

ESTILOS DE VIDA Y ACTITUD AMBIENTAL DURANTE LA COVID-19 EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS PERUANOS

Sonia Tejada Muñoz^{1*}

<https://orcid.org/0000-0002-1181-8540>

¹Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Amazonas, Perú. sonia.tejada@untrm.edu.pe

Sonia Celedonia Huyhua Gutiérrez²

<https://orcid.org/0000-0003-4823-2778>

²Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Amazonas, Perú. sonia.huyhua@untrm.edu.pe

Rosa Jeuna Díaz Manchay³

<https://orcid.org/0000-0002-2333-7963>

³Universidad Católica "Santo Toribio de Mogrovejo", Chiclayo, Perú. rdiaz@usat.edu.pe

Segundo Grimaldo Chávez⁴

<https://orcid.org/0000-0002-0946-3445>

⁴Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas. Amazonas, Perú. segundo.quintana@untrm.edu.pe

Jhon Alex Zeladita-Huaman⁵

<https://orcid.org/0000-0002-5419-5793>

⁵Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. jhonzaladita@hotmail.com

Angélica Soledad Vega Ramírez⁶

<https://orcid.org/0000-0001-7877-1436>

⁶Universidad Católica "Santo Toribio de Mogrovejo", Chiclayo, Perú. avega@usat.edu.pe

* **Autor para correspondencia:** sonia.tejada@untrm.edu.pe

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Recibido 28/7/2022

Aceptado 19/8/2022

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo analizar los estilos de vida y su relación con la actitud ambiental en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. Enfoque cuantitativo, diseño relacional, prospectivo y transversal. La muestra estuvo conformada por 231 estudiantes de seis carreras profesionales, se usó la encuesta online SMILE-C y un cuestionario. Para el análisis estadístico se utilizó la Prueba estadística de Chi cuadrado de Pearson y la Prueba de U de Mann-Whitney. Se encontró relación entre el sexo con el estilo de vida ($P=0,003$), con las dimensiones dieta y nutrición ($P=0,045$), actividad física ($P=0,015$) y sueño reparador ($P=0,006$); el tipo de la escuela ($P=0,045$) y el ciclo de estudios ($P=0,042$) con el sueño reparador de los estudiantes universitarios.

Palabras clave: estilo de vida, actitud, ambiente, Infecciones por Coronavirus

LIFESTYLES AND ENVIRONMENTAL ATTITUDE DURING THE COVID-19 IN PERUVIAN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

The objective of the research was to analyze lifestyles and their relationship with environmental attitudes in university students during the COVID-19 pandemic. Quantitative approach, relational, prospective and cross-sectional design. The sample consisted of 231 students from six professional careers, using the SMILE-C online survey and a questionnaire. For the statistical analysis, Pearson's Chi-square test and the Mann-Whitney U test were used. A relationship was found between sex with

lifestyle ($P=0.003$), with the dimensions diet and nutrition ($P=0.045$), physical activity ($P=0.015$) and restful sleep ($P=0.006$); school type ($P=0.045$) and study cycle ($P=0.042$) with the restful sleep of university students.

Keywords: lifestyle, attitude, environment, Coronavirus infections

Introducción

Estudiar en la universidad constituye un proceso de adaptación a los nuevos estilos de aprendizaje, de relacionarse con la comunidad universitaria en la cual ocurren cambios en los estilos de vida que, aunque estos fueron aprendidos en sus hogares, se modifican por el entorno. Por otro lado, las entidades educativas enmarcadas en el cuidado del ambiente y la mitigación del cambio climático cooperan con los diferentes organismos nacionales e internacionales para mejorar la actitud ambiental. De modo que los estilos de vida saludables y la actitud ambiental son aspectos que impactan en su salud de manera directa o indirecta, además que les sirve para su vida personal y profesional.

Los países de todo el mundo impusieron medidas de protección rápidas, como restricciones de transitabilidad y permanencia en el hogar para mitigar la propagación del COVID-19. No obstante la adopción de tales medidas, se produjeron consecuencias adversas en el estilo de vida de las personas (1). En este sentido, la literatura reporta cambios en los estilos de vida en estos tiempos de pandemia por COVID-19. Así, el confinamiento domiciliario afectó negativamente algunos estilos de vida, como la actividad física diaria, las relaciones sociales, las prácticas alimentarias, la higiene y el sueño; aspectos asociados a la salud mental, los síndromes metabólicos y el sistema inmunológico (2,3,4).

