sus rutinas diarias y a lo largo del día manejan sus horarios de descanso adecuadamente tienen una menor probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares o inflamatoria de adultos, a ser menos obesos o sucumbir a hábitos tóxicos pocos saludables. (Drobnic, 2013)

5.3. JUSTIFICACIÓN

Al analizar e interpretar los datos obtenidos mediante la aplicación de las encuestas y entrevista, se ha podido llegar a la conclusión que la alteración del patrón de enfermería reposo sueño si influye en el rendimiento académico.

Motivo que como investigadora me ha incentivado a elabora la siguiente propuesta: Diseñar un programa educativo sobre la importancia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico en la Unidad Educativa Ventanas, ya que por medio del cual puedo llegar a concientizar no solo a los alumnos, sino también a los padres y docentes sobre la importancia que tiene el sueño y descanso, ya que son de gran beneficio a nivel académico, emocional y social.

5.4. OBJETIVOS

5.4.1. OBJETIVO GENERAL

Concientizar sobre la importancia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico en la Unidad Educativa Ventanas

5.4.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Promover educación a los estudiantes sobre la importancia de mantener una buena rutina d reposo sueño.

Demostrar a los estudiantes, padres de familia mediante charlas educativas y capacitaciones las ventajas de tener una rutina de reposo sueño adecuado durante la etapa académica.

Motivar a los docentes a la implementación de pausas activas dentro de las aulas controlando así las energías de los estudiantes durante las jornadas académicas

5.5. ASPECTOS BÁSICOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN

La propuesta para los estudiantes, docentes y padres de familia con falta de conocimiento sobre el patrón de enfermería reposo sueño es implementar un programa educativo para llegar a conocer y concientizar sobre esta problemática y de esta manera disminuir el bajo rendimiento académico y mejorar los hábitos de descansos.

Además, enseñar a los docentes la implementación de pausas activas durante las clases dentro de las aulas para ayudar al manejo de las energías de los estudiantes y de esta manera puedan estar más concentrados y atentos a las clases, sin tensión ni estrés y su rendimiento académico vaya mejorando.

5.5.1 ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA

El programa educativo sobre la importancia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico, será aplicado en los estudiantes y padres de familias de la Unidad Educativa Ventanas, mediante una sesión semanal en las cuales impartiré temas que logren llegar a la comunidad educativa en beneficio de los mismo, así como también a la práctica de ejercicios que se puedan aplicar en las pausas activas que se les incentiva a realizar a los docentes.

Los temas generales a tratar en las diferentes charlas educativas serán:

1.La importancia del patrón de enfermería reposo sueño durante la etapa académica

Durante la infancia el descanso es siempre imprescindible ya que gracias a ellos estamos activos, fuertes, con energía y sanos.

Los niños y niñas deben animarse a descansar adecuadamente todos los días ya que los hábitos de vida saludable deben establecerse cuanto antes.

Entre los beneficios de este patrón reposo sueño durante la etapa escolar tenemos:

Físicamente:

- Fuerza muscular
- Huesos más resistentes
- Mejor postura y equilibrio

Psicológicamente

- Mejora la autoestima
- Mejora el humor
- Mejora el aprendizaje
- Mejora la capacidad de concentración

Socialmente

- Se hacen amigos
- Se adquieren habilidades sociales
- Se aprende a trabajar en equipo

2. Beneficios de la implementación por parte de los docentes, de pausas activas durante las jornadas de clases

La pausa activa no es más que un alto a las actividades que estas realizando para hacer algo diferente. De esta manera el estudiante se distrae de una forma que el profesor controla

En sí, la idea del programa es que cuando el profesor considere que es un buen momento para hacer la pausa, porque los alumnos llevan mucho tiempo sentados, o dependiendo del estado de concentración, les proponga realizar actividades de recreación.

Para ellos se debe realizar juegos y ejercicios de relajación, los cuales fomentaran la tranquilidad, disminuirán el estrés y la ansiedad, aumentara la confianza en sí mismo, la memoria y la concentración, lo cual permitirá mejorar la calidad del aprendizaje.

