TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA

"Nivel de conocimiento sobre la prescripción de ejercicio en estudiantes de Medicina de la Universidad Científica del Sur"

Tesis para optar el título profesional de:

Médico cirujano

Presentado por:

Jeffry Oswaldo Aguilar Malhaber (0009-0000-4836-5234)

María de Fátima Valladares Porroa (0009-0006-5846-9823)

Azucena Odalis Luque Quispe (0009-0009-0481-5833)

Asesor:

Víctor Gallegos Rejas (0000-0001-9856-4848)

Miguel Antonio Arce Paredes (0009-0003-8615-5109)

Lima-Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Lima, 28 de agosto de 2026

Los integrantes del Jurado de tesis:

Presidente: Med Esp .Magaly Fiorella Flores Fernández
Miembro 1: Med. Paola Alejandra Goicochea Romero
Miembro 2: Med. Diego Renatto Chambergo Michilot

Se reúnen para evaluar la tesis titulada: NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR, 2023, Código de registro de proyecto: PRE-15-2024-00518
Presentada por las estudiantes:

Aguilar Malhaber Jeffry Oswaldo
Valladares Porroa María de Fátima
Luque Quispe Azucena Odalis

Para optar el Título Profesional de Médico Cirujano

Asesorado por: Dr. Víctor Manuel Gallegos Rejas

Luego de haber evaluado el informe final de tesis y evaluado el desempeño de los estudiante o egresados de la carrera de Medicina Humana en la sustentación, se concluyen de manera unánime (X) por mayoría simple ( ) calificar a:

Tesista: Aguilar Malhaber Jeffry Oswaldo			Nota en letras: QUINCE(15)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()
Tesista: Valladares Porroa María de Fátima			Nota en letras: QUINCE (15)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()
Tesista: Luque Quispe Azucena Odalis			Nota en letras: QUINCE (15)
Aprobado (X)	Aprobado - Muy buena ()	Aprobado - Sobresaliente ()	Desaprobado ()

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Med .Esp .Magaly Fiorella
Flores Fernández
Presidente del Jurado

Dr. Víctor Manuel Gallegos Rejas
Asesor

Med. Paola Alejandra Goicochea Romero
Miembro 1



Med. Diego Renatto Chambergo Michilot
Miembro 2

ANEXO: FORMATO DE DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DEL INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN (versión 2.0) [1]

Lima, 09 de octubre de 2026

Señor,
Percy Mayta Tristan
Vicerrector de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Los abajo firmantes **Jeffry Oswaldo Aguilar Malhaber, María de Fátima Valladares Porroa, Azucena Odalis Luque Quispe,** estudiante(s)/egresado(s) del Programa académico de Medicina Humana de la Universidad de la Universidad Científica del Sur, y el asesor de tesis Dr Víctor Manuel Gallegos Rejas, declaramos que este informe final de tesis/trabajo de investigación titulado "Nivel de Conocimiento sobre la Prescripción de Ejercicio en estudiantes de Medicina de la Universidad Científica del Sur", que presentamos para optar el título profesional/grado académico de Médico Cirujano, es original.

En consecuencia, declaramos que el informe no contiene plagio ni total ni parcial; que, cuando se utilizó información de fuentes externas, se reconoció su autoría mediante la citación correspondiente; y que los resultados obtenidos son producto íntegro de nuestra investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo ello en cumplimiento del Código de ética en la Investigación, Reglamento de Disciplina de Pregrado y Posgrado, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos [2], que afirmamos conocer en su totalidad.

Sí declaramos haber utilizado herramientas de Claude, herramienta de inteligencia artificial generativa desarrollada por Anthropic como apoyo para mejorar la claridad, corrección ortográfica, coherencia y estilo de redacción de algunos fragmentos del texto. Del mismo modo, la misma herramienta de IA se utilizó para facilitar la traducción del resumen al inglés, conforme a la normativa de la Universidad [3]. Todo el material ha sido revisado por los autores, quienes asumen la responsabilidad de su contenido.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, uso indebido de IA generativa o uso no declarado de IA, nos sometemos al proceso de investigación que establezca la Universidad y aceptamos las sanciones que pudieran corresponder. También declaramos conocer las normativas institucionales que regulan las sanciones aplicables en estos casos, incluido el de la compra y venta de tesis.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Aguilar Malhaber Jeffry Oswaldo
Firma y nombres completos del tesista
DNI: 72575571

Victor Gallegos Rejas

Gallegos Rejas Víctor Manuel
Firma y nombres completos de asesor de tesis
DNI: 45027424

[1] En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
[2] Los documentos están en: https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/3652
[3] GEA-GIE-POL-05 Política del uso de inteligencia artificial



Valladares Porroa María de Fátima
Firma y nombres completos del tesista 2
DNI: 70203036



Luque Quispe Azucena Odalis
Firma y nombres completos del tesista 3
DNI: 72626538

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Nivel de conocimiento sobre la prescripción de ejercicio en estudiantes de Medicina de la Universidad Científica del Sur.