Asimismo, un estudio preliminar de corte internacional, encontró que para la mayoría de españoles encuestados su patrón de consumo de alimentos no se vio modificado; para las personas encuestadas de Argentina y Brasil hubo cambios hacia un patrón más saludable de consumo mientras que los peruanos y mexicanos tuvieron menos probabilidades de realizar cambios saludables en el consumo de alimentos. Sin embargo, hubo alteraciones en la distribución de las comidas, se redujo el consumo de las comidas principales y se incrementaron las comidas ligeras y refrigerios. Más de la mitad de la población estudiada informó percepción de aumento de peso (5).

Además, en un estudio realizado en la población de Qatar se observaron cambios de estilo de vida adversos con respecto a su dieta y actividad física. (1). Los estudiantes de la comunidad de Bengala Occidental tuvieron cambios favorables en su dieta (6). También en un estudio peruano, alrededor del 50% de encuestados informó de un aumento de peso, cuyo hallazgo es alarmante y que puede precipitar futuras epidemias de enfermedades no trans-

misibles relacionadas con el estilo de vida y empeorar un problema ya creciente de obesidad (2).

Por otro lado, la actitud ambiental aumenta y disminuye con los eventos actuales y varía con la edad, el género, el nivel socioeconómico, la nación, la residencia urbano-rural, la religión, la política, los valores, la personalidad, la experiencia, la educación y el conocimiento ambiental (7). Antes de la pandemia en algunas universidades, se implementaron actividades para cuidar el medio ambiente como reciclar botellas de plástico, evitar el uso de papel, etc, y con algunos cursos dentro de sus planes curriculares, actividades que por el confinamiento no se han podido realizar. Al respecto existen pocos estudios relacionados con la actitud ambiental durante la COVID-19.

Las actividades industriales y la urbanización descontrolada han intensificado la degradación ambiental, dañando los ecosistemas globales y la salud pública. En este contexto, varios estudios reportan la aparición de enfermedades zoonóticas infecciosas que potencialmente conducen a pandemias globales como la COVID-19 que ilustra tal tendencia, ya que sus orígenes están relacionados con la mala gestión de los hábitats naturales y la vida silvestre (8). Los problemas ambientales como el calentamiento global, consecuencias del cambio climático (9), la contaminación del aire y el agotamiento del ozono se han convertido en desafíos globales. Sin embargo, la conciencia, preocupación, actitud, creencias y comportamiento ambiental de las personas, así como su conocimiento académico, son factores potenciales que pueden ayudar a enfrentar estos desafíos (9,10) y son efectivos en el comportamiento de las personas.

Los graduados universitarios están jugando un papel importante en la gestión de la sociedad y es fundamental estudiar sus actitudes y conocimientos sobre el medio ambiente y potenciar su cultura ambiental (11,12) demuestra que los estudiantes universitarios "a menudo" observan diferentes esquemas de consumo ambiental y reciclaje de desechos en la carrera profesional, aspectos asociados al rendimiento académico.

En la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas (UNTRM), Perú, antes de la pandemia las clases eran presenciales y la mayoría de los estudiantes consumía alimentos que expendían en la propia universidad o en los alrededores, lo que podía causarles problemas en su salud, puesto que consumían más alimentos no saludables. Por otro lado, algunos hacían deporte como parte de los currículos o por distracción en su tiempo libre, pero siempre se mantuvo alteración en las horas

de sueño, ya sea por los trabajos, la desorganización en el tiempo o los distractores como las redes sociales y durante la pandemia se agudizaron los desórdenes alimenticios, sobre todo porque los jóvenes regresaron a su lugar de origen y en su mayoría consumen lo que sus padres siembran en el campo, alimentación rica en carbohidratos y bajo en proteínas.

Por lo mencionado, este estudio tiene como objetivo analizar las características sociodemográficas, los estilos de vida y su relación con la actitud ambiental en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19.

Métodos

Estudio cuantitativo, diseño relacional, prospectivo, transversal (13) realizado entre el 03 de Julio y el 30 de agosto de 2021. La muestra estuvo conformada por 231 estudiantes distribuidos de la siguiente manera: Enfermería 89 estudiantes, Administración en turismo 25 estudiantes, Ingeniería agroindustrial 34 estudiantes, Ingeniería ambiental 30 estudiantes, Ingeniería civil 31 estudiantes e Ingeniería forestal 22 estudiantes, quienes cumplieron los criterios de inclusión: se encontraban matriculados en el ciclo académico 2021-I al momento de la aplicación de los instrumentos, ambos sexos, que aceptan de manera voluntaria en participar en el estudio.

