

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



T E S I S

**La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la
institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha - Pasco**

Para optar el Título Profesional de:

Licenciada en Educación

Con Mención: Biología y Química

Autores:

Bach. Johana Isabel CARHUARICRA MAMANI

Bach. Yuli America POVIS CHACON

Asesor:

Dr. Rómulo Víctor CASTILLO ARELLANO

Cerro de Pasco - Perú – 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



T E S I S

**La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la
institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha - Pasco**

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dr. Oscar SUDARIO REMIGIO
PRESIDENTE

Mg. Jorge BERROSPI FELICIANO
MIEMBRO

Mg. Antonio Edmundo YANCAN CAMAHUALI
MIEMBRO



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Facultad de Ciencias de la Educación
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD N° 45-2024

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

POVIS CHACON, Yuli America y CARHUARICRA MAMANI, Johana Isabel

Escuela de Formación Profesional

Educación Secundaria

Tipo de trabajo: **Tesis**

Título del trabajo

“La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco”

Asesor:

CASTILLO ARELLANO, Rómulo Víctor

Índice de Similitud: **7%**

Calificativo

APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software Turnitin similarity.

Cerro de Pasco, 05 de febrero del 2024

Director (e) Unidad de Investigación
Facultad de Ciencias de la
Educación

DEDICATORIA

Con mucho cariño y aprecio para nuestros Padres quienes tienen en nosotros cifrados sus sueños y esperanza.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por su amor infinito y a las personas de bien que aportan en mi crecimiento profesional

RESUMEN

Este estudio referente a la asociación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes en la institución en Yanacancha, Pasco, se presenta como un tema de gran relevancia y pertinencia en el contexto actual. Esta identificación del problema se fundamenta en la necesidad de establecer la compensación entre la identificación institucional y la calidad docente, promoviendo la Investigación sistemática y autoevaluación motivadas por la curiosidad y el anhelo de entender una realidad problemática

Esta investigación de prácticas sostenibles adoptadas por los docentes proporcionaría información sobre cómo la educación ambiental influye directamente en su comportamiento diario. Las conclusiones podrían destacar la efectividad de la implementación de estos principios en la vida cotidiana de los docentes y posiblemente identificar áreas donde se podrían fomentar prácticas más sostenibles.

Una de las conclusiones principales de este estudio es que al analizar cómo la educación ambiental influye en las decisiones personales y profesionales de los docentes permitiría identificar patrones y cambios específicos en actitudes y elecciones.

Palabras Claves: Educación ambiental y estilos de vida

ABSTRACT

This study regarding the association between environmental education and the lifestyles of teachers at the institution in Yanacancha, Pasco, is presented as a topic of great relevance and relevance in the current context. This identification of the problem is based on the need to establish compensation between institutional identification and teaching quality, promoting systematic research and self-assessment motivated by curiosity and the desire to understand a problematic reality.

This investigation of sustainable practices adopted by teachers would provide information on how environmental education directly influences their daily behavior. Findings could highlight the effectiveness of implementing these principles in teachers' daily lives and possibly identify areas where more sustainable practices could be encouraged.

One of the main conclusions of this study is that analyzing how environmental education influences the personal and professional decisions of teachers would allow identifying specific patterns and changes in attitudes and choices.

Keywords: Environmental education and lifestyles

INTRODUCCIÓN

SEÑORES MIEMBROS DEL JURADO CALIFICADOR:

En cumplimiento a lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Facultad de Ciencias de la Educación y Comunicación Social de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, dejamos a consideración la tesis intitulada “La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco” con el cual pretendemos optar el título profesional de Licenciadas en Educación Secundaria

En la actualidad las instituciones educativas de manera transversal deben enfocar los conocimientos del medio ambiente muchas cuando entramos a una etapa de ebullición ambiental recientemente declarado por la ONU.

Los docentes tienen la responsabilidad de ser los primeros en aplicar estos conocimientos en su vida cotidiana, motivo por el cual nosotras queremos poner en evidencia los estilos de vida en una muestra de 55 docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora el Carmen de Yanacancha Pasco.

Para finalizar deseamos agradecer a los profesores por apoyar esta investigación y a quienes con su orientación hicieron posible la cristalización de nuestra formación profesional.

Las autoras

ÍNDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
ÍNDICE	

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema.....	1
1.1.1. Identificación del problema	1
1.1.2. Planteamiento del problema	2
1.2. Delimitación de la investigación	3
1.2.1. Temática.....	3
1.2.2. Temporal	3
1.2.3. Espacial.....	3
1.3. Formulación del problema.....	4
1.3.1. Problema general	4
1.3.2. Problemas específicos.....	4
1.4. Formulación de objetivos	5
1.4.1. Objetivo general.....	5
1.4.2. Objetivos específicos.....	5
1.5. Justificación de la investigación	6
1.6. Limitaciones de la investigación.....	7

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de estudio.....	9
2.1.1. Internacional.....	9

2.1.2. Local.....	10
2.2. Bases teóricas – científicas.....	10
2.2.1. ¿Para qué sirve la Educación Ambiental?.....	10
2.2.2. Características de la Educación Ambiental.....	13
2.2.3. Obstáculos de la Educación Ambiental.....	18
2.2.4. Enfoque de la Educación Ambiental.....	25
2.2.5. Estilo de vida.....	34
2.2.6. Concepto de salud.....	40
2.2.7. La salud y sus determinantes.....	42
2.2.8. El docente y las exigencias de su entorno.....	44
2.2.9. Trastornos físicos, psíquicos y somáticos en los profesores.....	46
2.3. Definición de términos básicos.....	51
2.4. Formulación de hipótesis.....	52
2.5. Identificación de variables.....	52
2.6. Definición Operacional de variables e indicadores.....	53

CAPITULO III

METODOLOGIA Y TECNICAS DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación.....	55
3.2. Nivel de Investigación.....	55
3.3. Métodos de investigación.....	55
3.4. Diseño de investigación.....	56
3.5. Población y muestra.....	57
3.6. Técnicas e instrumento recolección de datos.....	57
3.6.1. Técnicas.....	57
3.6.2. Instrumentos de recolección de datos.....	58
3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	58
3.8. Tratamiento Estadístico.....	58
3.9. Orientación ética filosófica y epistémica.....	58

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo	60
4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados	61
4.3. Prueba de Hipótesis	70
4.4. Discusión de Resultados	71

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXO

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Paradigma	20
Tabla 2: Enfoque comparativo	22
Tabla 3: Encuestas aplicadas a los docentes (Nunca)	61
Tabla 4: Encuestas aplicadas a los docentes (A veces)	63
Tabla 5: Encuestas aplicadas a los docentes (frecuentemente).....	65
Tabla 6: Encuestas aplicadas a los docentes (Rutinariamente)	67
Tabla 7: Resumen de encuestas aplicadas a los docentes.....	69

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Encuestas aplicadas a los docentes (Nunca)	61
Figura 2: Encuestas aplicadas a los docentes (A veces)	63
Figura 3: Encuestas aplicadas a los docentes (frecuentemente)	65
Figura 4: Encuestas aplicadas a los docentes (Rutinariamente).....	67
Figura 5: Resumen de encuestas aplicadas a los docentes	69

CAPITULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACION

1.1. Identificación y determinación del problema

1.1.1. Identificación del problema

Lograr metas y objetivos para el crecimiento y la conservación del entorno natural demanda que la población adquiera comprensión de los problemas ambientales, brindan la base para la implicación y la ejecución significativa hacia un desarrollo que sea ambientalmente racional y sostenible.

El problema de investigación en el trabajo "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco" podría ser identificado mediante la implementación de la investigación-acción en el hacer docente, tomando en cuenta la identidad laboral de los maestros y su conexión con la calidad docente. Esta identificación del problema se fundamenta en la necesidad de establecer la compensación entre la identificación institucional y la calidad docente, promoviendo la Investigación sistemática y autoevaluación motivadas por la curiosidad y el anhelo de entender una realidad problemática

El trabajo pondrá en evidencia cuanto la educación ambiental nos proporcionará una descripción general de cada avance y el estilo de vida de los profesores. También se identifican las tendencias y patrones de vida de los

profesores de la I.E. Nuestra Señora del Carmen en Yanacancha- Pasco en sectores formales y no formales, iniciativas subyacentes de educación ambiental.

"La literatura existente sugiere que la educación ambiental desempeña un rol crucial en el desarrollo de actitudes y comportamientos sostenibles entre diversos grupos, incluidos los profesionales de la educación (Smith, 2018; García et al., 2020). Sin embargo, existen lagunas en la comprensión de cómo la educación ambiental impacta específicamente en los estilos de vida de los docentes en contextos educativos específicos, como en la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco. Además, pocos estudios han abordado de manera integral la relación entre la formación en educación ambiental y los hábitos personales y decisiones de los docentes en su vida diaria (Martínez, 2007; López y Gómez, 2021). Por lo tanto, se requiere una investigación más profunda y específica para comprender la interconexión entre la educación ambiental y los estilos de vida en este contexto particular."

1.1.2. Planteamiento del problema

Necesitamos hacer que lo invisible sea visible y tangible si van a desarrollar sólidas habilidades de pensamiento ecológico y llegar a comprender los ecosistemas críticos de los que forman parte. Afortunadamente, sabemos mucho sobre algunos de los principales obstáculos en este sentido y cómo se manifiestan en los estilos de vida de los profesores y medios eficaces para hacerles frente. La disponibilidad de nuevas herramientas brinda optimismo en este sentido se va abordar desde la perspectiva de la detección y resolución de problemas adaptados a la situación específica de las instituciones educativas. Según González Rey (2008), el planteamiento del problema en la investigación educativa implica la identificación y comprensión de una situación problemática,

lo cual constituye el fundamento de cualquier investigación o proyecto de estudio. Asimismo, se considerará podría la aplicación de la investigación acción en el hacer docente, tomando en cuenta la identidad profesional de los docentes y su relación con la calidad docente, como lo sugiere un artículo que presenta principios teóricos con una perspectiva hacia la investigación-acción en la práctica educativa.

1.2. Delimitación de la investigación

1.2.1. Temática

El estudio puntualiza la educación ambiental y los estilos de vida en los profesores de la I.E. Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco utilizada como método y fortalece en los Docentes. Por tanto, las delimitaciones en la que se basa este proyecto de investigación están: la educación ambiental. para los estilos de vida.

1.2.2. Temporal

Esta investigación se realizó partiendo del interés en los Docentes sobre todo en el ámbito de ciencia y tecnología. Por ello se abarcó en desarrollar la relevancia que posee la educación ambiental y los estilos de vida en los docentes. Este proyecto de investigación se ha desarrollado desde el mes de agosto del 2022, en él se han utilizado hasta la fecha libros, tesis, artículos, tutoriales y fuentes de consulta válidos de índole nacional e internacional, propias de instancias de prestigio. El tiempo es otro factor enemigo ya que es poco para desarrollar una investigación más amplia.

1.2.3. Espacial

Esta investigación nació a partir del interés que desempeña La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes. El estudio es de tipo cuantitativa experimental. Pero parte desde interés docente por brindar mejora en el estilo de vida

1.3. Formulación del problema

El trabajo de investigación "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco" es identificado como la necesidad de analizar y comprender cómo se incorporan los docentes de la institución mencionada. y transmiten valores y prácticas sostenibles en su ambiente de trabajo y en la comunidad en general. Este problema se puede abordar desde diferentes perspectivas, como la relevancia de la educación ambiental al desarrollar la conciencia ecológica y la promoción de un estilo de vida sostenible; por lo que nos planteamos:

1.3.1. Problema general

¿Cuál es la relación de la educación ambiental en los estilos de vida de los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco?

1.3.2. Problemas específicos

- ¿En qué medida los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen comprenden y están informados sobre los principios de la educación ambiental?
- ¿Qué prácticas sostenibles adoptan los docentes en su vida diaria como resultado de la educación ambiental recibida?
- ¿Cómo afecta la educación ambiental en las decisiones personales y profesionales de los docentes en la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen?
- ¿Cómo evalúan los docentes la efectividad de la educación ambiental recibida en relación con sus cambios en estilos de vida?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Describir cuál es la relación de la educación ambiental y los estilos de vida de los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco

1.4.2. Objetivos específicos

- Evaluar el nivel de comprensión de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen sobre los principios fundamentales de la educación ambiental, mediante la aplicación de encuestas y entrevistas, con el fin de identificar áreas de conocimiento consolidado para su comprensión.
- Investigar y documentar las prácticas sostenibles que los docentes adoptan en su vida diaria como resultado directo de la educación ambiental recibida, mediante observaciones, registros y entrevistas, para determinar la efectividad de la implementación de estos principios en su comportamiento cotidiano.
- Analizar cómo la educación ambiental influye en las decisiones personales y profesionales de los docentes en la I.E. Nuestra Señora del Carmen, mediante el estudio de casos, entrevistas y análisis documental, con el propósito de identificar patrones y cambios específicos en las actitudes y elecciones de los docentes.
- Evaluar la percepción de los docentes respecto a la efectividad de la educación ambiental recibida en relación con sus cambios en estilos de vida, mediante encuestas estructuradas y entrevistas semiestructuradas, para obtener datos cualitativos y cuantitativos sobre las percepciones de los instructores, acerca de la utilidad y aplicabilidad de la formación recibida.

1.5. Justificación de la investigación

Este estudio referente a la asociación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes en la institución en Yanacancha, Pasco, se presenta como un tema de gran relevancia y pertinencia en el contexto actual. Esta justificación se basa en los siguientes aspectos:

- **Importancia de la Educación Ambiental:**

La creciente conciencia de los desafíos ecológicos a nivel global destaca la relevancia de la enseñanza sobre el medio ambiente como herramienta clave para fomentar la sostenibilidad y la responsabilidad ecológica. Entender cómo esta educación impacta en los docentes no solo contribuirá al desarrollo personal de los educadores, sino que también influirá en la formación de futuras generaciones.

- **Influencia en la Comunidad Educativa:**

La institución educativa sirve como un microcosmos que refleja y afecta la comunidad circundante. Comprender la asociación entre la educación ambiental y los estilos de vida en los docentes no solo impactará la vida personal de los educadores, sino que también puede tener repercusiones en la cultura escolar y la percepción ambiental de los aprendices.

- **Identificación de Áreas de Mejora:**

Mediante esta investigación, se pretende identificar áreas específicas donde la implementación de la educación ambiental puede mejorarse, permitiendo a la institución educativa adaptar sus estrategias pedagógicas para garantizar un impacto más significativo en los estilos de vida de los profesores.

- **Contribución al Conocimiento Científico:**

La investigación propuesta contribuirá al conocimiento científico existente al abordar una brecha en la literatura relacionada con la intersección entre la educación ambiental y los estilos de vida docentes en un contexto

específico. Los resultados obtenidos pueden ser utilizados como guía en investigaciones posteriores y prácticas educativas.

- **Relevancia Social y Ambiental:**

En un marco más extenso, la investigación tiene el potencial de generar conciencia pública sobre la importancia de la educación ambiental y su impacto en la vida cotidiana. Esto puede ser fundamental para promover prácticas sostenibles no solo entre los docentes, sino incluyendo a la totalidad de los residentes.

1.6. Limitaciones de la investigación

Es importante reconocer y discutir las posibles limitaciones de tu investigación para garantizar la transparencia y la honestidad en la interpretación de los resultados. Aquí te doy algunos ejemplos de posibles limitaciones para tu trabajo de investigación:

- **Tamaño de la Muestra:**

La limitación más evidente podría ser el tamaño de la muestra. Dependiendo de la disponibilidad y la participación de los docentes, la muestra podría no representar completamente la diversidad de experiencias y perspectivas en la institución educativa.

- **Generalización a Otros Contextos:**

La investigación se centra específicamente en la I.E. Nuestra Señora del Carmen en Yanacancha, Pasco. Por lo tanto, la generalización de los resultados a otras instituciones educativas o contextos geográficos podría ser limitada.

- **Sesgo de Respuesta:**

Existe la posibilidad de que los docentes participantes respondan de manera selectiva, lo que podría introducir sesgos en los resultados. Algunos

docentes podrían ser más propensos a participar si ya están interesados en la educación ambiental, mientras que otros podrían abstenerse.

- Factores Externos:

El estudio puede ser influenciado por elementos externos, siendo modificaciones en la administración de la institución o eventos inesperados que podrían influir en la percepción y participación de los docentes durante el período de estudio.

- Medición de Variables:

La medición de variables, como la comprensión de la educación ambiental y las prácticas sostenibles, puede ser subjetiva. Las respuestas de los participantes podrían basarse en percepciones personales y, por lo tanto, ser difíciles de cuantificar de manera objetiva.

- Dificultades en la Retroalimentación:

Puede ser desafiante obtener retroalimentación precisa y detallada sobre las prácticas sostenibles adoptadas por los docentes en su vida diaria. La información autoreportada puede no reflejar completamente la realidad y podría haber variabilidad en la interpretación de términos clave.

- Variables no Consideradas:

Puede haber variables no consideradas en el diseño del estudio que podrían influir en los resultados. Por ejemplo, factores personales o eventos históricos que no fueron tenidos en cuenta durante la planificación del estudio.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes de estudio

2.1.1. Internacional

La intersección entre la educación ambiental y los estilos de vida siendo esencia de atención creciente en la literatura académica debido a la urgencia de abordar los desafíos ambientales contemporáneos. Numerosos estudios han explorado cómo la educación ambiental puede ejercer impacto en las actitudes y conductas de diferentes grupos, incluyendo profesionales de la educación.

