



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ODONTOLOGÍA**

Tesis

Hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios en Lima,
2023

**Para optar el Título Profesional de
Cirujano Dentista**

Presentado por:

Autor: Panebra Choque, Jesus Alfredo Marcial

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-8116-6323>

Asesor: Mg. Chumpitaz Jauregui, Edwin Rigoberto

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7171-3727>

Lima – Perú


2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Odontología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “Hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios en lima, 2023” Asesorado por el docente: Edwin Rigoberto Chumpitaz Jauregui DNI 10178138 ORCID 0000-0001-7171-3727 tiene un índice de similitud de (17) (DIECISEISIETE) % con código oid:14912: 473880479 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

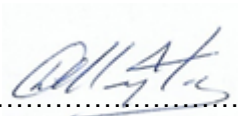
1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.

.....


Firma de autor

Nombres y apellidos del Egresado: Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque

DNI: 72436376

.....


Firma

Nombres y apellidos del Asesor: Mg.Edwin Rigoberto Chumpitaz Jauregui

DNI: 10178138

Lima, 29 de septiembre de 2025.

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi familia, fuente inagotable de amor, apoyo y paciencia.

A mis docentes, por su guía y sabiduría impartida. A todos aquellos que creyeron en mí y me alentaron a alcanzar mis metas.

Agradecimiento

En primer lugar, quiero agradecer a Dios por darme la fortaleza y la perseverancia necesaria para completar esta etapa de mi vida.

A mi asesor, por su invaluable orientación durante el proyecto de investigación y por el apoyo en el desarrollo del informe final.

Índice general

Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Índice general	vi
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract.....	xi
Introducción.....	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema.....	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2 Problema específicos	3
1.3 Objetivos de la investigación.....	3
1.3.1 Objetivo general	3
1.3.2 Objetivos específicos.....	4
1.4 Justificación de la investigación	4
1.4.1 Teórica	4
1.4.2 Metodológica.....	4
1.4.3 Práctica	5
1.5 Limitaciones de la investigación	5
1.5.1 Temporal.....	5
1.5.2 Espacial.....	5
1.5.3 Recursos.....	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	7
2.1 Antecedentes de la investigación.....	7
2.1.1 Antecedentes nacionales.....	7
2.2 Bases teóricas	10
2.2.1 Salud Bucal.....	11
2.2.2 Hábitos comunes en deportistas universitarios.....	13
2.3 Formulación de hipótesis.....	16
2.3.1 Hipótesis general	16
2.3.2 Hipótesis específicas.....	16
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	17

3.1. Método de la investigación.....	17
3.2. Enfoque de la investigación.....	17
3.3. Tipo de investigación.....	17
3.4. Diseño de la investigación.....	17
3.5. Población y muestra.....	18
3.5.1 Población	18
3.5.2. Muestra	18
3.5.5 Muestreo	19
3.6. Variables y operacionalización.....	21
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	22
3.7.1. Técnica.....	22
3.7.2. Descripción de instrumentos	22
3.7.3 Validación.....	24
3.7.4. Confiabilidad	24
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos.....	25
3.9. Aspectos éticos	25
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	27
4.1. Resultados.....	27
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	27
4.1.2. Análisis inferencial	29
4.2. Discusión de resultados	36
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	36
5.1. Conclusiones.....	39
5.2. Recomendaciones	40
REFERENCIAS	41
ANEXOS	64
Anexo N°1: Matriz de consistencia	64
Anexo N° 2: Instrumentos	66
Anexo N° 3: Validez del Instrumento	70
Anexo 4: Confiabilidad del instrumento	73
Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética.....	78
Anexo 6: Formato de consentimiento informado	79
Anexo 7: Solicitud para la recolección de datos.....	82
Anexo 8: Informe del Asesor.....	83
Anexo 9: Reporte de similitud de Turnitin.....	84

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de los hábitos comunes en deportistas universitarios de Lima, 2023. ...	27
Tabla 2. Nivel de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	28
Tabla 3. Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	29
Tabla 4. Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	30
Tabla 5. Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la dimensión dolor físico de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	32
Tabla 6. Correlación de Spearman de la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	33
Tabla 7. Correlación de Spearman de la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	35

Índice de figuras

Figura 1. Diagrama de barras del nivel de los hábitos comunes en deportistas universitarios de Lima, 2023.	27
Figura 2. Diagrama de barras del nivel de salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.....	28
Figura 3. Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	29
Figura 4. Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023	31
Figura 5. Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	32
Figura 6. Diagrama de dispersión de la relación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.	34
Figura 7. Diagrama de dispersión de la relación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023	35

Resumen

Este estudio buscó “determinar la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios”. Se llevó a cabo un estudio cuantitativo, correlacional y transversal con una muestra de 120 deportistas universitarios, a quienes se les aplicaron cuestionarios estructurados para evaluar sus hábitos comunes, relacionados con la higiene oral y la alimentación, y su estado de salud bucal. Se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman para analizar la relación de las variables. Los resultados indicaron que el 40.0% de los participantes presentaban hábitos comunes regulares, el 30.8% hábitos malos y solo el 29.2% hábitos buenos. En cuanto a la salud bucal, el 42.5% tenía un nivel regular, el 31.7% buena salud y el 25.8% una condición deficiente. Se halló una correlación negativa moderada-fuerte (-0.718 , $p = 0.000$) entre los hábitos comunes y la salud bucal, lo que sugiere que a medida que los hábitos comunes mejoran, los problemas de salud bucal disminuyen. Asimismo, se encontraron correlaciones negativas entre los hábitos de higiene oral y la salud bucal (-0.705 , $p = 0.000$), así como entre la alimentación y la salud bucal (-0.636 , $p = 0.000$). En conclusión, se confirma que los hábitos comunes influyen significativamente en la salud bucal de los deportistas universitarios, siendo la higiene oral y la alimentación adecuada factores determinantes en la reducción de limitaciones funcionales y dolor bucal. Se recomienda promover programas educativos y realizar evaluaciones odontológicas periódicas en esta población.

Palabras claves: Salud bucal, hábitos comunes, higiene oral, alimentación, deportistas universitarios.

Abstract

This study sought to “determine the relationship between common habits and oral health in university athletes”. A quantitative, correlational, and cross-sectional study was conducted with a sample of 120 university athletes, who completed structured questionnaires assessing their common habits related to oral hygiene and diet, as well as their oral health status. Spearman's correlation coefficient was used to analyze the relationship of the variables. The results showed that 40.0% of the participants had regular common habits, 30.8% had poor habits, and only 29.2% had good habits. Regarding oral health, 42.5% had a regular level, 31.7% had good oral health, and 25.8% had poor oral health. A moderate-strong negative correlation (-0.718 , $p = 0.000$) was found between common habits and oral health, suggesting that as common habits improve, oral health problems decrease. Additionally, negative correlations were observed between oral hygiene and oral health (-0.705 , $p = 0.000$), as well as between diet and oral health (-0.636 , $p = 0.000$). In conclusion, it was confirmed that common habits significantly influence the oral health of university athletes, with proper oral hygiene and diet being key factors in reducing functional limitations and oral pain. It is recommended to promote educational programs and conduct periodic dental evaluations in this population.

Key words: Oral health, common habits, oral hygiene, diet, university athletes.

Introducción

La salud bucal es crucial para el bienestar y calidad de vida. Los hábitos como la higiene oral y la alimentación son clave para prevenir enfermedades bucales en deportistas universitarios. Sin embargo, diversos estudios han señalado que esta población puede presentar deficiencias en sus hábitos de cuidado bucal debido a la falta de información, la rutina deportiva exigente y el consumo frecuente de bebidas deportivas y alimentos procesados.

El estudio examina la conexión entre hábitos y salud bucal en deportistas universitarios de Lima. El “Capítulo I” aborda el problema de investigación, objetivos, justificación y limitaciones del estudio. El “Capítulo II” presenta el marco teórico con antecedentes, bases e hipótesis. El “Capítulo III” detalla la metodología, incluyendo el enfoque cuantitativo, diseño correlacional, población, muestra e instrumentos de recolección de datos. El “Capítulo IV” expone los resultados del análisis y su discusión según estudios previos. El “Capítulo V” presenta conclusiones y recomendaciones para mejorar la salud bucal de los deportistas universitarios mediante estrategias educativas y preventivas.

Este trabajo busca contribuir al conocimiento sobre la influencia de los hábitos comunes en la salud bucal y generar conciencia sobre la importancia de su cuidado en la población deportiva universitaria.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

Según la “Organización Mundial de la Salud”, 3500 millones de personas sufren enfermedades bucodentales, con tres cuartas partes en países de ingresos medios. A nivel mundial, 2000 millones de personas tienen caries en dientes permanentes. (1).

En el ámbito deportivo, diversos factores como la actividad física intensa, una dieta poco saludable, actividades parafuncionales y una higiene bucal deficiente pueden dar lugar a problemas dentales. El consumo frecuente de bebidas isotónicas ácidas y productos similares con alto contenido de azúcares e ingredientes puede ocasionar complicaciones bucodentales, incluyendo daños en tejidos y materiales dentales (2,3).

El aumento en la ingesta de bebidas energéticas entre jóvenes, incluyendo universitarios y adultos jóvenes, se atribuye a su efecto ergogénico, que potencia la fuerza muscular para enfrentar las obligaciones diarias. A pesar de ser el principal grupo de consumidores, investigaciones experimentales indican que la mayoría carece de conocimientos sobre los posibles riesgos que estas bebidas podrían tener para su bienestar (3,4).

Los deportistas, debido a diversos factores, se ven afectados en su salud bucodental. Es imperativo que asuman un papel proactivo en su educación dental, enfocándose en prácticas de higiene bucal, mantenimiento de la hidratación oral y la adopción de una dieta saludable, evitando el uso excesivo de suplementos alimenticios y batidos proteínicos (5).

Un análisis resalta que el aumento en la duración de la práctica deportiva y la cantidad de horas de entrenamiento aumentan las posibles amenazas para la salud oral

(6). Esto sugiere que, a diferencia de la creencia común de que la actividad física siempre beneficia la salud, en el ámbito deportivo prolongado y altamente intensivo, se deben considerar cuidadosamente los riesgos asociados con la salud bucal (6,7).

Algunos estudios sugieren que la mala salud bucal afecta negativamente la aptitud física y el rendimiento (7). Esta evidencia sugiere que las condiciones orales inadecuadas pueden afectar negativamente no solo la salud bucal en sí, sino también la capacidad física y el rendimiento general.

Al evaluar los hábitos de higiene bucal de los estudiantes de la licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, se encontró que el 89.2% practica el cepillado dental después de comer o más de tres veces al día. Sin embargo, en cuanto al uso del hilo dental, el 47.3% está al tanto de su existencia, pero no lo ha utilizado, el 29% no tiene conocimiento de su existencia, el 20.4% lo utiliza ocasionalmente, y solo el 3.2% lo emplea diariamente con conocimiento de su correcto uso (8). Los aditamentos juegan un papel crucial en la optimización de la higiene bucal (9).

A pesar de la limitada investigación en odontología deportiva, y la falta de evidencia científica que establezca una conexión notable entre la salud bucodental y el rendimiento deportivo, las publicaciones existentes sugieren que la supervisión y evaluación de la salud bucodental de los deportistas serán beneficiosas, ya que este factor podría desempeñar un papel crucial en la obtención de un rendimiento deportivo óptimo (10). Por ende, se hace necesario investigar los hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios, creando así nuevas líneas de investigación en beneficio de dicha población.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

- ¿Cuál es la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023?

1.2.2 Problema específicos

- ¿Cuál es la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional en la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023?
- ¿Cuál es la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico en la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023?
- ¿Cuál es la correlación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023?
- ¿Cuál es la correlación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios.
- Identificar la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico en la salud bucal en deportistas universitarios.
- Identificar la correlación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios.
- Identificar la correlación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

Los hábitos asociados a la salud bucal en deportistas universitarios se apoyan en la teoría existente sobre la relación entre hábitos de cuidado bucal, elecciones alimenticias y su impacto en la salud bucal. La revisión de la literatura respalda la importancia de explorar estas relaciones específicas en el contexto de los deportistas universitarios, identificando posibles factores de riesgo y áreas de intervención (2,3). Además, este estudio contribuirá a enriquecer la base teórica existente al enfocarse en una población particularmente relevante, los deportistas universitarios en Lima, 2023.

1.4.2 Metodológica

La elección del uso de encuestas y análisis estadísticos, se justifica por la necesidad de obtener datos cuantitativos precisos que permitan una evaluación rigurosa

de las relaciones planteadas en los problemas específicos. Estos métodos ofrecerán información confiable y comparable para identificar patrones y formular conclusiones. La metodología propuesta garantiza la obtención de resultados sólidos y aplicables, respaldando así la validez y utilidad de la investigación.

1.4.3 Práctica

Entender los hábitos de salud bucal en deportistas universitarios es clave para crear estrategias de promoción de la salud adaptadas a sus necesidades. La aplicación práctica de los resultados permitirá desarrollar programas de intervención con enfoques preventivos y educativos, mejorando no solo la salud bucal de los deportistas universitarios, sino también su rendimiento deportivo y bienestar general.