Instrumentos

Para evaluar la variable estilos de vida se utilizó la encuesta online SMILE-C, cuyo valor de Confiabilidad por alfa de Cronbach fue 0,75 desarrollada específicamente a través de una escala Likert (4 = siempre, 3 = raramente, 2 = a menudo, 1 = nunca) y la puntuación final se obtuvo mediante la suma de todas las preguntas (teniendo en cuenta las preguntas 1, 2, 6, 7, 8, 9, 20 y 27). Presentan puntuaciones inversas. El cuestionario contiene 7 dominios de estilo de vida: Dieta y nutrición, abuso de sustancias, actividad física, manejo del estrés, sueño reparador, apoyo social y exposiciones ambientales (14). Esta variable está categorizada como se describe: más saludable (73-108 puntos), poco saludable (37-72 puntos) y menos saludable (1-36 puntos).

Respecto a la variable actitud ambiental se usó un cuestionario, el cual fue aplicado a través del formulario Google que consta de 8 ítems adaptados y validados por Rivera y Rodríguez (15), mediante prueba piloto cuyo valor de confiabilidad fue 0,793. Los ítems tienen una puntuación del 1 a 5 (Muy en desacuerdo hasta muy de acuerdo). La calificación final se obtuvo mediante la suma de las puntuaciones obtenidas en cada uno de los ítems. Considerándose mayor o igual a 32 como actitudes adecuadas y menor de 32 como inadecuadas.

Procedimiento de recolección de datos

Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se solicitaron los números telefónicos de los estudiantes de la Dirección General de Registros y Asuntos Académicos de la Universidad, se formó un grupo de WhatsApp y se envió el link de formulario Google a través del WhatsApp para ser completados por los estudiantes que aceptaron ser incluidos en el estudio. Los instrumentos (con una duración aproximada de 20 minutos) fueron aplicados por el equipo de investigadores de la Universidad en su mayoría en la hora de clases virtuales.

Consideraciones éticas

Todos los encuestados participaron de manera voluntaria y fueron informados del objetivo y características del estudio. Los participantes aceptaron su participación de forma afirmativa tras leer el formulario de consentimiento informado que estaba colocado al inicio del instrumento. En toda fase se tomó en cuenta el respeto a los derechos humanos.

Análisis de datos

Las respuestas del formulario fueron descargadas en el formato Excel donde fueron codificadas para luego pasarlo al software SPSS versión 21 y Microsoft Word y el análisis estadístico se realizó mediante la Prueba estadística de Chi cuadrado de Pearson y para comparar las diferencias de las dimensiones de los estilos de vida con el sexo y las carreras profesionales se usó la Prueba de U de Mann-Whitney. Se consideró un nivel de significancia $p < 0,05$.

Resultados

La tabla 1 muestra las características sociodemográficas de los 231 estudiantes, en los cuales predomina el sexo femenino, edades entre 18-21 años, no tienen hijos, son solteros, viven con ambos padres, solo estudian y son en mayor porcentaje de la carrera de enfermería.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los estudiantes universitarios

Datos sociodemográficos (n=231)		n	%
Sexo	Femenino	139	60,17
	Masculino	92	39,83
Edad	16-18 años	12	5,19
	18-21 años	128	55,41
	22-25 años	74	32,03
	26-29 años	11	4,76
	30 a más	6	2,61

Datos sociodemográficos (n=231)		n	%
Tenencia de hijos	No tiene hijos	201	87,01
	1 hijo (a)	26	11,26
	2 hijos (as)	4	1,73
Estado civil	Soltero (a)	218	94,37
	Conviviente	11	4,76
	Casado (a)	2	0,87
Composición familiar	Solo papá	4	1,73
	Sólo mamá	42	18,18
	Ambos padres	103	44,59
	Solo (a)	52	22,51
	Otros	30	12,99
Ocupación	Solo estudia	122	52,81
	Estudia y trabaja	109	47,19
Carrera profesional	Enfermería	89	38,53
	Administración en Turismo	25	10,82
	Ingeniería Agroindustrial	34	14,72
	Ingeniería Ambiental	30	12,98
	Ingeniería Civil	31	13,41
	Ingeniería Forestal	22	9,54

En la tabla 2 se puede observar que en su mayoría los universitarios tienen estilos de vida más saludables y actitudes ambientales adecuadas.