ETAPAS	ACTIVIDADES	METAS	TIEMPO	RESPONSABLE
PRIMERA	Preparación de información y material didáctico a impartir	Impartir conocimientos claros y precisos con apoyo de material didáctico que permita ser de fácil comprensión	Una semana	Investigadora: Yuleisy Roca Chucad
SEGUNDA	Socializar junto a los docentes de la unidad educativa ventanas sobre las actividades a realizar e incentivar a que realicen pausas activas	Aprobación de la Unidad Educativa Ventanas para impartir capacitación educativa.	2 horas.	Investigadora: Yuleisy Roca Chucad
TERCERA	Capacitación a los alumnos y padres de familia sobre la importancia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico.	Educación a los alumnos y padres de familia sobre este patrón de enfermería reposo sueño y que concienticen cuán importante es y cuánto influye en el rendimiento académico	4 horas.	Investigadora: Yuleisy Roca Chucad

Se evaluará los logros de la siguiente manera:

Al finalizar las charlas educativas se evaluarán a los participantes, mediante preguntas al azar para de esta manera asegurarnos que asimilaron el conocimiento sobre los temas impartidos, además de realizar visitas continuamente para verificar que se esté cumpliendo la implementación de los métodos ofrecidos para la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas

Cronograma

Fecha	Tema de actividad	Responsable
15/10/2018	La importancia del patrón de enfermería reposo sueño durante la etapa académica:	YULEISY ROCA CHUCAD
12/11/2018	Beneficios de la implementación por parte de los docentes, de pausas activas durante las jornadas de clases	YULEISY ROCA CHUCAD

17/12/2018	<p>Actividades físicas y mentales y como mejoran el rendimiento académico:</p> <p>La actividad física y mental puede contribuir al desarrollo social de los jóvenes, dándoles la oportunidad de expresarse y fomentar la autoconfianza, la interacción social y la integración. También se ha sugerido que los jóvenes activos pueden adoptar con más facilidad otros comportamientos saludables, como evitar el consumo de tabaco, alcohol y drogas, y tienen mejor rendimiento escolar</p>	YULEISY ROCA CHUCAD
14/01/2019	<p>Plan de intervención para mejorar el sueño:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diseñar su rutina de acostarse a una hora definida • Establecer horarios regulares de dormir • La habitación debe ser tranquila, acogedora y conductiva al sueño 	YULEISY ROCA CHUCAD

	<ul style="list-style-type: none"> Realizar actividad suave, como una caminata o relajación antes de dormir 	
11/02/2019	<p>Distribución de las horas del sueño según la edad:</p> <p>4 a 12 meses: 12 a 16 horas diarias.</p> <p>1 a 2 años: 11 a 14 horas diarias</p> <p>3 a 5 años: 10 a 13 horas diarias</p> <p>6 a 12 años: 9 a 12 horas diarias</p> <p>13 a 18 años: 8 a 10 horas</p>	YULEISY ROCA CHUCAD
18/03/2019	Listas de actividades para implementar y mejorar el rendimiento académico	YULEISY ROCA CHUCAD
29/03/2019	Objetivo de un buen descanso	YULEISY ROCA CHUCAD

5.5.2 COMPONENTES

Contexto:

La propuesta se llevará a cabo en la Unidad Educativa Ventanas

Actores:

En la ejecución de la propuesta intervendrán la directiva de la Unidad Educativa Ventanas en conjunto con los docentes y estudiantes, además de la Universidad Técnica De Babahoyo.

5.6 RESULTADOS ESPERADOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN

5.6.1. Alcance de la alternativa

Mediante la implementación del programa educativo sobre la importancia de practicar actividades recreativas, además de un descanso adecuado y manejo de la energía durante la etapa académica, direccionado a los alumnos, docentes y padres de familia se busca obtener los siguientes resultados:

Que los alumnos, docentes y padres de familias conozcan los beneficios de realizar actividades recreativas, así como también cumplir con las horas de descanso recomendadas, con el fin de mejorar sus estilos de vida en los diferentes ámbitos

Lograr aumentar el rendimiento académico, mediante la implementación de actividades de relajación y creatividad dentro de la Unidad Educativa, ya que esto ayuda a que los alumnos regulen su energía además de que mejoren su concentración y participación durante las horas de clases.

Establecer compromiso con los docentes para que se enseñen a los alumnos dentro de sus clases técnicas y actividades de relajación, así como el fomento del cumplimiento de las horas de descanso.

