

## MORBILIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA ESTATAL DEL CARCHI, RELACIONADOS CON LOS ESTILOS DE VIDA

### MORBILITY IN THE STUDENTS OF THE POLYTECHNIC STATE UNIVERSITY OF CARCHI, RELATED TO LIFESTYLES

#### BLANCA NELLY GORDON DÍAZ

Master en Gerencia en Salud y Desarrollo Local por la Universidad Técnica Particular de Loja. Diplomado en currículo por competencias Universidad Técnica de Ambato. Licenciada en enfermería. Universidad Central del Ecuador. Docente Titular TC Carrera de enfermería UPEC.

#### MIRIAM LUCÍA VILLACORTE MÉNDEZ

Maestría en Gerencia en salud para el desarrollo local. Universidad Técnica Particular de Loja. Licenciada en enfermería. Universidad Central del Ecuador. Escuela Nacional de Enfermería. Docente Titular de la Carrera de Enfermería UPEC

Universidad Politécnica Estatal del Carchi

blanca.gordon@upec .edu.ec  
miriam.villacorte@upec .edu.ec

**Entregado: 30/08/2018 – Aprobado 07/10/2018**

#### **RESUMEN**

*El presente estudio tiene como objetivo identificar la morbilidad y los estilos de vida asociados a la salud de los estudiantes de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi (UPEC), en el período febrero - agosto 2017, tomando en cuenta que la etapa universitaria representa un momento de cambio de estilos de vida y de adaptación que exige tomar decisiones, plantear metas, reconocerse a sí mismo y asumir responsabilidades, especialmente en salud. Es por esto que en la construcción del individuo que se está formando; es necesario que el joven tenga herramientas que le permitan conservar su salud y disfrutar una vida de*

*calidad. Se realizó un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal y correlacional, orientado a caracterizar la morbilidad y su relación con los estilos de vida de los estudiantes de la UPEC, utilizándose como técnica de estudio la encuesta virtual para el diagnóstico de salud de la comunidad universitaria, y datos estadísticos del centro médico universitario. Como resultados se obtuvo que las patologías predominantes son las del sistema respiratorias en un 44% según datos estadísticos del centro médico, y de la encuesta virtual se presentan un 65% en los estudiantes, seguido del 52% que afirmaron consumir una dieta a base de carbohidratos y el 41.9% de las mujeres que afirmaron no realizar actividad física, siendo esta problemática un factor de riesgo para desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles, causa principal de morbimortalidad en nuestro país y que generan un alto costo en la salud a largo plazo. En conclusión, es fundamental que se concientice a la población estudiantil sobre la importancia del cuidado de la salud, la adopción de hábitos saludables para contribuir al rendimiento escolar y reducir la morbimortalidad por estas patologías que generan un alto costo para el estado.*

**Palabras clave:** salud, morbilidad, factores de riesgo, hábitos saludables.

### ABSTRACT

*This research aims to identify the morbidity and life styles related to the State Polytechnic University of Carchi (UPEC) students' health, during the period February – August 2017, based on the university stage, which represents a moment of change of lifestyle and adaptation; it also demands to take decisions, propose goals, recognize oneself and take responsibilities, especially about health. That is why on the forming of the required person; the young students need the tools that allow them to keep their health and enjoy a better lifestyle. A quantitative, descriptive, transversal and correlational study was carried out; it was addressed to characterize the morbidity and its relation with UPEC students' lifestyle, using the virtual survey as the study technique in order to do the health diagnosis of the university community, and statistical data of the university medical center. The results obtained show that the predominant pathologies are those of the respiratory system in 44% according to statistical data of the medical center, and from the virtual survey 65% of the students, followed by 52% who affirmed to consume a diet based on carbohydrates, besides 41.9% of the women who said they did not do any physical activity, being this an issue of risk factor to develop not-transmitted chronic diseases, main cause of morbidity and mortality in our country, which generates in long time a high cost in health.*

*In conclusion, it is essential to make student population aware about the importance of health care, the adoption of healthy habits contributes to their school performance and reduces morbidity and mortality due to these pathologies generate a high cost for the state.*

**Key words:** health, morbidity, risk factors, healthy habits.

## INTRODUCCIÓN

Un componente fundamental de la calidad de vida es la salud, contextualizada como el completo bienestar físico, mental y no solo la ausencia de la enfermedad como lo describe la Organización Mundial de la Salud OMS (2010). Los avances científicos han respaldado los cambios en los indicadores de la salud, como la esperanza de vida al nacer, pero también han contribuido a cambiar los estilos de vida de la población. Los estilos de vida relacionados con la salud son conductas habituales, que ejercen una influencia en la salud de las personas. De acuerdo a un estudio realizado por Grove, Zillich y Medic (2014) se encontró que los hábitos tenían relación con comportamientos saludables y los efectos de estos se daban a nivel cognitivo, motivacional y afectivo, sin embargo, también existen hábitos negativos y no saludables, como por ejemplo el consumo de drogas o hábitos alimenticios perjudiciales para la salud, los mismos que desencadenan un alto índice de morbimortalidad en la población adulta joven. Según la OMS (2016) afirma que la mayoría de los jóvenes están sanos.