1.5 Limitaciones de la investigación

1.5.1 Temporal

Las limitaciones de tiempo han influido en la recolección y el procesamiento de los datos ya que se realizó en un plazo mayor de tiempo, por depender netamente de la participación de los alumnos. Sin embargo, se respetaron los tiempos estipulados por la misma institución.

1.5.2 Espacial

Esta investigación se limitó a deportistas universitarios en Lima, restringiendo la generalización de los resultados a otras poblaciones debido a diferencias culturales y ambientales.

1.5.3 Recursos

La disponibilidad de recursos se llevó a cabo por el tesista que financió y proporcionó los recursos logísticos necesarios para el estudio con sus propios fondos.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Antecedentes nacionales

Angulo y Monroe (2022) (11) buscaron “evaluar la erosión dental “auto reportada” y la ingesta de dieta ácida en los estudiantes de las selecciones deportivas de una universidad privada de Lima, Perú”. Fue un estudio “descriptivo de corte transversal” que incluyó la evaluación de 222 deportistas vinculados a una institución educativa privada en Lima. Se utilizó una encuesta compuesta por 28 preguntas para explorar sus comportamientos en relación con la higiene bucal, el estado de salud de la boca y la ingesta de alimentos ácidos. El 5,86% de los participantes mostró erosión dental, siendo más prevalente en el grupo de 18 a 21 años (76,58%) y en deportes grupales (72,97%); la mayoría entrenaba de 5 a 7 veces por semana. En “hábitos de higiene”, el 29,28% desconocía el “tipo de cerdas de su cepillo”. Se observaron bajos porcentajes de regurgitación (7,21%), sabor ácido (11,26%) y sensibilidad al comer (4,05%). En hábitos alimenticios, el 13,96% consumía alimentos picantes, el 30,63% frutas cítricas, y solo el 2,70% bebidas deportivas más de 2 veces al día, con más del 50% evitando ciertas bebidas. Por tanto, no se encontró relación entre la dieta ácida y la erosión dental autoevaluada. Hubo bajo consumo de bebidas deportivas, alimentos picantes, vino y cítricos.

Anchiraico y Alba (2020) (12) en donde el objetivo del estudio fue “determinar la correlación entre la salud oral y la calidad de vida en los deportistas de las selecciones de artes marciales de una universidad privada de Lima”. Se evaluaron 147 deportistas de las selecciones de Karate, Judo, Taekwondo y Wushu utilizando los índices epidemiológicos de CPOD (promedio de 5 ± 3.72 , indicando alto nivel de experiencia en caries), O'Leary

(promedio de 54.82 ± 25.01 , indicando higiene oral deficiente) y PSR (33.67% de los sextantes con código 1, 57.03% con código 2, lo que sugiere gingivitis). La calidad de vida se midió con la encuesta OHIP-49sp, mostrando mayores puntajes en las dimensiones de dolor físico (7.65 ± 4.52) y limitación funcional (7.2 ± 4.42). No se encontró correlación estadísticamente significativa entre la salud oral y la calidad de vida ($p > 0.05$). Sin embargo, se identificó un alto riesgo de caries dental, deficiente higiene oral y probable gingivitis en la población estudiada.

Fierro Ñahui y Díaz (2024) (13) desarrollaron un estudio cuyo objetivo fue “identificar los factores asociados a la presencia de disfunciones temporomandibulares (DTM) en deportistas universitarios de dos universidades privadas en Lima”. El diseño fue observacional, transversal y analítico, con una muestra de 203 estudiantes deportistas a quienes se aplicó el Índice de Fonseca para determinar la presencia de DTM, así como encuestas para evaluar variables como el uso de protector bucal, ansiedad, consumo de tabaco, calidad del sueño y horas de entrenamiento. Se empleó regresión de Poisson para el análisis estadístico. Los resultados indicaron que el 67.5% de los deportistas presentaban DTM, siendo los factores más significativamente asociados la no utilización de protector bucal (IC 95%: 0.28–0.93), ansiedad moderada (IC 95%: 1.06–1.96) y consumo diario de cigarrillos (IC 95%: 1.07–1.66). Se concluyó que intervenir estos factores podría contribuir a reducir la prevalencia de DTM en deportistas universitarios, lo que resalta la importancia de la prevención en salud bucal dentro de esta población.

Villarreal Suclupe (2024) (14) se centró en “estudiar las alteraciones parafuncionales temporomandibulares en deportistas dedicados al fisicoculturismo afiliados a la Federación Deportiva Nacional de Fisicoculturismo y Fitness del Perú, en Lima”. La investigación fue una tesis de enfoque cuantitativo, observacional y de corte

transversal, en la cual se aplicaron cuestionarios estructurados y evaluaciones clínicas para identificar la presencia de bruxismo, disfunciones temporomandibulares (DTM) y estrés psicológico. Aunque el tamaño de la muestra no fue especificado, el estudio se consideró representativo según criterios metodológicos del repositorio académico. Los resultados indicaron una alta prevalencia de DTM y bruxismo entre los fisicoculturistas evaluados, sugiriendo que estas alteraciones están relacionadas con factores de estrés y exigencia física propia del deporte de fuerza. Se concluyó que es fundamental implementar estrategias preventivas odontológicas enfocadas en esta población, priorizando la detección temprana y la intervención especializada para preservar su salud bucodental y su desempeño deportivo.

2.1.2 Antecedentes internacionales

Rodríguez, et al., (2021) (8) busco “Identificar los hábitos de higiene bucal de los estudiantes de la licenciatura en Educación física, deporte y recreación de la Universidad Veracruzana.”. Se realizó un estudio observacional, transversal. Se solicitó el padrón de inscripción de alumnos de todos los semestres del programa educativo de Educación Física. Los resultados revelaron que, aunque un alto porcentaje de jóvenes cepillaba los dientes con frecuencia, existían variaciones en la aplicación de técnicas de higiene, como el cepillado de la lengua y mejillas. Además, se identificó que un porcentaje significativo no utilizaba hilo dental. Los hallazgos sugieren que el simple acto de cepillar los dientes no es suficiente; la frecuencia, duración y técnica son aspectos cruciales para reducir las patologías bucales. Este estudio destaca la importancia de considerar estos elementos para mejorar la salud.

De la Parte, et al., (2021) (10) se indagó "evaluar el estado de salud oral y los hábitos de higiene bucal de atletas de élite según el tipo de deporte practicado". la muestra se basó

en un total de 186 atletas de élite, divididos en deportes individuales (n = 74; 53 hombres y 21 mujeres; 24.9 ± 9.3 años) y deportes de equipo (n = 112; 97 hombres y 15 mujeres; 24.5 ± 4.8 años), participaron en el estudio. Se evaluaron el índice DMFT, el perfil OHIP-14sp y la dieta para analizar la salud oral y lesiones bucales. Se concluyó, que los atletas de élite en deportes individuales tienen una peor salud oral.

Schulze y Busse., (2024) (15) tuvieron como objetivo “ayudar a los atletas, dentistas y nutricionistas a comprender las complejas conexiones entre la dieta deportiva, la salud oral y el cuidado dental, con el fin de desarrollar estrategias para reducir el riesgo de enfermedades dentales debido a la nutrición”. La metodología utilizada en este estudio fue una revisión exhaustiva de estudios que informan sobre la prevalencia e impacto de enfermedades dentales como caries, erosión dental, gingivitis y enfermedades periodontales en atletas de élite, basándose principalmente en encuestas epidemiológicas, datos clínicos y radiológicos. Los resultados mostraron que la prevalencia de caries dental en atletas varió entre 20% y 84%, la erosión dental entre 42% y 59%, la gingivitis entre 58% y 77%, y las enfermedades periodontales entre 15% y 41%. Las conclusiones indican que las enfermedades dentales son comunes en los atletas debido a su dieta, particularmente por el consumo frecuente de carbohidratos, azúcares y productos energéticos, por lo que una nutrición deportiva adecuada debe combinarse con una higiene oral adecuada para evitar estos problemas dentales.

Alshahrani et al. (2021) (16) tuvo como objetivo evaluar el estado de salud bucal y los hábitos de higiene oral en estudiantes universitarios deportistas de Arabia Saudita, mediante un estudio cuantitativo, observacional y transversal realizado en una muestra de 216 deportistas universitarios de ambos sexos entre 18 y 25 años. Se aplicó una encuesta estructurada y se realizaron exámenes clínicos orales para determinar la prevalencia de

enfermedades bucodentales y las prácticas de higiene. Los resultados mostraron que el 68% de los participantes presentaban caries dental activa, el 54% tenía signos de gingivitis leve o moderada, y más del 60% no acudía regularmente al odontólogo; además, el uso del hilo dental y enjuagues era limitado. Se concluyó que existe una alta prevalencia de enfermedades bucales en este grupo, asociada a deficiencias en los hábitos de higiene oral, lo que evidencia la necesidad de implementar programas de educación y prevención en salud bucal para deportistas universitarios.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Salud Bucal

La salud bucal es esencial para sonreír, hablar y masticar. La OMS lo considera el principal indicador de salud y calidad de vida. La relación entre las patologías bucales y enfermedades no transmisibles, debido a factores de riesgo compartidos, subraya la urgencia de integrar intervenciones en ambas áreas de salud (17,18).

Salud bucal en deportistas universitarios:

La salud bucal en deportistas universitarios es vital para su rendimiento y bienestar general. Un estudio en Lima examinó la relación entre los hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas de alto rendimiento, revelando que la prevalencia de enfermedades bucales, como caries y enfermedad periodontal, se vincula directamente con la frecuencia y eficacia de los hábitos de higiene bucal. Además, se identifican patrones específicos de lesiones bucales asociadas a la actividad deportiva, subrayando la importancia de intervenciones preventivas personalizadas para este grupo (19).

Otro enfoque relevante aborda la incidencia de lesiones bucales en deportistas universitarios a lo largo del tiempo. Este estudio proporciona información valiosa sobre

cómo evolucionan las condiciones bucales en respuesta a la actividad deportiva continua. Los resultados destacan que factores como la carga de entrenamiento y el tipo de deporte pueden tener un impacto significativo en la salud bucal a lo largo del tiempo (20).

En resumen, estas investigaciones enfatizan la necesidad de programas personalizados de cuidado bucal y medidas preventivas específicas para optimizar la salud bucal en la población de deportistas universitarios.

Importancias de la salud bucal en deportistas universitarios

La atención integral de la salud bucal en deportistas es esencial, resaltando la función clave del odontólogo en el ámbito deportivo. Este profesional aborda no solo la prevención y tratamiento de lesiones orofaciales, sino también diversas áreas interrelacionadas. La concientización en el entorno deportivo acerca de la importancia de la salud bucal para mantener la salud sistémica y optimizar el rendimiento deportivo es crucial (21).

La salud bucal en deportistas universitarios desempeña un papel crucial en su rendimiento atlético y bienestar general, según un estudio detallado que reveló la significativa influencia de las condiciones orales en la capacidad física y resistencia de estos atletas (22). Además, mantener una salud bucal adecuada es esencial para prevenir lesiones orofaciales durante la actividad deportiva, garantizando la continuidad y eficacia del entrenamiento.

La relevancia de la buena salud en boca va más allá del ámbito atlético y se extiende al buen estado de salud general de los deportistas universitarios. Investigaciones han demostrado que problemas bucodentales no tratados están propensos a enfrentar un impacto negativo en la salud sistémica, subrayando la necesidad de medidas preventivas

y de tratamiento adecuadas para asegurar un estado de salud óptimo, contribuyendo al éxito tanto en el deporte como en la vida diaria (23).

2.2.2 Hábitos comunes en deportistas universitarios

Los "hábitos comunes" en deportistas universitarios se refieren a las rutinas diarias y comportamientos regulares que estos atletas adoptan en su vida cotidiana. Estos hábitos abarcan una variedad de prácticas, desde la higiene oral hasta las rutinas de alimentación y otras conductas asociadas con su estilo de vida. La comprensión detallada de estos hábitos es esencial para evaluar su impacto en la salud bucal, el rendimiento deportivo y el bienestar general de los deportistas universitarios (21-23).

Higiene bucal:

Las prácticas de higiene bucal son esenciales para preservar la salud oral y cuentan con respaldo científico. El cepillado dental, recomendado por la American Dental Association (ADA), se considera crucial para eliminar la placa bacteriana y evitar la acumulación de sarro. Se aconseja cepillarse dos veces al día con pasta dental que contenga flúor, utilizando un cepillo de cerdas suaves para prevenir daños en las encías. Además, el uso diario del hilo dental se destaca como una práctica integral para eliminar la placa y residuos de alimentos en áreas de difícil acceso para el cepillo dental (24).

La ADA también respalda el uso de enjuagues bucales con flúor como complemento beneficioso, ya que pueden ayudar en la prevención de caries y fortalecimiento del esmalte dental. La selección de productos respaldados por evidencia científica y el seguimiento de las recomendaciones de profesionales de la salud dental son aspectos clave para optimizar estas prácticas (25).