Autores. Jeffry Oswaldo Aguilar Malhaber; María de Fátima Valladares Porroa; Azucena Odalis Luque Quispe.

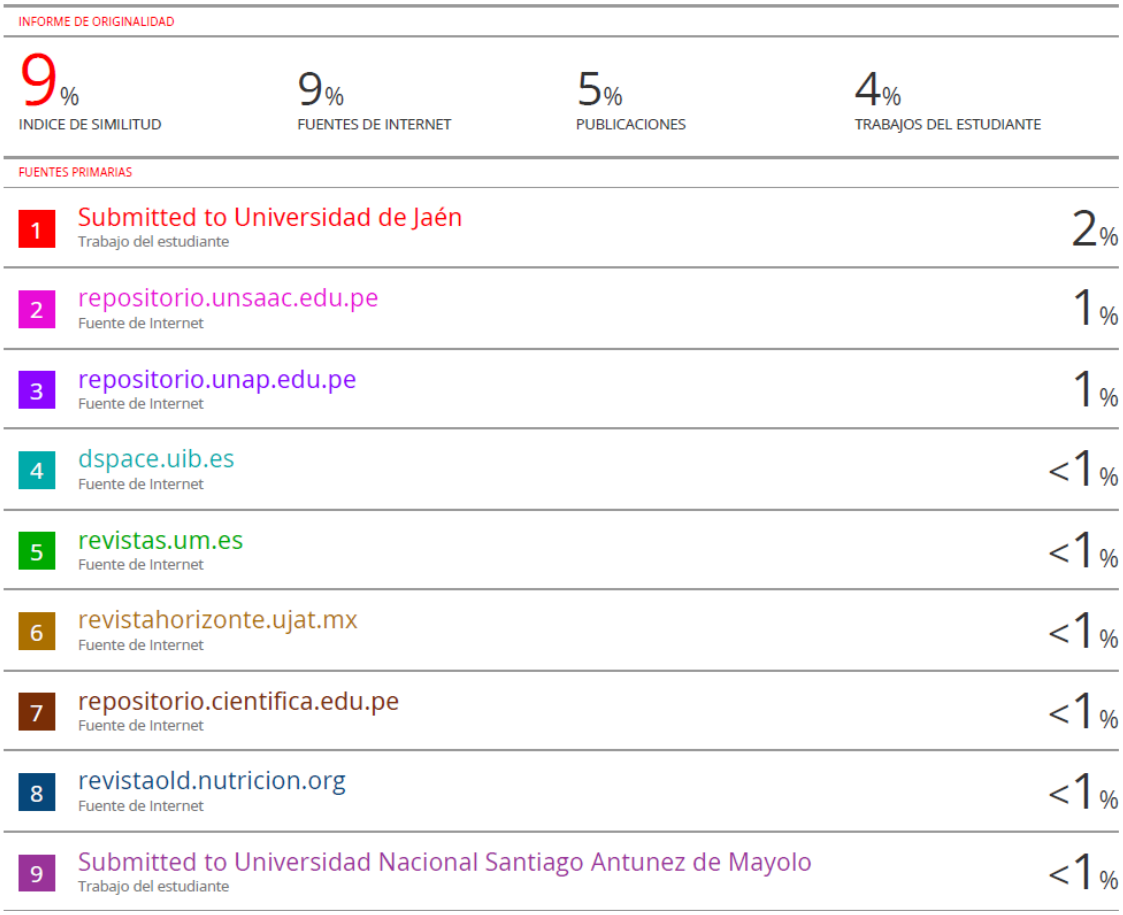
Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 3040262221).

Código de registro. PRE-15-2024-00518.

Resultado de la evaluación. 9%.

Revisado por. Magaly Kelly Guerrero Huaracallo.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.



