

Artículo original

Factores de riesgo para la salud en estudiantes de pregrado del Centro Universitario de Ciencias de la Salud durante la pandemia por COVID-19, año 2020

García-Suárez, A.K. (1,2).

Colaboradores: Agredano Espinoza, Juan Daniel. Arámbula Duran, Frida Guadalupe. Berumen García, Viridiana Alexandra. Camacho Parra, Luis Enrique. Carrasco Favela, Cassandra Michel. Castillo Santillán, Marian Ivett. Castro Pérez Melina. Contreras Montes Alejandra Estefania. De La Mora Landin, Graciela Elizabeth. Del Callejo Bernal, Manuel Alejandro. Del Rio Diaz, Antonio De Jesús. Fernández Medrano, Kevin. Figueroa Raygoza, Jesús Iván. González Rodríguez, Stephany Itzel. Gutiérrez Diaz, Viridiana Elizabeth. López Del Real, Luisa María. Míreles Méndez, Eduardo Imanol. Orozco Hernández, Brayan Emanuel. Orozco Ruiz, Diana Laura. Oseguera Hernández, Arturo. Padilla Meza, Blanca Nicté. Pérez Barajas, Andrea. Ramírez Contreras, Karina Aimee. Rodríguez Rojas, Andrea Montserrat. Urista Guzmán, Marcela Guadalupe. Valdivia Rodríguez, Judith Estefania. Martínez Zúñiga, Wendy Priscila. Ortega Navarro, Paola Fernanda. Ruiz Olloqui Valenzuela, Salvador. (3).

(1) Autorizado y avalado por la academia de Salud Pública de CUCS; (2) Docente Universitario del Departamento de Salud Pública; (3) Estudiantes de la carrera de Médico Cirujano y Partero, CUCS, U de G. Unidad de Aprendizaje Salud Pública II.

Resumen

En este trabajo se identifican algunos de los factores de riesgo para la salud de los estudiantes en el contexto de la pandemia por Covid-19. La metodología utilizada está basada en el marco de un diagnóstico situacional de salud, que permite la interpretación de los procesos salud-enfermedad, así como la caracterización epidemiológica de la población de estudio. A simple vista, estos temas son considerados desde un punto de estudio individual, pero a lo largo de la investigación, se podrá notar su estrecha relación y cómo es que una de ellas puede conllevar al desarrollo de las otras, pues la salud no solo es la ausencia de enfermedad sino que está estrechamente relacionado al estado mental de las personas, pero sin una buena educación, no se tendrán los conocimientos necesarios para llevar a cabo decisiones responsables y de bienestar a nivel individual y social, la situación sanitaria actual que están experimentando los estudiantes del Centro Universitario de Ciencias de la Salud en el confinamiento domiciliario por pandemia a nivel mundial, se ha convertido en un punto crítico y tema actual de salud pública, pues ésta tiene el objetivo de mejorar la calidad de vida y el bienestar de la población humana fomentando la buena salud y prolongando la vida.

Palabras Clave: Factores de Riesgo, salud mental, alimentación, actividad física y educación sexual, estudiantes.

Abstract

This work identifies some of the risk factors for the health of students in the context of the Covid-19 pandemic. The methodology used is based on the framework of a situational health diagnosis, which allows the interpretation of the health-disease processes, as well as the epidemiological characterization of the study population. At first glance, these issues are considered from an individual study point of view, but throughout the investigation, it will be possible to notice their close relationship and how one of them can lead to the development of the others, since health is not only the absence of disease but is closely related to people's mental state, but without a good education, they will not have the necessary knowledge to make responsible decisions and well-being at the individual and social level, the current health situation they are experiencing the students of the University Center for Health Sciences in home confinement due to pandemic worldwide, has become a critical point and current issue of public health, since it has the objective of improving the quality of life and well-being of the human population promoting good health and prolonging life.

Key Words: Risk Factors, mental health, diet, physical activity and sexual education, students.