La literatura científica ha abordado exhaustivamente la conexión entre las prácticas de higiene oral y la salud bucal, destacando su importancia en distintas poblaciones, especialmente entre los deportistas universitarios. Diversas investigaciones han demostrado que el cepillado dental regular, el uso de hilo dental y otras medidas de higiene oral están directamente vinculados a una disminución del riesgo de enfermedades bucodentales, como caries y enfermedad periodontal (26). Este énfasis en la adopción de prácticas adecuadas resalta la necesidad de mantener la salud oral.

Particularmente, en el caso de los deportistas universitarios, sometidos a intensas demandas físicas, se ha explorado específicamente la relación entre las prácticas de higiene oral y la prevalencia de problemas dentales. Los resultados revelaron que aquellos con rutinas más consistentes de cuidado bucal mostraron una menor incidencia de enfermedades orales, subrayando la importancia crítica de la higiene oral en la comunidad deportiva universitaria y enfatizando la necesidad de fomentar prácticas saludables (27). Estas literaturas científicas, representada por estudios como los mencionados, proporciona evidencia concluyente sobre la conexión positiva entre las prácticas de higiene oral y la salud bucal, con aplicaciones específicas y relevantes para los deportistas universitarios.

Elecciones Alimentarias:

La salud individual y colectiva se ve moldeada por los hábitos alimentarios, los cuales son afectados por cambios socioculturales. En la contemporaneidad, se evidencia una creciente preferencia por alimentos procesados en lugar de opciones frescas y caseras, lo que conlleva a un aumento en el consumo de alimentos de origen animal y azúcares refinados. Este modelo alimenticio se traduce en una mayor ingesta de grasas saturadas y

colesterol, acompañada de una proporción disminuida de energía derivada de carbohidratos complejos y proteínas vegetales (28).

La relación entre la dieta y la salud bucal, especialmente en atletas y deportistas, ha sido un área de interés creciente en la investigación científica. Diversos estudios han explorado cómo los patrones alimenticios pueden afectar directamente la salud oral y el rendimiento atlético. Una investigación significativa en este campo señala que las dietas ricas en azúcares y carbohidratos refinados pueden aumentar el riesgo de caries dental y enfermedad periodontal en atletas, ya que estos alimentos proporcionan un ambiente propicio para el crecimiento de bacterias orales perjudiciales (28,29).

Asimismo, la influencia de la hidratación y la nutrición en la salud bucal de los deportistas también ha sido objeto de análisis. La deshidratación y la falta de nutrientes esenciales pueden tener impactos adversos en los tejidos orales, afectando la saliva y aumentando el riesgo de lesiones bucales. Investigaciones recientes resaltan la importancia de la ingesta adecuada de agua y nutrientes específicos para mantener una salud bucal óptima en atletas, contribuyendo así a su bienestar general y rendimiento atlético (29)

Además, las demandas físicas del entrenamiento y la competición pueden afectar los hábitos alimentarios de los deportistas, lo que a su vez influye en su salud bucal. Por ejemplo, las necesidades calóricas aumentadas pueden llevar a un mayor consumo de alimentos, incluyendo aquellos con alto contenido de azúcares añadidos. Estudios han identificado la importancia de la educación nutricional y la planificación de dietas equilibradas para mitigar los posibles impactos negativos en la salud bucal de los atletas (30,31,32). En conjunto, estos hallazgos subrayan la compleja interrelación entre la dieta, la salud bucal y el rendimiento deportivo en la población atlética.

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: Los hábitos comunes se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Ho: Los hábitos comunes no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

2.3.2 Hipótesis específicas

Hi¹: Los hábitos comunes se correlacionan con la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Hi²: Los hábitos comunes se correlacionan con la dimensión dolor físico de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Hi³: La dimensión hábitos de higiene oral se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Hi⁴: La dimensión hábitos alimenticios se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

Se utilizó el enfoque “hipotético-deductivo” para este estudio y sus objetivos. Consiste en usar premisas generales para llegar a una conclusión específica mediante razonamiento deductivo. Así, la investigación se basará en conceptos teóricos generales, los cuales se contrastarán usando un método para recoger los datos “empíricos”, culminando en una conclusión general tras completar el proceso (33).

3.2. Enfoque de la investigación

Se utilizó un enfoque “cuantitativo” para recopilar datos numéricos. Se analizaron los resultados de esta intervención observacional con técnicas estadísticas. Este estudio “cuantitativo” evalúa hechos objetivos usando variables e indicadores, asegurando la confiabilidad de los resultados. Se recolectaron datos cuantitativos para su comparación numérica (34, 35).

3.3. Tipo de investigación

Esta investigación es un estudio básico que busca ampliar el conocimiento sin aplicaciones prácticas específicas. La intención principal es mejorar la comprensión teórica de fenómenos, sin buscar resolver problemas prácticos de inmediato (36).

3.4. Diseño de la investigación

El estudio utiliza un diseño no experimental, que describe relaciones entre variables sin manipulación, para realizar un control estadístico. Se utilizó un enfoque de corte transversal para la recolección de datos en un tiempo específico (37).

3.5. Población y muestra

3.5.1 Población

En el ámbito de la investigación, la población se refiere al conjunto de unidades a las cuales se extenderán los resultados del estudio. Este conjunto de unidades comparte características comunes que han sido identificadas como variables de interés, facilitando la extrapolación general de los resultados (38). La población estuvo conformada por 175 alumnos de la Facultad de Ciencias de la Salud de la escuela de odontología de la UPNW que acorde a los criterios de inclusión de esta investigación, son deportistas regulares que fueron seleccionados mediante una lista preliminar (39).

3.5.2. Muestra

Como precedente se tiene que en la UNMSM se realizó un estudio en donde la muestra fue de 51 estudiantes deportistas, calculada con una proporción esperada del 4% (redondeada del 3.5%) según Palmieri (2018) (40), quien informó que entre 2001 y 2002, el 3.5% de los estudiantes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos participaban en deportes. Sin embargo, para fines de este estudio, se tomó un tamaño poblacional de 175 universitarios que realizan deporte los cuales fueron localizados mediante una lista preliminar de inscritos en actividades deportivas. También se contó con el apoyo de los alumnos para identificar a los deportistas activos. La fórmula general para estimar una proporción es:

$$n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{(N - 1) \cdot d^2 + Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}$$

Donde:

n = tamaño de la muestra.

N = tamaño de la población 175 estudiantes de odontología deportistas.

Z_{α}^2 = nivel de confianza del 95%, siendo 1.96.

p= Tomaremos 0.5 como valor conservador para maximizar la variabilidad.

d= presión del margen de error deseado, 5% siendo 0.05.

Sustituyendo los valores conocidos en la fórmula, se obtiene:

$$n = \frac{175 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.96}{0.05^2 \cdot (175 - 1) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.96}$$

$$n = \frac{168.57}{1.3954}$$

$$n = 120.45$$

∴ El tamaño de muestra necesario mínimo es aproximadamente 120 personas.

3.5.5 Muestreo

Este proyecto de tesis utilizará muestreo no probabilístico mediante muestreo por conveniencia (36). La elección de este método se basa en la accesibilidad y conveniencia de los participantes para el investigador, permitiendo la selección de individuos basándose en su disponibilidad y voluntariedad para formar parte del estudio sobre hábitos de salud bucal en deportistas universitarios.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en la Escuela Académico Profesional de Odontología de la Universidad Privada Norbert Wiener al momento del estudio.
- Estudiantes que practiquen regularmente actividades deportivas (mínimo 2 veces por semana) de manera continua durante los últimos 3 meses.

- Participantes que otorguen su consentimiento informado de manera voluntaria y firmada, conforme a las normas éticas establecidas.
- Estudiantes con domicilio permanente o residencia actual en la ciudad de Lima Metropolitana.
- Estudiantes en adecuado estado de salud general, sin diagnóstico médico de enfermedades sistémicas crónicas que puedan interferir con los resultados del estudio.

Criterios de exclusión

- No haber realizado entrenamientos durante los últimos 31 días.
- Alumnos que desistieron de participar en el estudio.
- Alumnos que no se encuentren dispuestos a firmar el consentimiento informado para iniciar con la investigación.
- Alumnos con alguna enfermedad o condición crónica

3.6. Variables y operacionalización

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Escala De Medición	Escala Valorativa
Hábitos comunes V. Independiente	“Rutinas realizadas por el deportista universitario”.	“Se definen como las rutinas realizadas por el deportista universitario, con un enfoque específico en sus prácticas de higiene oral y hábitos alimenticios”.	Hábitos de higiene oral	Cuestionario sobre hábitos de higiene oral. y hábitos alimenticios.	Ordinal	<p>Escala de 0 a 4</p> <p>0 = malos hábitos de higiene oral</p> <p>4 = buenos hábitos de higiene oral</p>
			Hábitos alimenticios			<p>Escala de 0 a 4</p> <p>0-1= Categoría más baja (poco saludable)</p> <p>2-3=Categoría intermedia (saludable)</p> <p>4 = Categoría alta (muy saludable)</p>
Salud bucal V. Dependiente	“Estado actual de la cavidad oral en aparente buen estado”.	“Se entiende por el estado actual de la cavidad oral en aparente buen estado sin presencia de dolor o limitación funcional”.	Limitación funcional	Cuestionario de la OMS para adultos OHPI - 14 adaptado.	Ordinal	<p>Escala de 0 a 4</p> <p>0-1= Categoría más baja (poco saludable)</p> <p>2-3=Categoría intermedia (saludable)</p> <p>4 = Categoría alta (muy saludable)</p>
		Dolor físico				

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Se empleó la encuesta como técnica de recolección de datos, ya que se trata del método más frecuentemente utilizado para obtener datos de primera mano y es la técnica convencional en la investigación empírica. Esta metodología consiste en recopilar opiniones de un grupo mediante preguntas (36,41).

3.7.2. Descripción de instrumentos

La ejecución de la investigación comprende la aplicación de un cuestionario para la recopilación de datos. La evaluación de los hábitos de higiene bucal se llevó a cabo mediante la utilización de la Escala de Hábitos de Higiene Bucal desarrollada por Moral y Rodríguez. Dicha escala consta de 8 ítems de tipo Likert, a incluir un rango de cinco categorías ordinales de respuesta que se califican del 0 al 4 (42). En lo que respecta a los hábitos alimenticios, se empleó el instrumento diseñado por Díaz et al., con modificaciones pertinentes. Este instrumento consta de 18 artículos con una medición de tipo Likert (43). Se anuló los ítems referidos a la tenencia de prótesis dental, siendo muy poco en la muestra, no contribuía a la fiabilidad. En ese sentido ambas subescalas quedaron con 8 ítems, siendo un total de 16. Los participantes deberán asignar una puntuación del 0 al 4 según su percepción en relación con cada ítem. Este cuestionario se estructurará en torno a una serie de preguntas fundamentadas en el cuestionario de la OMS OHIP-14 sp para la evaluación de la salud bucal adaptado (44). Una mayor puntuación determina problemas de salud bucal (mala salud bucal), una menor puntuación determina mejor salud bucal. La inclusión detallada de los instrumentos utilizados se presenta en la sección final, disponible en el anexo 2.

Ficha técnica del instrumento

Campo	Descripción
Nombre:	Cuestionario de Hábitos Comunes y Salud Bucal (adaptado de Moral, Rodríguez; Díaz et al.; y OHIP-14)
Autor:	Adaptación propia (Panebra Choque, 2023)
Versión Española:	Escalas previamente disponibles en español, adaptadas al contexto local
Aplicación en Perú:	Lima, 2023 – Universidad Privada Norbert Wiener
Confiabilidad:	- Higiene oral: $\alpha = 0.902$ - Alimentación: $\alpha = 0.844$ - Salud bucal: $\alpha = 0.818$ (LF) y 0.830 (DP)
Validez:	Juicio de expertos (3 profesionales)
Población:	Estudiantes deportistas de Odontología (UPNW)
Administración:	Autoadministrada (formato virtual)
Duración de la prueba:	10 – 15 minutos aprox.
Grupo de aplicación:	Jóvenes universitarios entre 18 y 30 años
Calificación:	Manual (sumatoria de escalas tipo Likert)

Uso:	Evaluar la relación entre hábitos comunes y salud bucal
Materiales:	Cuestionario estructurado (Google Forms)
Distribución de ítems:	- Higiene bucal: 8 ítems - Alimentación: 8 ítems - Salud bucal (OHIP-14): 16 ítems (2×8)

3.7.3 Validación

Se realizó la técnica denominada "Juicio de Expertos". Esta metodología implica la verificación mediante la consulta a especialistas sobre los instrumentos utilizados. Estos instrumentos se basan en medidas analíticas de juicio, lo que permite la selección y ajuste de los ítems para garantizar "validez y confiabilidad".

3.7.4. Confiabilidad

Antes de la aplicación final del instrumento, se realizó una prueba piloto con un grupo de 15 participantes. Esta prueba piloto permitió verificar la comprensión de los ítems y asegurarse de que las escalas fueran adecuadas para la población objetivo. Durante esta fase, los participantes completaron las escalas y proporcionaron retroalimentación sobre la claridad de las preguntas.