BIBLIOGRAFIAS

1. Aguado & Ramos. (2016). *Factores sociodemográficos y estilos de vida en estudiantes de la escuela de enfermería Padre Luis Tezza. Universidad Ricardo Palma. Lima – Perú. Peru.*
2. Badia, U, M. (2014). *Efectos de las horas y los hábitos de sueño en el rendimiento académico. cultura y educación .*
3. Cladellas Pros, R. (2015). Patrones de descanso, actividades físico deportivas y rendimiento académicos. *REVISTA DE PSICOLOGIA DEL DEPORTE.*
4. Cordero Medina , A., & Oscoz Muñoz, G. (2009). Los conocimientos sobre el sueño y los cuidados enfermeros para un buen descanso. *Enfermería Global, 17.*
5. Drobnic. (2013).
6. Drobnic. (2013). Alteración del sueño y reposo. *El telegrafo, 2.*
7. El Comercio. (20 de Octubre de 2016). Rendimiento académico escolar por el sueño y reposo. *El Universo, pág. 14.*
8. Fordham, F. (2008). *Sueño.* Boston: Unmsalu.
9. G, Saes; R, Santos; A, Jose. (3 de julio de 2013). Calidad del sueño relacionada con el rendimiento académico de estudiantes de medicina. *horizonte medico, 13.*
10. Gonzales, Portoles. (2014). 56 - 59.
11. Gordon, M. (2016). *"Patrones funcionalesmgordon.pdf,"LIBRO.* Usa. Obtenido de "patrones_funcionales_mgordon.pdf," n.d.)

12. Guerrero & Andrade. (2016). Alteracion del sueño. *Medical*, 10.
- INEC. (2010).
13. L, M. (2013). Patron del sueño alteracion en adolescentes. *Medical*, 12.
14. Labrador & Villadangos. (2015). *Rendimiento academico escolar*. Quito: El telegrafo.
15. Lack & Lucas. (2015). *Estudio en investigacion del sueño, trnastornos y complicaciones*. Boston: Mc Hill Grant.
16. Lucas. (2013).
17. Mary L, Gavin. (2016). *Rol de enfermeria en patrones de alteracion de sueño y descaso*. Medical: Oveja negra.
18. Mary L. Gavin, . (s.f.).
19. Muñoz , Lana. (2015). *Consiliar el sueño y reposo rendimiento academico*. Bogota: Alpan.
20. Muñoz, L. (6 de 10 de 2010). Patron de enfermeria en alteracion de sueño. *El universo*, págs. 2A, 3A.
21. Navarro R , E. (2003). rendimiento academico: concepto, investigacion y desarrollo . *REICE Revista Iberoamericana sobre Calidad y Eficacia* .
22. OMS. (2018). Definicion de la salud. *Medikal USA*, 12.
23. OMS. (2018). Estudio del sueño. *Medikal*, 12-13.
24. p. m., sequeida, j., & ortiz, m. (1 de octubre de 2013). *scielo*. Obtenido de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062013000500012
25. Parra, P. A. (2016). *Sueño fuente principal del desempeño del ser humano*. Miami: Mc Gill Grant.

26. Quintero, Q. (2016). *Estudio de las Teorías del cuidado humano*. Chile: Santagueño.
27. Sampieri. (2016). *Metodología de la investigación*. Mexico.
28. Sanchez, L. (2013). Investigación sobre la relación entre el sueño y el rendimiento escolar. *psicología de la educación*.
29. sevilla. (2012). *Sin sueño no hay aprendizaje*. MADRID.
30. Telegrafo. (2014).
31. Telegrafo. (2017).
32. Torres Velasquez; Rodriguez Soriano;. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar. *Enseñanza en investigación*.
33. Unesco. (2014).
34. Velasco. (2010).
35. Velasco. (2010).
36. Bruce K, S. (2011). bajo rendimiento escolar. *revista medica clinica los condes, volumen 22*.