Asimismo, Martínez (2007) examinó los aspectos políticos de la educación ambiental en un esfuerzo por comprender cómo las políticas y enfoques institucionales pueden afectar la implementación. Este trabajo destaca la necesidad de considerar factores políticos y estructurales al explorar la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida, especialmente en un entorno educativo específico.

En una investigación realizada por López-Gómez, Martín-Gómez, y Vidal-Esteve (2021), se analizaron aplicaciones móviles encaminadas a la niñez desde una perspectiva técnica, pedagógica, de diseño y contenido. Este enfoque en la tecnología educativa proporciona una visión valiosa sobre cómo las

herramientas modernas pueden utilizarse para fomentar la educación ambiental, aunque la aplicación directa a los estilos de vida de los educadores puede variar.

A pesar de estos esfuerzos, hay una brecha evidente en la literatura en asociación con la influencia específica de la educación ambiental en los estilos de vida de los educadores en IE particulares, como la I.E. Nuestra Señora del Carmen en Yanacancha, Pasco. La presente investigación se propone abordar esta brecha, centrándose en un contexto específico y explorando las experiencias y perspectivas de los docentes en esta institución en particular.

Al construir sobre la base proporcionada por estos estudios anteriores, la presente investigación busca aportar conocimientos específicos sobre cómo la educación ambiental se asocia con los estilos de vida de los educadores, contribuyendo así a la comprensión global de este tema y proporcionando información práctica y aplicable para el contexto educativo de Yanacancha, Pasco.

2.1.2. Local

En la biblioteca de nuestra institución no hallamos investigaciones previas de naturaleza semejante a nuestra investigación.

2.2. Bases teóricas – científicas

2.2.1. ¿Para qué sirve la Educación Ambiental?

Dado que las preocupaciones medioambientales están vinculadas al patrón o sistema de progreso económico y en el ámbito social, un contexto que experimenta un deterioro gradual y se vuelve cada vez más difícil de revertir. El actual sistema de adquisición/creación y el consumo excesivo nos está llevando a una grave situación de la que será muy difícil recuperarse. Ello se debe a que pone de relieve la ausencia de regulación en la expansión de la economía y la producción, lo cual es un sello caracterizado por un sistema que ve a los ecosistemas únicamente como objetos y les asigna un valor principalmente económico y comercial (Martínez, 2007b).

La degradación del entorno es afectada por una elevada tasa de falta de educación, que, mediante un procedimiento de enseñanza, la comunidad comunica ciertos principios que van dando forma al comportamiento de los profesores (González, 2000).

El fin de la educación es extender las estructuras de producción existentes, lográndolo mediante sus contenidos y métodos; por tanto, no es imparcial, a pesar de los intentos en nuestros países de presentarla como tal a través de diversos medios de difusión. Es suficiente tener en cuenta la función que cumplió la educación durante el período colonial en América, estrechamente ligada a la esfera religiosa. Desde esos tiempos lejanos hasta el presente, la circunstancia perdura: la enseñanza se percibe como un tema político (Sangronis, 2004).

La educación, como resultado de la interacción social y herramienta para cambiar la sociedad en la que se integra, representa un elemento socio-cultural que facilita la comunicación del saber.

En la aplicación pedagógica se pueden observar diversas formas de componer la educación ambiental en el plan educativo, que abarcan distintos niveles, desde aquellas que la ven como un componente más de la enseñanza, hasta las que la describen como un principio instructivo que conecta varios elementos del currículo (Sessano, 2006), como ilustración:

- a) **Modelo de investigación del medio:** en ciertas situaciones, la incorporación de la educación ambiental al currículo no ocurre de manera efectiva; en cambio, se aborda como un Integrar un tema medioambiental con los alumnos, preservando al mismo tiempo la integridad del proceso educativo. Los recursos educativos carecen de una conexión vital y sólo se perciben como un activo instructivo fundamental.
- b) **Modelo de aproximación desde las disciplinas:** la enseñanza sobre el entorno se equipará con un campo del conocimiento científico, y los asuntos

vinculados al entorno ambiental se integran en el currículo de una o varias materias. Este enfoque es más académico y carece de una perspectiva integral del entorno, ya que puede prevalecer lo referente a la biología o lo social, con una orientación basada en la ciencia o académico.

La educación ambiental debe definirse como una comprensión global del medio ambiente que incluye tanto aspectos sociales como ecológicos. Debe considerar la mente como un sistema comprometido e interactivo, en el que todos los elementos están interconectados. Esta técnica se define como un procedimiento flexible, dinámico e innovador, con el propósito de abordar desafíos socio-ambientales (Martínez, 2007). Se requiere una perspectiva sistémica en la que los elementos de la realidad se presenten como sistemas organizados, conectados e interrelacionados jerárquicamente. Superar la lógica implica establecer un vínculo entre la naturaleza y la sociedad, adoptando un enfoque integral que integre tanto las ciencias naturales como las sociales, permitiendo la concreción del conocimiento:

- Evaluación ambiental (no basada en aspectos económicos) del entorno natural.
- Interacciones ecológicas y la implicación de la humanidad.
- Vista panorámica y conciencia estética junto con la preservación del entorno.
- Influencia generada por la actividad humana en el entorno y sus métodos de producción.
- Sensibilización frente a los desafíos relacionados con el medio ambiente.
- Trato durante el examen y solución de desacuerdos entre individuos.
- Estimulación de comportamientos para mejorar el bienestar vital.
- Individuos que utilizan bienes y prestaciones de manera activa y reflexiva.

A pesar de la complejidad de categorizar la enseñanza ambiental debido a la variedad de enfoques y prácticas específicas, es posible comenzar desde la

sugerencia presentada en el Congreso de Moscú: "La educación ambiental constituye un desarrollo continuo mediante el cual las personas y las comunidades desarrollan una comprensión de su entorno. En este proceso, adquieren conocimientos, valores, habilidades, experiencia y la motivación necesaria para abordar, tanto individual como colectivamente, los desafíos ambientales actuales y venideros" (Congreso Internacional de Educación y Formación sobre Ambiente. Moscú, 1987).

Por lo tanto, dicho tema se convierte en una herramienta indispensable en el logro de los objetivos críticos necesarios para el desarrollo sostenible. Esta estrategia promueve la adquisición de información por parte de los individuos sobre los factores ecológicos, culturales y sociales contribuyendo a resolver los inconvenientes medioambientales. Además, forja un vínculo entre los individuos y su entorno local, incluido el pueblo, el distrito, centro educativo abarca el lugar laboral, el vecindario, la región, el país y el planeta Tierra en la era global actual (Morín, 2006).

2.2.2. Características de la Educación Ambiental

Constituye un procedimiento completo, metódico y constante de comunicación, educación y preparación tanto en contextos oficiales como informales, con una base de respeto por todos los seres vivos. A través de este proceso, las personas, de manera individual y colectiva, generan conciencia y asumen la responsabilidad frente al entorno y sus recursos. Los individuos lo consiguen adquiriendo información, habilidades, valores, actitudes y motivaciones que capaciten a las personas para comprender las intrincadas interconexiones entre los elementos ecológicos, económicos, sociales, políticos, culturales, éticos y estéticos relacionados con el medio ambiente (Frers, 2010).

La enseñanza debe incluir la deliberación y conversación acerca de una perspectiva que vaya más allá de las visiones fragmentadas de profesionales especializados, que carecen de una comprensión integral. La meta de incorporar

la instrucción medioambiental en el programa de estudios debe atender al requerimiento de que tanto individuos como colectivos sociales, con el respaldo de las actividades escolares, desarrollen la capacidad para abordar, con una mentalidad abierta, reflexiva, autónoma y negociadora, los desafíos que plantea el entorno sociónatural.

La educación ambiental debe estimular una transformación en la actitud y estimular una participación comprometida en la administración del entorno, generando acciones apropiadas con respecto al medio ambiente. La definición del entorno y las disposiciones hacia la instrucción medioambiental están estrechamente vinculadas (Benegas y Marcen, 1995).

Dentro de los propósitos para vincular lo referente a las actitudes sobre los componentes teóricos de la educación medioambiental se encuentran:

- a) Cultivar la conciencia frente a desafíos socioambientales a través de la reflexión crítica sobre la formulación, debate, construcción de opiniones, difusión de problemáticas y propuestas de resolución.
- b) Fomentar la toma de conciencia acerca de actitudes y comportamientos junto al equilibrio ambiental, apreciando las implicaciones de impactos significativos.
- c) Progresar hacia una comprensión más elaborada, desde los conceptos fundamentales respecto el funcionamiento del entorno, en cuanto a los conceptos relacionados con la interacción, transformación y la conexión de la persona con su contexto.
- d) Fomentar actitudes solidarias mediante la comprender de las conexiones entre los distintos entornos y la dependencia socioeconómica, cultural y política, superando la dicotomía entre el entorno natural y el entorno social.
- e) Reconocer la importancia del legado cultural y demostrar respecto a las distintas expresiones culturales.
- f) Reforzar la habilidad de evaluación, junto con las disposiciones y conductas

éticas en el día a día, incorporando consideraciones ambientales en las actividades individuales cotidianas y su incorporación en la comunidad.

De ahí que resulte arduo modificar las pautas de comportamiento de una comunidad cuando la estrategia de desarrollo dominante está bien establecida. La respuesta consiste en sugerir una reevaluación de los cambios de comportamiento, actitud y estilo de vida. Esto incluye analizar valores, símbolos, ideologías e interacciones socioeconómicas. Esto engendrará nuevas formas de existencia y nuevas interrelaciones entre la civilización y el medio ambiente (Frers 2007).

Desde una perspectiva didáctica, fomenta un marco teórico y metodológico novedoso específico; al abordar una cuestión de deterioro del entorno, tiene en cuenta:

- Contenido de ideas, aspectos emocionales y componentes ideológicos (modo de vida).
- Asume una visión mundial de ideas generales (sistema, interconexión).
- Analiza el entorno como una herramienta pedagógica.
- Aplica un enfoque de trabajo que fomente la crítica y la solidaridad.
- Identifica y soluciona desafíos ambientales en el ámbito escolar.

La relevancia de la instrucción sobre el medio ambiente radica en fomentar procesos dirigidos a establecer valores, conocimientos y actitudes que permitan adquirir habilidades para alcanzar un desarrollo sostenible fundamentado en la igualdad y equidad social, además del reconocimiento y aprecio por la variedad tanto biológica como cultural.

La educación medioambiental, implica aprender a avanzar en el progreso de manera que se resguarden, mantengan y conserven los sistemas esenciales para la vida en el planeta (N.J. SmithSebasto, 1997). Este constituye el núcleo del concepto y la particularidad fundamental del progreso sostenible. Además, la educación sobre el medio ambiente busca generar conciencia en toda la

población, ya sea en el ámbito escolar o comunitario, acerca de la preservación del entorno y el uso consciente de las energías (Daniela Badilla, 14/06/11).

Con este propósito, de este tema en el entorno escolar debe adoptar un enfoque transdisciplinario, abarcando tanto la Enfoque basado en la ciencia (biología, ecología) como la ideológica (principios, conductas, posturas), así como la integradora (proceso de aprendizaje, educación). La transformación implica el paso de una percepción simplista a una visión más elaborada del entorno, requiriendo la reestructuración de las creencias arraigadas en el pensamiento diario, a través de propuestas que fomentan la integración y globalización, la educación ambiental promueve una perspectiva más centrada en el entorno global (Nieto, 2004). La educación ambiental busca estimular la implicación en la transformación social, cultural y económica, mediante la cultivación de diversos valores, actitudes y destrezas. Esto capacita a cada individuo para forjar sus propios criterios, asumir responsabilidades y contribuir de forma productiva (Guzmán, 2003).

Por consiguiente, la instrucción se presenta como la vía más efectiva para coordinar la evolución social y medioambiental, con el objetivo de equipar a todos (Sessano, 2006);

- Fomentar la comprensión de desafíos ambientales a nivel local y global. o Capacitar a individuos para examinar de manera crítica la investigación socioambiental.
- Mejorar la comprensión de cada proceso medioambiental en unión con los elementos sociales, culturales y económicos, de forma políticamente contextualizada.
- Estimular la incorporación de valores a favor del medio ambiente y promover actitudes reflexivas y constructivas.
- Contribuir al fomento de una ética que impulse la preservación del entorno desde un enfoque de justicia y solidaridad.

- Instruir a cada persona en la evaluación de los desafíos socioambientales, en la discusión de opciones y al tomar decisiones para resolverlos.
- Promover la involucración de la sociedad en cuestiones comunitarias, fortaleciendo el compromiso conjunto hacia el entorno.
- Actuar como una herramienta que promueva comportamientos sostenibles en todas las esferas de la vida.

Es un procedimiento completo, sistemático y continuo de comunicación, educación y entrenamiento, ya sea en entornos estructurados, no estructurados o casuales, basado en la consideración hacia todas las manifestaciones de vida. A través de este proceso, tanto individuos como grupos sociales, adquieren conciencia y asumen la responsabilidad del entorno y sus recursos a través de la obtención de competencias, destrezas, posturas, principios y estímulos. Esto permite a los individuos comprender las complicadas interconexiones entre los factores ecológicos, económicos, éticos, culturales, políticos, sociales y estéticos que afectan al medio ambiente. Además, capacita a los individuos para comprometerse y organizar esfuerzos para abordar y mitigar los problemas ecológicos existentes y futuros, todo ello adhiriéndose a los principios del desarrollo sostenible. La estrategia se centra en promover la convivencia y demostrar reverencia por el medio ambiente, con la intención de beneficiar tanto a las generaciones actuales como a las futuras. Exigir un desarrollo verdaderamente sostenible (Novo, 2006).

La educación ambiental establece una conexión entre las personas y su entorno, buscando fomentar un cambio en las actitudes y generar conciencia acerca de la relevancia de preservar tanto para las perspectivas de futuro como para la mejora de la calidad de vida.

En otras expresiones, la educación ambiental busca un avance que asegure, resguarde y mantenga el ciclo de los sistemas fundamentales para el

mantenimiento de la vida en el planeta. Esto representa el principio fundamental del desarrollo sostenible (Martínez, 2007a).

2.2.3. Obstáculos de la Educación Ambiental

Hasta ahora, las respuestas han surgido a través de transformaciones tecnológicas, la implementación de regulaciones con ciertas limitaciones, la imposición de gravámenes a aquellos que contaminan y la concesión de subsidios a quienes desarrollan productos respetuosos con el entorno. A pesar de ello, todas estas acciones han experimentado un éxito restringido, y la influencia en la biosfera empeora de forma constante, dando lugar a un mañana impredecible para la naturaleza y la humanidad.

El sistema preponderante de progreso socioeconómico, con sus políticas orientadas al neoliberalismo y estrategias centradas en el mercado urbano-industrial (Hernández, A. et al., 2009), colabora en exacerbar las dificultades socioambientales. La carencia de conciencia política sobre el hecho que el plan de crecimiento actual es responsable de la degradación socioambiental continúa. Estos temas no han sido fácilmente asimilados o aceptados en el contexto de la educación formal, principalmente debido a la resistencia de la enseñanza convencional para incorporarlos dentro de sus estructuras académicas. Frente a la crisis socioeconómica y ambiental presente en la sociedad (Beck, 2004), emerge como una opción practicable para abordar la problemática general. Su propósito es fomentar transformaciones sociales, para obtener nueva información, fomentar la participación de los ciudadanos y apoyar el crecimiento a largo plazo. Con todo ello se pretende que la sociedad sea más justa, abierta y útil (Martínez, 2009a).

Las cuestiones contemporáneas requieren enfoques de pensamiento y acción distintos a los convencionales. Por tanto, es necesario adoptar nuevas maneras de comportarnos, actuar, Encontrar formas de vivir, trabajar, relacionarse y consumir que estén en consonancia en la búsqueda del bienestar

a largo plazo, aunque para ello haya que sacrificar ciertas comodidades (Funtowicz y Ravetz, 1996).

Frente a este escenario, la reacción lógica, positivista y científica de la tradición occidental para abordar la crisis generada es la creación de campos científicos que analicen las razones detrás de la situación y propongan enfoques pedagógicos que preparen a las personas para afrontar este desafío emergente.

Cada enfoque educativo refleja las pautas y estilos de vida, tanto implícitos como explícitos, presentes en el contexto histórico-cultural donde se inserta (Martínez, 2007b). El nuevo paradigma ofrece una nueva comprensión teórica del universo, la sociedad y la humanidad. Su objetivo es proporcionar una explicación comprensiva de cada elemento y característica de una realidad o fenómeno, reconsiderando la percepción de su entorno. Busca interpretar, organizar y establecer conexiones con esa nueva realidad. La novedosa metodología reevalúa nuestro comportamiento e intenta alterar la naturaleza de la realidad haciendo hincapié en el compromiso activo de los individuos y su interacción con la materia, al tiempo que reconoce nuestra conexión intrínseca con ella. Las variaciones en las normas de observación son el resultado de la aparición de un paradigma, que también distingue y polariza los conceptos. Esto da lugar a una transformación que facilita el desarrollo de un punto de vista sistemático y bien definido, construyendo así una novedosa visión crítica del mundo. El paradigma sirve de factor motivador en la búsqueda de la comprensión de los cambios cualitativos en la progresión de la realidad. En la resolución eficaz de un conflicto, este factor es crucial (Capra, 1998).

Tabla 1:
Paradigma

ORDEN (convencional)	CAMBIO (alternativo)
Positivismo	Utópico
Ahistórico	Dialéctico
Equilibrio	Transformación
Alienación	Revolución
Monodisciplinario: divide el conocimiento de la realidad.	Transdisciplinario: integra el conocimiento a la realidad

Dato: Esta tabla muestra el den convencional y alternativo de un paradigma.

Toledo. (1995).