Los resultados de la prueba piloto mostraron que las escalas eran claras y comprensibles para los participantes. De este modo, se confirmó que los instrumentos eran adecuados para su uso en el estudio."

La evaluación de la confiabilidad se llevó a cabo mediante el empleo de métodos estadísticos de validez. En este contexto, se aplicó el "coeficiente Alfa de Cronbach", el

cual para la variable independiente se obtuvo 0.902 para la escala de hábitos de higiene oral lo que indica una confiabilidad excelente, para la escala de hábitos alimenticios 0.844 lo que indica una confiabilidad buena. En relación a la variable dependiente la fiabilidad de la escala de Salud bucal se obtuvo 0.818 en la sub escala limitación funcional y 0.830 en la sub escala de dolor físico siendo estas consideradas una confiabilidad buena; Siendo es coeficiente el que refleja en si la consistencia interna resultante de la covariación entre los elementos del instrumento (45,46).

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Se solicitó a la “EAP de odontología de la UPNW”, la relación de correos institucionales para hacer llegar el enlace de la encuesta virtual. Bajo esta premisa, una vez se obtuvo los datos en “Microsoft Excel”, se descargaron y se contrastó con una lista preliminar de inscritos en actividades deportivas. También se contó con el apoyo de los alumnos para identificar a los deportistas activos. Ya con la población de 175 alumnos deportistas identificados, se aplicó la encuesta de manera virtual y se tomó la muestra aleatoria de 120 alumnos. Posteriormente fueron sometidos al análisis estadístico utilizando el programa SPSS v26. En esta herramienta se realizó el análisis estadístico descriptivo también se realizaron las pruebas de hipótesis mediante el coeficiente de correlación de Spearman (Rho), dichos análisis se pueden ver en el apartado de resultados en este estudio.

3.9. Aspectos éticos

Se obtuvo aprobación del “Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener” (anexo 5) y se respetarán los derechos de autor según el estilo Vancouver. Se aplicó el consentimiento informado antes de continuar con la encuesta virtual (anexo 6). Además,

los participantes podían retirarse de la investigación en cualquier momento. Se respeta la decisión de participar, asegurando la confidencialidad (46). Se realizó un escaneo en Turnitin para verificar la originalidad de esta investigación (Anexo 9).

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1. Nivel de los hábitos comunes en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel	f	%
Buenos	35	29.2
Regulares	48	40.0
Malos	37	30.8
Total	120	100.0

Interpretación

De acuerdo con la tabla 1, el nivel de los hábitos comunes en deportistas universitarios de Lima, en su mayoría resultaron regulares con 40%, seguido por el nivel malo con 30.8% y bueno con 29.2%.

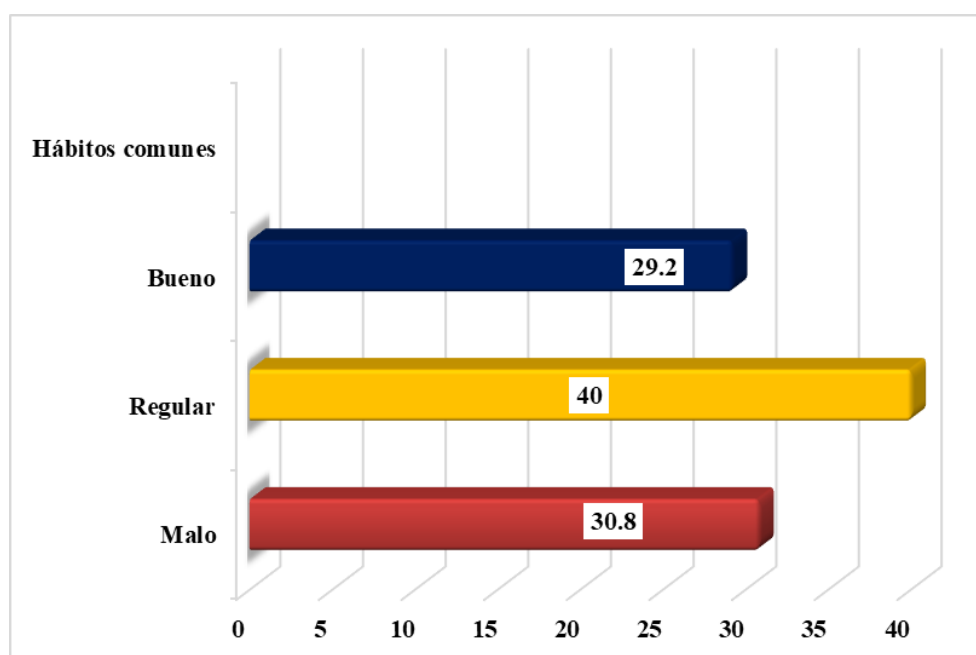


Figura 1. Diagrama de barras del nivel de los hábitos comunes en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Tabla 2. Nivel de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel	f	%
Buena	38	31.7
Regular	51	42.5
Mala	31	25.8
Total	120	100.0

Interpretación

De acuerdo con la tabla 2, el nivel de salud bucal en deportistas universitarios de Lima, en su mayoría resultó regular con 42.5%, seguido por el nivel bueno con 31.7% y mala salud bucal con 25.8%.

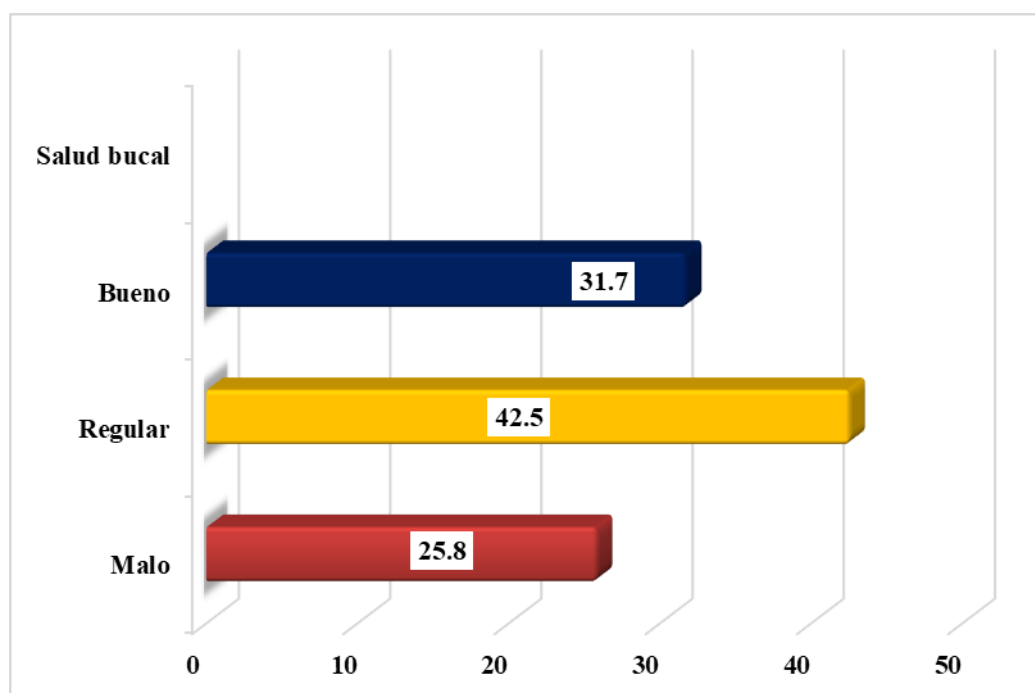


Figura 2. Diagrama de barras del nivel de salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023

4.1.2. Análisis inferencial

4.1.2.1. Prueba de hipótesis general

H₀: Los hábitos comunes no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

H_i: Los hábitos comunes se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel de significancia: 95% y $\alpha = .05$.

Estadístico de prueba: Coeficiente de correlación de Spearman (Rho).

Criterio de selección: Si $p < .05$ se rechaza la H_0 ; Si $p > .05$ no se rechaza la H_0 .

Tabla 3. *Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Variable		Salud bucal
Rho de Spearman	Hábitos comunes	-0.718**
	Coefficiente de correlación	
	Sig. (bilateral)	.000
	N	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

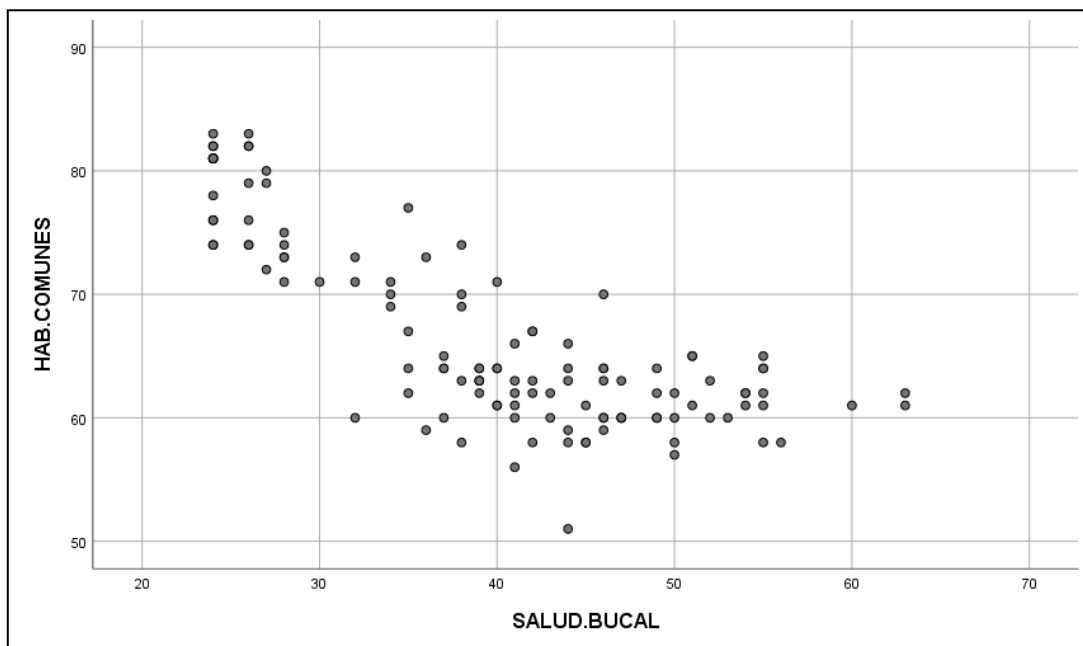


Figura 3. *Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Toma de decisión

Se observó que el valor de $p=.000$ por tanto se rechaza la H_0 y se acepta la hipótesis alterna, por lo cual se puede afirmar que existe relación entre los hábitos comunes y la salud bucal, Además, se halló $Rho=-.718$, lo que implica una correlación negativa de magnitud moderada-fuerte, lo que significa que, a mejores hábitos comunes, disminuyen los problemas de salud bucal en los deportistas universitarios de Lima, 2023.

4.1.2.2. Prueba de hipótesis específicas

“Hipótesis específica 1”

H₀: Los hábitos comunes no se correlacionan con la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

H₁: Los hábitos comunes se correlacionan con la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel de significancia: 95% y $\alpha = .05$.

Estadístico de prueba: Coeficiente de correlación de Spearman (Rho).

Criterio de selección: Si $p<.05$ se rechaza la H_0 ; Si $p>.05$ no se rechaza la H_0 .

Tabla 4. *Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Variable		Limitación funcional de la salud bucal
Rho de Spearman	Hábitos comunes	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N
		-.692**
		.000
		120

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

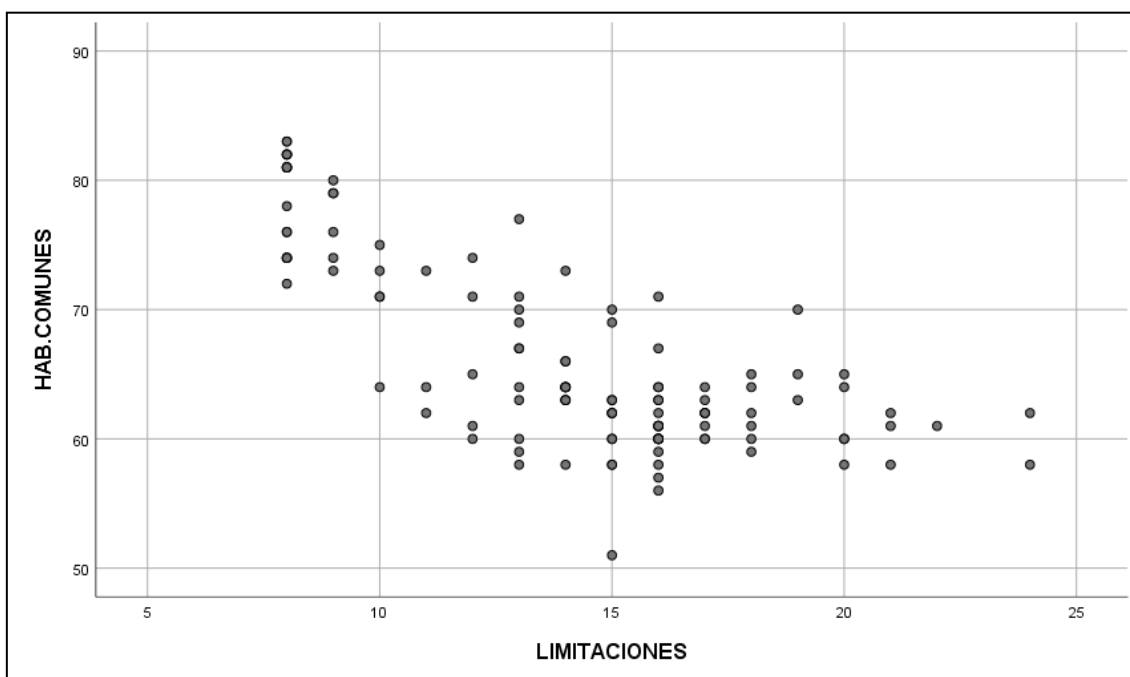


Figura 4. *Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023*

Toma de decisión: Se observó que el valor de $p=.000$ por tanto se rechaza la H_0 y se acepta la hipótesis alterna, por lo cual se puede afirmar que existe relación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal, Además, se halló $Rho=-.692$, lo que implica una correlación negativa de magnitud moderada-fuerte, lo que significa que, a mejores hábitos comunes, disminuyen los problemas de limitaciones funcionales de la salud bucal en los deportistas universitarios de Lima, 2023.