ANEXOS

MATRIZ DE CONTINGENCIA

Problema general	Objetivo general	Hipótesis general
¿Cómo influye el patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas Octubre 2018-Abril 2019?	Determinar la influencia del patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas. Octubre 2018- abril 2019	A mayor alteración del patrón de enfermería reposo sueño menor nivel de rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas. Octubre 2018- Abril 2019
Problemas derivados	Objetivo específicos	Hipótesis específicas
¿Como repercute el no cumplir las horas del sueño adecuadas en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019?	Identificar los factores que influyen en el patrón de enfermería reposo sueño en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa Ventanas.	Menor rendimiento académico de los estudiantes por la alteración del sueño y reposo. El descanso no prolongado altera el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la unidad educativa ventanas
¿Como repercute el descanso no prolongado en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019?	Determinar si el descanso no prolongado repercute en el rendimiento académico de los estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas, octubre 2018 – abril 2019.	Si los factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes se mejoran aplicando el patrón de enfermería reposo y sueño



UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO PARA LA APLICACIÓN DE LA ENCUESTA

OBJETIVO: Recolección de datos para la procesión de los mismos en beneficio de la investigación que se está realizando titulada “**ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE2018 - ABRIL2019**”

DATOS SOCIODEMOGRAFICOS

1. Sexo

- () Femenino
- () Masculino

2. Vive

- () Mama y Papa
- () solo Papa
- () solo Mama
- () Abuelos
- () otros

3. ¿Durante la jornada escolar (horas académicas) manifiesta?

- () Cansancio
- () Sueño
- () Agotamiento
- () Debilidad
- () Todas las anteriores
- () Ninguna de las anteriores

4. ¿En casa, por las noches dedica tiempo al chat, juegos electrónicos, o internet?

- 2 a 4 horas
- 5 a 10 horas
- 12 horas o mas
- Ninguno

5. ¿Conoce la importancia del descanso, dormir, sueño que es 8 horas?

- Si
- No

6. ¿Conoce Ud., que los juegos de video, internet, celulares utilizarlos por la noche producen trastorno en el sueño?

- si conocía
- no conocía
- algo conocía
- desconocía totalmente

7. ¿Mantiene un patrón de descanso (sueño) de 8 a 12 horas por las noches?

- Si
- No

8. ¿Ha sido informado sobre las alteraciones de sueño y reposo por alguna persona de salud?

- Medico
- Lic. Enfermería
- Auxiliar
- Otro

9. ¿Se ha realizado una valoración de enfermería acerca de sueño y descanso?

- Si
- No

10. ¿Estaría dispuesto a recibir información por parte del profesional de enfermería acerca del este tema reposo sueño y su influencia en el rendimiento académico?

- Si
- No

11. ¿La información proporcionada por el profesional de Enfermería la calificaría cómo?

- Satisfactoria
- Muy satisfactoria
- Poco satisfactoria
- Ineficiente

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Figura 1. Educando a los estudiantes sobre el patrón de enfermería reposo sueño



Figura 2. Realizando una entrevista a los padres de familia de los estudiantes de la Unidad Educativa Ventanas



Figura 3 y 4. Explicando cómo deben de responder a las preguntas de la encuesta.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN




APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, **DR. CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ** en calidad de Tutor del Perfil o Tema del Proyecto de investigación (Primera Etapa): "**ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018- ABRIL 2019**", elaborado por la estudiante: **YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD** de la Carrera de Enfermería de la Escuela de Salud y Bienestar en la Facultad de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que lo **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 29 días del mes de NOVIEMBRE del año 2018



Dr. Carlos Emilio Paz Sánchez. PhD
CI: 0908455603

12-12-18
Recibido

11:23





UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE BIENESTAR Y SALUD
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 12 de diciembre del 2018

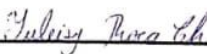
Dra. Alina Izquierdo Cirer, MSc.
COORDINADORA DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
Presente.-

De mi consideración:

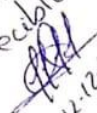
Por medio de la presente, yo, YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD, con cédula de ciudadanía **1207050582**, egresada de la Carrera de **ENFERMERIA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, me dirijo a usted de la manera más comedida para hacerle la entrega de tema o perfil del proyecto: **ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019**, el mismo que fue aprobado por el Docente Tutor: **Dr. CARLOS PAZ SANCHEZ**

Esperando que mi petición tenga una acogida favorable, quedo de usted muy agradecida.

