

ARTÍCULO ORIGINAL

El autocuidado del sistema genitourinario en jóvenes estudiantes universitarios

Self-care of the genitourinary system in young university students

Diana Estela Pérez Chávez^{1*}

Ledis Mata Bravo²

¹ Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Sede pedagógica "Félix Varela Morales".
Villa Clara. Cuba.

² Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Facultad de Enfermería y Tecnología de la
Salud. Cuba.

* Autor para la correspondencia. Correo electrónico: dianep@uclv.cu

RESUMEN

Fundamento: las infecciones del sistema genitourinario se han identificado entre las más frecuentes en las consultas de la atención primaria de salud; existe un porcentaje significativo de estudiantes universitarios que las padecen, lo cual repercute en su calidad de vida.

Objetivo: elaborar un sistema de actividades para promover el autocuidado del sistema genitourinario en los estudiantes universitarios.

Métodos: se realizó una investigación de desarrollo en 2015, en la Facultad de Tecnología de la Salud. Se utilizaron métodos teóricos: histórico-lógico, analítico-sintético e inductivo-deductivo; del nivel empírico: análisis de documentos, observación, cuestionarios y entrevistas a los jóvenes y profesores, y el criterio de especialistas para valorar la propuesta.

Resultados: se constató poca percepción de riesgo de los factores que provocan afectaciones en el sistema genitourinario por los jóvenes estudiantes, no habían concientizado el valor del autocuidado para la preservación de su salud y no lo asumían como influyente en la calidad de vida; omitían la responsabilidad individual en la prevención y control de las causas que ejercen influencias negativas en su organismo, por lo que se elaboró un sistema de actividades que fue valorado por criterios de especialistas.

Conclusiones: el sistema elaborado promueve el autocuidado del sistema genitourinario a través de la articulación de actividades curriculares y extracurriculares que fomentan actitudes positivas hacia el cuidado del cuerpo y el mejoramiento de la calidad de vida; fue valorado como pertinente y adecuado a los propósitos para los que fue creado.

DeCS: promoción de la salud; conductas relacionadas con la salud; genitales; autocuidado; educación médica.

ABSTRACT

Background: the genitourinary system infections have been identified among the most frequent in primary health care consultations; there is a significant percentage of university students who suffer from them, which affect their quality of life.

Objective: to develop a system of activities to promote self-care of the genitourinary system in university students.

Methods: a development research was carried out in 2015, at the Faculty of Health Technology. Theoretical methods were used: historical-logical, analytic-synthetic and inductive-deductive; empirical ones: analysis of documents, observation, questionnaires and interviews with young people and teachers, and the criteria of specialists to assess the proposal.

Results: there was little risk perception of the factors that cause affectations in the genitourinary system of young students, they had not been aware of the self-care value for the preservation of their health and they did not assume it as influencing in life quality; they omitted the individual responsibility in the prevention and control of the causes that exert negative influences in their organism, so a system of activities was elaborated that was valued by criteria of specialists.

Conclusions: the elaborated system promotes the self-care of the genitourinary system through the articulation of curricular and extracurricular activities that promote positive attitudes towards the care of the body and the improvement of quality life; it was assessed as relevant and adequate to the purposes for which it was created.

MeSH: health promotion; health behavior; genitalia; self-care; education, medical.

Recibido: 23/04/2019

Aprobado: 02/09/2019

INTRODUCCIÓN

El término promoción de la salud fue utilizado por primera vez por Henry E. Sigerist en 1941 cuando planteó como las cuatro grandes tareas de la medicina: la promoción de salud, la prevención de salud, el restablecimiento del enfermo y su rehabilitación, según referencian Díaz Brito et al.⁽¹⁾

Los autores Villerme (1826) en Francia, Virchow (1847) en Alemania y Sigerist (1941), según expresa Curbelo⁽²⁾ en su texto, coincidieron en reconocer como necesaria la acción multifactorial para promover salud; refirieron que Sigerist destacó la necesidad de educación gratuita para todos, incluso, de la educación para la salud, el fomento de las investigaciones

sobre este tema y la capacitación de la comunidad para realizar una eficaz promoción de la salud.