En la tabla 3 se presentan los resultados para contrastar la primera hipótesis específica: existe relación significativa y directa entre las características sociodemográficas y el

estilo de vida y sus dimensiones en universitarios de la UNTRM en el año 2021. Se encontró que existe relación significativa entre el estilo de vida con el sexo ($P=0,003$). Respecto a las dimensiones, se reporta asociación entre el sexo con la dimensión dieta y nutrición ($P=0,045$) y la dimensión actividad física ($p=0,015$). La dimensión sueño reparador con el sexo ($P=0,006$), el tipo de la carrera profesional ($P=0,045$) y el ciclo de estudios ($P=0,042$). Finalmente, entre la dimensión apoyo social con el estado civil ($P=0,027$) y tenencia de hijos. Lo que se interpreta que existe relación significativa entre el sexo con el estilo de vida, en las dimensiones de dieta y nutrición, actividad física y sueño reparador de los estudiantes universitarios, lo cual el consumo de los alimentos durante el confinamiento por la COVID-19 ha tenido leves cambios, así como el desarrollo de actividad física a pesar de encontrarse en confinamiento los cambios han sido leves. También, el estado civil y número de hijos se relaciona de manera significativa con la dimensión apoyo social, que tiene que ver con la interacción, confianza y apoyo entre los miembros de la familia y las amistades, así como los estudiantes disfrutaron el tiempo libre. Además, se encontró relación entre la carrera profesional y el ciclo que se encuentran los estudiantes con la dimensión sueño reparador, que tiene que ver

Tabla 2. Cambios de los estilos de vida y la actitud ambiental

Variable	n	%
Estilo de vida		
Poco saludable	37	16,02
Más saludable	194	83,98
Total	231	100,00
Actitud ambiental		
Inadecuada	87	37,67
Adecuada	144	62,33
Total	231	100,00

Tabla 3. Relación entre las características sociodemográficas con el Estilo de vida y sus dimensiones

Variable (n=231)	X ² p						
	Estilo de vida	Dieta y nutrición	Abuso de sustancias	Actividad física	Manejo de estrés	Sueño reparador	Apoyo social
Edad	0,470	0,460	0,937	0,171	0,169	0,615	0,064
Sexo	0,003	0,045	0,602	0,015	0,085	0,006	0,338
Procedencia	0,587	0,587	0,922	0,195	0,443	0,987	0,903
Estado civil	0,346	0,296	0,944	0,417	0,464	0,643	0,027
Tenencia de hijos	0,149	0,871	0,928	0,868	0,642	0,545	0,001
Carrera profesional	0,226	0,348	0,901	0,755	0,747	0,045	0,428
Ciclo de estudio	0,933	0,969	0,976	0,482	0,362	0,042	0,645

Tabla 4. Comparación entre las carreras profesionales con los estilos de vida, dimensiones y actitud ambiental, de los universitarios

Carrera Profesional		EV	DN	AS	AF	ME	SR	AS	AA
Enfermería	Administración en turismo	0,045	0,283	0,596	0,715	0,750	0,028	0,283	0,305
	Ingeniería Agroindustrial	0,650	0,750	0,537	0,946	0,237	0,116	0,211	0,823
	Ingeniería Ambiental	0,069	0,240	0,562	0,175	0,318	0,367	0,240	0,178
	Ingeniería Civil	0,815	0,232	0,555	0,963	0,935	0,154	0,762	0,865
	Ingeniería Forestal	0,419	0,313	0,619	0,668	0,985	0,039	0,313	0,125
Administración en turismo	Ingeniería Agroindustrial	0,112	0,221	1,000	0,793	0,208	0,221	1,000	0,297
	Ingeniería Ambiental	0,667	1,000	1,000	0,182	0,273	0,107	1,000	0,056
	Ingeniería Civil	0,087	1,000	1,000	0,786	0,744	0,200	0,369	0,324
	Ingeniería Forestal	0,243	1,000	1,000	0,530	0,822	1,000	1,000	0,042
Ingeniería Agroindustrial	Ingeniería Ambiental	0,188	0,181	1,000	0,238	0,898	0,543	1,000	0,329
	Ingeniería Civil	0,860	0,173	1,000	0,987	0,332	0,925	0,295	0,969
	Ingeniería Forestal	0,692	0,251	1,000	0,674	0,325	0,251	1,000	0,229
Ingeniería Ambiental	Ingeniería Civil	0,146	1,000	1,000	0,256	0,417	0,616	0,325	0,320
	Ingeniería Forestal	0,404	1,000	1,000	0,520	0,404	0,130	1,000	0,748
Ingeniería Civil	Ingeniería Forestal	0,588	1,000	1,000	0,691	0,939	0,229	0,400	0,224