Atentamente



Yuleisy Roca Chucad
C.I 1207050582

12-12-18
Recibido

12-12-18





RUBRICA PARA EVALUAR PERFILES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN

TEMA DE INVESTIGACIÓN: ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 - ABRIL 2019

NOMBRE DEL PROponente: YULEISY LOURDES ROCA CHUCA

No	Criterios de evaluación	NIVEL DE DOMINIO				Puntos
		Competente 4	Satisfactorio 3	Básico 2	Insuficiente 1	
1	Idea o tema de investigación	El tema de investigación es relevante y pertinente a perfil de la carrera. En su formulación refleja la ejecución de un proceso de investigación y establece la relación de al menos dos variables.	El tema de investigación es relevante y pertinente al perfil de la carrera. Pero en su formulación no refleja la ejecución de un proceso de investigación y establece la relación de al menos dos variables.	El tema de investigación no es relevante, pero si es pertinente al perfil de la carrera.	El tema de investigación no es relevante y no responde al perfil de la carrera.	4
2	Planteamiento del problema (Descripción breve del hecho problemático)	Planteamiento del problema contiene una descripción breve y clara del hecho problemático y cuenta con la delimitación del tema, así como del problema de forma clara, pero no precisa.	El proyecto cuenta con la delimitación del tema, así como el planteamiento del problema de forma clara, pero no precisa.	El proyecto solo cuenta con la delimitación del tema o el planteamiento del problema de forma clara y precisa.	El proyecto no cuenta con delimitación del tema ni planteamiento del problema.	4
3	Problema (General)	Desarrolla interrogantes que se derivan de la justificación y planteamiento del problema que darán solución a la investigación y que estén estrechamente relacionados con su hipótesis.	Desarrolla interrogantes que no se derivan de la justificación y planteamiento del problema pero que darán solución a la investigación y que estén estrechamente relacionados con su hipótesis.	Desarrolla interrogantes que se derivan de la justificación y planteamiento del problema que darán solución a la investigación pero no están relacionados con su hipótesis.	Las interrogantes propuestas no se relacionan con la investigación.	4
4	Objetivo (General)	Los objetivos son claros y precisos, permiten saber hacia dónde se dirige y lo que se espera de la investigación. Son posibles de cumplir, medir y evaluar.	Se definen los objetivos y permiten de alguna manera saber hacia dónde se dirige la investigación, aunque son difíciles de medir y evaluar.	Se establecen objetivos para la investigación, pero no permiten determinar si los resultados son medibles y si responden a las necesidades planteadas.	Se establecen de alguna manera los objetivos, pero no son claros, no es posible medirlos o evaluarlos.	4
5	Justificación.	Se explica las razones por las que se hará la investigación y el contenido a desarrollar.	Se explica las razones por las que se hará la investigación, sin el contenido a desarrollar.	Se explica las razones por las que se hará la investigación limitadamente, sin el contenido a desarrollar.	Se omite la explicación de las razones por las que se hará la investigación y el contenido a desarrollar.	4
6	Marco teórico preliminar (Esquema de	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de	Las categorías determinadas están relacionadas con el problema de investigación, pero son	Las categorías determinadas no son pertinentes al problema de estudio	4



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO (CIDE)



6	Marco teorico preliminar (Esquema de contenidos).	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de investigación, de manera ordenada	Determina con claridad todas las dimensiones y categorías de las variables del problema de investigación, sin ningún orden.	Las categorías determinadas están relaciones con el problema de investigación pero son insuficientes	Las categorías determinadas no son pertinentes al problema de estudio	4
7	Hipotesis (General).	La hipótesis tiene relación con el problema y con el objetivos	La hipótesis se relaciona con los problemas pero no con el objetivos	La hipótesis se relaciona con el problema pero no da respuesta al mismo.	La hipótesis no tiene relación ni con el problema ni con el objetivo.	4
8	Tipo de investigación.	Tiene relación con el proposito de la investigación y se justifica su aplicación.	Tiene relación con el proposito de la investigación, pero no se justifica su aplicación.	Explica las razones de su aplicación pero no es pertinente al proposito de la investigación	No corresponde al proposito de la investigación.	4
9	Metodología.	Define la población, muestra (si corresponde), métodos, técnicas e instrumentos de investigación; y, además describe en que consistió cada uno de sus pasos de manera breve para constituir este proyecto.	Solo define la población, muestra (si corresponde), métodos, técnicas e instrumentos de investigación.	Describe en que consistieron algunos de los pasos empleados de manera breve para constituir este proyecto.	Carece de metodología.	4
10	Referencias Bibliograficas.	Presente una lista de referencias bibliograficas completa, considerando las normas propuestas(APA, Vancouver)	Presente una lista de referencias bibliograficas incompleta, considerando las normas propuestas(APA, Vancouver)	Presente una lista de referencias bibliograficas completa, sin observar ninguna norma	La lista de referencias bibliograficas, no corresponde, y no se observa ninguna norma.	4
PROMEDIO PONDERADO					TOTAL	40
40 = 10 / 28 = 7					Mínimo	10

