

# Análisis del estilo de vida en estudiantes universitarios de Enfermería

Alexis Emmanuel Salinas Santoyo; Cecilia Alejandra Zamora Figueroa; Gabriela Luna Hernández; Víctor Horacio Orozco Covarrubias; Sara Paola Ceballos Duran; Janvier André Martínez Godínez

## Introducción

Los estilos de vida saludables son clave para el bienestar físico y mental en la formación de profesionales de enfermería; sin embargo, se han identificado altos niveles de estrés y consumo de sustancias como el tabaco y el alcohol, conllevando una baja atención a la salud, lo que resulta preocupante por su rol futuro en el autocuidado (Bueno et al., 2023).

## OBJETIVO

Analizar los atributos del estilo de vida promotor de la salud en estudiantes de Enfermería

## Resultados

De los 506 estudiantes encuestados, el 79.6 % eran mujeres y el 52 % se dedicaba exclusivamente a actividades académicas. Entre quienes laboran, el 90 % presentó un estilo de vida bajo o moderadamente bajo, frente al 85 % de quienes no trabajan. En la evaluación global del estilo de vida promotor de la salud, el 53.6 % fue clasificado con nivel bajo, el 34.4 % con nivel moderadamente bajo, el 10.1 % con nivel moderadamente alto y solo el 2 % alcanzó un nivel alto.

Mediante el análisis de Odds Ratio (OR) y la prueba de significancia de Mantel-Haenszel, se identificaron asociaciones entre variables analizadas.

Se encontraron asociaciones estadísticamente significativas en estudiantes que acuden a consulta profesional de salud ( $OR = 2.5$ ;  $p = 0.0009$ ), presentan menor estrés académico ( $OR = 3.5$ ;  $p = 0.01$ ) y no consumen tabaco ( $OR = 6.4$ ;  $p = 0.03$ ). En estos casos, los valores de  $p$  fueron inferiores a lo establecido ( $p < 0.07$ ), lo que permitió rechazar la hipótesis nula y aceptar la alternativa, indicando mayor probabilidad de mantener un estilo de vida saludable o moderadamente alto.

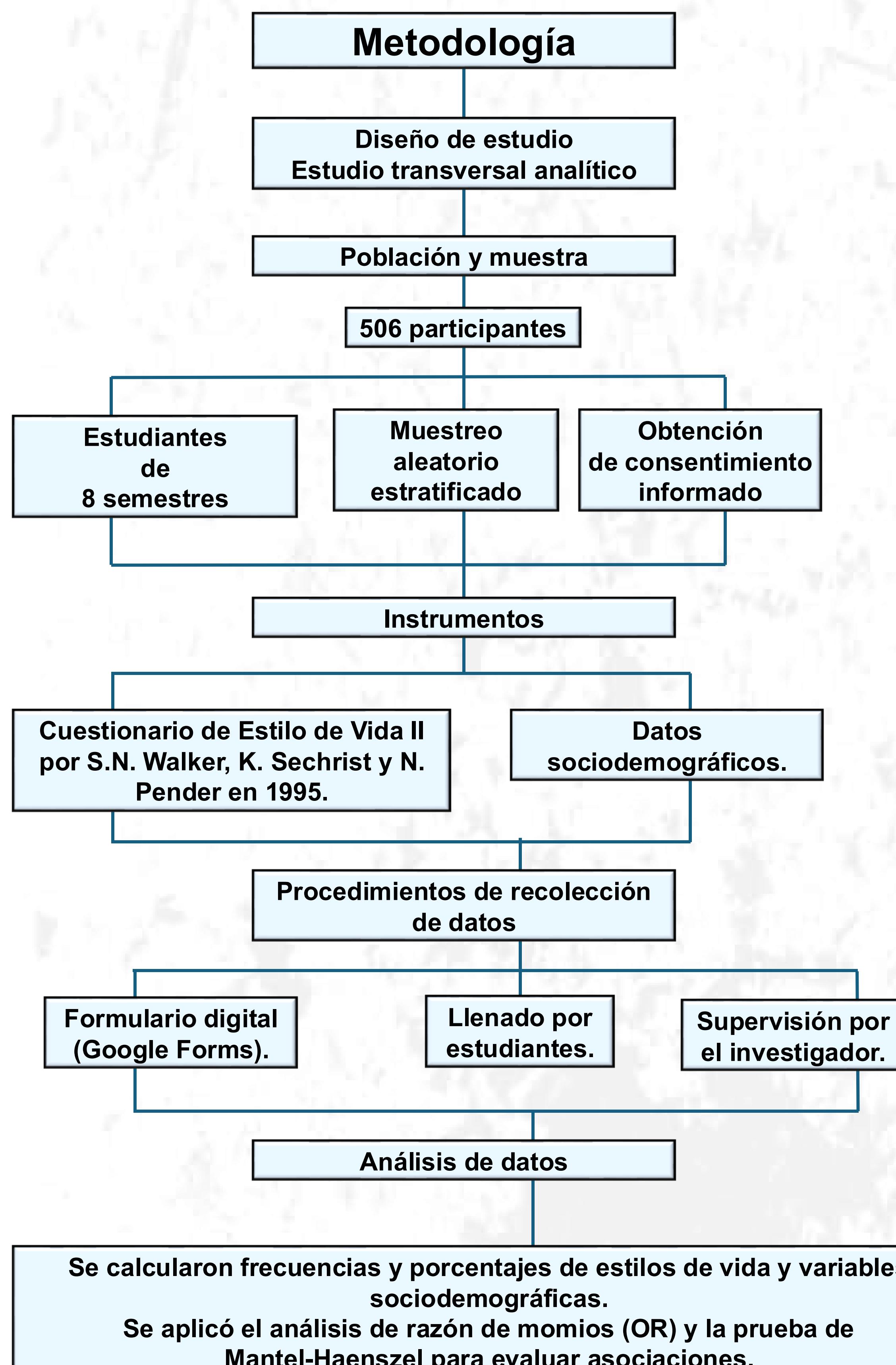
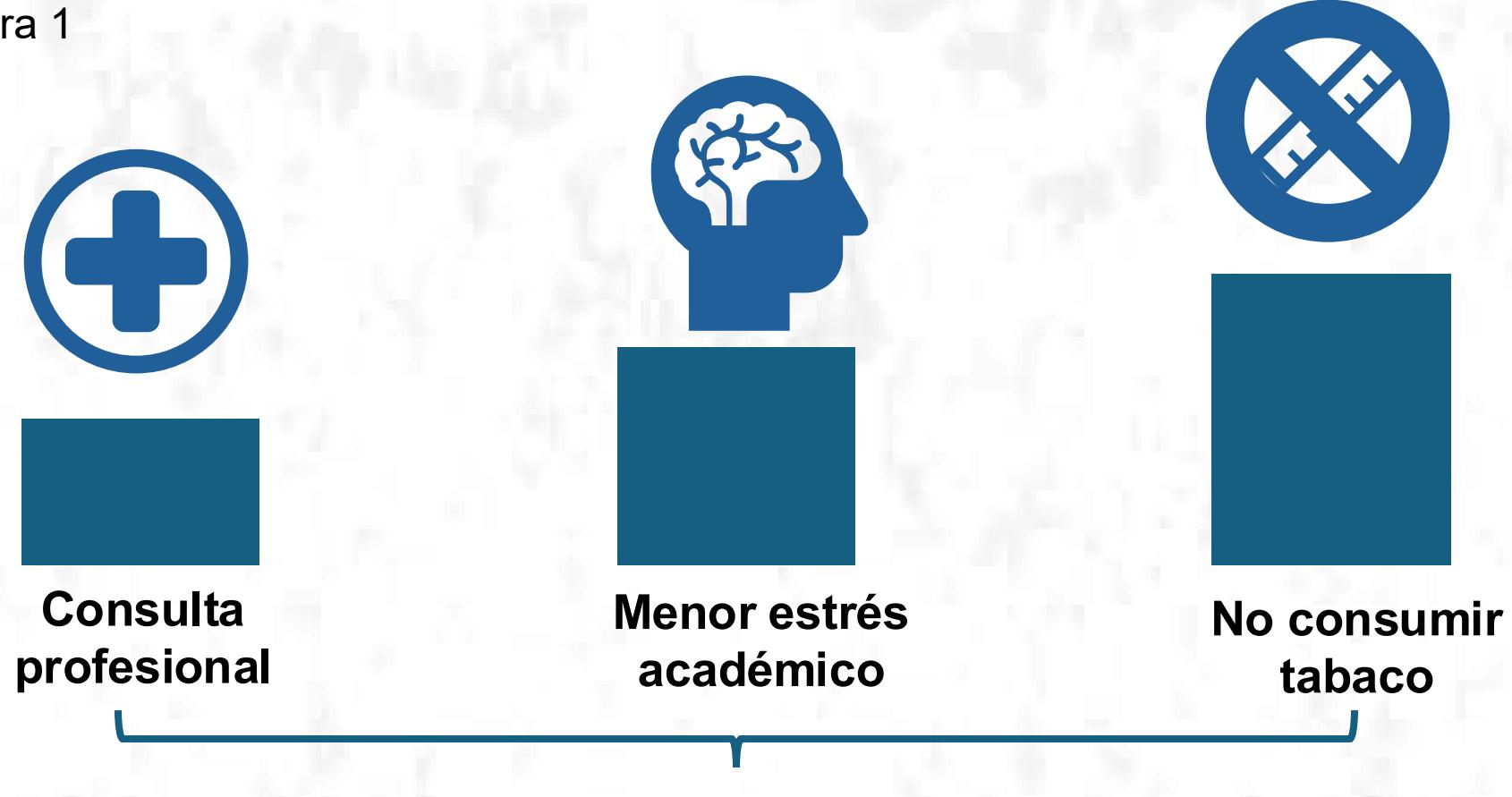


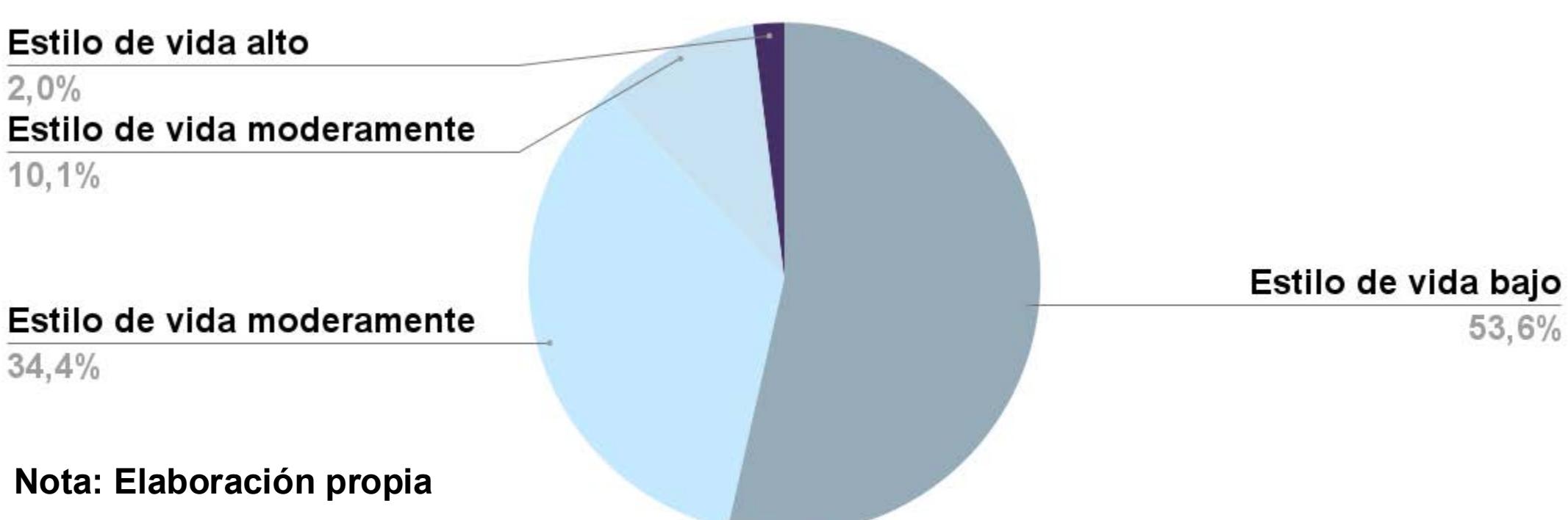
Figura 1 Asociaciones entre variables analizadas



Nota: Elaboración propia

Figura 2

Evaluación del estilo de vida en estudiantes de la licenciatura en Enfermería



## Conclusión

El análisis de los atributos del estilo de vida promotor de la salud en estudiantes de Enfermería evidenció una alta prevalencia de hábitos poco saludables, con más del 88 % presentando niveles bajos o moderadamente bajos. Se identificaron asociaciones significativas con el acudir a consulta profesional, el alto estrés académico y el consumo de tabaco. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar programas integrales de salud estudiantil que promuevan el autocuidado, la gestión del estrés y el acceso a servicios profesionales, con el objetivo de mejorar los hábitos de vida y el bienestar de los futuros profesionales de enfermería.

## Referencias

- Bueno, A., Bautista R., de la Cruz A., & Solano M. (2023). Estilos de vida en estudiantes universitarios del sur de México. Ciencia Latina Revista Multidisciplinaria, 7(6), 9903. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i6.9903](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9903)
- Li, C., Li, W., Lee, S., Sun, M., & Chiang, V. C. L. (2024). Examining well-being and healthy lifestyle interventions among nursing students worldwide: A scoping review. Journal of Transcultural Nursing, 35(3), 269-281. <https://doi.org/10.1177/08980101241283856>
- López L., Silva L. B., Furtado L. M., Prado T. Y. & Reis, J. E. (2020). Lifestyle behaviors among undergraduate nursing students: A latent class analysis. [Revista], [volumen]([número]\*), pp.. <https://doi.org/10.1111/nhs.XXXX>