La OMS define la salud como un complejo estado del bienestar físico, mental y social; la concibe como la adaptación de un organismo al ambiente específico en que vive y se desarrolla, lo que convierte la enfermedad en un estado de inadaptación al medio.⁽³⁾

La promoción de la salud, derecho humano fundamental, consiste en capacitar a las personas para ejercer un mayor control sobre las determinantes de su salud y mejorarla. Esta preocupación se expresa en los lineamientos del Partido Comunista de Cuba: "Fortalecer las acciones de salud en la promoción y prevención para el mejoramiento del estilo de vida, que contribuya a incrementar los niveles de salud de la población con la participación intersectorial y comunitaria".⁽⁴⁾

Las prácticas de autocuidado del cuerpo iniciaron en la antigüedad y van cambiando de acuerdo con las circunstancias que rodean a las personas; en la actualidad se consideran como una forma eficaz de crear ambientes favorables para la salud; pero ello requiere del desarrollo de habilidades personales para optar por decisiones saludables. La Carta de Ottawa define que: "La promoción favorece el desarrollo personal y social en la medida que aporte información sobre el cuidado, educación sanitaria para tomar decisiones informadas y se perfeccionen las aptitudes indispensables para la vida".⁽³⁾

Las infecciones del sistema genitourinario se han identificado como las más frecuentes en la atención primaria de salud y una de las causas que desencadenan enfermedades crónicas como la insuficiencia renal, el cáncer y la infertilidad, entre otras. Es una de las influencias más comunes de alteración urinaria y genital, cuando este último está afectado se compromete el proceso de la reproducción humana. El ser humano es el principal responsable de la aparición de estas enfermedades al no buscar las vías para evitarlas.^(5,6)

El nivel alcanzado por los jóvenes en el proceso de autorregulación posibilita la capacidad de plantearse tareas de autoperfeccionamiento con respecto a su salud. Según Bastías⁽⁷⁾ esta actitud cobra importancia en la población universitaria, pues transitan desde la adolescencia a la adultez joven e incursionan en tomas de decisiones sobre la base de sus situaciones de vida; sin embargo, los autores de esta investigación han constatado que existe una insuficiente preparación en ellos sobre el autocuidado del sistema genitourinario y sus consecuencias, expresada en malos hábitos higiénico-sanitarios, incorrectos estilos de vida, vestuarios inadecuados y una conducta sexual irresponsable.

En la Facultad de Tecnología de la Salud de la Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara, se ha identificado un por ciento significativo de estudiantes que padecen estas infecciones, por lo que los autores se propusieron como objetivo: elaborar un sistema de actividades para promover el autocuidado del sistema genitourinario entre los estudiantes universitarios.

MÉTODOS

Se realizó una investigación de desarrollo en la Facultad de Tecnología de la Salud “Julio Trigo López” durante el curso 2014-2015. El universo estuvo constituido por los estudiantes del plan de estudio D de las carreras Imagenología, Nutrición y Rehabilitación en Salud, en total 102 jóvenes. La muestra quedó integrada por 51 (20 de Nutrición, 20 de Rehabilitación y 11 de Imagenología); 36 son del sexo femenino y 15 del masculino. Los criterios de intencionalidad de la muestra se corresponden con su pertenencia al mismo plan de estudio; la convivencia en la residencia estudiantil, la incidencia de las afecciones del sistema genitourinario, el grupo etario y su comportamiento con respecto a la conducta sexual.

Los métodos teóricos utilizados fueron:

- Histórico-lógico: permitió la contextualización del problema y su evolución histórica, posibilitando establecer los antecedentes investigativos.