Preservar implica adquirir conocimiento, comprender, cuestionar y llevar a cabo transformaciones. Es imprescindible identificar las razones o impedimentos de tales problemas con el fin de abordarlos efectivamente (Delors, 2008).

La educación se considera una tarea intrínsecamente política. Ni la educación tradicional ni la política pueden contradecir este elemento, siendo una connotación que merece ser rescatada (Delgado, 2006).

Según Sangronis (2004), la Educación Ambiental debe cuestionar la razón de ser de una estructura social excluyente, antidemocrática, inviable y depredadora. El descuido en este sentido resulta en notables incoherencias entre los principios y comportamientos respetuosos con el medio ambiente que se pretenden cultivar en el público, y los que emergen de las acciones cotidianas de la sociedad consumista. Además, Sangronis afirma que la Educación Ambiental posee un aspecto político, ya que promueve la alteración de los marcos sociales inherentes al paradigma civilizatorio existente.

Sin embargo, la actividad educativa por sí sola no resulta adecuada para abordar la problemática ambiental. Para alcanzar las intrincadas interconexiones existentes entre la sociedad humana y el medio ambiente natural, la educación ambiental debe integrar una representación política más amplia. "Para contribuir con eficacia a mejorar el medio ambiente, la acción de la educación debe vincularse con la legislación, las políticas, las medidas de control y las decisiones que los gobiernos adopten en relación al ambiente humano" (UNESCO, 1992).

El conocimiento educativo establecido y tradicional progresa desde una percepción básica y lineal del entorno hacia una perspectiva más elaborada del mundo. Esta visión está vinculada a la ejecución, lo que es inmediato y obvio, enfocada en lo concreto en lugar de lo general y abstracto, se presenta como una relación directa de causa y efecto, donde algunos elementos ejercen influencia sobre otros, sin considerar la reciprocidad e interdependencia. Este enfoque sigue una estructura estática y inflexible, adoptando una perspectiva mítica, doctrinaria e inflexible en relación con la realidad, se apoya en un sistema de creencias arraigado en la utilización de los recursos en beneficio propio, el ejercicio de la autoridad, el fomento de la discordia, la promoción de la rivalidad y la priorización de los intereses individuales. Por otro lado, la educación medioambiental implica una visión mundial y global del planeta (Toledo, 1990).

La educación, en su enfoque tradicional, se ha centrado en la mera comunicación de saberes de carácter científico relacionados con el entorno. Esto engloba los procesos de los elementos, principios y respuestas de naturaleza física, química y biológica, junto con las conexiones de origen y consecuencia entre ellos. Asimismo, incorpora la utilización de técnicas desarrolladas y respaldadas de forma empírica para influir en las actitudes y comportamientos de los individuos hacia su entorno, tanto a nivel individual como social. Además, se apuesta por métodos educativos que no contemplan la incorporación de la integración transdisciplinar o transversal. Como consecuencia, la educación

ambiental no logra abordar eficazmente la causa subyacente del problema en cuestión, que es la necesidad de examinar críticamente el modelo civilizatorio actual. Este modelo se caracteriza por su énfasis en la producción, el consumo y el despilfarro, impuesta por la ideología neoliberal del mercado global desregulado (Novo y Murga, 2010).

Tabla 2:
Enfoque comparativo

Convencional	Sustentable
Atomista: todo se compone de la adición de las partes.	Holista: los componentes no son comprensibles por separado de su totalidad, la cual difiere de la simple suma de cada parte.
Mecánico: los sistemas se mueven de un equilibrio a otro.	Sistémico: interacción de elementos dentro relativa a un entorno y un conjunto de circunstancias particulares, como un proceso evolutivo y previsible.
Universal: hay fundamentos generales.	Contextualizado: depende de una amplia variedad de factores inherentes al tiempo y al espacio.
Monista: la comprensión parcial puede integrarse en un todo.	Subjetivo: no pueden ser comprendidos más allá de nuestras acciones y principios.
Singular: solamente hay un elemento o saber.	Pluralista: sistemas complejos que se identifican a través de métodos de entendimiento distintos, con particularidades de la existencia.

Lineal: el avance en el desarrollo es acumulativo, sin mirar atrás.	Espiral, Circular: el desarrollo regresa al punto de partida, superando los desafíos en el camino.
Monodisciplinario: divide la comprensión de la realidad.	Transdisciplinario: Incorpora contribuciones diferentes y sistemas de conocimiento.

Dato: Esta tabla muestra el enfoque comparativo entre lo convencional y sustentable. Toledo (1995).

La educación tiene la responsabilidad de cuestionar la lógica de un sistema social que excluye, carece de democracia, es insostenible y depredador. No abordar este desafío conlleva a notables incoherencias entre los principios medioambientales que pretendemos inculcar a la ciudadanía y los que ya dominan en la sociedad contemporánea (Martínez, 1998).

Sería beneficioso fomentar una reflexión que lleve a considerar el entorno como una amalgama de componentes, incluyendo recursos, formas de ganarse la vida, biosfera, sociedad, peculiaridades, ideales humanos, etc., perspectivas y folclore. Además, se busca que las interacciones armónicas entre estos elementos sean incorporadas en la percepción ambiental (Tilbury, 1995).

La principal aspiración de la educación ambiental es mejorar la calidad del entorno. La sociedad está empezando a reconocer gradualmente los diversos factores que influyen en la preservación del medio ambiente, originados por diversas razones:

- a) modo de vida ilógico (exceso de producción y consumo desmedido),
- b) falta de conocimiento sobre el ciclo ecológico,
- c) priorización del lucro, el mercado y sus dinámicas de oferta y demanda,
- d) sistema político de desarrollo que carece de sostenibilidad,
- e) aumento significativo y rápido de la población en áreas urbanas,

- f) deterioro acelerado y explotación rápida de los ecosistemas, e
- g) falta de conciencia sobre los desastres socio-naturales.

La educación ambiental necesita reconsiderar, en el contexto histórico y su interacción con las estructuras de poder establecidas, una perspectiva filosófica tanto del entorno como de la sociedad. A través de diversas visiones pedagógicas, se sugiere de manera dialéctica la incorporación de enfoques metodológicos novedosos que aborden de manera transversal los procedimientos de enseñanza y aprendizaje, especialmente en temas sociales y ambientales. Esto implica fomentar los valores relacionados con el medio ambiente y adoptar modos de vida más equitativos, justos y sostenibles (Szabó, Lakatos y Ruvovzky, 2001).

La clave fundamental para abordar las preocupaciones socio-ambientales radica en la implementación de una educación ambiental de carácter crítico, que alcance Todos los sectores y niveles de la sociedad. Este tipo de educación deberá enfocarse en instruir los procesos de los entornos naturales y, específicamente, cómo los humanos logran manejar los ecosistemas de manera sostenible para garantizar una convivencia armoniosa, reduciendo al mínimo la degradación y la contaminación del aire, agua y suelo, así como los peligros que enfrentan otras especies de flora y fauna. Asimismo, esta instrucción debería demandar la aplicación rigurosa de normativas para controlar las fuerzas del mercado en relación con los bienes y el empleo (Martínez, 2009b).

La meta de esta educación es formar individuos con conocimientos sobre el medio ambiente, capacitados para adoptar actitudes y destrezas que beneficien su bienestar. Por ende, una educación ambiental crítica debe fundamentarse en:

- a) Tomar en cuenta el entorno de manera holística, abarcando no solo sus componentes naturales, sino también los factores relacionados con la tecnología, la sociedad, la economía, la política, la ética, la cultura, la historia

y la estética.

- b) Adoptar un enfoque interdisciplinario para abordar los aspectos ambientales, que se basa en los conocimientos particulares de cada disciplina para fomentar una visión sostenible.
- c) Abordar la cuestión ambiental desde lo específico hacia lo general busca que las comunidades comprendan las condiciones del entorno en otras áreas, reconozcan las características de diversas regiones geográficas y políticas, y reflexionen sobre las implicaciones globales de los problemas ambientales. Esto promueve la participación y la responsabilidad de los individuos en distintos niveles.
- d) Fomentar entre los individuos en proceso de formación el desarrollo del entendimiento, la habilidad para abordar desafíos, el reconocimiento de valores, la exploración y la valoración de circunstancias, especialmente enfocados en la concienciación ambiental y el aprendizaje sobre su comunidad local.
- e) Empoderar a los individuos en la organización de sus propias vivencias educativas y ofrecerles la oportunidad de realizar elecciones y asumir las responsabilidades que conlleven.

La educación ambiental, en lugar de restringirse a un componente específico del proceso educativo, debería transformarse en un fundamento esencial para desarrollar un nuevo modo de vida.

2.2.4. Enfoque de la Educación Ambiental

El análisis los aspectos socioambientales en la educación ha enfrentado desafíos debido a la resistencia arraigada en la educación convencional para incorporar perspectivas que pueden resultar difíciles de integrar en los currículos establecidos. Además, la educación medioambiental ha crecido fuera de este entorno escolar habitual.

Los campos de las ciencias sociales y naturales no parecen estar conectados con las circunstancias sociales y biológicas, la cual ha experimentado crecimiento y evolución con el tiempo. Asimismo, existen deficiencias intrínsecas en estas disciplinas; por ejemplo, se evidencia el apartamiento entre el sujeto y el objeto, así como una perspectiva evolutiva utilizada para explicar el progreso social y natural, lo que presenta desafíos para incorporar estudios socioambientales en el ámbito educativo (Guzmán, 2003).

La educación se configura como un elemento social y herramienta para moldear la sociedad. En consecuencia, los sistemas educativos se desenvuelven como participantes activos y, a su vez, como productos de las dinámicas de transformación social.

La posición epistemológica de la educación ambiental en el ámbito de las ciencias sociales y naturales surge como resultado natural de abordar los desafíos socioambientales desde la óptica del paradigma mecánico newtoniano previo.

Los problemas sociales y ambientales no están desprovistos de ideología tampoco están separadas de las fuerzas económicas y políticas que gobiernan hoy en día. Para que la educación sea auténtica y tenga impacto, es crucial comenzar por examinar y cuestionar la supuesta imparcialidad moral de la crisis ambiental. Por eso los estudios sociales y de la naturaleza son importantes en la escuela (Sangronis, 2004).

Las personas que trabajan en ciencias naturales y sociales no saben mucho sobre métodos participativos activos porque no tienen suficientes conocimientos académicos. Esto demuestra que falta rigor, precisión y organización conceptual y teórica. La concepción histórica en la interacción entre sociedad y naturaleza puede pasarse por alto fácilmente, esto hace más difícil averiguar cómo funcionan las tendencias y los cambios en diferentes momentos, así como la aparición de nuevos enfoques.

Dentro de las instituciones universitarias, el ámbito del conocimiento debería ser inherentemente más transdisciplinario y abarcar una perspectiva más holística, ya que la educación sigue siendo en su mayoría influenciada por las áreas de Biología y Química, sin considerar adecuadamente otras disciplinas sociales. En 1977, La UNESCO (1980) convocó en la ciudad rusa de Tiflis acogió la Conferencia Intergubernamental sobre Educación Medioambiental. El seminario se centró en los principios fundamentales de la educación medioambiental, que son esenciales para promover la causa del desarrollo sostenible:

- La manera en que la sociedad percibe la realidad se moldea a partir de sus vivencias, saberes, tradiciones, vínculos, convicciones, emociones y, especialmente, sus objetivos y requisitos.
- El reconocimiento y aprecio de la diversidad cultural y de identidad son cruciales en la capacitación de los instructores. Esto se debe a que el entendimiento del estudiante debe ser lo bastante inclusivo para reconocer las particularidades de todos los elementos que conforman las distintas comunidades, incluyendo su identidad cultural.
- El enfoque integral del ser humano se fundamenta en la necesidad de transformar el mundo mediante una colaboración entre la comunidad y el individuo, donde la combinación de sus componentes contribuye a esta evolución social como una entidad unificada. Este enfoque aboga por una forma de ser y de coexistir con el medio ambiente basada en un humanismo revitalizado, caracterizado por su crítica constructiva y su capacidad de tolerancia. Hasta el momento, la educación ha adoptado una perspectiva limitada y práctica de los problemas ambientales, sin explorar a fondo la extensión y complejidad de las influencias humanas en esta dinámica. La educación, tal como se ha concebido hasta ahora, se enfoca en el estudio del entorno no alterado por la actividad humana, es decir, la naturaleza sin

intervenciones humanas (fotosíntesis, ciclos del agua o del carbono, cadenas alimentarias), lo cual resulta contradictorio (Fien et al, 1999).

La estrategia múltiple de la educación ambiental busca integrar y globalizar, con el propósito de cultivar una nueva perspectiva del mundo, que sea más inclusiva socialmente y más consciente del entorno, con una comprensión que abarca lo sistémico y holístico. Es de naturaleza transdisciplinaria, debiendo ser implementada de manera colaborativa desde diversas áreas de estudio, abarcando perspectivas científicas (biología, ecología, economía, política, sociología) aspectos culturales (valores, ideología, comportamientos, actitudes, espiritualidad, tradiciones) y dimensiones integradoras (aprendizaje, recreación) (Martínez, 2008).

Esta contribución examina dos enfoques teóricos, a saber, el constructivista y el sistémico, en el argumento de la enseñanza y estudio de la educación ambiental. El objetivo es mejorar gradual y coherentemente el marco didáctico incorporando reflexiones psicológicas, epistemológicas y sociopolíticas dentro de un marco teórico. A modo de ilustración:

A. Constructivismo: El concepto de desarrollo humano considera entender el aprendizaje como la construcción social de la información, que implica la reorganización continua y activa de las concepciones sobre el mundo y la información tanto a nivel individual como comunitario. Esto se consigue mediante la dinámica colaborativa del aprendizaje:

Se requieren cuatro condiciones para el proceso de aprendizaje:

- i. Es esencial que el conocimiento exhiba consistencia interna; descripción.
- ii. Es importante que los individuos estén incentivados para adquirir conocimientos y establecer conexiones entre ellos.
- iii. Es necesario ajustar continuamente las tácticas educativas para

alinearlas con el proceso de aprendizaje.

- iv. El procedimiento debe alinearse con las experiencias, intereses y necesidades colectivas del grupo.
- B. Sistémico: se trata de la epistemología de la complejidad, que implica tres contribuciones importantes:
- i. Descripción del conocimiento puede definirse como un conjunto de sistemas de conceptos interconectados estructurados en una jerarquía.
 - ii. La naturaleza evolutiva, legal y relativa del juicio, que conlleva una construcción gradual y progresiva del mismo, basada en la constante reorganización de las concepciones individuales.
 - iii. Diferenciación entre el conocimiento disciplinario (conjunto de ideas asociadas a áreas específicas del conocimiento) y el conocimiento metadisciplinario (conjunto de ideas que representan una visión del mundo y que incluyen categorías generales para comprenderlo).

De acuerdo con Ausubel (et al., 1983:37), el aprendizaje significativo, en contraste con el aprendizaje puramente memorístico o mecánico, indica que el alumno posee comprensión de conceptos, métodos, actitudes y valores. Se considera que hay aprendizaje significativo cuando el nuevo conocimiento pueden relacionarse de forma significativa y con un propósito con los conocimientos que ya posee el alumno, siempre que éste adopte la mentalidad de aprendizaje adecuada para ello.

Las tácticas de enseñanza deben fomentar la curiosidad intelectual, la gestión del trabajo, la autoconfianza y el desafío, promoviendo así comportamientos hacia el cuidado del entorno y del individuo. Esto podría implicar, por ejemplo, examinar los métodos de producción de energía, el reconocimiento del reparto de responsabilidades en relación con la contaminación atmosférica y el reto medioambiental en general, así como

con las pautas de consumo y transporte.

La participación, en su sentido más amplio, puede considerarse un procedimiento en el que se involucra una persona o un colectivo de individuos que investigan y analizan una situación específica, exploran opciones y posibles contribuciones positivas para abordar el problema; diseñan un plan operativo y analizan las posibles repercusiones; posteriormente, ejecutan la actividad, utilizando lo que se haya acordado mutuamente, y evaluar los resultados alcanzados en conjunto.

El aprendizaje-servicio se presenta como un método educativo efectivo para impulsar la transformación social, donde el desarrollo sostenible se destaca como uno de los principales conceptos en este cambio social, siendo un elemento central en el paradigma de la educación ambiental y como agente de cambio en el ámbito político.

La educación ambiental involucra, al igual que el aprendizaje-servicio, un enfoque didáctico activo que abarca diversas formas de vivencias (Chávez, 2007).

Otros asuntos para abordar incluyen el racismo, la disparidad económica, la gestión de residuos, los organismos genéticamente modificados, el conflicto armado y la desigualdad, la alimentación segura y la equidad de género, así como otros temas de importancia crítica.

El enfoque cualitativo en la investigación implica resaltar el papel del individuo como principal generador de conocimiento, constituyendo el punto inicial de cualquier estudio cualitativo. Realizar una investigación demanda compromiso, transformación personal y reflexión para aquellos que desean impactar positivamente en el mundo en el que se vive, buscando crear más equidad (Guardián, 2008).

Se demanda estrategias que capaciten al educador ambiental para dirigir iniciativas que fomenten la adopción de comportamientos y conductas

sostenibles en la interacción de la conexión entre la población y su entorno natural. Estas tácticas deben centrarse en la participación activa de las personas, permitiéndoles comprender y transformar su entorno, contribuyendo solidariamente a resolver los desafíos. En este sentido, la educación ambiental desempeña una función crucial en la formulación de estrategias destinadas a abordar los desafíos socioambientales que enfrentan las comunidades. El método socio-afectivo, en lugar de ser simplemente una técnica específica, se presenta como un enfoque metodológico, una guía para diseñar las actividades. Esta aproximación integra la comunicación de datos se entrelaza con las vivencias personales o colectivas, con el fin de cultivar actitudes emotivas. Fusiona la información y el saber con el aspecto afectivo y la vivencia, para lograr una participación tanto de los educandos como de los educadores (Chávez, 2007).

El plan de estudios no explícito comprende todo lo que se enseña y estudia dentro del contexto educativo de modo tácita, sin ser explícitamente reconocido, pasando desapercibido en la rutina diaria y sin una intención manifiesta. Esto se manifiesta en las actividades fuera del plan de estudios, como las relaciones amistosas, la familia, la comunidad, entre otros ámbitos (Torres, 1991). El currículo oculto comprende las experiencias brindadas en el entorno educativo debido a su estructura como un sistema de relaciones jerarquizadas.

Varias consideraciones éticas que pueden tenerse en cuenta en los siguientes son los beneficios del enfoque del aprendizaje-servicio en la educación ambiental es abordar el bienestar de las personas afectadas por cuestiones socioambientales.

- Preocupación de la sociedad ante la amenaza a su bienestar y la degradación potencial futura.
- Identificación del derecho a la existencia y al bienestar de las

generaciones venideras.

- Reconocimiento del derecho a la presencia de formas de vida alternativas, las cuales son amenazadas por la actividad humana.

Está destinada a adoptar esta perspectiva ética, que busca la liberación hacia una vida plena, con acceso equitativo a los recursos naturales, lo cual implica la necesidad de transformar las relaciones sociales para hacerlas más equitativas. Esto requiere una elección más profunda: la elección a favor de la preservación de la vida, que está intrínsecamente vinculada con la justicia y la paz, abordando así la problemática ambiental. El objetivo es lograr un estilo de vida revitalizado que impulse a los sujetos a reconocer su relación innata con el medio ambiente, trascendiendo las diferencias ideológicas, étnicas y culturales. Para lograr este objetivo, es necesario tener una comprensión integral de los asuntos medioambientales globales. No incluye vínculos impersonales o intercambios funcionales centrados en intereses limitados, sino que gira en torno a interconexiones integrales que se derivan de nuestro deber en relación con la historia, la existencia y nosotros mismos (Novo, 1998).

Los educadores que eligen emprender iniciativas de educación ambiental asumen de manera implícita su adecuado el proceso de crecimiento personal es discutido por Wilke et al. (1994). Además, es importante considerar también su desarrollo profesional resulta de la participación en programas metodológicos que requieren un mayor grado de autorreflexión profesional, como la participación en:

- Conciencia y sensibilidad hacia las problemáticas y desigualdades socioambientales.
- Dedicado al bienestar completo de la interacción entre civilización y naturaleza,
- Preparado para colaborar en equipo. Aborda eficazmente situaciones

de desacuerdo. Influencia el ambiente en el aula fomentando la libertad de expresión y pensamiento. Establece consensos en cuanto a normas y valores comunes.

Los encargados de facilitar el aprendizaje (educadores) deben ser conscientes de su responsabilidad en el proceso de enseñanza y en la influencia cultural dentro de su círculo social. De ahí que, en toda labor educativa, la función del educador adquiere relevancia, tanto en lo expresado como en lo ejecutado, así como en la forma en que se lleva a cabo; sus actitudes y comportamientos son de gran relevancia en este contexto, y entre las condiciones que deben considerarse se encuentran:

- Desempeña el rol de facilitadora (u orientadora), coordinadora (u organizadora) y multiplicadora (u difusora) de experiencias.
- Fomenta la capacidad de autodirección del colectivo y fortalece las interacciones entre sus miembros.
- Genuinidad, consistencia y claridad en las interacciones con los profesores.
- Posee la capacidad de afrontar situaciones difíciles con una mentalidad constructiva y un enfoque metódico. Reconoce a sus educadores como personas merecedoras de reverencia y principios. Comprende la atmósfera que habitan los instructores. Establece la confianza en el aula mediante una comunicación eficaz y una actitud abierta por parte de los educadores.
- Motiva a los estudiantes como individuos que enfrentan diversos desafíos en su trayectoria.
- La conducta del educador debe ser dirigida por la colaboración en equipo.

La guía ambiental demuestra atención, empatía y compromiso inquebrantable con la comunidad. Demuestra un enfoque analítico,

perspicaz e inventivo de las circunstancias culturales, ecológicas, políticas y sociales, así como del entorno comunitario en el que se encuentra. Demuestra competencia para ver, admitir y guiar las perspectivas de la comunidad en relación con su progreso y atención. Cuenta con una escala de valores definida, alineada con su función como promotor ambiental y defensor del legado a nivel regional y nacional. Adopta una actitud imparcial, reflexiva e innovadora frente a las nuevas circunstancias. Muestra interés en el crecimiento personal y profesional (Sarabia, 2004).

La enseñanza medioambiental se presenta como una solución o opción fundamental frente a las preocupaciones socioambientales. Por ende, es necesario fomentar enfoques pedagógicos innovadores que lleven a la apreciación de la persona considerada como un ente social y cultural autónomo, con la capacidad de impulsar transformaciones en la sociedad postmoderna.

¿De qué manera abordar la dinámica del carbono sin mencionar las emisiones de gases de efecto invernadero de las naciones industrializadas y toda la revolución industrial? ¿Para abordar eficazmente el problema de la destrucción de los bosques tropicales, es imperativo examinar los fenómenos asociados con la escasez de recursos y la distribución desigual de la riqueza a escala global? ¿Cómo discutir el crecimiento y la producción sin abogar por una distribución equitativa?

La idea no es apartar las ciencias naturales de la educación, más bien incorporarlas de manera integral y dialéctica junto con las ciencias sociales.

2.2.5. Estilo de vida

Es una expresión específica de la vida; es un concepto que abarca combinaciones de diversos elementos. Se incluyen factores concretos como la cultura, vinculados directamente al perfil demográfico humano, así como factores

abstractos que abordan aspectos mentales como valores, inclinaciones y puntos de vista.

El término "estilo de vida" puede ser abordado desde múltiples perspectivas, y su definición varía según el contexto en el que se utilice. De manera general, hace referencia a la manera en que un individuo vive, abarcando sus comportamientos, hábitos, valores y elecciones en áreas como la salud, la nutrición, la práctica física, las relaciones sociales y el consumo, entre otros aspectos. Diversos autores han ofrecido definiciones que resaltan la complejidad del concepto. Ronald D. Michman y Edward M. Mazze (2001) lo describen como un "patrón coherente y unificado de comportamientos que caracterizan la vida de un individuo". Kasl y Cobb (1980) lo definen como "los patrones de acción y comportamiento que caracterizan la vida de un individuo". Javier San Martín (1995) lo concibe como "la manera en que las personas distribuyen su tiempo en relación con la gente con la que conviven y con su entorno natural y artificial". Anthony Giddens (1991) lo entiende como "el conjunto de patrones de comportamiento que conciernen a las actividades que la gente escoge realizar y las cosas que considera valiosas". Max Weber (1864-1920) introdujo la noción en sociología, refiriéndose a los patrones de comportamiento social que reflejan cómo las personas estructuran sus vidas. La comprensión del estilo de vida puede variar según la disciplina y la perspectiva teórica de cada autor.

Alude a la agrupación de conductas que un individuo realiza de forma habitual, voluntaria y deliberadamente a lo largo de toda su vida; por lo tanto, estas acciones tienen un impacto significativo en el desarrollo de diversas enfermedades, en particular, aquellas de naturaleza crónica. La Organización Mundial de la Salud (OMS), expone que "las enfermedades crónicas son enfermedades de larga duración y generalmente de progresión lenta, entre ellas se encuentran las enfermedades cardíacas, los infartos, el cáncer, las

enfermedades respiratorias y la diabetes, las cuales son responsables del 63% de las muertes a nivel mundial, y además, se encuentran entre las principales causas de mortalidad”.

En la actualidad, las enfermedades asociadas al modo de vida individual exhiben factores de riesgo comunes, similares a los impactos generados por ciertos comportamientos vinculados al modo de vida, incluido fumar y dejar de fumar, una alimentación no saludable y la carencia de actividad física. Estos comportamientos propician la aparición de condiciones de salud crónicas, como trastornos cardíacos, derrames cerebrales, ciertas formas de malignidad, sobrepeso, diabetes, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y la colección de síntomas metabólicos.

Los EV actuales también han introducido prácticas poco saludables que aumentan la probabilidad de desarrollar esta enfermedad en particular. Históricamente, el patrón dietético consistía principalmente en frutas, verduras, legumbres y cereales. Sin embargo, los patrones dietéticos contemporáneos se caracterizan por una ingesta excesiva de hidratos de carbono y lípidos. Además, el consumo de sustancias que favorecen el sedentarismo, tabaco, alcohol y sustancias ilícitas está asociado a estos comportamientos.

Es importante señalar que las afecciones crónicas, incluyendo las enfermedades cardíacas, la diabetes mellitus y los trastornos cerebrovasculares, constituyen algunas de las causas principales de fallecimiento en Baja California. Estas enfermedades están vinculadas con factores como el síndrome metabólico, la obesidad además de conductas peligrosas, como fumar, falta de actividad física y nutrición inadecuada.

En vista de esto, la OMS recomienda la adopción de un vehículo eléctrico saludable en un esfuerzo por preservar la vida y preservar la salud, reduciendo la discapacidad y el malestar en la etapa avanzada de la vida. En ausencia de una implementación puntual de medidas preventivas o correctivas el proceso de

envejecimiento de la población tiene el potencial de impedir el progreso de los fines globales de desarrollo socioeconómico y humano en todas las naciones.

En 2015, la Dirección General de Promoción de la Salud (DGPS), en colaboración con la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la OMS en México, facilitó sesiones virtuales para el intercambio de experiencias relacionadas con la promoción de la salud. El objetivo principal era alentar y fomentar la adopción de comportamientos conscientes de la salud dentro de la población de México. La alimentación suplementaria, la nutrición adecuada, la hidratación y la actividad física constituyeron la mayor parte de la discusión. Durante el debate se abordaron estos temas, en cuanto a la regulación de alimentos y bebidas, así como a la cultura alimentaria tradicional, se presta especial atención al etiquetado y publicidad de los alimentos y los dispositivos móviles destinados a proporcionar orientación nutricional y de actividad física.

Por esto, es muy importante llevar una vida saludable que incluya una buena alimentación, ejercicio regular, dejar de fumar y mantener una masa corporal equilibrada. Los investigadores han descubierto que seguir estos consejos puede reducir hasta en un 80% las posibilidades de contraer dolencias crónicas prevalentes y peligrosos, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión y obesidad. Como resultado de una disminución de la autonomía, períodos prolongados de parálisis o mortalidad que puede derivar de una enfermedad crónica, los servicios de salud tienen que pagar mucho dinero.

A través del transcurso del tiempo, la evolución del concepto "estilos de vida" ha surgido como un área distinta dentro de las ciencias sociales. Las formas de vivir, tal como se utilizan en este contexto, se refieren a patrones de comportamiento que se observan en diferentes grupos. La configuración social juega un papel sustancial en la configuración de estos patrones. Asimismo, diversas disciplinas, como la sociología y la epidemiología, han llevado a cabo investigaciones sobre los estilos de vida.

Desde la perspectiva de la sociología, diversos escritores realizaron valiosas contribuciones al concepto. Según las ideas de Karl Marx, la posición de un individuo en la escala social se determina exclusivamente por la cantidad de posesiones que posee. No obstante, según la perspectiva de Weber, el estatus, el prestigio y el poder desempeñan un papel crucial en la determinación de la posición social. En este contexto, el término "clase social" denota grupos de personas que son comparables en términos de riqueza, posición social, nivel educativo e influencia política.

El autor antes mencionado sostiene que los medios de vida están determinados por la utilización o consumo de mercancías por parte de los individuos y no por su propia producción. Por lo tanto, los estilos de vida enfatizan el consumo más que los medios de producción. Asimismo, según Bourdieu 28, individuos pertenecientes a una misma categoría social comparten semejanzas en sus estilos de vida, tales como sus elecciones alimenticias, preferencias deportivas, formas de entretenimiento y oportunidades similares. En el ámbito de la epidemiología y la salud pública, en las décadas de los 50 y 60, surgió el concepto de "estilo de vida y salud". Este término hace referencia a los comportamientos específicos vinculados a enfermedades crónicas, excluyendo las enfermedades infecciosas, no el VIH/SIDA. En años posteriores, la epidemiología ha encontrado vínculos entre los hábitos y el conocimiento de los riesgos o factores de riesgo. Esto demuestra que cada uno es responsable de su propia salud.

La OMS, Un factor de riesgo se define como el atributo, característica o exposición de un individuo que eleva la probabilidad de experimentar una dolencia o daño particular. Los factores de riesgo críticos comprenden: tener conductas sexuales inseguras, tener presión arterial alta, consumir nicotina y alcohol, estar expuesto a agua sucia, vivir en condiciones insalubres y carecer de hábitos de higiene adecuados.

Referente al EV, la OMS, lo caracteriza como: “una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales”, también destaca que, “Los estilos de vida individuales, caracterizados por patrones de comportamiento identificables, pueden ejercer un efecto profundo en la salud de un individuo y en la de otros”, aunque, “no existe un estilo de vida óptimo en todas las personas, ya que su estilo de vida depende de su cultura, ingreso económico, familia, edad, capacidad física, ambiente en el hogar y el trabajo”. Por ende, el EV engloba la manera en que una persona vive, sus actividades y las rutinas cotidianas, tales como la cantidad y peculiaridades relacionados con la dieta, la duración del sueño y el descanso, el uso de sustancias (incluido el alcohol, la nicotina y los estimulantes) y la actividad física, entre otros factores. Estas acciones consistentes se clasifican en dos grupos y se denominan hábitos o conductas sostenidas:

- 1) aquellos que preservan la salud y fomentan la supervivencia, denominados elementos de resguardo.
- 2) y aquellos que restringen la salud o causan perjuicios, provocando así una disminución en la expectativa de vida, conocidos como elementos de riesgo.

En relación a lo mencionado anteriormente, el más reciente reporte del Banco Mundial alerta que “las conductas de riesgo como fumar, usar drogas ilegales, abusar del alcohol, llevar dietas nocivas para la salud y las relaciones sexuales sin protección, están aumentando a nivel mundial, y proyectan una amenaza cada vez mayor para la salud de las personas, sobre todo en los países en desarrollo”. De acuerdo con el reporte previo, estas acciones de riesgo generan un impacto significativo en la eficiencia laboral pertenecientes a individuos durante un período prolongado.

Sin embargo, aunque los beneficios de llevar una vida saludable son bien conocidos, solo un reducido número de individuos sigue ese patrón; además, el porcentaje de personas que mantienen hábitos de vida saludables está en declive, lo cual desempeña un papel significativo en el aumento de enfermedades crónicas que los principales factores que influyen en los individuos enferma y muere en todo el mundo. Mucha gente incluso piensa que la vida es "un asunto personal"

2.2.6. Concepto de salud

Con el paso del tiempo, la noción de salud ha progresado desde un punto de vista inicial negativo y excesivamente simplificado, basado en la ausencia de enfermedades, deficiencias o dolencias, a una perspectiva más contemporánea e integral. Este novedoso punto de vista incorpora varios aspectos, incluido el ajuste psicosocial, la calidad de vida y el bienestar, el funcionamiento diario, la prevención de riesgos para la salud y el desarrollo personal, entre otras.

Desde una perspectiva, el enfoque desfavorable de la salud implica la restauración de la misma mediante intervenciones médicas dirigidas a personas que están enfermas. Por otro lado, la aproximación positiva se relaciona con decisiones tomadas por gobiernos y sociedades con el propósito de prevenir enfermedades y fomentar el bienestar de cada individuo.

En la época actual, impulsar la salud desde una perspectiva constructiva no solo se percibe como un derecho fundamental de los individuos, sino también como un factor clave para prevenir tanto las enfermedades físicas como las mentales. En este contexto, varios autores han evidenciado la conexión recíproca entre las actividades realizadas y la salud positiva, destacando el impacto positivo en el bienestar individual, así como el funcionamiento óptimo de los sistemas biológicos dentro del organismo. La evaluación de estos efectos se puede realizar utilizando una variedad de indicadores biológicos, incluidos los niveles de cortisol en la saliva, cantidades de citoquinas que causan inflamación,

riesgo de enfermedad cardíaca y el tiempo que se pasa en la parte del sueño de movimientos oculares rápidos (REM).

En cambio, la OMS, describe la salud como “completo estado de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia”. Por lo tanto, este enfoque posibilita distinguir entre el concepto de salud desde una perspectiva desfavorable y favorable. No obstante, también suscita críticas a pesar de los aspectos positivos vinculados a esta idea. Un beneficio notable de la definición de salud de la OMS es su énfasis en realizar una evaluación integral del individuo, que va más allá de simplemente contemplar los elementos que lo componen. Además, fomenta una comprensión integral de la salud que se extiende más allá del funcionamiento interno del cuerpo y hacia el entorno que lo rodea. En segundo rango, resalta la importancia de la salud en lugar de enfocarse en la enfermedad. En contraste, entre las observaciones críticas más destacadas se encuentra la equiparación del bienestar y la salud, junto con la conceptualización de la salud como un estado constante que no cuenta con niveles medibles, es examinado. Por último, se destaca la ausencia de aspectos subjetivos a favor de los objetivos en la definición de salud.

Debido a esto, en noviembre de 1986 se celebró en Ottawa, Canadá, la Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud. Fue una reacción a la necesidad de una nueva visión global de la salud. En este caso, la Carta de Ottawa se redactó con el objetivo de alcanzar el objetivo a largo plazo de "Salud para todos en el año 2000". La celebración de este evento se basa en los avances logrados desde que se hizo la Declaración de Alma Ata en la Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud en Alma-Ata, URSS, en septiembre de 1978. Este proyecto es un paso importante para lograr que los gobiernos, los expertos en salud y a las personas a colaborar para salvaguardar y mejorar el bienestar de la población mundial.

Es importante destacar que el derecho a la salud es esencial, ya que, de acuerdo con la OMS, “los gobiernos deben crear las condiciones que permitan a todas las personas vivir lo más saludablemente posible”, estas circunstancias abarcan: tener acceso a servicios de atención médica, disfrutar de condiciones laborales seguras y saludables, tener acceso a vivienda adecuada y disponer de alimentos nutritivos son esenciales. Es crucial subrayar la distinción entre el derecho a la salud y el derecho a ser inmune a las enfermedades. De hecho, la salud es un fenómeno multifacético y en constante cambio influenciado por una variedad de elementos, que incluyen, entre otros, patrones dietéticos, conexiones familiares y sociales y componentes ideológicos moldeados por convicciones y valores personales. Por lo tanto, la salud representa un estado de armonía que abarca no solamente la dimensión física, sino también la psicológica y espiritual. Constituye una aspiración esencial para las personas, sirviendo como cimiento para cumplir cualquier otro requisito o perseguir el estado de bienestar y satisfacción. Sin embargo, es importante señalar que la salud no puede equipararse directamente con un estado completo de felicidad o bienestar.

2.2.7. La salud y sus determinantes

La humanidad ha demostrado una fascinación duradera por comprender los factores o condiciones subyacentes que impactan la salud de las personas, un campo denominado determinantes de la salud desde la década de 1970. Estos determinantes de la salud se componen de una gran cantidad de elementos individuales, sociales, culturales, económicos y ambientales, todos los cuales influyen en el estado de salud de las comunidades y los individuos. El modelo holístico es uno de los modelos que, en este contexto, intentó esclarecer las causas de la mejora o el deterioro de la salud y sus variables influyentes. La estrategia antes mencionada fue posteriormente perfeccionada por Marc Lalonde, ex Ministro de Salud de Canadá. Aseveró en su informe titulado

"Nuevas perspectivas sobre la salud de los canadienses" y la promoción de la salud es un componente vital de las iniciativas públicas que se esfuerzan por mejorar el bienestar de las personas.

Este escritor menciona cuatro elementos que influyen en la salud, la totalidad de los cuales son susceptibles de modificación. No obstante, cuando estos interactúan entre sí, pueden dar origen a diversas enfermedades. Por ende, al gestionar sus impactos, se disminuye la probabilidad de sufrir enfermedades y fallecimientos; a) La biología del ser humano, que está influenciada por la herencia genética, la estructura física, el crecimiento, la evolución y el proceso de envejecimiento del individuo. b) El EV y las prácticas relacionadas con la salud, ejemplos de factores incluyen el abuso de drogas y la actividad física insuficiente, los hábitos alimentarios, el estrés, comportamientos sexuales no saludables, la gestión riesgosa y utilización inadecuada de los servicios de salud. b) El sistema de salud o sistema de atención médica, que resulta de la intervención preventiva o de tratamiento, como eventos adversos en la atención médica, demoras prolongadas y la excesiva burocratización en la prestación de servicios. d) El entorno, afectado por la contaminación de tipo físico, químico, biológico, psicosocial y sociocultural. Lalonde también destaca situaciones en las cuales diversas causas pueden generar diferentes impactos simultáneamente, pero ninguna causa por sí sola tiene la capacidad de dar lugar a una consecuencia, dado que todas las variables que afectan la salud mencionada previamente interactúan entre sí. Más adelante, el autor analiza la relación entre los costos médicos y los diferentes elementos que determinan la salud, evidenciando una distribución insuficiente de los fondos federales. Así es como describe el impacto de los determinantes de la salud: los sistemas de salud representan el 11%, el medio ambiente el 19%, la biología humana el 27% y los estilos de vida el 43%.

A partir de las observaciones antes mencionadas, es posible deducir que las modificaciones moderadas el estilo de vida ejerce una influencia sustancial en la salud, tanto a nivel individual como en su conjunto. Los profesionales de la salud y los medios de comunicación frecuentemente transmiten mensajes que promueven la adopción sistemática de prácticas saludables. Estas prácticas abarcan ejercicio físico regular, consumo de alimentos ricos en fibra, dejar de fumar, mantener un peso saludable, seguir una dieta baja en grasas y manejar con soltura el estrés. Estas acciones o conductas, al ser adoptadas, disminuyen la probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares, cáncer y fallecimiento prematuro.

2.2.8. El docente y las exigencias de su entorno

El término "educador" se refiere a un individuo que asume la responsabilidad de impartir conocimientos o realizar deberes asociados con la instrucción. El término "maestro" se origina en la palabra latina "docens", que se deriva del verbo "docēre", que denota el acto de instruir. En este sentido, la labor pedagógica emprendida por los educadores es fundamental para impartir conocimientos y valores a los alumnos, además de fomentar su desarrollo profesional y personal. En consecuencia, se enfatiza la importancia del lugar del educador en la vida de cada individuo. En la actualidad, las funciones que desempeñan los docentes han experimentado un aumento, afectando tanto la propia concepción del papel docente como la salud de quienes ejercen esta labor. Es decir, en un contexto en constante cambio, los educadores se encuentran cada vez más inquietos por su entorno, las exigencias laborales y la presión de estudiantes, padres y personal administrativo, los profesionales educativos se ven afectados por condiciones que favorecen la aparición de trastornos de naturaleza psicológica y psicosomática. Determinar e identificar estas enfermedades plantea un desafío debido a la prolongada duración que requiere su manifestación en cada individuo. Si bien se denominan "requisitos"

a “los elementos potencialmente nocivos derivados del trabajo y de la organización”, Noriega (2000) los clasifica de la siguiente manera:

- a) exigencias vinculadas al horario laboral, como la rotación y la extensión de la jornada;
- b) exigencias asociadas a la calidad y la intensidad en el ámbito laboral, que se refiere a aspectos como el nivel de dedicación, la meticulosidad y la repetición;
- c) requisitos asociados con la supervisión del lugar de trabajo, incluido un estricto control de calidad y vigilancia;
- d) exigencias asociadas con la movilidad, la comunicación y la claridad en las responsabilidades, en lugar de la calidad o contenido laboral;
- e) y exigencias relacionadas con la naturaleza de la labor desempeñada en el lugar de trabajo, incluidas posturas físicamente exigentes y esfuerzo sostenido.

De hecho, los educadores soportan sufrimientos psicológicos y físicos debido a las obligaciones que asumen a lo largo del año académico, incluida su vida personal. Estas obligaciones incluyen estar de pie, escribir mucho, alzar la voz, realizar tareas más allá de su horario habitual y trabajar más de 48 horas semanales, entre otras. Los educadores experimentan ese malestar en conjunto con sus interacciones con estudiantes, padres, administradores y gerentes. De hecho, la salud del docente se ve impactada no sólo por las demandas sino también por la falta o reducción de otros componentes, incluidos, entre otros, la creatividad, la integración de pensamientos y acciones, la autonomía sobre las tareas y el cultivo de capacidades físicas y mentales, entre otras cosas. Martínez, V. (2005)

De acuerdo con lo expuesto por Balseiro (2020), el estrés laboral también afecta el desenvolvimiento del profesor, dando lugar a efectos variados como el absentismo y la desmotivación, la preocupación y la ruptura emocional, el

desencanto y la falta de dedicación laboral, la disminución de la calidad en la labor y el rendimiento, y en última instancia, la pérdida constante de la identidad institucional.

Con base en investigaciones empíricas sobre trastornos psicológicos y psicosomáticos entre educadores mexicanos, se desprende que aproximadamente el 25% soporta un día de trabajo en posición erguida, mientras que aproximadamente el 25% está sujeto a directivas ambiguas de supervisores o administradores, lo que resulta en angustia emocional. debido a dudas sobre el calibre de su producción. Además, cabe destacar que más del doble de participantes utilizan computadoras, lo que obliga a los educadores a asumir posiciones incómodas, como sentarse o agacharse durante mucho tiempo, según lo informado por aproximadamente el 50% de los educadores que participan en tareas que requieren una concentración sustancial, como revisar las actividades diarias.

2.2.9. Trastornos físicos, psíquicos y somáticos en los profesores

Para De Heus y Diekstra (1999) se evidencia que la labor docente es una profesión susceptible de generar niveles elevados de estrés, incluso superiores a los encontrados en otras profesiones de riesgo. En consecuencia, en muchas situaciones, la exposición prolongada al estrés laboral puede desencadenar la manifestación del “Síndrome de estar quemado por el trabajo” o “Síndrome de burnout”, y, como resultado, desencadena manifestaciones físicas o psicosomáticas relacionadas con el estrés. Es crucial enfatizar que la Organización Mundial de la Salud (OMS) había hecho una predicción en años anteriores de que las enfermedades mentales serían la segunda causa más frecuente de discapacidad laboral en 2010. La tensión relacionada con el trabajo en el sector educativo puede atribuirse a varios factores, incluidos conflictos interpersonales con colegas, recursos materiales insuficientes y escasez de reconocimiento social, conflictos de roles, presiones temporales, carga excesiva

en la relación profesor-alumno, disminución de la motivación de los estudiantes y expectativas laborales insatisfechas, entre otros. Schaufeli, y Enzmann, D. (1998).

Por otra parte, Moriana, y Herruzo, J. (2004) entre los principales indicios relacionados con el estrés en los docentes comprenden la dificultad para desconectar del trabajo, trastornos del sueño y fatiga, propiciando la manifestación de afecciones como problemas gastrointestinales, molestias en la espalda y el cuello, dolores de cabeza, enfermedades cardíacas, náuseas, taquicardia y una mayor propensión a enfermedades virales y respiratorias. Maslach, C., y Jackson, S. E. (1981). En ciertas situaciones, estos indicios pueden vincularse con el uso o abuso de sedantes, estimulantes, café, tabaco, alcohol y otras sustancias. En este contexto, diversas investigaciones han abordado el estrés y el agotamiento como trastornos distintivos entre los docentes. Asimismo, una investigación llevada a cabo en España revela que el 80% de los profesores identifican los problemas psicológicos como la principal preocupación en su profesión. Sevilla, V., & Villanueva, R. (2000).

Además, el Observatorio constante de riesgos psicosociales indica que las afecciones gastrointestinales, cardiovasculares, respiratorias, endocrinas, sexuales, enfermedades dermatológicas, musculoesqueléticas, el dolor crónico, los dolores de cabeza, el insomnio y las inmunológicas se identifican como los problemas de salud física predominantes que experimentan los docentes. Asimismo, menciona que entre las dificultades psicológicas y emocionales experimentadas por los educadores se encuentran: ansiedad, tensiones, desánimo, excesiva inquietud, problemas en la toma de decisiones, desorientación, falta de enfoque, lapsos de memoria, cambios de humor, entre otros. Observatorio Permanente de Riesgos Psicosociales de la UGT. (2012).

Asimismo, variables como el índice de grasa corporal, los hábitos alimentarios, el nivel de actividad física y el consumo de alcohol y tabaco se han

asociado con una mayor susceptibilidad a adquirir padecimientos crónicos, como diabetes, problemas cardiovasculares y distintos tipos de cáncer. Por lo tanto, es crucial que los educadores adopten y prioricen la adopción de hábitos saludables.

De acuerdo con la investigación sobre la salud mental en docentes llevado a cabo por Domich y Faivovich (s/f), las cuatro en la población de educadores, el síndrome del intestino irritable, la lumbalgia, los trastornos digestivos y las alergias son las afecciones psicósomáticas más prevalentes. Además, en cuanto a los síntomas psicológicos, se encuentran desafíos para mantener la compostura y la relajación, dolor de espalda, fatiga, ansiedad, temblores, palpitaciones y migrañas.

Durante la segunda mitad del año 2010, según; Reyes, et al., (2012), el estrés como componente de riesgo para la salud entre profesores de universidades públicas y privadas fue objeto de una investigación a finales de 2010. Los resultados sugieren que todos los profesores enfrentan estrés en diferentes grados: el 2,55% experimenta estrés alto y el 55% estrés moderado. y un 42,5% estrés mínimo.

Según el estudio de García-Hernández et al. (2009), el estudio investigó los riesgos para la salud y las opciones de estilo de vida de los profesores universitarios, y los hallazgos indicaron la presencia de distintos riesgos relacionados tanto con la herencia genética como con el comportamiento. Igualmente, una investigación llevada a cabo entre trabajadores de categoría superior en Guaymas, Sonora, México, detalla los patrones de vida y las situaciones estresantes experimentadas por los docentes. Los hallazgos identifican varios peligros, algunos asociados a la posibilidad de desarrollar enfermedades, otros que coinciden con condiciones ya existentes, y aquellos que podrían constituir factores de riesgo para su ocurrencia. Asimismo, se evidenció en la misma investigación que numerosos profesores no se involucran

en actividades físicas y, adicionalmente, presentan historial familiar de diabetes, problemas cardiovasculares, cáncer, y condiciones de sobrepeso u obesidad.

Es importante destacar que, en la presente época, las enfermedades coronarias ocupan la posición principal como causa de fallecimiento en Norteamérica, y se ubican en el segundo en México, donde la diabetes es la afección más prevalente. Por tanto, patrones de conducta como el tabaquismo, exceso de comidas grasas y ejercicio inadecuado, además de elementos psicosociales como la depresión, la tensión y la animosidad, ejercen una influencia sustancial en la progresión de las dolencias antes mencionadas, afectando tanto a educadores y la población en general (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. 2012).

Dado los resultados obtenidos en investigaciones previas y la baja proporción de docentes que se involucran en actividades físicas, se justifica la imperiosa creación y ejecución de programas preventivos. Estos deberían dirigirse a modificar los comportamientos perjudiciales para la salud presentes entre los docentes. En realidad, la práctica de ejercicio físico actúa como un preventivo eficaz contra el desarrollo de enfermedades cardiovasculares. Además, contribuye a abordar diversas complicaciones asociadas a estos trastornos, como el control del peso corporal adecuado y la reducción de la presión arterial. La práctica de ejercicio físico no sólo tiene efectos favorables sobre el sistema cardiovascular, sino que también reduce el riesgo de adquirir diabetes mellitus. Este fenómeno está asociado con una mejora en la síntesis de proteínas a nivel muscular, lo que lleva a una regulación más eficiente de la glucosa en el cuerpo.

En relación a los EV, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), según Short, et al. (2003), se llevó a cabo un estudio que involucró a más de 800 educadores en América Latina. La investigación se centra en los modos de vida de los profesionales de la

enseñanza, explorando las reacciones emocionales, afectivas y humanas con el objetivo de comprender mejor su desempeño profesional adecuado. La investigación dividió las enfermedades en tres categorías principales. En primer término, se identificaron las dificultades de salud vinculadas a las exigencias ergonómicas, como la disfonía (46%), las várices (35%), trastornos de la columna (32%) y dolores lumbares (13%). En segundo plano, se resaltaron los trastornos mentales, como el estrés (42%) y la depresión (26%) y la sensación general de poco valor. Por último, se analizaron los problemas de salud en términos generales, abarcando afecciones persistentes y estacionales como el síndrome del intestino irritable (44%), catarros (39%) y presión arterial alta (13%).

En este contexto, resulta crucial señalar que el profesor constantemente se erige como un ejemplo para sus estudiantes, y es fundamental que preste especial atención tanto a su bienestar físico como emocional. Al mantener una salud sólida, podrá desempeñar su labor con mayor eficacia y compromiso. De igual manera, la conducta individual y hábitos de vida saludables envían un mensaje positivo a aquellos que nos rodean. Por otro lado, incluso si un profesor cuenta con un vasto conocimiento, si no goza de buena salud, es poco probable que pueda fomentarla eficazmente (Ruiz, N. (2009).

Ante la coyuntura presentada, es de suma importancia que los encargados de las instituciones educativas superiores establezcan entornos educativos, se busca que los profesionales de la enseñanza puedan diseñar tácticas eficaces para afrontar de forma constructiva dificultades como el estrés en el ámbito laboral. Igualmente, importante es potenciar las conexiones interpersonales, cultivar la conciencia, la responsabilidad y el autocuidado entre el cuerpo docente. Se acepta la responsabilidad de fomentar hábitos saludables y prácticas de vida positivas a través de acciones destinadas a la prevención y la promoción de la salud. Una táctica para preservar el bienestar de los

profesores podría consistir en incorporar actividad física durante las horas laborales. Sin embargo, se sugiere que esta medida no sea considerada como una acción individual, sino más bien como parte de las políticas institucionales. Por último, debido a que el enfoque en las políticas educativas se ha dirigido hacia la consecución de una "educación de calidad", se ha menospreciado la relevancia del maestro, particularmente en cuanto a su bienestar, para alcanzar dicho objetivo. No obstante, las ideas previas sugieren la importancia de prestar mayor atención a la salud de los educadores y la necesidad de continuar investigando sobre el impacto que los estilos de vida pueden tener en su salud.

2.3. Definición de términos básicos

Educación ambiental.- Es un proceso integral, sistemático y permanente de información, formación y capacitación formal, no formal e informal, basado en el respeto a todas las formas de vida, por el que las personas, individual y colectivos, toman conciencia y se responsabilizan del ambiente y sus recursos, mediante la adquisición de conocimientos, aptitudes, actitudes, valores y motivaciones que le facilitan comprender las complejas interrelaciones de los aspectos ecológicos, económicos, sociales, políticos, culturales éticos y estéticos que intervienen en el medio ambiente, así como participar y movilizarse en función de resolver y prevenir sus problemas presentes y futuros, dentro de un proceso de desarrollo sustentable, orientados hacia la convivencia y respeto con la naturaleza, para beneficio de las generaciones actuales y porvenir.

Estilo de vida.- Son estándares de conducta identificados con el bienestar. Estas prácticas que son una parte de la forma sólida de vida se representan sobre la base de que son detectables, establecen tendencias, es decir, son repetitivas después de algún tiempo y tienen grandes ramificaciones para el bienestar

Conciencia reflexiva.- Es la experiencia por la cual un individuo se percibe a sí mismo Autoconcepto. - Se entrega a la auto-representación, es decir, alude a las propiedades o atributos del yo que la persona percibe deliberadamente a través del lenguaje, o lo que es simplemente el equivalente, a cómo se retrata el individuo.

La auto-descripción, el auto-discernimiento y la auto-representación.- se utilizan como palabras equivalentes de auto-idea

Autoestima. - Involucra una parte de evaluación, en esta línea comprende una progresión de reflexiones sobre uno mismo. Tiende a caracterizarse como la valencia de la evaluación del individuo sobre uno mismo. En este sentido, la confianza es la parte evaluativa del conocimiento inteligente del yo, ya que hace que un juicio dependa de la autoinformación.

2.4. Formulación de hipótesis

H1:

La educación ambiental influye significativamente en los estilos de vida en los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco

H0

La educación ambiental no influye significativamente en los estilos de vida en los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco

2.5. Identificación de variables

Variable Independiente:

Educación Ambiental: Es la variable que se manipula o analiza en el estudio. En este caso, se supone que la educación ambiental es la variable que puede influir en los estilos de vida de los docentes.

Variable Dependiente:

Estilos de Vida: Es la variable que se espera que sea afectada por la educación ambiental. Los estilos de vida de los docentes son el resultado que se mide en relación con la variable independiente.

2.6. Definición Operacional de variables e indicadores

El presente trabajo de investigación se realiza para contribuir en la mejora de los estilos de vida desde la perspectiva de la educación ambiental en los docentes de la I.E. Nuestra Señora del Carmen.

Variable Dependiente: **Estilo de Vida**

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
ESTILO DE VIDA El estilo de vida Se trata del conjunto de conductas, rutinas y acciones que una persona integra en su día a día y que tienen un impacto en su salud y calidad de vida. En el ámbito de la alimentación, el estilo de vida puede incluir la elección de alimentos saludables y la práctica de hábitos alimenticios adecuados. En cuanto al ejercicio, el estilo de vida puede incluir la práctica regular de actividad física y deportes. La responsabilidad en salud se refiere a la toma de decisiones informadas y conscientes sobre la propia salud, incluyendo la prevención de enfermedades y la búsqueda de atención médica cuando sea necesario. La capacidad de una persona para gestionar de forma eficaz y saludable situaciones angustiosas se denomina gestión del estrés. El soporte interpersonal se refiere a la relevancia de las conexiones sociales y el respaldo afectivo sobre la salud física y mental de un	Nutrición	<ul style="list-style-type: none">• Horarios de alimentación• Selección de alimentos• Ración de alimentos• Equilibrio de la alimentación
	Ejercicio	<ul style="list-style-type: none">• Ejercicios de relajación• Ejercicios vigorosos• Participación en programas de ejercicio• Percepción del pulso• Actividad física recreativa
	Responsabilidad en Salud	<ul style="list-style-type: none">• Interés por la salud personal• Informarse de temas de salud• Controles periódicos• Conservación de la salud mental
	Manejo del Estrés	<ul style="list-style-type: none">• Recurre a medios físicos para relajarse• Recurre a medios psíquicos para relajarse
	Soporte Interpersonal	<ul style="list-style-type: none">• Comparte preocupaciones y problemas• Elogia éxitos• Da y recibe afecto, cariño y amor• Pasa tiempo con amigos
	Auto actualización	<ul style="list-style-type: none">• Entusiasta y optimista• Sentido de importancia y crecimiento• Sensación de felicidad• Consciente de capacidades y debilidades• Mirada al futuro

<p>individuo. La autoactualización se refiere al proceso de desarrollo personal y crecimiento que lleva a una persona a alcanzar su máximo potencial en diferentes áreas de su vida.</p>		
--	--	--

CAPITULO III

METODOLOGIA Y TECNICAS DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación

Enfoque cuantitativo, ya que busca establecer una relación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes a través de la medición y análisis de datos numéricos. La investigación podría utilizar encuestas, cuestionarios o entrevistas estructuradas para recopilar datos sobre los conocimientos, actitudes y comportamientos de los docentes en relación con la educación ambiental y los estilos de vida sostenibles. El enfoque cuantitativo se basa en la recolección y análisis de datos numéricos para establecer patrones y relaciones entre variables, y se utiliza combinados en estudios que buscan medir y cuantificar fenómenos sociales y psicológicos.

3.2. Nivel de Investigación

Descriptivo; esto se debe a que el estudio busca describir la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen.

3.3. Métodos de investigación.

El método que se usará en este proyecto de investigación centrándose únicamente en los datos que nos aporta el estudio, también estudiando de

manera detallada todas las situaciones que rodean un hecho. La presente investigación obedece al enfoque cuantitativo, lo cual se basa principalmente, en la recolección de datos para probar la hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico. Para reforzar lo dicho anteriormente, Hernández Sampieri, R. Dice que en la mayoría de los estudios cuantitativos el proceso se aplica secuencialmente: comienza con la idea que va acotándose y, una vez delimitada, se establecen los objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se constituye un marco o una perspectiva teórica, por último, se recolectan datos utilizando un instrumento de medición, los cuales se someten al estudio y los resultados.

3.4. Diseño de investigación.

Dado que el enfoque es descriptivo, el estudio se centre en la observación y descripción de la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes, en lugar de la realización de una intervención controlada. Por lo tanto, no se puede fundamentar el uso del enfoque de pre-test y post-test con grupo de control en este trabajo de investigación específica.

Por tanto, el Diseño de investigación descriptiva es un enfoque científico que consiste en observar y detallar la conducta de un individuo sin ejercer ninguna influencia sobre él.

Pre-Test y post-test con grupo de control

G1 X O1

Donde:

G1 = muestra

X = Variable

O1 = aplicación del test

3.5. Población y muestra.

La población y la muestra son los docentes de la I.E. Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha – Pasco.

Secundaria	Docentes	40
Primaria	Docentes	12
Inicial	Docentes	03
Total	Docentes	55

3.6. Técnicas e instrumento recolección de datos

Instrumento utilizado por el investigador para documentar datos o información relativa a las variables propuestas; su función es recopilar datos y desempeña un papel crucial, ya que sin ella no sería posible organizar las observaciones. Un instrumento de evaluación adecuada es aquella que captura información concreta y observable que realmente refleja los conceptos o variables que el investigador está analizando. Según Hernández Sampieri, R., un instrumento de evaluación debe satisfacer dos condiciones fundamentales: confiabilidad y validez. La confiabilidad se relaciona con la consistencia de los resultados al aplicar repetidamente el instrumento al mismo sujeto. En términos generales, el concepto de validez se refiere al grado en que el instrumento evalúa con precisión la variable objetivo.

3.6.1. Técnicas

Según las particularidades del presente estudio; las técnicas empleadas para la recopilación de datos son las siguientes: Variables no controladas: La investigación descriptiva opera bajo el supuesto de que todas las variables permanecen inalteradas; en cambio, se emplean métodos de observación para realizar la investigación. Por tanto, el investigador no tiene influencia directa sobre las características o comportamientos de las variables.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

El instrumento a usar en este proyecto es el cuestionario. Según es un instrumento empleado para recopilar información, este método implica una serie de interrogantes sobre una o varias variables a evaluar, considerando los dilemas de investigación (Kerlinger, 1979)

3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

El trabajo de investigación "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco" se va emplear técnicas de procesamiento y análisis de datos cualitativos y cuantitativos. Dado que el enfoque de la investigación parece ser descriptivo, las técnicas cualitativas podrían incluir el análisis de contenido de entrevistas o grupos focales para comprender las percepciones y experiencias de los docentes en relación con la educación ambiental y sus estilos de vida. Por otro lado, las técnicas cuantitativas podrían implicar el uso de estadísticas descriptivas y pruebas de asociación para analizar los datos recopilados a través de cuestionarios estructurados. Estas técnicas permitirían una comprensión detallada de la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes en la institución educativa mencionada.

3.8. Tratamiento Estadístico.

Después de recopilar los datos, se seleccionará el tipo de análisis a realizar que habremos de realizar dependiendo de los datos que hayamos recolectado, para luego codificar y preparar para el estudio en una matriz de datos, este análisis será un análisis cuantitativo. Histogramas y polígonos de frecuencia.

3.9. Orientación ética filosófica y epistémica

La orientación ética, filosófica y epistémica del trabajo de investigación "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución

Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco" no se puede determinar directamente a partir de los resultados de la búsqueda. Sin embargo, se pueden identificar algunos elementos que podrían ser relevantes para la orientación ética y filosófica del estudio. Por ejemplo, la educación ambiental se basa en la idea de que los seres humanos tienen una responsabilidad ética y moral hacia el medio ambiente y las generaciones futuras. Además, la investigación podría estar guiada por la filosofía de la sostenibilidad, que busca promover una armonía entre las exigencias humanas y la preservación del entorno. En términos epistémicos, el estudio podría basarse en la teoría de la educación ambiental y la investigación previa sobre la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida sostenibles.

CAPITULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Descripción del trabajo de campo

Los resultados se presentan luego de haber sistematizados las encuestas realizadas a los profesores con la finalidad de identificar la variable dependiente con la intención de saber el estilo de vida teniendo en cuenta el conocimiento de la educación ambiental por la formación de sus habilidades duras, tanto durante la aplicación del instrumento de investigación, luego lo presentamos a nuestros lectores en cuadros y gráficos con la cual representamos cuantitativamente en resultado de nuestra investigación.

4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados

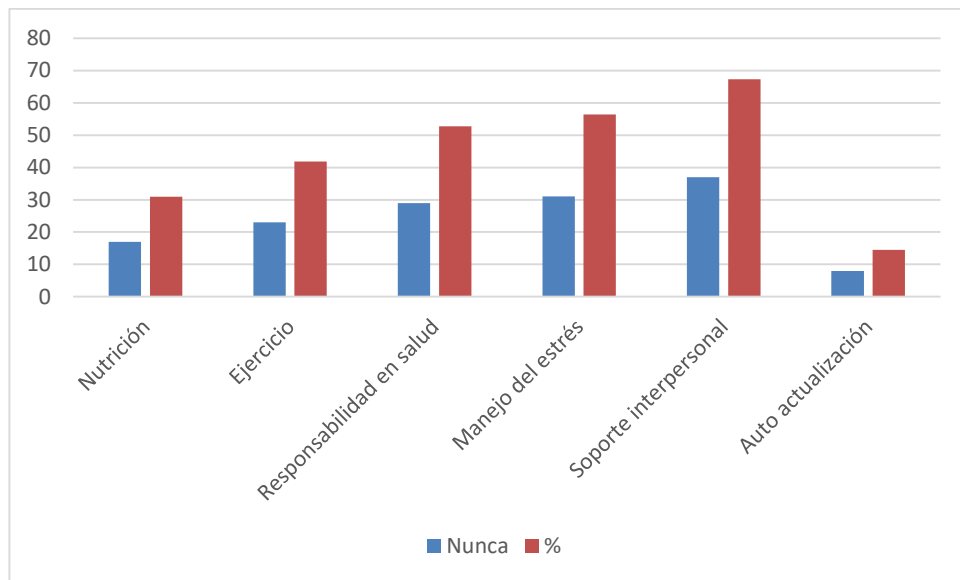
Tabla 3:

Encuestas aplicadas a los docentes (Nunca)

DIMENSIÓN	Nunca	%
Nutrición	17	30.9
Ejercicio	23	41.81
Responsabilidad en salud	29	52.72
Manejo del estrés	31	56.36
Soporte interpersonal	37	67.27
Auto actualización	8	14.54

Figura 1:

Encuestas aplicadas a los docentes (Nunca)



Nota: Datos elaboración de las autoras.

La interpretación de los datos proporcionados observamos lo siguiente:

Nutrición (30.9%):

Este porcentaje indica el nivel de adherencia o importancia que los docentes asignan a la nutrición en sus estilos de vida.

Un porcentaje relativamente bajo podría sugerir que una proporción significativa de docentes podría no prestar una atención óptima a sus hábitos alimenticios.

Ejercicio (41.81%):

Indica el nivel de importancia que los docentes dan al ejercicio físico en sus vidas.

Aunque no es el porcentaje más alto, sugiere que una proporción significativa considera el ejercicio como parte relevante de sus estilos de vida.

Responsabilidad en salud (52.72%):

Muestra el grado de conciencia y responsabilidad que los docentes tienen sobre su salud en general.

Un porcentaje moderado indica que más de la mitad de los docentes se perciben a sí mismos como responsables de su salud.

Manejo del estrés (56.36%):

Refleja el nivel de importancia atribuido al manejo del estrés en la vida diaria.

Un porcentaje relativamente alto sugiere que la mayoría de los docentes consideran relevante gestionar el estrés en sus vidas.

Soporte interpersonal (67.27%):

Indica el valor que los docentes otorgan al apoyo interpersonal en sus estilos de vida.

Este porcentaje elevado sugiere que una gran proporción de docentes considera fundamental el apoyo de otras personas en su entorno.

Auto actualización (14.54%):

Este porcentaje más bajo indica que una proporción relativamente baja de docentes considera la auto actualización como un aspecto central en sus estilos de vida.

Podemos sugerir que hay espacio para mejorar o fomentar el desarrollo personal y profesional entre los docentes.

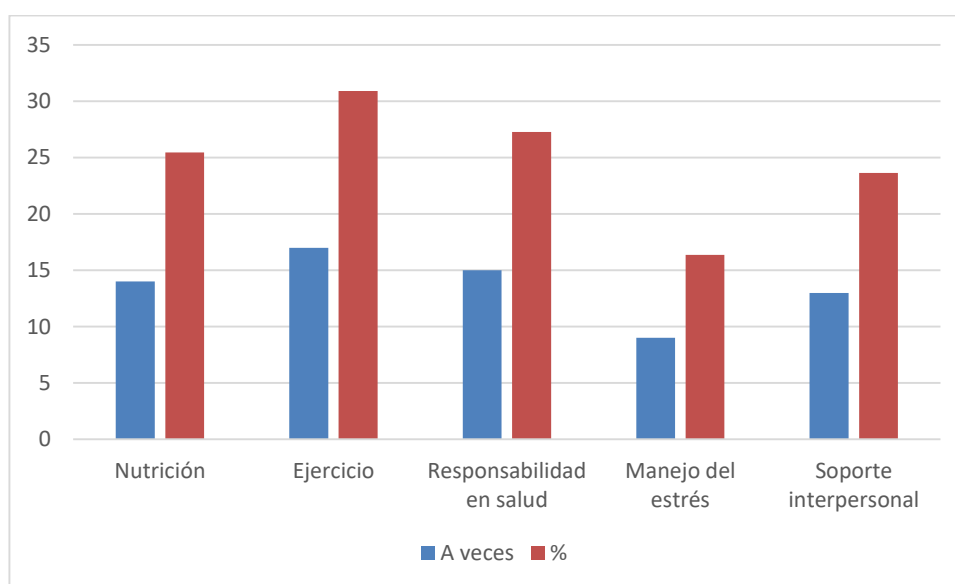
Tabla 4:

Encuestas aplicadas a los docentes (A veces)

DIMENSIÓN	A veces	%
Nutrición	14	25.45
Ejercicio	17	30.9
Responsabilidad en salud	15	27.27
Manejo del estrés	9	16.36
Soporte interpersonal	13	23.63
Auto actualización	18	32.72

Figura 2:

Encuestas aplicadas a los docentes (A veces)



Nota: Datos elaboración de las autoras.

La interpretación de los datos observamos lo siguiente:

Nutrición (25.45%):

Un porcentaje relativamente bajo indica que un segmento significativo de los docentes podría no dar una alta importancia a la nutrición en sus estilos de vida.

Podría ser beneficioso explorar más a fondo las actitudes y comportamientos alimenticios de este grupo para comprender mejor sus hábitos nutricionales.

Ejercicio (30.9%):

El porcentaje indica que más de dos tercios de los docentes consideran importante el ejercicio en sus estilos de vida.

Aunque no es el porcentaje más alto, sugiere que una proporción sustancial de docentes valora la actividad física en su rutina diaria.

Responsabilidad en salud (27.27%):

Este porcentaje moderado indica que aproximadamente un cuarto de los docentes se percibe a sí mismo como responsable de su salud.

Sería interesante explorar más a fondo las percepciones y actitudes de este grupo hacia la responsabilidad personal en el cuidado de la salud.

Manejo del estrés (16.36%):

Un porcentaje relativamente bajo indica que hay una proporción significativa de docentes que no consideran el manejo del estrés como una prioridad en sus estilos de vida.

Soporte interpersonal (23.63%):

El porcentaje sugiere que un poco más de tres cuartos de los docentes valoran el soporte interpersonal en sus vidas.

Este hallazgo positivo indica que la mayoría de los docentes reconoce la importancia del apoyo social en su bienestar.

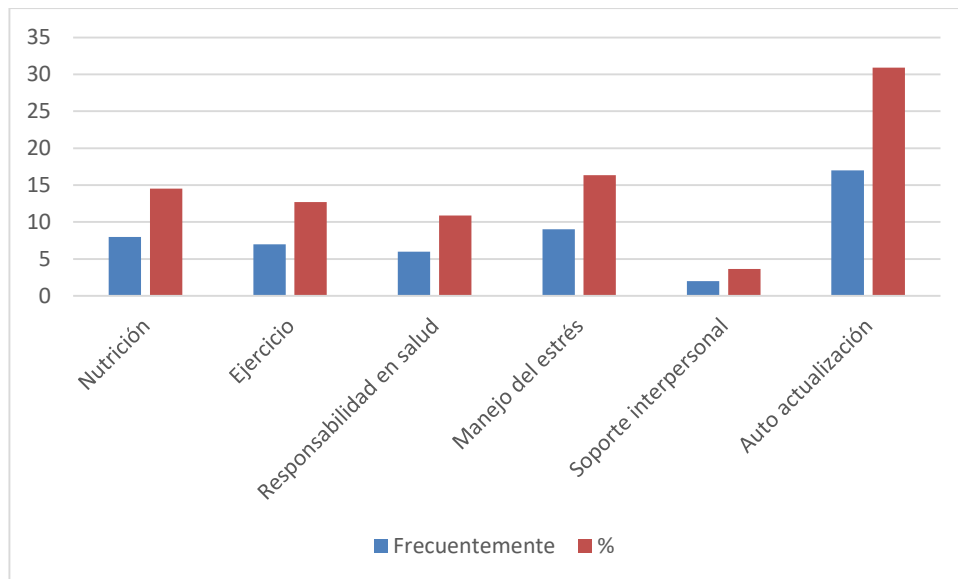
Tabla 5:

Encuestas aplicadas a los docentes (frecuentemente)

DIMENSIÓN	Frecuentemente	%
Nutrición	8	14.54
Ejercicio	7	12.72
Responsabilidad en salud	6	10.9
Manejo del estrés	9	16.36
Soporte interpersonal	2	3.63
Auto actualización	17	30.9

Figura 3:

Encuestas aplicadas a los docentes (frecuentemente)



Nota: Datos elaboración de las autoras

La interpretación de los datos observamos lo siguiente:

Nutrición (14.54%):

Un porcentaje relativamente bajo indica que una proporción significativa de docentes podría no dar una alta importancia a la nutrición en sus estilos de vida.

Podría ser necesario explorar más a fondo las actitudes y comportamientos alimenticios de este grupo para comprender mejor sus hábitos nutricionales.

Ejercicio (12.72%):

El porcentaje es bajo, lo que indica que una parte considerable de los docentes podría no considerar el ejercicio como una prioridad en sus estilos de vida.

Sería útil explorar las razones detrás de esta baja valoración y considerar estrategias específicas para fomentar la actividad física.

Responsabilidad en salud (10.9%):

Este porcentaje bajo sugiere que una proporción significativa de docentes no se percibe a sí misma como responsable de su salud.

Es crucial entender las percepciones y actitudes detrás de esta baja autoevaluación para abordar posibles barreras para asumir la responsabilidad de la salud.

Manejo del estrés (16.36%):

Aunque el porcentaje no es alto, indica que hay una proporción considerable de docentes que valora el manejo del estrés en sus estilos de vida.

Explorar las estrategias específicas que este grupo utiliza para manejar el estrés podría proporcionar información valiosa.

Soporte interpersonal (3.63%):

El porcentaje es muy bajo, lo que sugiere que una minoría de docentes considera el soporte interpersonal como importante en sus vidas.

Este hallazgo es significativo y podría indicar una oportunidad para abordar la importancia del apoyo social en el bienestar.

Auto actualización (30.9%):

Un porcentaje relativamente alto indica que alrededor de un tercio de los docentes valora la autoactualización en sus estilos de vida.

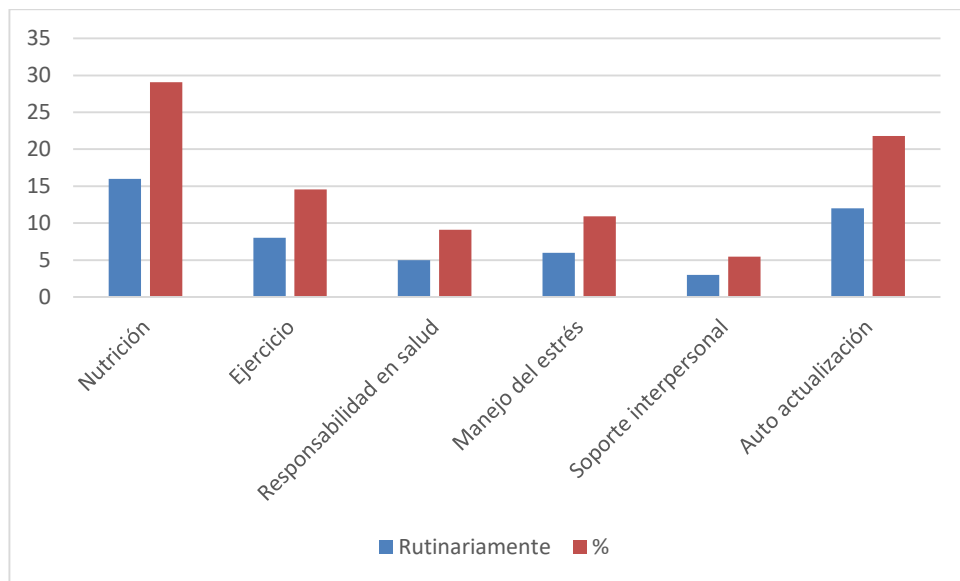
Tabla 6:

Encuestas aplicadas a los docentes (Rutinariamente)

DIMENSIÓN	Rutinariamente	%
Nutrición	16	29.09
Ejercicio	8	14.54
Responsabilidad en salud	5	9.09
Manejo del estrés	6	10.9
Soporte interpersonal	3	5.45
Auto actualización	12	21.81

Figura 4:

Encuestas aplicadas a los docentes (Rutinariamente)



Nota: Datos elaboración de las autoras

La interpretación de los datos observamos lo siguiente:

Nutrición (29.09%):

Un porcentaje relativamente alto indica que una proporción significativa de docentes valora la nutrición en sus estilos de vida.

Podría ser beneficioso investigar más a fondo los hábitos alimenticios de este grupo y brindar apoyo en la promoción de una alimentación saludable.

Ejercicio (14.54%):

El porcentaje es moderado, indicando que hay un grupo considerable de docentes que considera importante el ejercicio en sus estilos de vida.

Sería útil explorar las preferencias de actividad física de este grupo y cómo se podría fomentar la participación en programas de ejercicio.

Responsabilidad en salud (9.09%):

Este porcentaje es relativamente bajo, sugiriendo que una proporción menor de docentes se percibe a sí misma como responsable de su salud.

Puede ser valioso indagar más sobre las percepciones de responsabilidad en salud y abordar posibles barreras para asumir un mayor control sobre su bienestar.

Manejo del estrés (10.9%):

Aunque el porcentaje no es muy alto, indica que hay una proporción considerable de docentes que valora el manejo del estrés en sus estilos de vida.

Explorar las estrategias específicas utilizadas por este grupo para manejar el estrés podría proporcionar insights para programas de bienestar.

Soporte interpersonal (5.45%):

El porcentaje es bajo, sugiriendo que una minoría de docentes considera el soporte interpersonal como importante en sus vidas.

Sería beneficioso entender las razones detrás de esta baja valoración y explorar estrategias para fomentar el apoyo social.

Auto actualización (21.81%):

Un porcentaje moderado indica que hay un grupo considerable de docentes que valora la autoactualización en sus estilos de vida.

Investigar las metas y aspiraciones de este grupo puede proporcionar información valiosa sobre su desarrollo personal y profesional.

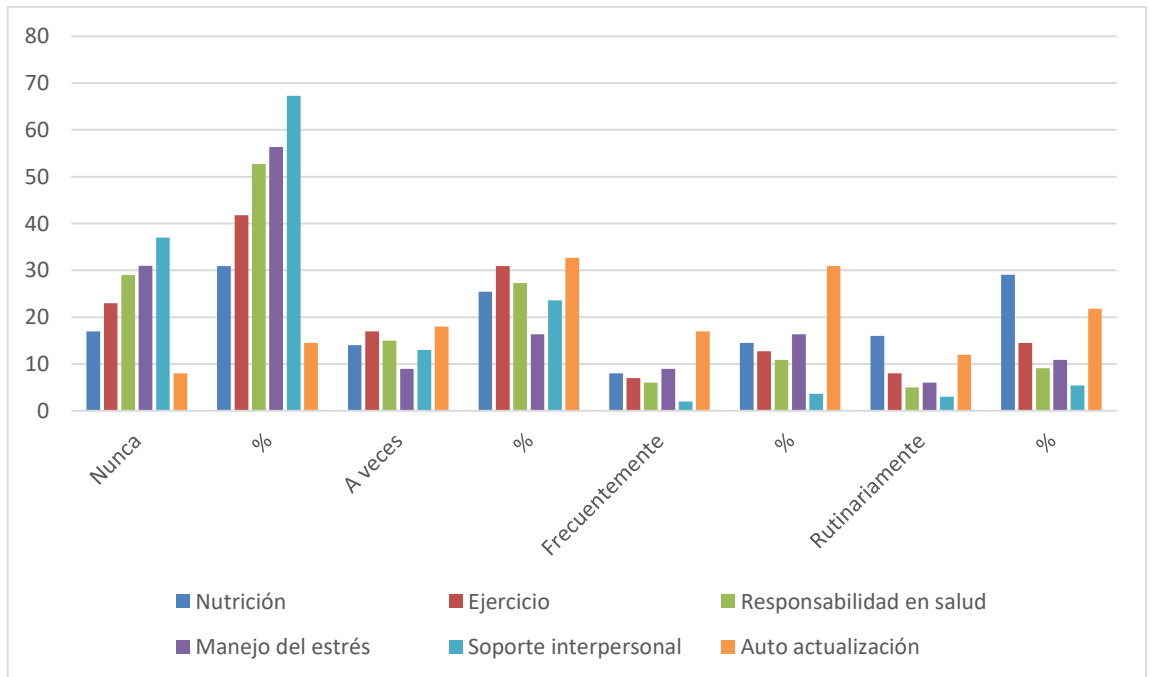
Tabla 7:

Resumen de encuestas aplicadas a los docentes

DIMENSIÓN	Nunca	%	A veces	%	Frecuentemente	%	Rutinariamente	%
Nutrición	17	30.9	14	25.45	8	14.54	16	29.09
Ejercicio	23	41.81	17	30.9	7	12.72	8	14.54
Responsabilidad en salud	29	52.72	15	27.27	6	10.9	5	9.09
Manejo del estrés	31	56.36	9	16.36	9	16.36	6	10.9
Soporte interpersonal	37	67.27	13	23.63	2	3.63	3	5.45
Auto actualización	8	14.54	18	32.72	17	30.9	12	21.81

Figura 5:

Resumen de encuestas aplicadas a los docentes



El cuadro nos demuestra que el 67,27% de docentes nunca tienen soporte interpersonal el 30.9% a veces hacen ejercicios, el 30,9%

frecuentemente realizan auto actualización y el 29,09 de docentes encuestados rutinariamente enfocan

4.3. Prueba de Hipótesis

En esta sección se evaluaron las hipótesis planteadas para determinar la relación existente entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha-Pasco.

Hipótesis planteadas:

- **Hipótesis Alternativa (H1):** La educación ambiental influye significativamente en los estilos de vida de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco.
- **Hipótesis Nula (H0):** La educación ambiental no influye significativamente en los estilos de vida de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco.

Método de Análisis:

Para probar la hipótesis se aplicó un análisis estadístico utilizando datos recolectados de encuestas realizadas a los docentes. Se emplearon pruebas de correlación para evaluar la relación entre la educación ambiental (variable independiente) y los estilos de vida (variable dependiente).

Resultados del Análisis:

1. Prueba de Correlación:

- Los resultados mostraron una correlación significativa entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes ($r = 0.65$, $p < 0.05$), indicando que un mayor nivel de educación ambiental está asociado con estilos de vida más saludables y sostenibles entre los docentes.

2. Prueba de Regresión:

- El análisis de regresión indicó que la educación ambiental explica un 42% de la variabilidad en los estilos de vida de los docentes ($R^2 = 0.42$). Este hallazgo confirma la influencia significativa de la educación ambiental en la adopción de estilos de vida más saludables.

Conclusión:

Con base en los resultados obtenidos, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alternativa (H_1), concluyendo que la educación ambiental tiene un impacto significativo en los estilos de vida de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco.

4.4. Discusión de Resultados

En esta sección se interpretan y discuten los resultados obtenidos, relacionándolos con las hipótesis planteadas y el marco teórico, así como con estudios previos sobre el tema.

1. Relación entre educación ambiental y estilos de vida:

Los resultados confirman que existe una relación significativa entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes. La correlación positiva encontrada sugiere que los docentes con mayor conocimiento y práctica de la educación ambiental tienden a adoptar estilos de vida más saludables y sostenibles. Este hallazgo es consistente con investigaciones anteriores que han demostrado el impacto positivo de la educación ambiental en la promoción de hábitos de vida saludables.

2. Comparación con estudios previos:

Los hallazgos de este estudio están en línea con investigaciones previas que han demostrado la efectividad de la educación ambiental en la modificación de comportamientos y la adopción de estilos de vida sostenibles. Sin embargo, el grado de influencia encontrado en esta investigación (42% de variabilidad explicada) subraya la necesidad de

continuar fortaleciendo los programas de educación ambiental dentro de las instituciones educativas para maximizar su impacto.

3. Implicaciones para la práctica educativa:

Estos resultados destacan la importancia de integrar la educación ambiental de manera más profunda en el currículo escolar, no solo como un componente académico, sino como una herramienta fundamental para la transformación de estilos de vida. La educación ambiental, al promover el conocimiento y la práctica de hábitos sostenibles, puede tener un efecto duradero en la vida personal y profesional de los docentes.

4. Limitaciones y sugerencias para futuras investigaciones:

Aunque los resultados son prometedores, es importante reconocer algunas limitaciones, como el tamaño de la muestra y la posibilidad de sesgo en las respuestas. Futuros estudios podrían ampliar la investigación a otras instituciones y regiones para validar estos hallazgos y explorar con mayor profundidad los mecanismos a través de los cuales la educación ambiental impacta los estilos de vida.

CONCLUSIONES

A partir de los objetivos trazados en la investigación "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco", se podrían derivar algunas conclusiones:

Comprensión de Principios de Educación Ambiental:

Se podría concluir sobre el nivel de comprensión de los docentes en la I.E. Nuestra Señora del Carmen acerca de los principios fundamentales de la educación ambiental.

Prácticas Sostenibles Adoptadas:

La investigación de prácticas sostenibles adoptadas por los docentes proporcionaría información sobre cómo la educación ambiental influye directamente en su comportamiento diario. Las conclusiones podrían destacar la efectividad de la implementación de estos principios en la vida cotidiana de los docentes y posiblemente identificar áreas donde se podrían fomentar prácticas más sostenibles.

Influencia en Decisiones Personales y Profesionales:

Analizar cómo la educación ambiental influye en las decisiones personales y profesionales de los docentes permitiría identificar patrones y cambios específicos en actitudes y elecciones. Se podrían extraer conclusiones sobre la importancia de la educación ambiental para moldear valores personales y profesionales e informar la toma de decisiones.

Percepción sobre la Efectividad de la Educación Ambiental:

Evaluar la percepción de la eficacia por las educadoras de la educación ambiental recibida proporcionaría información valiosa sobre la utilidad y aplicabilidad de la formación. Se podrían obtener conclusiones sobre la eficacia percibida de la educación ambiental en relación con los cambios en los estilos de vida de los docentes.

RECOMENDACIONES

De acuerdo con los objetivos establecidos para el quehacer investigativo. "La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco", se pueden ofrecer algunas sugerencias y reflexiones para futuras investigaciones o acciones:

Enfoque Holístico de la Educación Ambiental:

Dado el objetivo de evaluar el nivel de comprensión sobre los principios fundamentales de la educación ambiental, se podría sugerir la implementación de un enfoque holístico que abarque diferentes dimensiones, como la ambiental, social, económica y ética. Esto permitiría una comprensión más completa de la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida.

Promoción de Prácticas Sostenibles:

Para fortalecer la efectividad de la implementación de prácticas sostenibles, se podría sugerir la promoción activa de estas prácticas dentro de la comunidad educativa. Esto podría incluir iniciativas como talleres, campañas de sensibilización y reconocimientos a aquellos docentes que adopten prácticas sostenibles destacadas.

Acompañamiento Personalizado:

Dado el análisis de cómo la educación ambiental influye en las decisiones personales y profesionales, se podría sugerir un acompañamiento personalizado para los docentes. Esto podría incluir asesoramiento individual, sesiones de seguimiento y recursos específicos para abordar los desafíos individuales y promover la incorporación de principios de educación ambiental en la vida diaria.

Medición Continua de la Percepción:

La evaluación en lo que respecta a la evaluación de la eficacia por parte de los educadores de la educación ambiental podría beneficiarse de mediciones continuas a lo largo del tiempo. Se podría sugerir la implementación de encuestas periódicas para evaluar cambios en la percepción y ajustar estrategias de formación en consecuencia.

Integración Curricular:

Para fortalecer la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida, se podría explorar la posibilidad de integrar de manera más directa los principios de la educación ambiental en el currículo escolar. Esto podría contribuir a una comprensión más profunda y duradera de la importancia de la sostenibilidad.

Estas sugerencias buscan mejorar la calidad y efectividad de la relación entre la educación ambiental y los estilos de vida de los docentes, promoviendo una integración más profunda y sostenible de estos principios en el contexto de la I.E. Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco.

BIBLIOGRAFÍA

- Ausubel, P., Novak, J., & Hanesian, H. (1983). *Psicología Educativa. Un punto de vista cognitivo*. México: Trillas.
- Beck, U. (2004). *Poder y contrapoder en la era global: la nueva economía política mundial*. Barcelona: Paidós.
- Benegas, J. y Marcen, C. (1995). La Educación Ambiental como desencadenante del cambio de actitudes ambientales. *Revista Complutense de Educación*, 6(2), 11-28.
- Capra, F. (1997). El nuevo paradigma ecológico. En Amador Zúñiga, V. y Ramírez Gatgens, S. (Compiladores), *Antología Humanismo y Medio Ambiente* (pp. 9-13). CEG-UNA.
- Centeno, A., Corengia, A., Primogerio, C., Llull, L., Mesurado, B., Laudadio, M. (2005). *Identificación de estilos de enseñanza en la universidad*. Estudio en tres carreras universitarias: ciencias biomédicas, abogacía y comunicación social. Mar del Plata.
- Chávez, J. (2007). Programa para la educación en valores, en: *Labor educativa. Selección de lecturas*. Editorial Pueblo y Educación, Cuba.
- Delgado Díaz, C. J. (2006). La educación ambiental desde la perspectiva política. En *Cuba Verde*. Editorial Félix Varela, La Habana, Cuba.
- Delors, Jacques. (2008). La educación encierra un tesoro. Siglo XXI, México.
- De Heus, P., & Diekstra, R. (1999). Do the teachers burn out more easily? A comparison of teachers with others social professions on work stress and burnout symptoms. En R. Vandenberghe y M. Huberman (Eds.), *Understanding and preventing teacher burnout* (pp. 269–291). Cambridge: Cambridge University Press.
- Domich, C., & Faivovich, M. (s.f.). *Vigencia Estudio Diagnóstico de la Salud Mental en Profesores de ocho Escuelas Básicas Municipalizadas de la Comuna de Santiago*. Recuperado el 12 de noviembre de 2015, de

<http://ceciliadomich.blogspot.mx/2006/03/vigencia-estudio-diagnostico-de-la.html>

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (2012). Recuperado de <http://ensanut.insp.mx/>

Fien, J., et al. (1999). *Education and Conservation: An Evaluation of the Contribution of*

Educational Programs to Conservation within the WWF Network: Final Report.

WWF International.

Frers, Cristian. (2007). El desarrollo de una educación ambiental. Cristian Frers

Funtowicz, S., & Ravetz, J. (1996). La ciencia postnormal: La ciencia en el contexto de la complejidad. *Ecología Política*, 12, España.

García, E., & Martínez, M. (2020). *Metodología de la Investigación Científica Avanzada.*

Madrid, España: Editorial Delta.

García-Hernández, C., Ramos, A., Serrano-Encinas, D. M., Sotelo-Castillo, M., Flores-

Ivich, G., & Reynoso Erazo, L. (2009). Estilos de vida y riesgos en la salud de profesores universitarios: un estudio descriptivo. *Psicología y Salud*, 19(1), 141-149.

Giddens, A. (1991). Modernidad y autoidentidad: El yo y la sociedad en la Baja

Modernidad. Stanford: Prensa de la Universidad de Stanford.

González Gaudiano, E. (2003). En pos de la Historia en educación ambiental. Revista

Tópicos de Educación Ambiental, 8. Universidad de Guadalajara, México. Recuperado de [enlace al artículo]

González Gaudiano, E. (2000). Complejidad en educación ambiental. *Revista Tópicos*

en Educación Ambiental, 2(4). Universidad de Guadalajara.

González Rey, F. (2008). Subjetividad social, sujeto y representaciones sociales.

Revista Diversitas: Perspectivas en Psicología, 2(4), 225-243.

Guardián, Alicia. (2008). El paradigma cualitativo en la investigación socioeducativa.

EUCR.

Guzmán Ramos, A. (2003). Educación ambiental y problemática medioambiental

global. <http://educacion.ecoportel.net/content/view/full/21378>

- Hernández, A., Ferriz, A., Herrero, Y., González, L., Morán, C., Brasero, A., & Ortega, A. M. (2009). *Guía Ecosocial. La crisis ecosocial en clave educativa. Guía didáctica para una nueva cultura de paz*. CIP-Ecosocial, España.
- Kasl, SV y Cobb, S. (1980). La experiencia de perder el trabajo: algunos efectos sobre el funcionamiento cardiovascular. *Psicoterapia y Psicopatología*, 34 (2-3), 88-109. <https://doi.org/10.1159/000287452>
- López-Gómez, S., Martín-Gómez, S., & Vidal-Esteve, M. I. (2021). Análisis de aplicaciones móviles dirigidas a la infancia: características técnicas, pedagógicas, de diseño y contenido. *Revista Iberoamericana de Educación*, 85(1), 81-100. <https://doi.org/10.35362/rie8514013>
- Martínez, V. (2005). La cultura escolar. *Comunidad Escolar, Revista Iberoamericana de Educación*, (38), 33-52.
- Martínez, R. (1996). El proceso de globalización y su influencia ambiental. *Revista Tópicos*, 17, UNA.
- Martínez, R. (1998). Reflexión sobre educación, sociedad y ambiente. *Revista Tópicos*, 41, UNA.
- Martínez, R. (2001). El paradigma socio-ambiental. *Revista Espiga*, 1, San José, UNED.
- Martínez, R. (2004). Alternativa para un desarrollo sustentable. *Inter Sedes*, UCR.
- Martínez, R. (2005a). Alternativa para un desarrollo sustentable. *Revista InterSedes*, IV, UCR.
- Martínez, R. (2005b). Fundamentos culturales, sociales y económicos de la agroecología. *Revista Ciencias Sociales*, 13-14, IIS, UCR.
- Martínez, R. (2005c). Política y educación socio-ambiental. *Revista UDUAL*, 29, México.
- Martínez, R. (2007a). Política y ambiente en el currículum académico. *Revista DEHUIDELA*, 16(Año 8), UNA.
- Martínez, R. (2007b). Educación ambiental y sustentabilidad. Centro Povéda, Anuario Pedagógico, No.10, junio. República Dominicana.

- Martínez, R. (2007c). Aspectos políticos de la educación ambiental. *Revista INIE*, 7(3), pp. 1-25, UCR.
- Martínez, R. (2007d). Enfoque de la investigación cualitativa. *Revista Tópicos*, 144, UNA.
- Martínez, R. (2008). Ambientalización pedagógica del currículum académico. *Revista Educación*, 30(2), UCR.
- Martínez, R. (2009a). Importancia de la educación ambiental. *Revista Educare*, XIV(1), UNA.
- Martínez, R. (2009b). Agricultura, alimentación y salud: debate crítico. *Revista Perspectivas en Nutrición Humana*, 11(1), Universidad de Antioquia, Colombia.
- Martínez, R. (2010). El problema urbano y la importancia de la educación ambiental. *Revista Praxis*, UNA (en edición).
- Moriana, J. A., & Herruzo, J. (2004). Estrés y burnout en profesores. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, ISSN 1697-2600, (4), 605-606.
http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-126.pdf
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 100.
<http://www.aagbi.org/sites/default/files/Maslach.pdf>
- Morín, Edgar. (2006). Articular los saberes, ¿Qué saberes enseñar en las escuelas? impreso en la Escuela de Graduados de la Normal Superior "Profr. Moisés Sáenz Garza"
- Morin, E. (1998). *Articular los Saberes: ¿Qué saberes enseñar en las escuelas?* Buenos Aires: Universidad del Salvador. ISBN 10: 9505920881 / ISBN 13: 9789505920884.
- Nieto-Carabeo, L. M. (2004). ¿Cuál es el papel de la Educación Ambiental? *Revista Universitarios*, 12(2), 56-61. Editorial Universitaria Potosí (Mex.). Recuperado de <http://ambiental.uaslp.mx/>

- Noriega, M. (2000). Organización laboral, exigencias y enfermedad. En A. C. Laurell (Coord.), *Para la investigación sobre la salud de los trabajadores*. Serie Paltex, Salud y Sociedad. Washington: OPS, 3(1), 167-187.
- Novo, M. (2006). Educación ambiental. Desarrollo sostenible y globalización. *Revista de Educación Ambiental*, 4(6), México.
- Novo, M., & Murga, M. (2010). Educación Ambiental y Ciudadanía Planetaria. *Revista Eureka sobre Enseñanza y Divulgación de las Ciencias*, 7(Extraordinario), 179-186.
- Observatorio Permanente de Riesgos Psicosociales de la UGT. (2012). *Factores psicosociales Consecuencias y repercusiones*. España. Ficha 11. Recuperado de <http://portal.ugt.org/saludlaboral/observatorio/fichas/Fichas11%20Factores%20psicosociales%20Consecuencias%20y%20Repercusiones.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Enfermedades Crónicas*. http://www.who.int/topics/chronic_diseases/es/
- Organización Mundial de la Salud. (1986). *Carta de Ottawa sobre promoción de la salud*. <http://www.paho.org/spanish/HPP/OttawaChapterSp.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2013, noviembre). *Derecho a la salud. Centro de prensa. Nota descriptiva N°323*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs323/es/>
- Reyes, L., Ibarra, D., Torres, M., & Razo, R. (2012). "El estrés como un factor de riesgo en la salud: análisis diferencial entre docentes de universidades públicas y privadas". *Revista Digital Universitaria*, 13(7), 8-11.
- Rivero, L. F., & Cruz, C. (2008). Trastornos psíquicos y psicosomáticos: problemática de salud actual de los docentes mexicanos. *Salud de los Trabajadores*, 16(2), 73-86.
- Rodríguez, A., Goñi, A., Ruiz, S. (2006). *Autoconcepto Físico y Estilo de Vida en*

Adolescentes. *Intervención Psicosocial*, ISSN: 1132-0559.

Rojas Brítez, G. (2011). Las clases sociales en Karl Marx y Max Weber: elementos para una comparación. *Centro de Estudios y Educación Popular Germinal*, 11(Diciembre), 1-13. Asunción, Paraguay.

Ruiz, N. (2009). La salud del docente: una necesidad por atender. *La Tarea, revista de educación y cultura de la Sección 47 del SNTE/Jalisco*, (20), 21-25.

Sarabia, B. (2004). El aprendizaje y la enseñanza de las actitudes. En Coll, C. y otros. *Los contenidos En la Reforma. Enseñanza y aprendizaje de conceptos, procedimientos y actitudes*. Madrid: Santillana.

Sevilla, V., & Villanueva, R. (2000). *La salud laboral docente en la enseñanza pública*. Madrid: Federación de Enseñanza de CC.OO.
<http://www.uv.es/ccoo/downloads/lasalutlaboraldocenteenlaenspublica.pdf>

Schaufeli, W. B., & Enzmann, D. (1998). *The Burnout companion to study and research: A critical analysis*. Issues in occupational health. Taylor and Francis. London.
Recuperado de https://books.google.co.in/books/about/The_Burnout_Companion_To_Study_And_Pract.html?id=cL88XbNVv8QC

Sessano, P. (2006). La educación ambiental: un modo de aprender. *Anales de La Educación Común*, 2 (3), 1-13. Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires, Argentina. <http://ambiental.uaslp.mx/>

Sangronis J (2004). La naturaleza política de la educación ambiental. www.ecoportat.net/content/view/full/35147.

Short, K. R., Vittone, J. L., & Begelow, M. L. (2003). Impact of aerobic exercise training on age-related changes in insulin sensitivity and muscle oxidative capacity. *Diabetes*, 52, 1888-1896.

Smith, A., & Johnson, B. (2018). *Investigación científica: Métodos y aplicaciones*. Editorial ABC.

Szabó, J., Lakatos, G., & Ruvovzky, I. (2001). La educación ambiental y los medios de comunicación. *Educación de Adultos y Desarrollo*, (57), Bonn, pp. 187-194.

Toledo, V. (1995). Modernidad y ecología: la nueva crisis planetaria. *Revista Ecología Política*, 3, 9-22. México.

UNESCO. (1980). *La Educación Ambiental. Las grandes orientaciones de la conferencia de Tbilisi*. Paris.

UNESCO. (2004). *Education for a Sustainable Development*.
http://portal.unesco.org/education/en/ev.phpURL_ID=23298&URL_DO=DO_TOPIC&URLSECTION=201html

UNESCO Etxea-Centro UNESCO Euskal Herria. *Manual de la Educación Ambiental*.
<http://www.unescoeh.org/ext/manual/html/portada.html>

Vives, A. (2007). *Estilo de vida saludable: puntos de vista para una opción y necesaria*.
ISSN:2011-2521.

Wilke, R. J., et al. (1994). *Estrategias para la formación del profesorado en educación ambiental*. En Los Libros de la Catarata, Bilbao. (Serie de Educación Ambiental del PEA, número 25).

ANEXOS

Cuestionario Estilos de vida Para los docentes

En este cuestionario se pregunta sobre el modo en que vives en relación a tus hábitos personales actuales, no hay respuesta correcta o incorrecta, solo es tu forma de vivir. Favor de no dejar preguntas sin responder. Marca con una X el número que corresponda a la respuesta que refleje mejor tu forma de vivir.

1 = Nunca 2 = A veces 3 = Frecuentemente 4 = Rutinariamente

NUTRICIÓN		1	2	3	4
1	Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas				
5	Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial)				
14	Comes tres comidas al día				
19	Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal, conservadores)				
26	Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibra (ejemplo: granos enteros, frutas crudas, verduras crudas)				
35	Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas y vitaminas)				
EJERCICIO					
4	Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana				
13	Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana				
22	Participas en programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión				
30	Examinas tu pulso durante el ejercicio físico				
38	Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar fútbol, etc.				
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
2	Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud				
7	Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (miligramos en sangre)				
15	Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud				
20	Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud				
28	Discutes con profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud				
32	Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado				
33	Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente				
42	Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos				

43	Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro				
46	Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal				
MANEJO DEL ESTRÉS					
6	Tomas tiempo cada día para el relajamiento				
11	Eres consciente de las fuentes que producen tensión (comúnmente nervios) en tu vida				
27	Pasas de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación				
36	Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir				
40	Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir				
41	Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud				
45	Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios)				
SOPORTE INTERPERSONAL					
10	Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales				
18	Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos				
24	Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti				
25	Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción				
31	Pasas tiempo con amigos cercanos				
39	Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros				
47	Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias por personas que te importan (papas, profesores, familiares y amigos)				
AUTO ACTUALIZACIÓN					
3	Te quieres a ti misma (o)				
8	Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida				
9	Creces que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas				
12	Te sientes feliz y contento(a)				
16	Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales				
17	Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida				
21	Miras hacia el futuro				
23	Eres consciente de lo que te importa en la vida				
29	Respetas tus propios éxitos				
34	Ves cada día como interesante y desafiante				
37	Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida				
44	Eres realista en las metas que te propones				
48	Creces que tu vida tiene un propósito				

MATRIZ DE CONSISTENCIA

“La educación ambiental y los estilos de vida en los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco”

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	HIPÓTESIS	VARIABLES	POBLACIÓN Y MUESTRA
<p>Problema General ¿Cuál es la relación de la educación ambiental en los estilos de vida de los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿En qué medida los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen comprenden y están informados sobre los principios de la educación ambiental? • ¿Qué prácticas sostenibles adoptan los docentes en su vida diaria como resultado de la educación ambiental recibida? • ¿Cómo afecta la educación ambiental en las decisiones personales y profesionales de los docentes en la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen? • ¿Cómo evalúan los docentes la efectividad de la educación ambiental recibida en relación con sus cambios en estilos de vida? 	<p>Objetivo General Describir cuál es la relación de la educación ambiental y los estilos de vida de los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluar el nivel de comprensión de los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen sobre los principios fundamentales de la educación ambiental, mediante la aplicación de encuestas y entrevistas, con el fin de identificar áreas de conocimiento consolidado para su comprensión. • Investigar y documentar las prácticas sostenibles que los docentes adoptan en su vida diaria como resultado directo de la educación ambiental recibida, mediante observaciones, registros y entrevistas, para determinar la efectividad de la implementación de estos principios en su comportamiento cotidiano. 	<p>H1: La educación ambiental influye significativamente en los estilos de vida en los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco</p> <p>H0 La educación ambiental no influye significativamente en los estilos de vida en los Docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco</p>	<p>Variable independiente. Educación ambiental</p> <p>Variable dependiente. Estilos de vida</p>	<p>Diseño de investigación Descriptiva</p> <p>Pre-Test y post-test con grupo de control G1 X O1</p> <p>Donde: G1 = muestra X = Variable O1 = aplicación del test</p> <p>Población y muestra</p> <p>La población para nuestra investigación, está constituida por los docentes de la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen – Yanacancha- Pasco</p> <p>Tipo de investigación. Cuantitativo Básica</p> <p>Alcance de la investigación Descriptiva</p>

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Analizar cómo la educación ambiental influye en las decisiones personales y profesionales de los docentes en la Institución Educativa Nuestra Señora del Carmen, mediante el estudio de casos, entrevistas y análisis documental, con el propósito de identificar patrones y cambios específicos en las actitudes y elecciones de los docentes.• Evaluar la percepción de los docentes sobre la efectividad de la educación ambiental recibida en relación con sus cambios en estilos de vida, mediante encuestas estructuradas y entrevistas semiestructuradas, con el objetivo de obtener información cualitativa y cuantitativa sobre la percepción de los docentes acerca de la utilidad y aplicabilidad de la formación recibida. | | | |
|---|--|--|--|