Recibido: 08/04/2021

Aceptado: 16/03/2021

Introducción

La presente investigación tiene el propósito de identificar los factores de riesgo para la salud en estudiantes de pregrado del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, vinculado al contexto de educación virtual debido a la pandemia por COVID-19. Las variables a considerar son la salud mental, la educación sexual, alimentación y actividad física.

El ser humano tiene diversas necesidades para su buen desarrollo, una de las que más destacan es la comunicación con su entorno y la sociedad, para poder ser integrado, formar su personalidad y vínculos afectivos, sin embargo, cuando estos se ven alterados, difícilmente la persona va a poder desarrollarse de manera eficiente; y la pandemia es un factor de cómo ha repercutido en la salud de un individuo a nivel físico, cognitivo y mental, por lo que los mayores problemas destacables que se estima estudiar de la población son los procesos mentales por los que pasan las personas y cómo es que llegan a padecer enfermedades y/o trastornos como lo es la depresión y la ansiedad, siendo ésta uno de los iniciadores de las otras dos problemáticas a evaluar, así como la obesidad y la educación sexual.^{1,2}

A lo largo del proyecto de investigación el proceso analítico que se llevó a cabo fue bajo el marco metodológico de un diagnóstico situacional, el cual nos va a permitir evaluar, caracterizar, medir y explicar el proceso salud-enfermedad de la población objetivo.

La aplicación de instrumentos y técnicas de obtención de datos es en modalidad digital, donde los estudiantes podrán interactuar y participar en la investigación desde sus casas, con el fin de respetar el confinamiento y el tiempo disponible.

El abordaje es desde una metodología mixta, en la cual se toman en cuenta datos cualitativos con los que se conoce la perspectiva subjetiva de la población como pensamientos, ideas y emociones relacionados a los factores a evaluar que no puedan mostrar los datos cuantitativos; a su vez se presentan datos estadísticos que nos permiten describir la situación de salud con relación a los factores de riesgo y la población de estudio.

Material y Métodos

Es un estudio descriptivo transversal con enfoque metodológico mixto. La población de estudio fue de estudiantes de pregrado del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, muestreo por conveniencia de 308

estudiantes. Las técnicas de recolección de información estuvieron sujetas a diversas escalas validadas para las variables antes mencionadas.

Escala de Hamilton para Ansiedad⁴ e Inventario de Beck para Depresión³ además de una hoja de recolección de datos para las otras variables de educación sexual, alimentación y actividad física.^{5,6}

Resultados

La edad media de los participantes fue de 19 años (mínimo 17 y máximo 39). El 69.8% de los participantes corresponde al sexo femenino y el 30.2% al sexo masculino.

Sobre los factores de riesgo para la salud el 54.2% considera que su desempeño académico ha sido regular, por otra parte, un 42.9% considera que su desempeño académico ha sido bueno y un 2.9% restante considera que su desempeño ha sido malo.

Sobre la actividad física, el 44,5% respondió hacer ejercicio pocas veces mientras que el 13,6% menciona nunca estar activo. El 82,8% afirma dormir de 3 a 7 horas, mientras que el 14,3% duerme de 8 a 10 horas. De los encuestados 83,8% afirma nunca antes haber presentado alguna enfermedad causada por su peso, sin embargo el 16,2% restante sí las han presentado. El 62,7% de la población encuestada afirma haber practicado una dieta en su vida, sin embargo, el 37,3% nos dice jamás haber seguido un plan alimenticio.

El 96,8% han recibido educación sexual en algún momento de su vida, mientras que el 3.2% no. El 90% de las personas afirma siempre conocer los riesgos de contraer una enfermedad de transmisión sexual, mientras que el 0.6% afirma nunca conocer los riesgos. El 97,7% de las personas encuestadas afirman conocer los diferentes tipos de métodos anticonceptivos, mientras que el 2,7% restante afirma no conocerlos del todo. De los participantes el 90,3% afirma no haber aumentado su actividad sexual por la pandemia COVID19, sin embargo, el 9,7% restante, afirma haber aumentado su actividad sexual.