EV: Estilo de vida; DN: Dieta y nutrición; AS: Abuso de sustancias; AF: Actividad física; ME: Manejo de estrés; SR: Sueño reparador; AS: Apoyo social; AA: Actitud ambiental

Tabla 5. Análisis bivariado entre las dimensiones del estilo de vida con la actitud ambiental

Dimensiones de los estilos de vida		Actitud ambiental						p valor
		Adecuada		Inadecuada		Total		
		n	%	n	%	n	%	
D1. Dieta y nutrición	Leves/sin cambios	141	61,04	84	36,36	225	97,40	0,527
	Cambios totales/ moderados	3	1,30	3	1,30	6	2,60	
D2. Abuso de sustancias	Leves/sin cambios	1	0,43	0	0,0	1	0,43	0,436
	Cambios totales/moderados	143	61,90	87	37,66	230	99,57	
D3. Actividad física	Leves/sin cambios	86	37,23	58	25,10	144	62,34	0,291
	Cambios totales/moderados	58	25,10	29	12,55	87	37,66	
D4. Manejo de estrés	Leves/sin cambios	15	6,49	12	5,19	27	11,69	0,439
	Cambios totales/moderados	129	55,84	75	32,47	204	88,31	
D5. Sueño reparador	Leves/sin cambios	15	6,49	7	3,03	22	9,52	0,552
	Cambios totales/moderados	129	55,84	80	34,63	209	90,48	
D6. Apoyo social	Leves/sin cambios	1	0,43	4	1,73	5	2,16	0,048
	Cambios totales/moderados	143	61,90	83	35,93	226	97,84	
Estilo de vida	Poco saludable	20	13,9	17	19,5	37	16,0	0,256
	Más saludable	124	86,1	70	80,5	194	84,0	

con el horario y la cantidad de horas que descansan los estudiantes, así como si consumen pastillas para dormir.

En la tabla 4 se reporta una diferencia significativa entre las medias de la carrera profesional de Enfermería, Administración en Turismo e Ingeniería Forestal, lo cual se podría deber a que las tres carreras profesionales tienen cierta relación en su objeto de estudio, en Enfermería el cuidado de la persona, familia, comunidad y del medio ambiente, en Administración en Turismo, el cuidado y valoración de las zonas turísticas y en Ingeniería Forestal el cuidado de los bosques y selvas, incluidas fauna y flora.

En la tabla 5 se encontró que el mayor porcentaje reporta cambios totales o moderados en la dimensión de apoyo social, esto representa que existe asociación entre la dimensión de apoyo social con la actitud ambiental ($p = 0,048$). Asimismo, se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas entre la actitud ambiental con las otras dimensiones y la variable estilos de vida.

DISCUSIÓN

Los estudiantes muestran una conciencia moderada de los problemas ambientales e indican rutinas de consumo que pueden orientarse hacia una vida en el campus más consciente de la sostenibilidad, a través de la intervención combinada de la universidad, la administración de la ciudad y la participación de las partes interesadas. Los hallazgos se utilizan para explorar las posibles direcciones de acción para aumentar o contribuir a la sostenibilidad territorial en el contexto socioecológico de Timisoara, la ciudad universitaria más grande en la parte occidental de Rumanía a través de intervenciones educativas, de gestión y políticas (16).

La educación es determinante en la actitud ambiental (7,17) y las estrategias de salud pública atenúan cambios en los hábitos de vida y minimizan amenazas climáticas por lo que deben implementarse durante una pandemia (8,18). Las instituciones de educación superior deben implementar políticas ambientales cuyos indicadores permitan evaluar la mejora continua relacionada con el cuidado humano, social y ecológico.

Este estudio demostró que existe relación significativa entre el sexo con el estilo de vida, en las dimensiones de dieta y nutrición, actividad física y sueño reparador de los estudiantes universitarios. El consumo de los alimentos durante el confinamiento por la COVID-19 ha tenido leves cambios, así como el desarrollo de actividad física. Esto debido a que la zona donde viven su principal actividad económica es la agricultura y la ganadería, se desplazan constante a sus chacras, con lo cual practican largas caminatas. Por lo tanto, consumen en su mayoría alimentos

orgánicos que ellos mismos producen, con lo cual no han cambiado hábitos alimentarios.