OBSERVACIONES:

	12/12/2018.	12/12/2018
Nombre y Firma del Docente Evaluador	Fecha de Revisión	Fecha y Firma de Recepción

JFAY.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 UNIDAD DE TITULACIÓN
 PERÍODO OCTUBRE 2018 - ABRIL 2019
 CARRERA DE ENFERMERÍA



FECHA DE ENTREGA DEL DOCUMENTO: 12/12/18

REGISTRO DE TUTORIAS DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (PRIMER ETAPA)

NOMBRE DEL DOCENTE: Dr. Carlos Emilio Paz Sanchez

FIRMA:

TEMA DEL PROYECTO: Alteración del patrón de enfermería reposo sueño y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes del segundo curso de la Unidad

Educativa Ventanas. Octubre 2018- Abril 2019

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Yuleisy Lourdes Roca Chucad

CARRERA: Enfermería

Pag. N°.

Horas de Tutorías	Fecha de Tutorías	Tema tratado	Tipo de tutoría		Porcentaje de Avance	FIRMAN	
			Presencial	Virtual		Docente	Estudiante
2	28/11/18	Selección del tema	-	-	10%		Yuleisy Roca Ch
2	30/11/18	Exposición de los avances realizados	-	-	25%		Yuleisy Roca Ch
2	1/12/18	Avances con planteamiento del problema	-	-	50%		Yuleisy Roca Ch
3	3/12/18	Exposición de avances realizados	X	-	60%		Yuleisy Roca Ch
2	5/12/18	Elaboración de ensayo teórico pulmonar	X	-	75%		Yuleisy Roca Ch
2	7/12/18	Revisión de avances y bibliografía	X	X	90%		Yuleisy Roca Ch
3	12/12/18	Revisión final para entrega	X	X	100%		Yuleisy Roca Ch



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, DR. CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ en calidad de Tutor del Proyecto de investigación (Segunda Etapa): "ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018- ABRIL 2019", elaborado por la estudiante: YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD de la Carrera de Enfermería de la Escuela de Salud y Bienestar en la Facultad de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 16 días del mes de ENERO del año 2019

Dr. Carlos Emilio Paz Sánchez. PhD
CI: 0908455603





UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERIA
UNIDAD DE TITULACIÓN



Babahoyo, 16 de enero del 2019

Dra. Alina Izquierdo Cirer, MSc.
COORDINADORA DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente, yo, YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD, con cédula de ciudadanía **1207050582**, egresada de la Carrera de **ENFERMERIA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, me dirijo a usted de la manera más comedida para hacerle la entrega del proyecto de investigación (segunda etapa): **ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019**, el mismo que fue aprobado por el Docente Tutor: Dr. **CARLOS PAZ SANCHEZ**

Esperando que mi petición tenga una acogida favorable, quedo de usted muy agradecida.

Atentamente

Yuleisy Roca Ch

Yuleisy Roca Chucad
C.I 1207050582

16/01/19
11:58
Maestra J





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BARAHOYO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 UNIDAD DE TITULACIÓN
 PERÍODO OCTUBRE 2018 - ABRIL 2019
 CARRERA DE ENFERMERIA



FECHA DE ENTREGA DEL DOCUMENTO: 16 de Enero del 2019

REGISTRO DE TUTORIAS DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (SEGUNDA ETAPA)

NOMBRE DEL DOCENTE: Dr. Carlos Emilio Paz Sanchez FIRMA: _____
 TEMA DEL PROYECTO: Alteracion del patron de enfermeria reposo sueño y su influencia en el rendimiento academico en estudiantes del segundo curso de la Unidad Educativa Ventanas. Octubre 2018- Abril 2019
 NOMBRE DEL ESTUDIANTE: Yuleisy Lourdes Roca Chucad
 CARRERA: Enfermeria