De las 300 personas encuestadas, el 55% menciona que no se siente triste, sin embargo, el 45% restante indica que en algún momento ha sentido un sentimiento de tristeza. El 45% por ciento indica que no se ha sentido culpable. Del porcentaje perteneciente a aquellos que indicaron que sí se sienten culpables al respecto de varias cosas que



han hecho, el 42.3%, se aproxima al mismo de aquello sin sentimientos de culpa. El 12.7% restante se siente culpable la mayor parte del tiempo o todo el tiempo. Los porcentajes dominantes corresponden a aquellos que mencionan sentirse más críticos hacia su persona de lo que solían serlo, así como a aquellos que no se critican ni culpan más de lo habitual, siendo el 43.7% y el 34% respectivamente. Mientras que el 22.3% restante indica que han observado un cambio en el hábito de autocriticarse.

El 70% contestó que no ha tenido ningún pensamiento suicida, no obstante, a pesar de representar una evidente minoría, existen respuestas que aluden a posibles ideas suicidas, así como posibles principios de efectuar el acto; estas representan el 27.3% restante.

La mayoría contestó que se ha sentido más inquieta o tensa de lo habitual (48%). No obstante, el porcentaje de aquellos que no han presentado ningún cambio relacionado con la inquietud o tensión, representa el 39.7%. Siendo el restante 12.3% aquellos que han presentado alteraciones mayores.

Cerca de la mayoría indicó que ha tenido un cambio moderado en su interés hacia otras personas o cosas, siendo estos un 48.7%. Mientras que el 36% indicó que no ha presentado ningún cambio en sus intereses. El 17.4% restante sí ha presentado cambios notorios en su interés hacia personas o actividades.

El 38.7% indicó que no ha experimentado ningún cambio en su apetito. El 21.7% ha experimentado una leve disminución en su apetito habitual. Siendo semejante el porcentaje (19.3%) de aquellos que mencionan haber tenido un aumento leve en su apetito habitual. El 7.7% menciona que su apetito es mucho menor que antes, el 5.3% menciona que su apetito es mucho mayor, el 2% que no tiene apetito en lo absoluto, y que el 5.3% quiere comer todo el día.

La mayoría no ha tenido ningún cambio en su interés sobre el sexo, representando el 79.3%. Mientras que el 13% se ha sentido menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo, así como el 7.7% indica que se ha sentido mucho menos, así como desinteresado completamente en el sexo.

Discusión

La salud mental, uno de los temas estudiados en esta investigación, en la que después de todo el proceso los resultados obtenidos por las encuestas a los 308

estudiantes del CUCS fue la siguiente: el estudio realizado en CUCS evidenció que el 45% de los encuestados han tenido sentimientos de tristeza, mientras que el 55% no los ha tenido, comparando esto con un estudio realizado en la facultad de pedagogía en Veracruz,⁷ mostraron que 57,5 % de los estudiantes no tenía depresión mientras que el 42.5% sí tenía tendencia o presencia de depresión.

En cuanto a la ansiedad, el estudio realizado en Veracruz, mostró que el 46,4% no tenía ni tendencia o presencia de ansiedad, mientras que el 53.6% presentaba o bien, tendencia o presencia de ansiedad, en comparación a los estudiantes del CUCS, se mostró que el 88,96% de los encuestados se encuentran en una situación de ansiedad, la mayoría en un estado moderado con un 34.9% y un 18,51% tenía ansiedad en nivel severo, Por lo tanto haciendo un análisis de las dos universidades comparadas de México, se puede evidenciar que en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud se encuentra más presente la ansiedad y depresión, sin embargo, en la depresión la diferencia no es muy grande, mientras que en la ansiedad sí, donde la prevalencia es mayor en CUCS que en la facultad de pedagogía de Veracruz.