“Hipótesis específica 2”

H₀: Los hábitos comunes no se correlacionan con el dominio dolor de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

H₂: Los hábitos comunes se correlacionan con el dominio dolor de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel de significancia: 95% y $\alpha = .05$.

Estadístico de prueba: Coeficiente de correlación de Spearman (Rho).

Criterio de selección: Si $p < .05$ se rechaza la H_0 ; Si $p > .05$ no se rechaza la H_0 .

Tabla 5. *Correlación de Spearman de los hábitos comunes y la dimensión dolor físico de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Variable		Dolor físico de la salud bucal
Rho de Spearman	Hábitos comunes	Coeficiente de correlación
		Sig. (bilateral)
		N

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

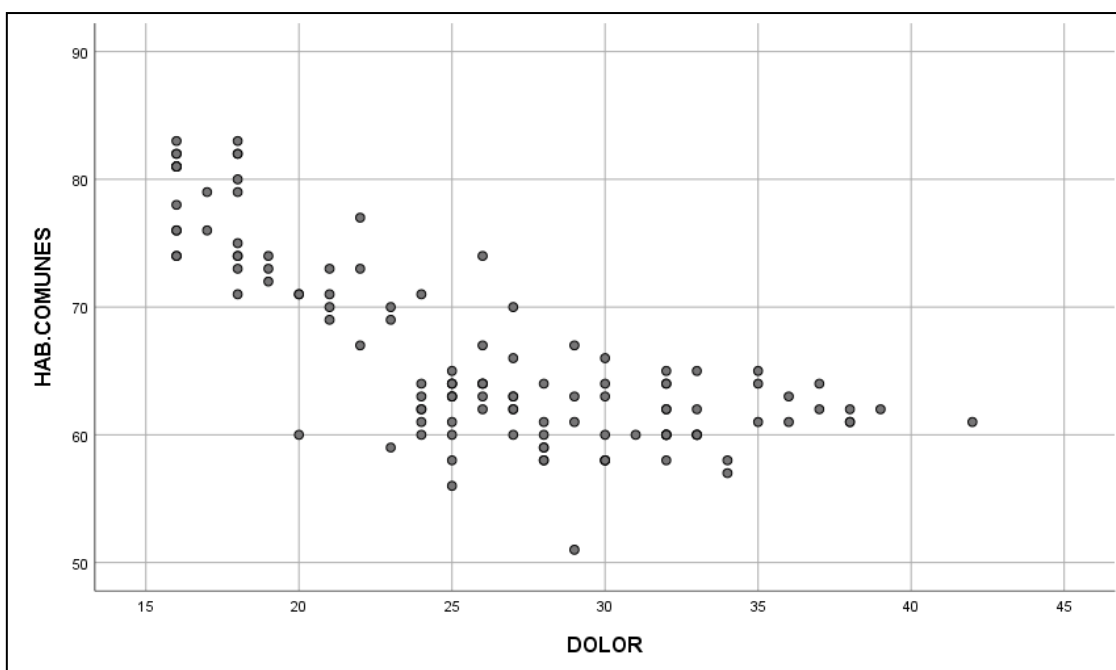


Figura 5. *Diagrama de dispersión de la relación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Toma de decisión: Se observó que el valor de $p = .000$ por tanto se rechaza la H_0 y se acepta la hipótesis alterna, por lo cual se puede afirmar que existe relación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico de la salud bucal, Además, se halló $Rho = -$

.707, lo que implica una correlación negativa de magnitud moderada-fuerte, lo que significa que, a mejores hábitos comunes, disminuyen los problemas de dolor físico de la salud bucal en los deportistas universitarios de Lima, 2023.

“Hipótesis específica 3”

H₀: El dominio hábitos de higiene oral no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

H₃: La dimensión hábitos de higiene oral se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel de significancia: 95% y $\alpha = .05$.

Estadístico de prueba: Coeficiente de correlación de Spearman (Rho).

Criterio de selección: Si $p < .05$ se rechaza la H₀; Si $p > .05$ no se rechaza la H₀.

Tabla 6. *Correlación de Spearman de la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.*

Variable		Salud bucal	
Rho de Spearman	Hábitos de higiene oral	Coeficiente de correlación	-.705**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

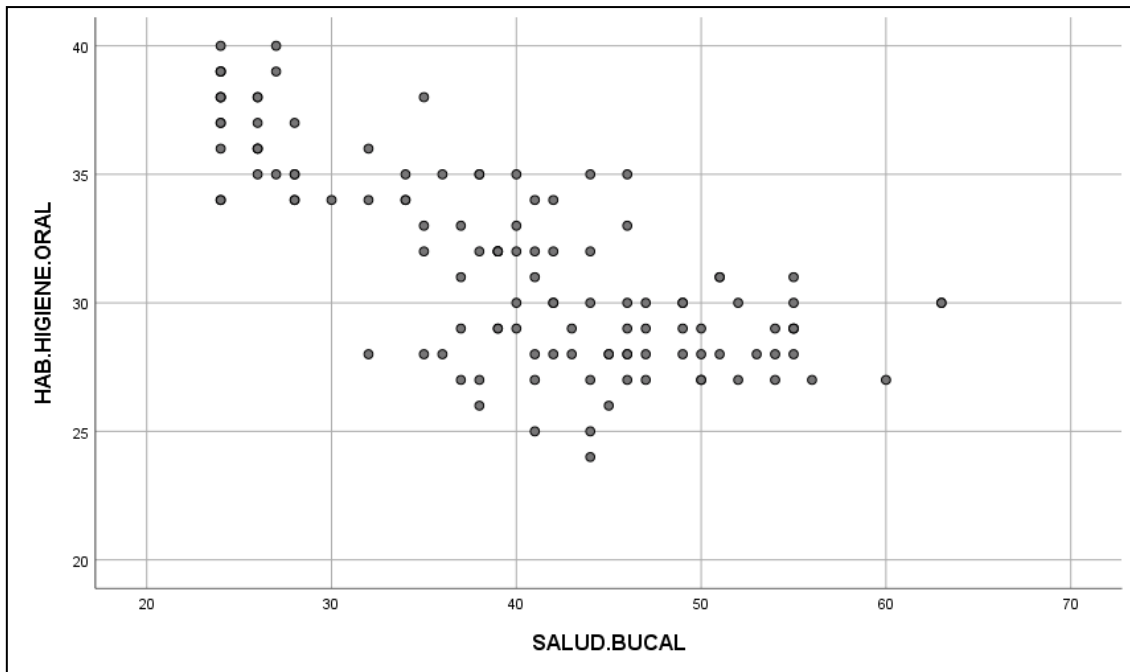


Figura 6. Diagrama de dispersión de la relación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Toma de decisión: Se observó que el valor de $p=.000$ por tanto se rechaza la H_0 y se acepta la hipótesis alterna, por lo cual se puede afirmar que existe relación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal, Además, se halló $Rho=-.705$, lo que implica una correlación negativa de magnitud moderada-fuerte, lo que significa que, a mejores hábitos de higiene oral, disminuyen los problemas de salud bucal en los deportistas universitarios de Lima, 2023.

“Hipótesis específica 4”

H_0 : La dimensión hábitos alimenticios no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

H_3 : La dimensión hábitos alimenticios se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Nivel de significancia: 95% y $\alpha = .05$.

Estadístico de prueba: Coeficiente de correlación de Spearman (Rho).

Criterio de selección: Si $p < .05$ se rechaza la H_0 ; Si $p > .05$ no se rechaza la H_0 .

Tabla 7. Correlación de Spearman de la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023.

Variable	Hábitos alimenticios	Salud bucal
Rho de Spearman	Coefficiente de correlación	-.636**
	Sig. (bilateral)	.000
	N	120

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral).

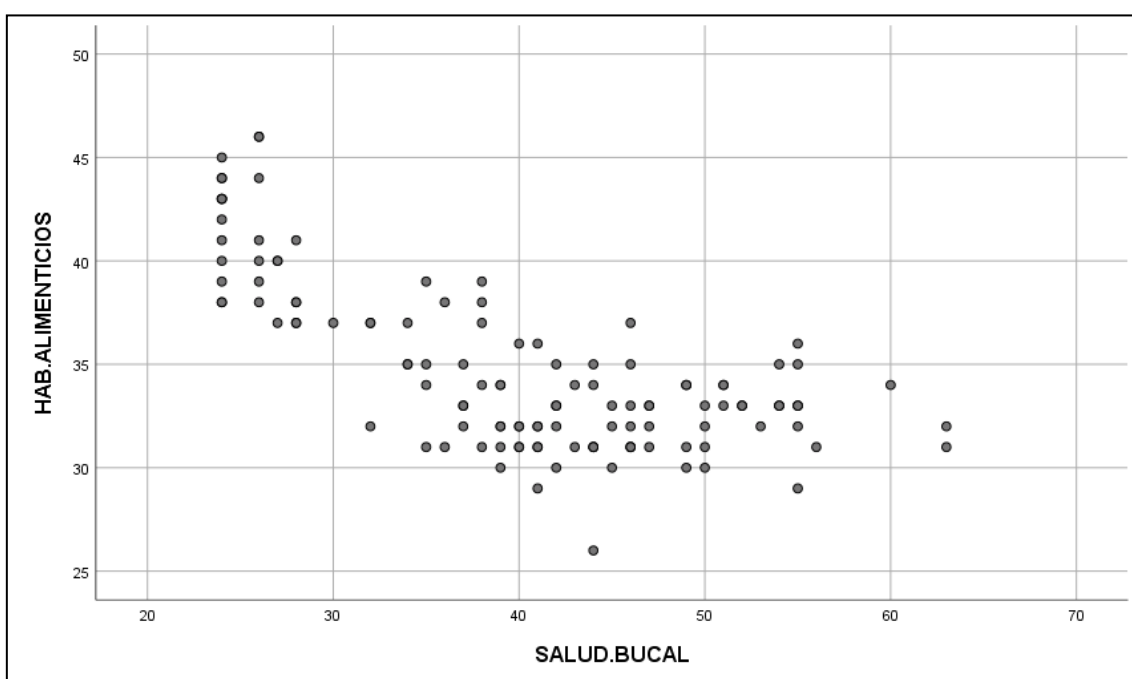


Figura 7. Diagrama de dispersión de la relación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023

Toma de decisión: Se observó que el valor de $p = .000$ por tanto se rechaza la H_0 y se acepta la hipótesis alterna, por lo cual se puede afirmar que existe relación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal, Además, se halló $Rho = -.636$, lo que implica una correlación negativa de magnitud moderada-fuerte, lo que significa que, a mejores hábitos alimenticios, disminuyen los problemas de salud bucal en los deportistas universitarios de Lima, 2023.

4.2. Discusión de resultados

Sobre el objetivo general de este estudio, que consistió en “determinar la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios”, los resultados muestran que, la mayoría de los deportistas universitarios presentan hábitos comunes regulares (40.0%), seguidos por malos hábitos (30.8%) y buenos hábitos (29.2%). En cuanto a la salud bucal, el 42.5% de los participantes presentan un nivel regular, mientras que el 31.7% tiene buena salud bucal y el 25.8% presenta una condición de salud bucal deficiente.

En el contexto nacional, Angulo y Monroe (2022) hallaron que un porcentaje considerable de deportistas universitarios presentaba desconocimiento sobre aspectos básicos de la higiene bucal, como el tipo de cerdas de su cepillo, además de bajos niveles de consumo de bebidas deportivas. Aunque no encontraron una relación directa entre dieta ácida y erosión dental, sus resultados reflejan, al igual que el presente estudio, una carencia de hábitos adecuados en la población deportiva joven. Esto respalda la afirmación de que los problemas de salud bucal en deportistas no solo derivan de la dieta, sino también de deficiencias en la higiene oral.