Horas de Tutorias	Fecha de Tutorias	Tema tratado	Tipo de tutoria		Porcentaje de Avance	Docente	FIRMAN	Estudiante
			Presencial	Virtual				
2	27-02-18	Elaboración del capitulo I	X		10%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
3	3-01-18	Elaboración del capitulo II	X		30%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
2	3-01-18	Elaboración del capitulo III		X	50%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
3	7-01-18	Cuestion de los variables	X		60%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
2	9-01-17	Elaboración de la introducción	X		70%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
2	17-01-19	Elaboración de succion	X		90%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch
2	20-01-19	Presentación final	X		100%	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	Yuleisy Roca Ch




UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, Dr. **CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ**, en calidad de tutor(a) del Informe Final del Proyecto de Investigación (Tercera etapa) con el tema: **ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 - ABRIL 2019**, elaborado por la estudiante **YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD**, de la Carrera de ENFERMERIA , de la Escuela de Salud y Bienestar, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Técnica de Babahoyo, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios en el campo metodológico y en el campo epistemológico, por lo que **APRUEBO**, a fin de que el trabajo investigativo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación determinado por la Universidad Técnica de Babahoyo.

En la ciudad de Babahoyo a los 10 días del mes de abril del año 2019


Dr. Carlos Emilio Paz Sánchez. PhD
CI: 0908455893





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR



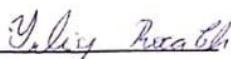
Babahoyo, 11 de Abril del 2019

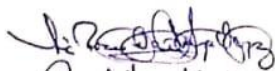
Dra. Alina Izquierdo Cirer, Msc.
COORDINADORA DE TITULACIÓN DE LA CARRERA DE ENFERMERIA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO

De nuestra consideración:

Por medio de la presente, yo, **YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD**, con cédula de ciudadanía **1207050582**, egresada de la Escuela Salud y Bienestar de la carrera de **Enfermería**, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Babahoyo, nos dirigimos a usted de la manera más comedida posible para realizar la entrega de los tres anillados requeridos del Informe Final del Proyecto de Investigación (tercera etapa), tema: **ALTERACIÓN DEL PATRÓN DE ENFERMERÍA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS. OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019** Para que podamos ser evaluados por el Jurado asignado por el Consejo Directivo.

Saludos cordiales, quedamos de usted muy agradecido (a).


Yuleisy Roca Chucad
C.I 1207050582


Recibido 11-04-2019 15h





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 UNIDAD DE TITULACIÓN
 PERÍODO OCTUBRE-ABRIL 2019



FECHA DE ENTREGA DEL DOCUMENTO: 10/4/2019

REGISTRO DE TUTORIAS DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (TERCERA ETAPA)

NOMBRE DEL DOCENTE TUTOR: Dr. CARLOS EMILIO PAZ SANCHEZ

FIRMA:

TEMA DEL PROYECTO: ALTERACION DEL PATRON DE ENFERMERIA REPOSO SUEÑO Y SU INFLUENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADEMICO EN

ESTUDIANTES DEL SEGUNDO CURSO DE LA UNIDAD EDUCATIVA VENTANAS, OCTUBRE 2018 – ABRIL 2019

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: YULEISY LOURDES ROCA CHUCAD

CARRERA: ENFERMERIA

Pag. N°.

Horas de Tutorías	Fecha de Tutorías	Tema tratado	Tipo de tutoría		Porcentaje de Avance	FIRMAN	
			Presencial	Virtual		Docente	Estudiante
3	25/01/19	Revisión del plan de titulaciones	✓	✓	100%		
2	31/01/19	Revisión del capítulo III	✓	✓	70%		
2	5/02/19	Elaboración de la conclusión de la investigación	✓	✓	25%		
2	12/02/19	Revisión del capítulo IV	✓	✓	35%		
3	20/02/19	Elaboración de la propuesta	✓	✓	45%		
2	27/02/19	Revisión de la justificación de la propuesta	✓	✓	60%		
2	5/03/19	Revisión de los fundamentos de la propuesta	✓	✓	70%		
2	14/03/19	Revisión del objetivo de la alternativa de la propuesta	✓	✓	95%		
3	01/04/19	Revisión y aceptación del proyecto de investigación elaborado	✓	✓	100%		