Así mismo, en otra investigación realizada previamente que se basa en el análisis de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios del norte de México, en la que se realizó un estudio exploratorio a partir de cuestionarios de autoinforme aplicados a una muestra de conveniencia de 506 estudiantes de psicología de dos universidades de Monterrey, estado de Nuevo León, México⁸ Para evaluar la depresión se empleó el inventario de Beck y la ansiedad se evaluó mediante la escala social para adolescentes, así los resultados obtenidos fueron los siguientes: de los participantes, solo 4 (0,8%) manifestaron depresión intensa y únicamente 2 (0,4%) estudiantes presentaron niveles de ansiedad por encima del 75% de la puntuación máxima de la escala. Por lo tanto, basándose en los resultados obtenidos del centro Universitario de Ciencias de la Salud, en el que el 45% de los encuestados han presentado sentimientos depresivos, de una muestra de 308 estudiantes y de esos mismos, un 88,96% presenta ansiedad en diferentes niveles, se puede volver a concluir que en CUCS predomina la prevalencia de ansiedad y depresión en comparación a otras universidades del país.

La calidad alimentaria fue otro de los ejes abordados en esta investigación en el que se preguntó sobre actividad física y hábitos alimentarios, los resultados obtenidos en las encuestas a los 308 estudiantes del CUCS en cuanto a la actividad física que suelen realizar actualmente en tiempos de pandemia, a comparación de un estudio

de sedentarismo en los estudiantes de la Universidad Autónoma de Baja California realizado en el año 2012⁹ se puede observar una gran similitud, ya que de los estudiantes del CUCS solo el 28.2% son activos físicamente y el 44.5% lo es muy poco, mientras que de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Baja California el 25.4% practicaban deporte cuando el 74.6% no practicaba ninguno, con esto se resalta la prevalencia que ha tenido el sedentarismo y la falta de actividad física en los jóvenes universitarios desde hace 8 años en algunas regiones del país.

En cuanto a los hábitos alimenticios, los participantes del CUCS mostraron que su mayor consumo de nutrientes alrededor de la semana, han sido alimentos de origen animal y minerales como verduras y frutas, además de que el 38.7% de ellos no han desarrollado cambios o anomalías en su apetito mientras que solo el 5.3% requiere de la sensación de comer todo el día. Esto en comparación con un estudio que se realizó en los estudiantes de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla en el año 2010¹⁰ se presentó que 41% de sus estudiantes tenían una preferencia alimenticia a los lácteos y las carnes rojas, mientras que su consumo de frutas y verduras alcanzaba un aproximado del 60%, por lo que en ambas instituciones lograron identificar que los estudiantes de ambas universidades cumplen con las leyes de alimentación siendo ésta: adecuada, variada, equilibrada, balanceada e inocua. Por lo que este es un rasgo que se ha estado manteniendo constante aún después de una década en los universitarios del territorio nacional mexicano.

Los resultados obtenidos por las encuestas a los 308 estudiantes del CUCS en cuanto a la educación sexual en comparación con dos estudios; uno realizado a estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Veracruzana (2013),¹¹ y otro a estudiantes de la Universidad Autónoma del Estado de México (2020)⁶

Estudiantes de CUCS están por encima del promedio general en lo que a educación sexual respecta, tomando

como punto de partida los resultados obtenidos por ambos estudios. El estudio que más se asemeja en cuestión de conocimiento en tanto a la sexualidad es el realizado hacia la Universidad Autónoma del Estado de México; 97% respondió que antes de ingresar a la educación superior recibieron información sobre métodos anticonceptivos. En nuestro estudio obtuvimos que el 97,7% conoce las características de los diferentes métodos anticonceptivos; denotando una prevalencia en tanto al conocimiento que se imparte en torno a este tema en específico.

Relacionando temas como conocimientos generales en tanto la Sexualidad como a Educación Sexual, se presentan divergencias entre los estudios y la investigación; esto siendo evidente en la comparación general de resultados en los que, para el estudio de la Universidad Veracruzana en promedio 63.43% de los estudiantes de las diferentes carreras estudiadas presentaron un nivel de conocimientos alto; así como en el estudio realizado a la Universidad Autónoma del Estado de México, en los que solo el 51% informan el haber recibido información en tanto a la planificación familiar como parte de su Educación Sexual.