- Analítico-sintético: se expresa en el estudio de la bibliografía, para realizar un análisis teórico de la información y poder penetrar en la esencia del objeto de investigación y en el procesamiento e interpretación de los resultados obtenidos para arribar a conclusiones.
- Inductivo-deductivo: permitió realizar generalizaciones a partir del estudio de la muestra seleccionada para arribar a la determinación de necesidades y potencialidades en los jóvenes.
- Sistémico-estructural: proporcionó argumentos para el establecimiento de las interrelaciones entre los componentes del sistema de actividades.

Empíricos:

- Análisis documental: con el objetivo de constatar las principales causas de morbilidad en los jóvenes estudiantes y la presencia de certificados médicos por infecciones del tracto genitourinario; asimismo permite verificar si en el proyecto educativo y extensionista de la facultad existen actividades relacionadas con el autocuidado de la salud.
- Observación: de la vida cotidiana de los jóvenes en la residencia estudiantil para constatar cómo se desarrollan las prácticas del autocuidado de su salud.
- Encuesta en forma de cuestionario y de entrevista a los jóvenes: para constatar el estado actual de sus conocimientos acerca del autocuidado del sistema genitourinario y su utilización ante las afecciones más frecuentes.
- Encuesta en forma de entrevista a profesores: dirigida a constatar la inserción de los contenidos relacionados con el autocuidado del sistema genitourinario en el proceso docente educativo.

El criterio de especialistas: con el propósito de valorar la calidad del sistema de actividades propuesto en la investigación, a través de los indicadores: factibilidad para su aplicación práctica; calidad de los objetivos propuestos, los contenidos y su organización; la adecuación de los medios y métodos a utilizar, la evaluación y la pertinencia social. Fueron

Santa Clara oct.-dic.

seleccionados teniendo en cuenta su experiencia en la docencia y en el tema de investigación; pertenecen a los campos de la pedagogía y las ciencias médicas. De los diez especialistas consultados, ocho laboran en la Facultad de Tecnología de la Salud de la Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara, uno en el Hospital Materno "Mariana Grajales" y uno en el Hospital Militar "Comandante Manuel Fajardo". Las especialidades representadas son: Licenciatura en Educación (2), Licenciatura en Enfermería (2), Doctores en Medicina (2); Licenciatura en Química (1); Licenciatura en Tecnología de la Salud (1); Licenciatura en Cultura Física (1). El 90 % de los especialistas posee categoría académica de máster, un 10 % tienen categoría científica de doctor en ciencias. Ostentan la categoría docente de profesor auxiliar, 3 y son profesores asistentes, 7. La experiencia profesional promedio fue de 19 años; todo ello demuestra su alta preparación docente, científica y profesional.

Se utilizó la estadística descriptiva para el procesamiento e interpretación de los resultados.

La investigación transitó por cuatro etapas fundamentales:

- a) Exploratoria: permitió determinar el objeto de la investigación, su justificación, la situación problemática, el problema científico y la revisión de la literatura; se caracterizó por la reflexión crítica sobre el objeto y campo de la investigación y la profundización en la teoría.
- b) Diagnóstico: se inició con la selección de la muestra y los métodos y técnicas a emplear para la recogida de la información; se hicieron el abordaje de campo y la recogida y procesamiento de la información; todo ello posibilitó identificar las necesidades y potencialidades acerca del autocuidado de los jóvenes.
- c) Diseño: permitió la elaboración de un sistema de actividades, definido por las autoras como un conjunto de acciones para la promoción de salud que de manera organizada y estructurada contribuyera al autocuidado del sistema genitourinario en los jóvenes, transitando de lo simple a lo complejo, en correspondencia con el resultado del diagnóstico y la diversidad; contiene orientación, ejecución y control, en los que se articulan de manera

coherente actividades curriculares y extracurriculares, con el uso de métodos y medios que despiertan el interés y la motivación de los jóvenes.

d) Evaluación de la propuesta científica: se realizó a través de la valoración por criterio de especialistas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la revisión de documentos (expediente acumulativo, certificados médicos, resúmenes de historias clínicas, las actas por ausencias a clases) se constató el predominio de las infecciones del sistema genitourinario, las enfermedades diarreicas agudas, respiratorias y trastornos psicológicos situacionales como las principales causas de morbilidad en los jóvenes estudiantes; la estrategia educativa y extensionista de la facultad mostró que no son suficientes las actividades de promoción de la salud relacionadas con el autocuidado de los jóvenes, aunque sí prevalecen las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

En la observación a la vida cotidiana en la residencia estudiantil se constataron dificultades en la higiene de los dormitorios, el agua que utilizaban para el aseo de genitales no era hervida, uso y tratamiento inadecuados de los medios para el aseo y protección de los genitales: préstamo de jabones, máquinas de afeitar o de pelar que usan en la región pública, toallas sin hervir, colgadas en las camas y pegadas a colchones, tendían prendas interiores dentro del dormitorio donde no reciben la luz del sol; la totalidad de las prendas interiores observadas eran de *nylon*, tanto en hembras como varones; varias jóvenes prefieren solamente los llamados "hilos dentales", y existencia de préstamos de pantalones, trusas y shorts entre compañeros; todo lo cual favorece la aparición de infecciones genitourinarias sin que se aprecie percepción de riesgo; resultados que coinciden con investigaciones realizadas en otros contextos.^(7,8)

Como resultados del cuestionario y la entrevista a los estudiantes se obtuvo que el 95 % considera que son el VIH/Sida, la gonorrea, la sífilis y la sepsis urinaria las infecciones que pueden afectar el sistema genitourinario; el otro 5 % solo mencionaron el VIH/Sida; no

<http://www.revedumecentro.sld.cu>

establecieron relación entre ellas y los aspectos higiénicos que descuidan con frecuencia. Reconocieron que el autocuidado para garantizar el funcionamiento adecuado del sistema genitourinario se resuelve usando condón y tomando suficiente agua, aunque la mayoría declaró no cumplir con estos requerimientos.

De las 36 jóvenes entrevistadas, el 100 % respondió que ha padecido más de una infección urinaria en su vida; mientras solo 6 varones admitieron haberla padecido (40 %), sin embargo, todos alegaron que han tenido ardor al orinar en algún momento.

Las infecciones vaginales son frecuentes ya que 25, (70 %) ha padecido una de ellas; mientras 11 (25 %) padeció más de una. En todos los casos la infección fue causada por *Candida albicans*, *Moniliasis* o *Candidiasis*. Los varones no refieren haber padecido ninguna infección uretral. El 100 % de los entrevistados se rasura el vello pubiano y solo 10 (20 %) se desinfecta mecánicamente antes de rasurar la región.

Con respecto a las prendas interiores femeninas más usadas el 78 % utilizaba confecciones de *nylon* y el 22 % los llamados "hilos dentales". Las prendas de vestir femeninas que prefieren usar son los pantalones, shorts y bermudas siempre muy ajustados; usan sayas o vestidos solo en ocasiones para salidas nocturnas. En el caso de las prendas interiores masculinas, el 100 % utilizaba las confeccionadas con *nylon*; lo cual corrobora lo observado por los autores en la residencia estudiantil.

Los métodos anticonceptivos que prefieren los jóvenes son: el condón (90,2 %), las tabletas anticonceptivas (3,9 %) y los dispositivos intrauterinos (5,9 %).

A 39 jóvenes (70 % de la muestra) se les realizó un examen parcial de orina, se obtuvo como resultado un aumento de leucocitos por encima de lo normal en 19; de ellos 10 varones, lo que coincide con criterios especializados que plantean que estas afecciones pueden transcurrir asintomáticas o no ser declarados sus síntomas por tabúes o temor.^(9,10)

Todos los jóvenes participantes en el estudio consideraron importante conocer las complicaciones que pueden traer las afecciones del sistema genitourinario y se interesaron por conocer las formas de garantizar su autocuidado, lo que coincide con los resultados del estudio de Escobar et al.⁽¹¹⁾

Se realizó una entrevista a tres profesores del Departamento de Salud Pública que imparten las asignaturas: Salud Pública e Introducción a la Salud Pública, y a tres de las carreras de Nutrición, Rehabilitación e Imagenología. Ellos consideraron necesaria la realización de actividades para enriquecer los contenidos de sus asignaturas y recomendaron introducir el tema sobre el autocuidado del sistema genitourinario en las actividades metodológicas que se programan por departamentos, e incluirlo dentro del currículo optativo-electivo de las carreras y en los turnos de debate y reflexión. Reconocieron que este tema se ha trabajado de manera muy general, y enfatizaron en que constituye una necesidad su atención por la elevada cifra de jóvenes con estas afectaciones en la actualidad.

Una síntesis de los resultados obtenidos en la etapa de diagnóstico de la investigación permitió definir las siguientes regularidades:

- En la institución objeto de la investigación existe un clima organizativo favorable, se aprecia buena disposición por parte de los sujetos participantes para revertir la problemática existente.
- Los jóvenes diagnosticados desconocían la forma de autocuidarse, no establecían relación entre esta acción y la calidad de vida, poseían baja percepción de riesgo ante las consecuencias que pueden provocar las afectaciones en el sistema genitourinario, asumían conductas irresponsables ante la higiene y el cuidado de su salud, pero mostraron interés por superarse y autocuidarse.
- En el currículo de las carreras no se aludía sistemáticamente al autocuidado del sistema genitourinario a través de los ejes temáticos, pero existe la posibilidad de planificar cursos optativos, electivos o propios como forma de preparación de los estudiantes.

- En lo extracurricular, no se programaban con sistematicidad actividades de promoción de salud con respecto al autocuidado de la salud en la residencia estudiantil y otros espacios universitarios; sin embargo, la beca cuenta con el personal necesario para desarrollar actividades extracurriculares dirigidas a la promoción de conductas saludables en los jóvenes.
- Los docentes mostraron interés y motivación en el perfeccionamiento de su desempeño, y poseían los conocimientos para instrumentar acciones preventivas dirigidas al autocuidado de la salud de sus estudiantes.

A partir de la definición de estas regularidades, y siguiendo los criterios de autores como Gonzalez⁽¹²⁾ y Lima⁽¹³⁾ las autoras diseñaron un sistema de actividades dirigido a promover el autocuidado del sistema genitourinario en los jóvenes, a través de la articulación de actividades curriculares y extracurriculares. La flexibilidad de dicho producto científico permite ejecutar cambios según las condiciones contextuales.

Está conformado por dos subsistemas en estrecha relación:

I-Actividades curriculares

II-Actividades extracurriculares

El subsistema de actividades curriculares tiene actividades directas e indirectas. Las primeras se corresponden con el desarrollo del programa del curso optativo Autocuidado del Sistema Genitourinario, con 32 horas/clases. Su objetivo es explicar la necesidad de la aplicación de hábitos higiénicos y el sentido de la responsabilidad individual para evitar las infecciones del sistema genitourinario en los jóvenes estudiantes.

Contenidos:

1. Introducción y generalidades sobre educación y promoción de la salud.
2. Autocuidado del sistema genitourinario. Conceptos.
3. Sistema de acciones para evitar las infecciones del sistema genitourinario.

Las actividades indirectas se refieren a la preparación de los profesores de las diferentes asignaturas para implementar el Programa Director de Promoción y Educación para la Salud, específicamente lo relacionado con el autocuidado. Para ello se desarrollaron sesiones de preparación metodológica y talleres profesionales sobre la importancia del tema; allí se les ofrecieron las herramientas metodológicas y contenidos relacionados con el autocuidado de la salud en general, y en particular del sistema genitourinario.