Durante el encierro por COVID-19, se estudiaron 1176 participantes donde el 39% eran estudiantes y afirmaron haber ganado peso (1 a 3 kg) y el 35,7% tenía sobrepeso, el 54,8% afirmó realizar actividad física y el 37,2% afirmó dormir menos (2). En Shifa, Islamabad, revelan que el cierre de la universidad condujo a un aumento significativo en el tiempo de sueño, el sedentarismo y el nexo con los aparatos electrónicos (19). En Qatar, la mitad de los participantes percibieron cierto aumento de peso asociado significativamente a la reducción del tiempo de ejercicio, un tercio percibió que su dieta general se volvió menos saludable (6).

Asimismo, los estudiantes en edad universitaria en cuarentena disminuyeron significativamente la participación en la actividad física y aumentaron el comportamiento sedentario. Se observaron cambios en los hábitos alimentarios, incluido un aumento de las comidas en el hogar, el consumo de alcohol y una disminución del consumo de frutas (18,20,21,22,23,24). Casi la mitad de los estudiantes de una universidad alemana informaron cambios percibidos en el peso corporal (25). Un tercio de estudiantes informaron haber perdido peso durante el encierro, el 19% revelaron incremento de peso, mientras que la actividad física se mantuvo bastante estable. El cambio más destacado fue sentirse renovado después de una noche de sueño, información revelada 31,5% de los estudiantes durante el encierro frente al 8,5% de antes; la mediana de la duración del sueño aumentó en 1,5 h (26). La disminución de la actividad física se asoció con estados de ánimo negativos más altos y mala calidad del sueño, sin embargo, en Croacia, no encontraron diferencias sustanciales en el patrón dietético entre los períodos de pre-bloqueo y bloqueo, incluida la adherencia general a la dieta mediterránea (27).

Sugieren la necesidad de traer estrategias para promover un estilo de vida saludable para prevenir la aparición de tales preocupaciones metabólicas en futuras epidemias y pandemias (2,3,4).

El estado civil y número de hijos se relaciona de manera significativa con la dimensión apoyo social, que tiene que ver con la interacción, confianza y apoyo entre los miembros de la familia y las amistades, así como los estudiantes disfrutaron el tiempo libre. Asimismo, se pudo encontrar que en las dimensiones dieta y nutrición, actividad física y sueño reparador fue distinto entre mujeres y varones.

La familia constituye el mejor sistema de apoyo entre sus miembros para favorecer la satisfacción de sus necesidades fisiológicas y psicológicas cuando el entorno vive una crisis de muerte como sucedió en la COVID-19 por lo que, al plantear políticas de seguridad alimentaria, el hogar debe ser un aliado estratégico en las actividades de cuidado personal y ecológico que les motive a una vida

saludable y plena que minimice brechas de ocurrencias de enfermedades crónicas.

En cuanto a la actitud ambiental, entre la carrera profesional de Enfermería con la carrera profesional de Administración en Turismo e Ingeniería Forestal existe una diferencia significativa entre las medias de las carreras, lo cual se podría deber a que las tres carreras profesionales tienen cierta relación en su objeto de estudio, en Enfermería el cuidado de la persona, familia, comunidad y del medio ambiente, en Administración en Turismo, el cuidado y valoración de las zonas turísticas y en Ingeniería Forestal el cuidado de los bosques y selvas, incluidas fauna y flora. Hay importantes diferencias entre los estudiantes de cinco disciplinas académicas: las ciencias biológicas se clasificaron en la cima, las ciencias ambientales se mantuvieron en segundo lugar, las ciencias físicas en tercero, artes y humanidades en cuarto y ciencias sociales permaneció en la última posición (10). Se encontró un referente donde hubo una relación positiva significativa entre la actitud y el conocimiento de los estudiantes de la Facultad de Ciencias y Humanidades, pero esta relación fue negativa entre los estudiantes de la Facultad de Agricultura (11). El brote de la enfermedad del nuevo coronavirus (COVID-19) ha convertido la adopción del aprendizaje electrónico en la "nueva normalidad". Esto indicó que los medios de aprendizaje del Libro de reciclaje complementario ambiental pueden desarrollarse para apoyar el aprendizaje electrónico en medio de la pandemia, que será vital en un futuro próximo (28).

Los hallazgos de este estudio deben tenerse en cuenta para futuras regulaciones en Amazonas Perú ya que es de relevancia alentar a las personas a mantener un estilo de vida saludable durante la estadía en el hogar, las medidas que podrían imponerse durante cualquier crisis de salud pública o posibles brotes futuros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Abed Alah M, Abdeen S, Kehyayan V, Bougmiza I. Impact of staying at home measures during COVID-19 pandemic on the lifestyle of Qatar's population: Perceived changes in diet, physical activity, and body weight. *Preventive Medicine Reports*. 2021 [acceso 18/12/2021];24:101545. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101545>
2. Huancahuire-Vega S, Newball-Noriega EE, Rojas-Humaire R, Saintila J, Rodríguez-Vásquez M, Ruiz-Mamani PG, et al. Changes in Eating Habits and Lifestyles in a Peruvian Population during Social Isolation for the COVID-19 Pandemic. *Journal of Nutrition and Metabolism*. 2021 [acceso 23/03/2022];30(1):561-570. doi: <https://doi.org/10.15244/pjoes/122617>
3. Znazen H, Slimani M, Bragazzi NL, Tod D. The Relationship between Cognitive Function, Lifestyle Behaviours and Perception of Stress during the COVID-19 Induced

- Confinement: Insights from Correlational and Mediation Analyses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021 [acceso 13/03/2022];18(6):3194. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063194>
4. Ganie A, Mukhter I, Dey R, Manzoor M. Health Promoting and Lifestyle Behaviour Changes among People on Quarantine as a Consequences of COVID-19 Pandemic an Online Cross-sectional Study. *Revista internacional de medicina y salud pública*. 2021 [acceso 11/03/2022];11(3):150-4. doi: 10.5530/ijmedph.2021.3.27
5. Enriquez-Martinez OG, Martins MCT, Pereira TSS, Pacheco SOS, Pacheco FJ, Lopez KV, et al. Diet and Lifestyle Changes During the COVID-19 Pandemic in Ibero-American Countries: Argentina, Brazil, Mexico, Peru, and Spain. *Front Nutr*. 2021 [acceso 23/03/2022];8:671004. doi: 10.3389/fnut.2021.671004
6. Samanta S, Banerjee J, Rahaman SN, Ali KM, Ahmed R, Giri B, et al. Alteration of dietary habits and lifestyle pattern during COVID-19 pandemic associated lockdown: An online survey study. *Clinical Nutrition ESPEN*. 2022 [acceso 28/03/2022];48:234-46. doi: <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2022.02.007>
7. Gifford R, Sussman R. Environmental attitudes. En: *The Oxford handbook of environmental and conservation psychology* [Internet]. New York, NY, US: Oxford University Press; 2012 [acceso 14/01/2022]. p. 65-80. (Oxford library of psychology). Available from: <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199733026.013.0004>
8. Cruz TL, Pinto PIM, Ferreira AHJ. Environmental Education as a Tool to Improve Sustainability and Promote Global Health: Lessons from the COVID-19 to Avoid Other Pandemics. En: Leal Filho W, editor. *COVID-19: Paving the Way for a More Sustainable World*. Cham: Springer International Publishing; 2021 [acceso 23/03/2022]. p. 331-47. doi: https://doi.org/10.1007/978-3-030-69284-1_17
9. Zobeidi T, Yazdanpanah M, Bakhshi A. Climate Change Risk Perception among Agriculture Students: the Role of Knowledge, Environmental Attitude, and Belief in Happening. *Journal of Agricultural Science and Technology*. 2020 [acceso 23/03/2022];22(1):43-55. Available from: <http://jast.modares.ac.ir/article-23-24669-en.html>
10. Arshad HM, Saleem K, Shafi S, Ahmad T, Kanwal S. Environmental Awareness, Concern, Attitude and Behavior of University Students: A Comparison Across Academic Disciplines. *Pol J Environ Stud*. 2020 [acceso 21/03/2022];30(1):561-70. doi: <https://doi.org/10.15244/pjoes/122617>
11. Naderlou S, Shams A. Investigating students' environmental attitude and knowledge in the University of Zanjan. *Journal of Environmental Science and Technology*. 2017 [acceso 10/03/2022];19(4):545-57. doi: <https://dx.doi.org/10.22034/jest.2017.10756>