Conclusiones

Es necesario dar a conocer estos factores de riesgo a la salud de los estudiantes, porque es evidente que la salud se puede deteriorar en cualquier tipo de crisis que para este caso la pandemia ha sido un punto de partida para resaltar diferentes situaciones que pueden influenciar negativamente el bienestar de una persona y de una colectividad.

Para el análisis de esta situación cabe resaltar que, al priorizar los problemas, la salud mental sobresale como imperante y es de suma importancia para reconocer los determinantes sociales de la salud que afectan a los estudiantes que se encuentran en confinamiento debido a las medidas preventivas en la pandemia de Covid-19.

Contacto: Ana Karina García Suárez
Correo: karina.garsua@gmail.com



Referencias bibliográficas

1. Agrava Pandemia Obesidad En Jalisco. Antena Noticias. Recuperado 9 De Noviembre De 2020, De <https://www.antenanoticias.com.mx/index.php/2020/11/09/agrava-pandemia-obesidad-en-jalisco/>
2. Aportaciones De Ciertas Enfermedades Crónicas. (2018). Prevalencia De Sobrepeso Y Obesidad En Universitarios Mexicanos, 462-467. <https://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2018/im185f.pdf>
3. Beltrán, M. D. C. (2012, Abril). El Inventario De Depresión De Beck: Su Validez En Población Adolescente. Scielo. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082012000100001
4. Lobo, A., Chamorro, L., Luque, A., Dal-Ré, R., Badia, X., Baró, E., & Grupo de Validación en Español de Escalas Psicométricas (GVEEP. (2002). Validación de las versiones en español de la Montgomery-Asberg Depression Rating Scale y la Hamilton Anxiety Rating Scale para la evaluación de la depresión y de la ansiedad. *Medicina clínica*, 118(13), 493-499.
5. Carvallo P., Carvallo E., Barbosa-Da-Silva S., Mandarim-De-Lacerda C. A., Hernández A. & Del Sol M, (2019). Efectos Metabólicos Del Consumo Excesivo De Fructosa Añadida. *Int. J. Morphol*, 37(3), Pp. 1058-1066.
6. Contreras, G., Ibarra, M. L., Casas, O. D., & Camacho, E. J. (2020). Conocimiento Sobre Métodos Anticonceptivos Y Conducta Sexual En Estudiantes Universitarios. Conocimiento Sobre Métodos Anticonceptivos Y Conducta Sexual En Estudiantes Universitarios., 25(2), 70-83. Recuperado De http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772020000200070&script=sci_abstract&tlng=pt
7. Romero Et Al. (2015, 7 Diciembre). Depresión Y Ansiedad En Estudiantes De Pedagogía Veracruz, Universidad Veracruzana. *Revista Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo*. <https://www.redalyc.org/pdf/4981/498150319055.pdf>
8. González Ramírez MT, Landero Hernández R, García-Campayo J (2009). Relación Entre La Depresión, La Ansiedad Y Los Síntomas Psicosomáticos En Una Muestra De Estudiantes Universitarios Del Norte De México. *Investigación Original*, 141-145. <https://www.scielosp.org/pdf/rp/2009.V25n2/141-145/es>
9. Martínez, J. L., Sámano, A., Asadi, A. A., Magallanes, A. G., Rosales, R. (2012, December). Práctica De Actividad Física, Deporte Y Niveles De Sedentarismo En Estudiantes Universitarios. *Revista De Psicología Y Ciencias Del Comportamiento*.
10. Ramos, J. A., Salazar, M. T. L., García, G., Hernández, M. C., Bonilla, M. L., & Pérez, E. (2010). Hábitos De Alimentación En Estudiantes Universitarios. *Universidad Autónoma De Puebla*.
11. Fernández, B. F. (2013). Nivel De Conocimientos Sobre Sexualidad En Estudiantes De Carreras De Ciencias De La Salud De La Universidad Veracruzana. *Nivel De Conocimientos Sobre Sexualidad En Estudiantes De Carreras De Ciencias De La Salud De La Universidad Veracruzana*, 9(17), 12-18. Recuperado De <http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-Img/DD39556.pdf>