De modo paralelo se desarrolla el subsistema de actividades extracurriculares conformado por conferencias especializadas, charlas educativas, talleres y video debates con los jóvenes estudiantes, con una programación variada a través de medios, métodos y procedimientos que despierten su interés y agrado, de manera que se vaya forjando la voluntad de cumplir con las normas desconocidas u olvidadas que preservan la salud.

Las autoras concuerdan con la idea de que para lograr una articulación de la teoría con cambios de conducta positivos resulta preciso que se consideren, además de los conocimientos, componentes procedimentales y actitudinales en situaciones concretas de la vida.⁽¹⁴⁾

Las conferencias especializadas tenían el propósito de que los jóvenes se apropiaran de los conocimientos que les permitieran caracterizar el autocuidado del sistema genitourinario a partir de los principales elementos que lo conforman y reflexionen sobre su responsabilidad ante las acciones que eviten estas afecciones. Sus temas fueron:

- El autocuidado de la salud. Conceptos básicos.
- El sistema genitourinario: partes componentes y su localización en cada sexo.
- Factores de riesgo. Posibles afecciones.
- Su autocuidado.

Las charlas educativas en la residencia estudiantil tuvieron como propósito la orientación a los jóvenes sobre los factores de riesgo que afectan el sistema genitourinario asociados a prácticas inadecuadas, potenciando la motivación y el interés por el tema, y por tanto, su voluntad para evitarlos; se acompañaron de plegables y pasquines.

Los talleres estuvieron dirigidos a que los jóvenes reflexionaran sobre la responsabilidad individual ante los factores de riesgo que afectan su salud y se apropiaran de los modos de comportamiento para el autocuidado del sistema genitourinario; se utilizaron láminas, plegables y presentaciones digitales.

La realización de videos debate tenían la intención de fomentar patrones de conducta positivos sobre la forma de evitar las enfermedades del sistema genitourinario pues los jóvenes pudieron valorar las actitudes observadas y tomar partido a favor o en contra de ellas.

Estas modalidades se acompañaron además, del uso de manuales elaborados por las autoras para apoyar los contenidos.

Una vez diseñado el sistema de actividades para el autocuidado del sistema genitourinario en los jóvenes de la Facultad de Tecnología de la Salud se consideró necesaria su valoración por criterio de especialistas. Ellos coincidieron en que es factible de aplicar por las características del contenido y porque es una forma de promover salud; consideraron que el fomento del autocuidado fortalece el proceso docente educativo y contribuye a la formación de un egresado integral en las carreras de Tecnologías de la Salud; insistieron en las posibilidades del sistema para ser implementado teniendo como soporte las tecnologías de la información y las comunicaciones.

El sistema de actividades y el de conocimientos son adecuados, están correctamente organizados, con objetivos orientados a cubrir las necesidades de superación de los jóvenes para el autocuidado de la salud del sistema genitourinario; y la selección de las vías, los

medios y métodos a utilizar y la evaluación se ajustan a los propósitos de la propuesta. Opinaron que es pertinente para solucionar un problema de salud que es común entre los jóvenes universitarios, donde existe un crecimiento de las enfermedades e infecciones que pueden ser evitadas si se autocuidaran correctamente.

En resumen, el sistema de actividades propuesto para promover el autocuidado del sistema genitourinario en los jóvenes, es pertinente y factible de ser aplicado en la práctica educativa.