12. Asio JMR. Environmental Consumption, Waste Recycling, and Academic Performance among Selected College Students during the COVID-19 Pandemic. Online Submission. 2021 [acceso 20/03/2022];2(1):35-44. Available from: <https://eric.ed.gov/?id=ED613638>
13. Hernández-Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 6ta ed. Vol. 4. México: McGraw-Hill Interamericana México^a eD. F DF; 2018. 533 p.
14. Balanzá-Martínez V, Kapczinski F, de Azevedo Cardoso T, Atienza-Carbonell B, Rosa AR, Mota JC, et al. The assessment of lifestyle changes during the COVID-19 pandemic using a multidimensional scale. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*. 2021 [acceso 10/02/2022];14(1):16-26. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.07.003>
15. Rivera-Jacinto M, Rodríguez-Ulloa C. Actitudes y comportamientos ambientales en estudiantes de enfermería de una universidad pública del norte del Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*. 2009 [acceso 10/12/2021];26(3):338-42. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1726-46342009000300012&Ing=es&nrm=iso&tln-g=es
16. Gherheş V, Cernicova-Buca M, Fărcaşiu MA, Palea A. Romanian Students' Environment-Related Routines during COVID-19 Home Confinement: Water, Plastic, and Paper Consumption. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021 [acceso 10/03/2022];18(15):8209. doi: 10.3390/ijerph18158209
17. Janmaimool P, Khajohnmanee S. Roles of Environmental System Knowledge in Promoting University Students' Environmental Attitudes and Pro-Environmental Behaviors. *Sustainability*. 2019 [acceso 14/03/2022];11(16):4270. doi: 10.3390/su11164270
18. Sidebottom C, Ullevig S, Cheever K, Zhang T. Effects of COVID-19 pandemic and quarantine period on physical activity and dietary habits of college-aged students. *Sports Medicine and Health Science*. 2021 [acceso 18/03/2022];3(4):228-35. doi: 10.1016/j.smhs.2021.08.005
19. Saeed N, Javed N. Lessons from the COVID-19 pandemic: Perspectives of medical students. *Pakistan Journal of Medical Science*. 2021 [acceso 23/03/2022];37(5). doi: <https://doi.org/10.12669/pjms.37.5.4177>
20. Olodu MD, Adeomi AA, Murtala AB, Odedele JA, Obo-reh EO. Sleep patterns, physical activity levels and dietary intake of university students in Southwestern Nigeria: changes during COVID-19 pandemic. *American Journal of Public Health Research*. 2021 [acceso 23/03/2022];207-14. doi: <https://doi.org/10.12691/ajphr-9-5-4>
21. Imaz-Aramburu I, Fraile-Bermúdez A-B, Martín-Gamboa BS, Cepeda-Miguel S, Doncel-García B, Fernández-Atutxa A, et al. Influence of the COVID-19 Pandemic on the Lifestyles of Health Sciences University Students in Spain: A Longitudinal Study. *Nutrients*. 2021 [acceso 21/03/2022];13(6):1958. doi: 10.3390/nu13061958
22. Chen W-L, Song S-Y, Yap K-H. The Unintended Consequences of the Pandemic: The New Normal for College Students in South Korea and Taiwan. *Frontiers in Public Health* [Internet]. 2021 [acceso 23/03/2022];9. Available from: <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpubh.2021.598302>
23. Hwang C-L, Chen S-H, Chou C-H, Grigoriadis G, Liao T-C, Fancher IS, et al. The physiological benefits of sitting less and moving more: Opportunities for future research. *Progress in Cardiovascular Diseases*. 2021 [acceso 23/03/2022]; doi: <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.12.010>
24. Mascherini G, Catelan D, Pellegrini-Giampietro DE, Petri C, Scaletti C, Gulisano M. Changes in physical activity levels, eating habits and psychological well-being during the Italian COVID-19 pandemic lockdown: Impact of socio-demographic factors on the Florentine academic population. *PLOS ONE*. 2021 [acceso 21/03/2022];16(5):e0252395. doi: 10.1371/journal.pone.0252395
25. Palmer K, Bscheiden A, Stroebela-Benschop N. Changes in lifestyle, diet, and body weight during the first COVID 19 'lockdown' in a student sample. *Appetite*. 2021 [acceso 11/01/2022];167:105638. doi: 10.1016/j.appet.2021.105638
26. Dragun R, Veček NN, Marendić M, Pribisalić A, Đivić G, Cena H, et al. Have Lifestyle Habits and Psychological Well-Being Changed among Adolescents and Medical Students Due to COVID-19 Lockdown in Croatia? *Nutrients*. 2021 [acceso 11/01/2022];13(1):97. doi: 10.3390/nu13010097
27. Soylu Y. The psychophysiological effects of the COVID-19 quarantine in the college students. *Physical education of students*. 2021 [acceso 21/02/2022];25(3):158-63. doi: 10.15561/20755279.2021.0303
28. Purwanto A, Ichsan IZ, Gomes PWP, Rahman MM, Irwandani. ESBOR during COVID-19: Analysis Students Attitude for Develop 21st Century Environmental Learning. Online Submission. 2020 [acceso 15/03/2022];15(7):20-9. doi: <http://doi.org/10.46754/jssm.2020.10.003>