INFORME DE ORIGINALIDAD

9%	9%	5%	4%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad de Jaén Trabajo del estudiante	2%
2	repositorio.unsaac.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.unap.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	dspace.uib.es Fuente de Internet	<1%
5	revistas.um.es Fuente de Internet	<1%
6	revistahorizonte.ujat.mx Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.cientifica.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	revistaold.nutricion.org Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo Trabajo del estudiante	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ÍNDICE

RESUMEN 3

ABSTRACT 4

I. INTRODUCCIÓN 5

II. MATERIAL Y METODOS 8

2.1. Tipo y Diseño de estudio 8

2.2. Población y participantes 10

2.3. Variables de estudio 12

2.4. Instrumento y medición de variables 12

2.5. Recolección de datos 14

2.6. Análisis estadístico 15

2.7. Consideraciones éticas 17

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN 19

3.1. Resultados 19

3.2. Discusión 24

IV. FINANCIAMIENTO 28

V. CONFLICTO DE INTERESES 28

VI. CONCLUSIONES 28

VII. RECOMENDACIONES 29

VIII. REFERENCIAS BIBILIOGRÁFICAS 30

IX. ANEXOS 32

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

RESUMEN

Introducción: La prescripción de ejercicio físico constituye una intervención fundamental para prevenir y controlar las patologías crónicas no transmisibles. Sin embargo, diversos estudios han mostrado que los médicos presentan conocimientos limitados en esta área. En el contexto peruano, la evidencia disponible sobre este fenómeno es aún escasa.

Objetivo: Determinar el nivel de conocimiento sobre prescripción de ejercicio físico en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Científica del Sur y analizar su relación con variables académicas y conductuales.

Material y métodos: Indagación transversal y analítico, e incluyó 358 participantes de Medicina Humana de una universidad privada, fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. El nivel de conocimiento fue evaluado mediante el "Cuestionario de Conocimiento sobre Prescripción de Ejercicio Físico" y clasificado en grupos ordenados (tercil 1, tercil 2 y tercil 3) según la distribución de los puntajes. Se aplicó estadística descriptiva correlación de Spearman y regresión logística ordinal.

Resultados: El 44,7% de los sujetos se ubicaron en el tercil 1, el 37,4% en el tercil 2 y el 17.9% tercil 3. Los artículos científicos constituyeron la principal fuente de información (43,3%), mientras que la falta de información formal y de protocolos fue la barrera más frecuente (43,3%). Se identificaron correlaciones estadísticamente significativas, aunque de magnitud muy débil, entre el nivel de conocimiento y la etapa de formación académica (Rho=0,117; p=0,027), así como con la frecuencia semanal de ejercicio físico (Rho= 0,146; p=0,006). Sin embargo, estas asociaciones no se mantuvieron en el análisis multivariado.

Conclusiones: La mayor proporción de los participantes se ubicó en el tercil 1 del puntaje de conocimiento. Nuestros hallazgos aportan evidencia sobre el nivel de conocimiento estudiado y orientan a futuras investigaciones sobres sus factores relacionados y estrategias formativas.

Palabras clave: ejercicio físico; estudiantes de medicina; actividad física; conocimiento; educación médica.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

ABSTRACT

Introduction: Prescribing physical exercise is a fundamental intervention for preventing and controlling chronic non-communicable diseases. However, several studies have shown that physicians have limited knowledge in this area. In the Peruvian context, the available evidence on this phenomenon is still scarce.

Objective: To determine the level of knowledge about physical exercise prescription among medical students at the Universidad Científica del Sur and to analyze its relationship with academic and behavioral variables.

Materials and methods: This cross-sectional and analytical study included 358 medical students from a private university, selected using non-probability convenience sampling. The level of knowledge was assessed using the "Questionnaire on Knowledge about Physical Exercise Prescription" and classified into ordinal groups (tercile 1, tercile 2 , and tercile 3) according to the distribution of scores. Descriptive statistics, Spearman's correlation, and ordinal logistic regression were applied.

Results: 44.7% of the participants they were placed in the 1st tercile, 37.4%in the 2nd tercile, and 17.9% in the 3rd tercile . Scientific articles were the main source of information (43.3%), while the lack of formal information and protocols was the most frequent barrier (43.3%). Statistically significant, albeit very weak, correlations were identified between the level of knowledge and the stage of academic training (Rho = 0.117; p = 0.027), as well as with the weekly frequency of physical exercise (Rho = 0.146; p = 0.006). However, these associations did not persist in the multivariate analysis.

Conclusions: The largest proportion of participants are in the first tertile of the knowledge score. Our findings provide evidence on the leve lof knowledge assessed and guide future research on its associated factors and educational strategies.

Keywords: physical exercise; medical students; physical activity; knowledge; medical education.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis