

Análisis del estilo de vida en estudiantes universitarios de Enfermería

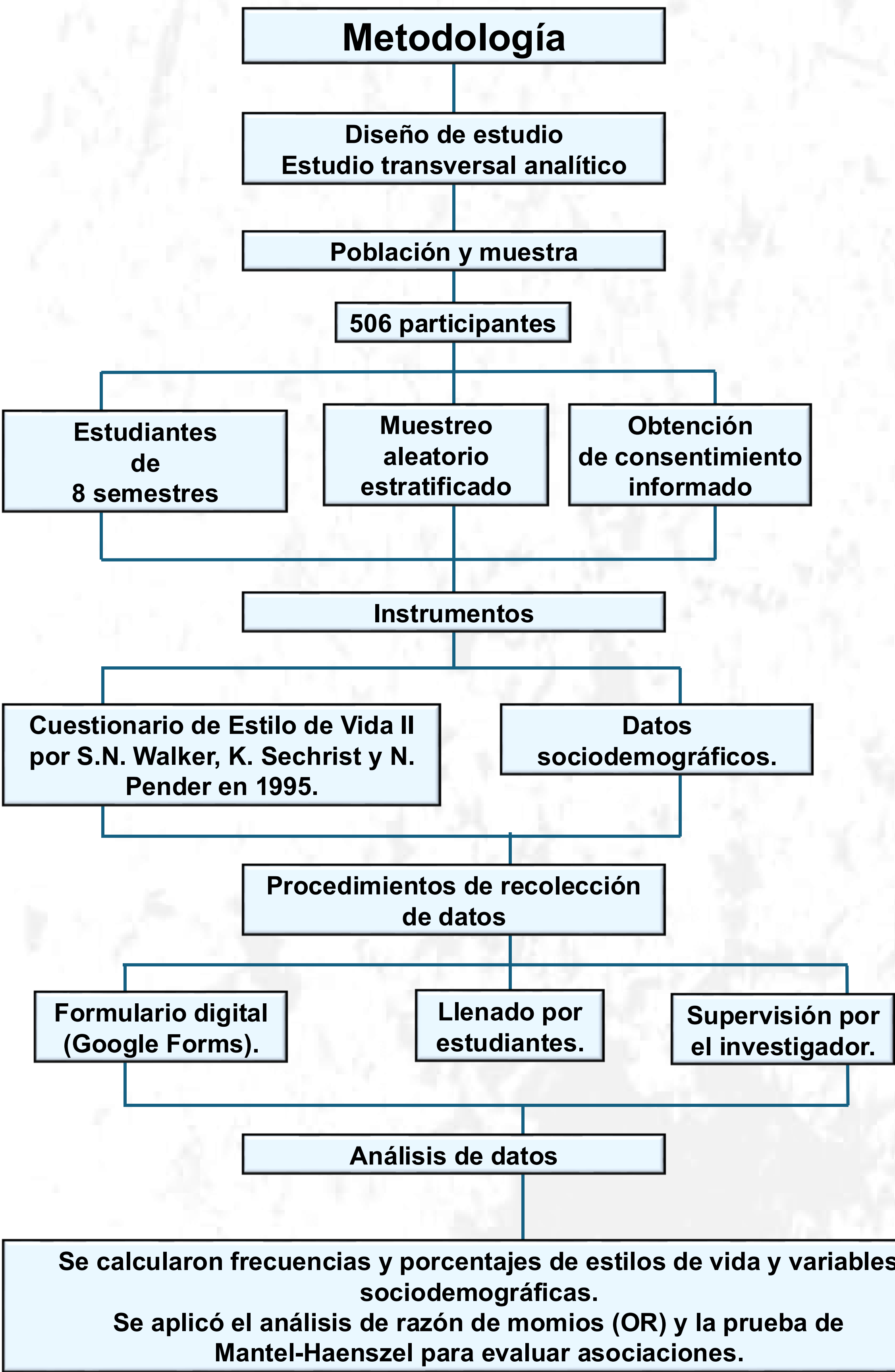
Alexis Emmanuel Salinas Santoyo; Cecilia Alejandra Zamora Figueroa; Gabriela Luna Hernández; Víctor Horacio Orozco Covarrubias; Sara Paola Ceballos Duran; Janvier André Martínez Godínez

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

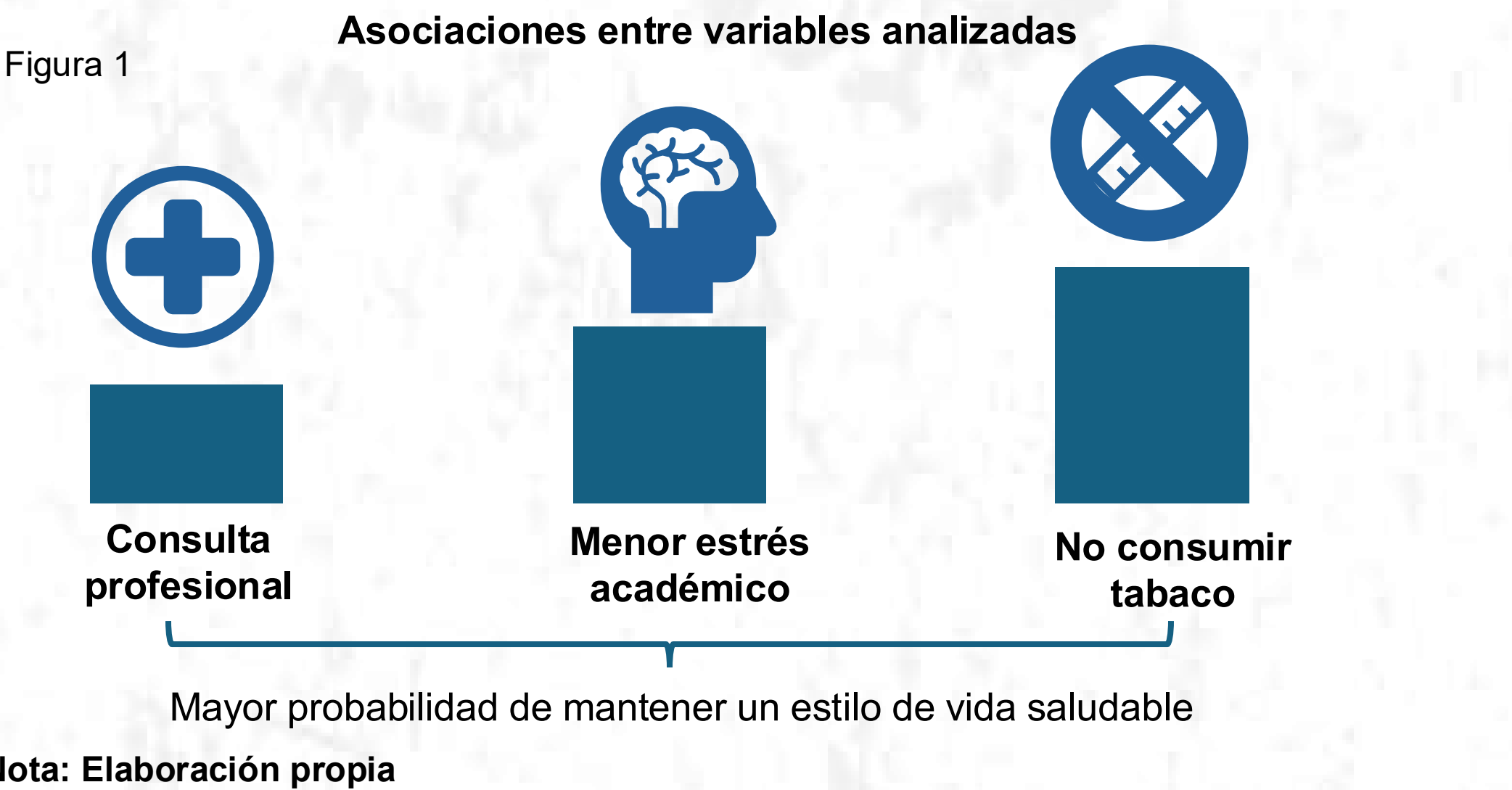


Resultados

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.



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 Multidisciplinar, 7(6), 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>