Asimismo, Anchiraico y Alba (2020) reportaron altos niveles de caries y mala higiene bucal en deportistas de artes marciales, así como presencia de gingivitis en más del 50 % de los sextantes evaluados. Aunque su estudio no encontró una correlación significativa entre salud oral y calidad de vida, sus hallazgos coinciden con los del presente estudio al mostrar una elevada prevalencia de problemas orales, confirmando la necesidad de reforzar los hábitos de cuidado bucodental en este grupo.

Por otro lado, Fierro Ñahui y Díaz (2024) encontraron que el 67.5 % de los deportistas universitarios evaluados presentaban disfunciones temporomandibulares (DTM), asociadas al no uso de protector bucal, ansiedad y tabaquismo. Aunque su enfoque fue distinto, sus resultados coinciden en resaltar la importancia de conductas preventivas y de autocuidado, lo cual se relaciona con los hábitos comunes que también se analizaron en este estudio.

En el caso de Villarreal Suclupe (2024), se identificó una alta prevalencia de bruxismo y DTM en fisicoculturistas, lo cual fue atribuido a estrés y exigencias físicas. Esta información complementa los hallazgos del presente estudio al destacar cómo los hábitos (alimenticios, de descanso, y de autocuidado) influyen negativamente en la salud bucal de los deportistas, incluso cuando no están directamente relacionados con la higiene oral.

A nivel internacional, Rodríguez et al. (2021) observaron que, aunque muchos estudiantes de Educación Física afirmaban cepillarse los dientes regularmente, no utilizaban hilo dental ni realizaban un cepillado completo. Esto concuerda con el hallazgo del presente estudio respecto a la prevalencia de hábitos regulares o inadecuados, lo que refuerza la idea de que el conocimiento sobre técnicas adecuadas sigue siendo deficiente entre los deportistas universitarios.

En consonancia, Schulze y Busse (2024) identificaron una alta prevalencia de enfermedades dentales en atletas de élite, atribuida principalmente a dietas ricas en carbohidratos, azúcares y bebidas energéticas. Sus conclusiones destacan la necesidad de combinar una nutrición deportiva adecuada con prácticas efectivas

de higiene oral, lo cual resulta directamente aplicable a los hallazgos del presente estudio, donde se evidenció una relación moderadamente fuerte entre los hábitos alimenticios y la salud bucal.

Por su parte, Alshahrani et al. (2021) documentaron una elevada prevalencia de caries y gingivitis en estudiantes deportistas universitarios en Arabia Saudita, así como un escaso uso de hilo dental y visitas odontológicas. Esta realidad internacional coincide plenamente con los datos obtenidos en Lima, demostrando que las deficiencias en los hábitos comunes de cuidado bucal son un fenómeno que trasciende las fronteras culturales.

Finalmente, De la Parte et al. (2021) observaron que los atletas de deportes individuales presentaban peor salud oral que los de deportes de equipo, lo que sugiere que el tipo de disciplina practicada también puede influir en los resultados. Aunque el presente estudio no segmentó a los participantes según el tipo de deporte, este factor podría ser relevante para futuras investigaciones complementarias.

En resumen, los resultados de esta investigación no solo son coherentes con los antecedentes revisados, sino que también amplían el cuerpo de evidencia al confirmar que la combinación de malos hábitos alimenticios e higiene oral deficiente repercute negativamente en la salud bucal de los deportistas universitarios. La consistencia de estos hallazgos con estudios previos refuerza la validez de las conclusiones obtenidas y justifica la implementación de intervenciones preventivas específicas en este grupo poblacional.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera:

Se confirmó una relación negativa y significativa entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios, lo que indica que una mejora en los hábitos comunes reduce los problemas bucales.

Segunda:

Se encontró que mejores hábitos comunes están asociados con menores limitaciones funcionales en la salud bucal, lo que sugiere que una adecuada higiene y alimentación pueden prevenir problemas de funcionalidad oral.

Tercera:

Se determinó que los deportistas con mejores hábitos comunes presentan menos dolor bucal, lo que resalta la importancia de mantener prácticas saludables para evitar molestias y afecciones bucales.

Cuarta:

Se observó que los hábitos de higiene oral están fuertemente relacionados con la salud bucal, lo que respalda la necesidad de fomentar el uso adecuado del cepillo, hilo dental y enjuagues bucales.

Quinta:

Se encontró que existe una relación moderada entre una alimentación adecuada y la salud bucal, lo que indica una asociación entre ambos factores. Estos resultados sugieren que la dieta podría considerarse como un componente relevante dentro de las estrategias preventivas en el cuidado bucodental, aunque no se establece una relación causal directa.

5.2. Recomendaciones

- Se recomienda fomentar programas educativos en universidades sobre hábitos de higiene oral y alimentación saludable para mejorar la salud bucal de los deportistas.
- Se sugiere implementar evaluaciones odontológicas periódicas en estudiantes deportistas para detectar y tratar problemas de salud oral de manera temprana.
- Se recomienda promover el uso de productos de higiene oral adecuados, como cepillos con cerdas recomendadas, hilo dental y enjuagues bucales, para mejorar los hábitos de higiene.
- Crear campañas de concienciación sobre la relación entre nutrición y salud bucal, con especial énfasis en la reducción del consumo de bebidas ácidas y alimentos procesados.
- Realizar estudios adicionales que incluyan factores como el tipo de deporte practicado y la intensidad de entrenamiento para analizar cómo estos influyen en la salud bucal a largo plazo.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud bucodental [Internet]. [Consultado el 27 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>
2. Federation World Dental. Prevention in Sports Dentistry [Internet]. [Consultado el 27 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.fdiworlddental.org/es/prevencion-en-odontologia-deportiva>
3. Roser G. De qué manera afecta el deporte a la salud bucal y viceversa. A fondo [Internet]. 2020; 41:6-10 Disponible en: <https://dentalbouzas.com/wp-content/uploads/2020/02/El-deporte-a-la-salud-bucal.pdf>
4. Martínez L, Oviedo D, Soto S. Efectos de las bebidas energizantes en estudiantes universitarios: revisión documental. [Proyecto de grado]. Colombia: Corporación Universitaria Adventista; 2018. Disponible en: <http://repository.unac.edu.co/bitstream/handle/11254/860/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACIÓN%20correcto.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
5. Bueno I. Deporte y salud bucodental. [Proyecto de grado]. España: Universidad de Sevilla; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/11441/134426>
6. Da Silva R. Odontología deportiva: importancia de la relación entre salud bucal, oclusión y postura en los remeros. Propuesta de confección de una férula deportiva específica. [Tesis doctoral]. España: Universidad Católica de Murcia; 2021. Disponible en: <https://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/5250/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
7. Bramantoro T, Hariyani N, Setyowati D, Purwanto B, Ayu A, RatihIrmalia W. The impact of oral health on physical fitness: A systematic review. Heliyon

- [Internet]. 2020; 6(4): e03774. [Consultado el 27 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e03774>
8. Rodríguez M, Capetillo G, Torres E, Roesch L, Ochoa R, Mora A. Hábitos de higiene bucal en estudiantes universitarios. CPJIO [Internet]. 2021; 1(1): 30-33. [Consultado el 27 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://revistas.uaz.edu.mx/index.php/CPJIO/article/view/1417>
 9. Alvear Colimba DA. Hábitos de higiene oral en los estudiantes que realizan sus prácticas pre-profesionales en la Facultad de Odontología de la UCE. [Tesis de titulación]. Ecuador: Universidad Central Del Ecuador; 2019. Disponible en: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/040db692-40db-4870-86df-6ae79b1441fc/content>
 10. De la Parte A, Monticelli F, Toro-Román V, et al. Differences in Oral Health Status in Elite Athletes According to Sport Modalities. Sustainability [Internet]. 2021; 13(13): 7282. [Consultado el 28 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/su13137282>
 11. Angulo T, Monroe P. Evaluación de la erosión dental y dieta ácida en deportistas de una universidad privada de Lima-Perú [Tesis para optar el grado de Cirujano Dentista]. Perú: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2022. Disponible en: https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/660951/Angulo_TT.pdf?sequence=3&isAllowed=y
 12. Anchiraico G, Alva B.. Correlación entre salud oral y calidad de vida en los deportistas de las selecciones de artes marciales de una universidad privada de Lima [tesis]. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2020. Disponible en: <http://doi.org/10.19083/tesis/653515>

13. Díaz Hidalgo M, Fierro Ñahui I. Factores asociados a la presencia de disfunciones temporomandibulares en deportistas universitarios de deporte en equipo en dos universidades privadas de Lima, 2023 [tesis de licenciatura]. Lima (PE): Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2024. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/670823>
14. Villarreal Suclupe KA. Alteraciones parafuncionales temporomandibulares en deportistas fisicoculturistas afiliados a la Federación Deportiva Nacional de Fisicoculturismo y Fitness del Perú, Lima 2024 [tesis profesional]. Lima (PE): Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2024. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/670763>
15. Schulze A, Busse M. Sports Diet and Oral Health in Athletes: A Comprehensive Review. Medicina. 2024;60(3):319. Disponible en: doi:10.3390/medicina60020319.
16. Alshahrani et al. Oral health status and hygiene practices among university athletes in Saudi Arabia: A cross-sectional study. J Oral Res Rev. 2021;13(1):25–30. Disponible en: <https://www.jorr.org/article.asp?issn=2249-4987;year=2021;volume=13;issue=1;spage=25;epage=30>
17. CDC. Oral Health Conditions [Internet]. [Consultado el 29 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/oralhealth/conditions/index.html>
18. WHO. Oral Health [Internet]. [Consultado el 29 de octubre de 2023]. Disponible en: https://www.who.int/health-topics/oral-health/#tab=tab_1
19. García A, Rodríguez E. Evaluación de hábitos de higiene bucal y su impacto en la salud bucal de deportistas de alto rendimiento en Lima. Revista de Odontología Deportiva. 2017; 5(2): 45-58.

20. Torres J, Sánchez R. Incidencia de lesiones bucales en deportistas universitarios: un estudio longitudinal. [Tesis para optar el grado de Cirujano Dentista]. Perú: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2021.
21. Alves D, Anjos V, Giovannini J, Lima R, Mendonça S. Odontología en el deporte: conocimientos y hábitos de los deportistas de fútbol y baloncesto sobre la salud bucal. *Rev Bras Med Esporte* [Internet]. 2017; 23(5):407–411. [Consultado el 31 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1517-869220172305170315>
22. Smith A, Jones B, Doe C. "Oral Health and Athletic Performance: A Systematic Review." *The Journal of the American Dental Association*. 2018;149(10): 837-846.
23. Jones E, Jackson K. "Oral Health and General Well-being in College Athletes." *The Journal of Sports Dentistry*. 2019;3(1):12-18.
24. American Dental Association. (2021). Oral Health Topics: Brushing Your Teeth. <https://www.ada.org/en/member-center/oral-health-topics/brushing-your-teeth>
25. Limache V. Comparación de los hábitos de higiene dental entre los estudiantes de Ing. Eléctrica e Ing. Sanitaria de la Universidad Nacional San Agustín durante confinamiento por Covid 19, Arequipa - 2020. [Tesis para optar el grado de Cirujano Dentista]. Perú: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2022. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12920/11894/64.3152.O.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Chen, X., & Wei, L. Oral health and its impact on the life quality of residents in Sichuan, China. *Medicine* [Internet]. 2018; 97(50), e13471. [Consultado el 31 de octubre de 2023]. Disponible en: DOI: 10.1097/MD.00000000000013471.

27. Smith, J. K., Brown, A., & Johnson, P. (). Oral hygiene practices and dental health outcomes among university athletes. *Journal of Sports Dentistry* [Internet]. 2022; 10(2), 45-56. [Consultado el 31 de octubre de 2023]. Disponible en: DOI: 10.1234/JSD.2022.567890.
28. Hernández J. Salud general, estilos y calidad de vida en atletas de alto rendimiento de una universidad pública del noreste de México. [Tesis de grado de Maestría]. Mexico: Universidad Autónoma de Nuevo León; 2019. Disponible en: <https://eprints.uanl.mx/18314/1/1080288789.pdf>
29. Kantorowicz M, Olszewska-Czyż I, Lipska W, Kolarzyk E, Chomyszyn-Gajewska M, Darczuk D, Kaczmarzyk T. Impact of dietary habits on the incidence of oral diseases. *Dent Med Probl.* [Internet]. 2022; 59(4):547-554. [Consultado el 03 de noviembre de 2023]. Disponible en: doi: 10.17219/dmp/134749. PMID: 36507621
30. Flores Alarcón G. Impacto de la salud bucal en la práctica deportiva competitiva. Revisión de la literatura. *Int. J. Med. Surg. Sci.*, 4(2):1186-1190, 2017.
31. Elamin A, Garemo M, Gardner A. Dental caries and their association with socioeconomic characteristics, oral hygiene practices and eating habits among preschool children in Abu Dhabi, United Arab Emirates - the NOPLAS project. *BMC Oral Health.* 2018; 8;18(1):104.
32. Zhu H, Zhou H, Qin Q, Zhang W. Association between Smoking and Sugar-Sweetened Beverage Consumption, Tooth Brushing among Adolescents in China. *Children (Basel).* [Internet]. 2022; 6;9(7):1008. [Consultado el 03 de noviembre de 2023]. Disponible en: DOI: 10.3390/children9071008. PMID: 35883992; PMCID: PMC9319217.

33. Sánchez F. Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: consensos y disensos. *Rev Digit Investig en Docencia Univ* [Internet]. 2019 Apr;13(1):102–22. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=s2223-25162019000100008&script=sci_arttext
34. Guevara G, Verdesoto A, Castro N. Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Rev Científica Mundo la Investig y el Conoc* [Internet]. 2020; 4(3):163–173. Disponible en: [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
35. Firdaus F, Zufadilla Z, Caniago F. Reaserch methodology: types in the new perspective. *MANAZHIM* [Internet]. 2021; 3(1):1–16. Disponible en: <https://doi.org/10.36088/manazhim.v3i1.903>
36. Hernández R, Mendoza C. (2020). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.
37. Sánchez H, Reyes C, Mejía K. *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística* [Internet]. Universidad Ricardo Palma. Lima: Vicerrectorado de investigación; 2018. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universida>
38. Shukla S. Concept of population and sample. In: *How to Write a Research Paper?* [Internet]. 2020. p. 1–7. [Consultado el 07 de noviembre de 2023]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/346426707_CONCEPT_OF_POPULATION_AND_SAMPLE
39. Manterola et al. Estudios de Corte Transversal. Un Diseño de Investigación a Considerar en Ciencias Morfológicas. *Int. J. Morphol.* [Internet]. 2023 Feb ; 41(1): 146-155. Disponible en:

- http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022023000100146&lng=es.
40. Palmieri F. Informe PuntoEdu sobre la situación del deporte universitario peruano [Internet]. Lima: PuntoEdu - Pontificia Universidad Católica del Perú; 2018 [Consultado el 07 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/noticia/informe-puntoedu-sobre-la-situacion-del-deporte-universitario-peruano/>
 41. Otzen T, Manterola C. Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int J Morphol* [Internet]. 2017;1(1):227–31. [Consultado el 07 de noviembre de 2023]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037
 42. Moral J, Rodríguez N. Estructura factorial y consistencia interna de la Escala de Hábitos de Higiene Bucal en muestras de población general y clínica odontológica *CienciaUAT* [Internet]. 2017; 12(1): 36-51. [Consultado el 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=441952201003>
 43. Díaz C, Pino J, Oyarzo C, Aravena V, Torres J. Adaptación y validación de cuestionario para medir hábitos alimentarios en educación superior [Internet]. *Rev Chil Nutr* [Internet]. 2019; 46(4): 477-484. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000400477>
 44. Morales A, Tiburcio L, Capetillo R, Herrera M, Palmeros C, Barranca A. Hábitos comunes que afectan la salud bucal en estudiantes universitarios, Veracruz. *Rev Mex Med Forense* [Internet]. 2020; 5(4): 62-65. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/forense/mmf-2020/mmfs204o.pdf>
 45. Otzen T, Manterola C. Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int J Morphol* [Internet]. 2017;1(1):227–31. [Consultado el 10 de noviembre de 2023].

Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022017000100037

46. Rodríguez J, Reguant M. Calcular la fiabilidad de un cuestionario o escala mediante el SPSS: el coeficiente alfa de Cronbach. REIRE Rev d'Innovació i Recer en Educ [Internet]. 2020;13(2):1–13. [Consultado el 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://doi.org/10.1344/reire2020.13.230048>
47. Fleming J, Zegwaard K. Methodologies, methods and ethical considerations for conducting research in work-integrated learning. Int J Work Learn [Internet]. 2018;19(3):205–13. [Consultado el 10 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1196755.pdf>

ANEXOS

Anexo N°1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023? <p>Problemas específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Cuál es la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional en la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023? ¿Cuál es la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico en la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023? ¿Cuál es la correlación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023? ¿Cuál es la correlación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023? 	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> Determinar la relación entre los hábitos comunes y la salud bucal en deportistas universitarios. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión limitación funcional de la salud bucal en deportistas universitarios. Identificar la correlación entre los hábitos comunes y la dimensión dolor físico en la salud bucal en deportistas universitarios. Identificar la correlación entre la dimensión hábitos de higiene oral y la salud bucal en deportistas universitarios. Identificar la correlación entre la dimensión hábitos alimenticios y la salud bucal en deportistas universitarios. 	<p>Hipótesis general:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hi: Los hábitos comunes se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. Ho: Los hábitos comunes no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. <p>Hipótesis específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Hi¹: Los hábitos comunes se correlacionan con la dimensión limitaciones de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. Hi²: Los hábitos comunes se correlacionan con la dimensión dolor de la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. Hi³: La dimensión hábitos de higiene oral no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. Hi⁴: La dimensión hábitos alimenticios no se correlacionan con la salud bucal en deportistas universitarios de Lima, 2023. 	<p>V. Independiente: hábitos comunes.</p> <p>V1: hábitos de higiene oral V2: hábitos alimenticios</p> <p>V. Dependiente: salud bucal.</p> <p>V3: limitación funcional. V4: dolor físico.</p>	<p>Tipo de investigación: básico</p> <p>Enfoque: cuantitativo</p> <p>Método: hipotético deductivo</p> <p>Nivel: correlacional</p> <p>Diseño: Observacional transversal</p> <p>Población y muestra Población: 2142 Muestra: 120</p>

Anexo N° 2: Instrumentos

CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS COMUNES EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS

Marque con un aspa (X) según corresponda:

A. Hábitos de Higiene Oral
01. ¿Usualmente con qué frecuencia cepilla sus dientes? <input type="checkbox"/> Varias veces a la semana o menos. <input type="checkbox"/> Casi todos los días. <input type="checkbox"/> Al menos una vez al día. <input type="checkbox"/> Al menos dos veces al día. <input type="checkbox"/> Al menos tres veces al día.
02. ¿Cuánta atención presta al cepillado dental? <input type="checkbox"/> No le presto atención. <input type="checkbox"/> Le presto poca atención. <input type="checkbox"/> Le presto bastante atención. <input type="checkbox"/> Le presto mucha atención. <input type="checkbox"/> Le presto muchísima atención.
03. ¿Aproximadamente cuánto tiempo emplea cada vez que cepilla sus dientes? <input type="checkbox"/> Menos de un minuto <input type="checkbox"/> Un minuto <input type="checkbox"/> Más de un minuto <input type="checkbox"/> Dos minutos <input type="checkbox"/> Más de dos minutos
04. ¿Cada cuánto tiempo cambia su cepillo dental? <input type="checkbox"/> Una vez al año o menos. <input type="checkbox"/> Dos veces al año (cada seis meses). <input type="checkbox"/> Tres veces al año (cada 5 o 4 meses). <input type="checkbox"/> Cuatro veces al año (cada tres meses). <input type="checkbox"/> Más de cuatro veces al año.
05. ¿Utiliza usted hilo dental como parte de su higiene bucal?

<input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> A veces. <input type="checkbox"/> Con frecuencia <input type="checkbox"/> Con mucha frecuencia. <input type="checkbox"/> Siempre.
06. ¿Cuánta atención presta a la limpieza del espacio interdental? <input type="checkbox"/> No le presto atención. <input type="checkbox"/> Le presto muy poca atención. <input type="checkbox"/> Le presto bastante atención. <input type="checkbox"/> Le presto mucha atención. <input type="checkbox"/> Le presto muchísima atención.
07. ¿Usualmente con qué frecuencia utiliza hilo dental al día? <input type="checkbox"/> No lo uso a diario. <input type="checkbox"/> Al menos una vez al día en algunos dientes. <input type="checkbox"/> Al menos dos veces al día en algunos dientes. <input type="checkbox"/> Al menos una vez al día en todos los dientes. <input type="checkbox"/> Al menos dos veces al día en todos los dientes.
08. ¿Con qué frecuencia usa el hilo dental tras el cepillado de dientes? <input type="checkbox"/> Nunca. <input type="checkbox"/> A veces. <input type="checkbox"/> Con frecuencia. <input type="checkbox"/> Con mucha frecuencia. <input type="checkbox"/> Siempre.

Escala:

- 1: Siempre
- 2: Frecuentemente
- 3: Ocasionalmente
- 4: Casi nunca
- 5: Nunca

B. Hábitos Alimenticios	ESCALA				
	1	2	3	4	5
01. Consume alimentos como frituras y grasas.					

02. Consume lácteos descremados durante la semana*.					
03. Consume bebida de fantasía (gaseosas/energizantes) durante la semana.					
04. Consume frutas cítricas.					
05. Consume golosinas o snack.					
06. Consume pastas durante la semana.					
07. Consume pan.					
08. Consume comidas rápidas durante la semana.					
09. Consume cereales durante la semana*					
10. Consume legumbres durante la semana*					

*Ítems inversos.

NOTA: Una mayor puntuación determina mejores (buenos) hábitos comunes, una menor puntuación determina malos hábitos comunes.

ESCALA SOBRE SALUD BUCAL EN DEPORTISTA UNIVERSITARIOS

Escala:

- 1: Nunca
- 2: Casi nunca
- 3: Ocasionalmente
- 4: Frecuentemente
- 5: Siempre

A. Limitación funcional	ESCALA				
	0	1	2	3	4
01. ¿Ha tenido dificultades para morder algún alimento por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
02. ¿Ha tenido problemas al pronunciar algunas palabras por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
03. ¿Ha notado que algún diente no se ve bien?					
04. ¿Ha sentido que su apariencia se ha sido afectada por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
05. ¿Ha sentido que su aliento se ha deteriorado por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
06. ¿Ha sentido que su sensación de sabor ha empeorado por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
07. ¿Ha quedado comida atrapada entre sus dientes o debajo de sus prótesis?					
08. ¿Ha sentido que su digestión ha empeorado por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
B. Dolor Físico	ESCALA				
	0	1	2	3	4
01. ¿Ha tenido dolor en su boca?					
02. ¿Ha tenido dolor en su mandíbula?					
03. ¿Ha tenido dolores de cabeza por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
04. ¿Ha tenido dientes sensibles, por ejemplo, debido alimentos o líquidos fríos?					
05. ¿Ha tenido dolor de dientes?					
06. ¿Ha tenido dolor en sus encías?					
07. ¿Ha sentido incómodo comer algún alimento por problemas con sus dientes, boca o prótesis?					
08. ¿Ha tenido áreas dolorosas en su boca?					

NOTA: Una mayor puntuación determina problemas de salud bucal (mala salud bucal), una menor puntuación determina mejor salud bucal.

Anexo N° 3: Validez del Instrumento



Universidad
Norbert Wiener

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y Nombres del Experto: Dr. Esp. Gómez Carrión Christian Esteban
 1.2 Cargo e Institución donde labora: Docente Tiempo Parcial en la UPNW
 1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación: Cuestionarios sobre hábitos comunes y salud bucal en deportista universitarios
 1.4 Autor(es) del Instrumento: Panebra Choque, Jesus Alfredo Marcial
 1.5 Título de la Investigación: "HÁBITOS COMUNES ASOCIADOS A LA SALUD BUCAL EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS EN LIMA, 2023."

II. ASPECTO DE LA VALIDACIÓN

	CRITERIOS	Deficiente 1	Baja 2	Regular 3	Buena 4	Muy buena 5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología					x
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					x
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad en sus ítems.					x
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del desarrollo de capacidades cognitivas.					x
7. CONSISTENCIA	Alineado a los objetivos de la investigación y metodología.					x
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					x
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del estudio					x
10. PERTINENCIA	El instrumento es adecuado al tipo de Investigación.					x
CONTEO TOTAL DE MARCAS (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)						
		A	B	C	D	E

$$\text{Coeficiente de Validez} = \frac{(1 \times A) + (2 \times B) + (3 \times C) + (4 \times D) + (5 \times E)}{50} = 1$$

III. CALIFICACIÓN GLOBAL (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

Categoría	Intervalo
Desaprobado <input type="radio"/>	[0,00 – 0,60]
Observado <input type="radio"/>	<0,60 – 0,70]
Aprobado <input checked="" type="radio"/>	<0,70 – 1,00]

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable.

Lima, 30 de noviembre de 2023



 Dr. Christian E. Gómez Carrión
 REHABILITACIÓN ORAL
 C.O.P.: 21280
 R.N.E.: 2828

 Firma y sello



Universidad
Norbert Wiener

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y Nombres del Experto: Mg. Esp. CD. Chilon Minaya Lesly Johanna
 1.2 Cargo e Institución donde labora: Docente en la UPNW
 1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación: Cuestionarios sobre hábitos comunes y salud bucal en deportista universitarios
 1.4 Autor(es) del Instrumento: Panebra Choque, Jesus Alfredo Marcial
 1.5 Título de la Investigación: "HÁBITOS COMUNES ASOCIADOS A LA SALUD BUCAL EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS EN LIMA, 2023."

II. ASPECTO DE LA VALIDACIÓN

	CRITERIOS	Deficiente 1	Baja 2	Regular 3	Buena 4	Muy buena 5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología					x
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.					x
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad en sus items.					x
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del desarrollo de capacidades cognoscitivas.					x
7. CONSISTENCIA	Alineado a los objetivos de la investigación y metodología.					x
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.					x
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del estudio					x
10. PERTINENCIA	El instrumento es adecuado al tipo de Investigación.					x
CONTEO TOTAL DE MARCAS (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)						
		A	B	C	D	E

$$\text{Coeficiente de Validez} = \frac{(1 \times A) + (2 \times B) + (3 \times C) + (4 \times D) + (5 \times E)}{50} = 1$$

III. CALIFICACIÓN GLOBAL (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

Categoría	Intervalo
Desaprobado <input type="radio"/>	[0,00 – 0,60]
Observado <input type="radio"/>	<0,60 – 0,70]
Aprobado <input checked="" type="radio"/>	<0,70 – 1,00]

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Aplicable.

Lima, 30 de noviembre de 2023


 Dra. Lesly J. Chilon Minaya
 Experta en Instrumentos de Investigación
 Firma y sello



Universidad
Norbert Wiener

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

I. DATOS GENERALES

1.1 Apellidos y Nombres del Experto: Mg. Esp. CD. Arauzo Sinchez Carlos Javier

1.2 Cargo e Institución donde labora: Docente Tiempo Completo en la UPNW

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación: Cuestionarios sobre hábitos comunes y salud bucal en deportista universitarios

1.4 Autor(es) del Instrumento: Panebra Choque, Jesus Alfredo Marcial


1.5 Título de la Investigación: "HÁBITOS COMUNES ASOCIADOS A LA SALUD BUCAL EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS EN LIMA, 2023."

II. ASPECTO DE LA VALIDACIÓN

	CRITERIOS	Deficiente 1	Baja 2	Regular 3	Buena 4	Muy buena 5
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				x	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				x	
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia y tecnología				x	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica.				x	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos de cantidad y calidad en sus ítems.				x	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos del desarrollo de capacidades cognitivas.				x	
7. CONSISTENCIA	Alineado a los objetivos de la investigación y metodología.				x	
8. COHERENCIA	Entre los índices, indicadores y las dimensiones.				x	
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del estudio				x	
10. PERTINENCIA	El instrumento es adecuado al tipo de Investigación.				x	
CONTEO TOTAL DE MARCAS (realice el conteo en cada una de las categorías de la escala)						
		A	B	C	D	E


$$\text{Coeficiente de Validez} = \frac{(1 \times A) + (2 \times B) + (3 \times C) + (4 \times D) + (5 \times E)}{50} =$$

III. CALIFICACIÓN GLOBAL (Ubique el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y marque con un aspa en el círculo asociado)

Categoría	Intervalo
Desaprobado 	[0,00 – 0,60]
Observado 	<0,60 – 0,70]
Aprobado 	<0,70 – 1,00]

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: APLICABLE

Lima, 30 de noviembre de 2023


Carlos Javier Arauzo Sinchez
Cirujano Dentista
COP. 24474

Firma y sello

Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

Fiabilidad de la escala de Hábitos de Higiene Oral

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	N de elementos	
.902	8	

Ítems	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	.722	.886
P2	.606	.897
P3	.666	.893
P4	.779	.881
P5	.740	.885
P6	.582	.901
P7	.777	.881
P8	.692	.889

Se observa un coeficiente α con valor de .902 lo que indica una confiabilidad excelente.

Fiabilidad de la escala de Hábitos Alimenticios

Estadísticas de fiabilidad subescala Conocimientos

Alfa de Cronbach	N de elementos
.844	10

	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	.470	.835
P2	.523	.831
P3	.650	.819
P4	.739	.810
P5	.699	.815
P6	.531	.830
P7	.345	.844
P8	.468	.841
P9	.426	.839
P10	.579	.826

Se observa un coeficiente α con valor de .844 lo que indica una confiabilidad buena.

Fiabilidad de la escala de Salud Bucal
Fiabilidad de las subescala Limitación Funcional

Estadísticas de fiabilidad subescala percepciones	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.818	8

Ítems	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	.577	.791
P2	.548	.796
P3	.443	.809
P4	.494	.804
P5	.494	.804
P6	.645	.793
P7	.677	.777
P8	.545	.796

Se observa un coeficiente α con valor de .818 lo que indica una confiabilidad buena.

Fiabilidad de las subescala Dolor Físico

Estadísticas de fiabilidad subescala Actitudes

Alfa de Cronbach	N de elementos
.830	8

Ítems	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	.564	.813
P2	.781	.796
P3	.645	.799
P4	.789	.773
P5	.608	.803
P6	.627	.800
P7	.205	.869
P8	.506	.818

Se observa un coeficiente α con valor de .830 lo que indica una confiabilidad buena.

Baremos según percentiles

Percentiles	Hábitos comunes	Salud bucal	Percentiles
95	82	55	95
90	79	54	90
85	76	51	85
80	74	49	80
75	72	47	75
70	70	46	70
65	67	44	65
60	65	43	60
55	64	42	55
50	64	41	50
45	63	39	45
40	62	38	40
35	62	37	35
30	61	35	30
25	61	32	25
20	60	28	20
15	60	26	15
10	59	24	10
5	58	24	5
Media	66.30	39.95	Media
Desviación	7.446	10.094	Desviación
Mínimo	51	24	Mínimo
Máximo	83	63	Máximo

Hábitos comunes

Niveles	Rangos
Buenos ($> P_{70}$)	71 - 90
Regulares ($> P_{30}$ y $\leq P_{70}$)	62 - 70
Malos ($\leq P_{30}$)	16 - 61

Salud bucal

Niveles	Rangos
Mala ($> P_{70}$)	47 - 80
Regular ($> P_{30}$ y $\leq P_{70}$)	36 - 46
Buena ($\leq P_{30}$)	16 - 35

Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 14 de febrero de 2024

Investigador(a)
Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque
Exp. N°: 0009-2024

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios en lima, 2023” Versión 01 con fecha 19/01/2024.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **19/01/2023.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque y a los investigadores colaboradores (no aplica)

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **El Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Raul Antonio Rojas Ortega
Presidente
Comité Institucional de Ética para la Investigación
UPNW

Anexo 6: Formato de consentimiento informado

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN PROYECTO DE INVESTIGACION

Título de proyecto de investigación : "Hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios en lima, 2023."

Investigador : Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque

Institución : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "*Hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios en lima, 2023.*". de fecha 01/12/2023 y versión.01. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es determinar los hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios. Su ejecución permitirá desarrollar programas de intervención con enfoques preventivos y educativos, mejorando no solo la salud bucal de los deportistas universitarios, sino también su rendimiento deportivo y bienestar general.

Duración del estudio (meses): 6 meses

N° esperado de participantes: 120

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Alumnos de pregrado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada Norbert Wiener.
- Alumnos que autoricen su participación en la investigación.
- Alumnos deportistas calificado.
- Universitarios que realicen actividad física.
- Presentar buen estado de salud general.
- Ser natural o tener la residencia establecida en Lima.

Criterios de exclusión

- No haber realizado entrenamientos durante los últimos 31 días.
- Alumnos que desistieron de participar en el estudio.
- Alumnos que no se encuentren dispuestos a firmar el consentimiento informado para iniciar con la investigación.
- Alumnos que desistieron

(No deben reclutarse voluntarios entre grupos "vulnerables": presos, soldados, aborígenes, marginados, estudiantes o empleados con relaciones académicas o económicas con el investigador, etc. Salvo que la investigación redunde en un beneficio concreto y tangible para dicha población y el diseño así lo requiera).

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Se le brindara una encuesta de recolección de datos
- Podrá demorar unos 15 minutos en el llenarlo
- Con esta encuesta podremos determinar los hábitos comunes asociados a la salud bucal en deportistas universitarios.

La *encuesta* puede demorar unos 15 minutos y (*según corresponda añadir a detalle*). Los resultados se le entregarán a usted en forma individual y se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos: Su participación en el estudio no presenta ningún riesgo.

Beneficios: Usted se beneficiará del presente proyecto luego de que se finalice con la investigación y sea publicado en el repositorio de la Universidad privada Norbert Wiener.

Costos e incentivos: Usted *no* pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal

Investigador responsable: Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque

Numero de celular: 943123832

Correo electrónico: a2018101627@uwiener.edu.pe

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, **Email:** comité.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.



_____(Firma)_____
Nombre **participante**:
DNI:
Fecha: (dd/mm/aaaa)

Nombre **investigador**:
DNI: 72436376
Fecha: (02/01/2024)

_____(Firma)_____
Nombre testigo o representante legal:
DNI:
Fecha: (dd/mm/aaaa)

Nota: La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.

Anexo 7: Solicitud para la recolección de datos



SOLICITUD DE PERMISO PARA RECOLECCIÓN DE DATOS

Lima, 14 de marzo del 2024.

Dra. Esp. Brenda Vergara Pinto

Directora de la EAP de Odontología
Universidad Privada Norbert Wiener

Presente. -

Asunto: Solicitud de permiso para recolección de datos.

Me es grato dirigirme a usted para saludarla e informarle que habiendo recibido la conformidad por parte de mi asesora la Mg. Esp. CD. Lesly Johanna Chilón Minaya y la aprobación del Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener Exp. N.º 0009-2024 con Resolución de aprobación) - Versión 01 con fecha 14/02/2024 y Formulario de Consentimiento Informado - Versión 01 con fecha 19/01/2024.

Solicito permiso a su despacho de la E.A.P. de Odontología para que me puedan proporcionar para obtener los correos institucionales de los estudiantes de pregrado de la EAP Odontología matriculados en el periodo 2023 – II del primero al décimo ciclo, para poder ejecutar la recolección de datos de mi proyecto de investigación, del mismo modo solicito apoyo de los tutores de dichos ciclos para promover su participación.

Título de proyecto de investigación: "HÁBITOS COMUNES ASOCIADOS A LA SALUD BUCAL EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS EN LIMA, 2023".

Investigador responsable: Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque.

Código de estudiante: 2018101627.

Adjunto RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN - Exp. N.º 0009-2024.

Agradecido infinitamente por su atención, aprovecho la oportunidad para expresarle mi respeto a su persona.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque".

Nombre de la investigadora: Jesus Alfredo Marcial Panebra Choque.
DNI: 72436376.

Anexo 8: Informe del Asesor

Lima, 8 de Abril de 2025

Mg. Eduardo Valentín Falcón Puicón

Jefe de Grados y Títulos

Universidad Privada Norbert Wiener

Presente. -

De mi especial consideración:

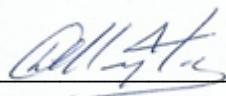
Es grato expresarle un cordial saludo y como Aseso: **Tesis** titulada: "HÁBITOS COMUNES ASOCIADOS A LA SALUD BUCAL EN DEPORTISTAS UNIVERSITARIOS EN LIMA, 2023", desarrollada por el bachiller Panebra Choque, Jesus Alfredo Marcial; para la obtención del **Título Profesional de Cirujano Dentista**; ha sido concluida satisfactoriamente.

Al respecto informo que se lograron los siguientes objetivos:

- Se Colabora en el desarrollo de los valores necesarios para obrar con rectitud en su Tesis
- Cuenta con información fidedigna sobre el desarrollo de su Tesis.
- Se observa el progreso de la Bachiller e interviniendo en los aspectos de origen académico, personal y social, evitando el agravamiento de los problemas.
- Se trabaja conjuntamente con la Bachiller para el logro de la Tesis.

Así mismo, informo y doy conformidad de que se ha cumplido con los requisitos académicos solicitados por la Universidad Privada Norbert Wiener, en torno a las políticas de originalidad y conductas antiplagio, entre ellos el Procedimiento para el uso de software antiplagio, cumpliendo con los porcentajes de originalidad establecido.

Atentamente,



Firma del Asesor

Mg.CD. Edwin Rigoberto Chumpitaz Jauregui

Apellidos y Nombres del Asesor

Anexo 9: Reporte de similitud de Turnitin

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

Tesis

AUTOR

Jesus Panebra

RECuento DE PALABRAS

8335 Words

RECuento DE CARACTERES

46212 Characters

RECuento DE PÁGINAS

42 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

282.0KB

FECHA DE ENTREGA

Jun 13, 2025 7:07 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jun 13, 2025 7:08 PM GMT-5

● 18% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 16% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 10 palabras)

● 17% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 15% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	4%
2	upc.aws.openrepository.com Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Internet	2%
4	Universidad Cesar Vallejo on 2023-07-25 Submitted works	<1%
5	core.ac.uk Internet	<1%
6	repositorio.ucsm.edu.pe Internet	<1%
7	repositorio.utelesup.edu.pe Internet	<1%
8	repositorioacademico.upc.edu.pe Internet	<1%