CONCLUSIONES

El diagnóstico realizado mostró insuficiencias con respecto al conocimiento sobre el autocuidado del sistema genitourinario, los factores de riesgo y las formas de evitar sus afecciones; se elaboró un sistema de actividades de promoción para revertir esta situación, el cual fue valorado por criterio de especialistas de manera positiva, destacando su pertinencia, calidad, correcta organización didáctica, buena selección de los contenidos y en general, su incidencia en la formación integral del futuro egresado de la salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Díaz Brito Y, Pérez Rivero JL, Báez Pupo F, Conde Martín M. Generalidades sobre promoción y educación para la salud. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2012 [citado 12/03/2019];28(3):[aprox. 10 p.]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000300009&lng=es
2. Curbelo GT. Fundamentos de Salud Pública 2. La Habana: Ecimed; 2010.
3. Organización Mundial de la Salud. Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. Ontario: OMS; 1986.
4. Partido Comunista de Cuba. Lineamientos de la política económica y social del Partido y la Revolución. La Habana: PCC; 2011.

5. Collado García O, Barreto Rodríguez H, Rodríguez Torrens H, Barreto Argilagos G, Abreu Guirado O. Especies bacterianas asociadas a infecciones del tracto urinario. AMC [Internet]. 2017 [citado 12/03/2019]; 21(4): [aprox. 9 p.]. Disponible en:
http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552017000400006&lng=es
6. Mata Bravo L, Beis García M, De Rojas Gómez MC. Promoción de salud y autocuidado del sistema genitourinario en estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud. Rev Conrado [Internet]. 2016 [citado 25/02/2019]; 12(54): [aprox. 7 p.]. Disponible en:
<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&ved=2ahUKEwjXtOmexozjAhUnrVKKHS1mBzoQFjABegQIAhAC&url=https%3A%2F%2Fconrado.ucf.edu.cu%2Findex.php%2Fconrado%2Farticle%2Fdownload%2F358%2Fpdf%2F&usg=AOvVaw24iPBT2rc4zl00x9mifJx0>
7. Bastías Arriagada E, Stiepovich Bertoni J. Una revisión de los estilos de vida de estudiantes universitarios iberoamericanos. Cienc Enferm [Internet]. 2014 [citado 13/03/2019]; 20(2): [aprox. 9 p.]. Disponible en:
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-532014000200010&lng=es
8. Núñez RA. [Compilador]. Promoción de la salud y jóvenes: experiencias universitarias. Universidad de Caldas, Colombia: Ed. Manizales; 2003.
9. Villanueva Agüero J. Nivel de conocimientos y prácticas de autocuidado sobre las infecciones de vías urinarias en gestantes adolescentes que acuden a consulta externa [tesis]. Universidad de Huánuco. Facultad Ciencias de la Salud; 2018. Disponible en:
<http://repositorio.udh.edu.pe>
10. Escobar MP, Pico MD. Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales 2010-2011. Rev Fac Nac Salud Pública [Internet]. 2013 [citado 13/03/2019]; 31(2): [aprox. 9 p.]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31n2/v31n2a03.pdf>
11. González JL. El sistema como resultado científico de la investigación educativa. La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 2011.
12. Lima A. La investigación pedagógica. Otra mirada. La Habana: Pueblo y Educación; 2012.

13. Molerio Rosa LC, Sánchez Orbea GN, Urías Arboláez GC, Pino Torrens RE, Portal Orozco JM. Pertinencia de la determinación de necesidades de superación profesoral para aplicar el proyecto educativo institucional. EDUMECENTRO [Internet]. 2017 [citado 20/03/2019];9(1): [aprox. 14 p.]. Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742017000100001&lng=es

14. Requeiro Almeida R. Preparación para el autocuidado de la salud. Estudio e intervención en profesores generales integrales del municipio de Cumanayagua [tesis]. Cienfuegos: Universidad de Cienfuegos; 2008.

Declaración de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Ledis Mata Bravo: fundamentó la investigación, seleccionó la muestra de estudio, aplicó los instrumentos elaborados, procesó la información obtenida y trabajó en la elaboración de la propuesta de solución.

Diana Estela Pérez Chávez: trabajó en la elaboración de la propuesta de solución y redactó el informe investigativo.

Este artículo está publicado bajo la licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)