

III. RESULTADOS

En este capítulo se presentan los resultados del análisis estadístico aplicado a la investigación “Estilo de vida y estrés en estudiantes universitarios de la UDLA-P”.

La diferencia entre grupos tanto para el estilo de vida como para el nivel de estrés se determinó mediante la prueba t.

Tabla 1. Prueba t del Estilo de vida.

	Primer año universidad		Ultimo año universidad		t
Estilo de vida	Media	2.6013	Media	2.7492	t = -2.078
	ds	.31741	ds	.39073	p = .040

La tabla 1, muestra que existe una diferencia significativa entre el estilo de vida de los estudiantes de primer año de la universidad y el de los de último año. Lo anterior significa que el estilo de vida de los estudiantes del primer año es menos saludable al de los de último.

Tabla 2. Prueba t del Nivel de estrés.

	Primer año universidad		Ultimo año universidad		t
Estilo de vida	Media	3.08	Media	3.26	t = -.729
	ds	1.226	ds	1.242	p = .468

La tabla 2, muestra que no existe una diferencia significativa entre el nivel de estrés de los estudiantes de primer año de la universidad y de los de último año.

La correlación entre las variables estilo de vida, nivel de estrés y las subescalas correspondientes al cuestionario de estilo de vida se determinó mediante la r de Pearson.

Tabla 3. Correlación de Pearson para Estilo de Vida y Nivel de Estrés.

Estilo de Vida	Nivel de estrés
Nivel de estrés	$r = -.082$ $p = .416$
Ejercicio	$r = -.179$ $p = .075$
Manejo de estrés	$r = -.133$ $p = .188$
Soporte interpersonal	$r = .103$ $p = .309$

La tabla 3, muestra la matriz de correlación de Pearson, en la que se aprecia que la variable estilo de vida no se relaciona con las subescalas: ejercicio, manejo de estrés y soporte interpersonal. Así mismo, no se relaciona con la variable nivel de estrés.

Con respecto a las hipótesis de estudio, se puede observar lo siguiente:

1. La hipótesis 1, que postula que el estilo de vida de los estudiantes de primer año de la universidad es más saludable que el estilo de vida de los de último año de la universidad, es rechazada, (Ver tabla 1).

- La hipótesis 2, que postula la diferencia entre el nivel de estrés de los estudiantes universitarios del primer y último año, es rechazada (Ver tabla 2).
- La hipótesis 3, que postula una correlación negativa entre el estilo de vida y el nivel de estrés de los universitarios de la UDLA-P, es rechazada. Por esta razón las hipótesis 4, 5 y 6 acerca la relación existente entre el nivel de estrés y las subescalas: ejercicio, manejo de estrés y soporte interpersonal se rechazan de igual forma, ya que, al no existir relación entre el estilo de vida, se entiende que las subescalas que lo conforman, tampoco la tienen (Ver tabla 3).