Desde este punto de vista, no es una población en riesgo de enfermarse; sin embargo, mediante estadísticas y antecedentes, entregado por la misma organización, es posible constatar que cada año, mueren un gran número de jóvenes entre 15 a 24 años por causas prevenibles, se constata que millones de mujeres adolescentes entre 15 a 19 años se convierten en madres precoces, un porcentaje significativo de los adolescentes sufre de algún tipo de problema de salud mental, como depresión o ansiedad, más del 80% de la población adolescente del mundo no tiene un nivel suficiente de actividad física, y la mayor parte no practica hábitos alimenticios saludables, lo cual contribuye directamente al padecimiento de enfermedades crónicas no transmisibles, generándose una mayor morbimortalidad en población económicamente activa e incrementando el gasto en servicios de salud.

Vargas (2013) menciona que los estilos de vida en los jóvenes se ven modificados por cambios de tipo social, económico, cultural y psicológico a los que se deben enfrentarse durante el proceso de formación. Lo anterior, puede ocasionar diferentes problemas que se reflejan en el estado de salud y que a su vez pueden repercutir en su rendimiento académico. Por lo que es necesario que cada país cumpla con el acuerdo establecido en la novena conferencia mundial de promoción de la salud celebrada en Shanghai en el 2016, donde se indicó que “la promoción de la salud debe permitir que las personas tengan un mayor control de su propia salud”. Este concepto abarca una extensa gama de intervenciones tanto sociales como ambientales que están destinadas al mejoramiento de la calidad de vida de cada persona mediante diferentes estrategias que contribuyan

a desarrollar una verdadera promoción y prevención para dar solución a los principales problemas de salud y no únicamente concentrarse en el tratamiento y curación.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio de abordaje cuantitativo, de diseño descriptivo, transversal y correlacional, ya que se registraron acontecimientos narrativos, estadísticos y análisis de datos que permitieron establecer con exactitud patrones de comportamiento de la población en estudio. Para el desarrollo del estudio se empleó varios tipos de investigación, entre ellos; la investigación de campo que permitió caracterizar la morbilidad relacionada con los estilos de vida de los estudiantes matriculados en todas las nueve carreras de pregrado de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi, período académico febrero – agosto del 2017, investigación descriptiva la cual facilitó la información de la situación particular, costumbres y actitudes predominantes de la población de estudio a través de la recolección de datos, mediante encuestas y registros estadísticos del departamento médico universitario, su representación en las gráficas; y la investigación bibliográfica porque permitió la recopilación de información de diversas fuentes como artículos científicos indexados en revista Cielo, Ebsco, Cuden, páginas web y medios físicos permitiendo conocer a detalle el problema planteado.

La población objeto de estudio fue de 995 estudiantes matriculados en todas las nueve carreras de pregrado de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi, período académico febrero – agosto del 2017.

Para el desarrollo de la investigación se utilizó como método teórico el inductivo – deductivo que permitió identificar los conocimientos y prácticas de la población estudiantil sobre sus estilos de vida; también el analítico – sintético que ayudó a examinar cada elemento que compone el fenómeno estudiado para caracterizar la relación que tiene la morbilidad con los estilos de vida de los estudiantes, es decir, comprender las causas y efectos ocasionados por los inadecuados estilos de vida en la salud de los estudiantes. Los métodos empleados fueron la observación científica porque se recolectaron datos tanto cuantitativos como cualitativos que se obtuvieron del reporte estadístico del departamento médico universitario y mediante la aplicación de la encuesta virtual, permitiendo identificar la problemática existente y el análisis documental ya que la presente investigación se apoyó en numerosos documentos bibliográficos para su fundamentación teórica y posterior desarrollo.

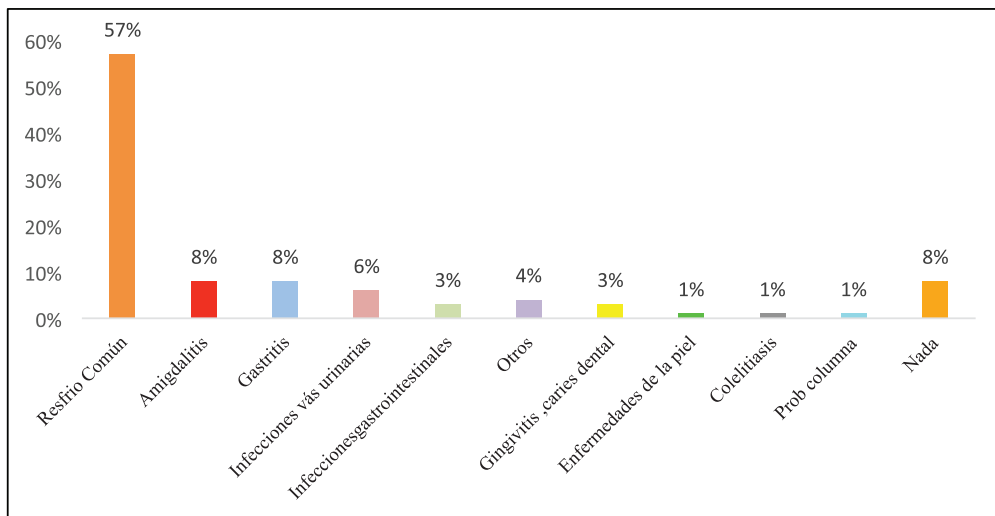
MORBILIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA ESTATAL DEL CARCHI,  
RELACIONADOS CON LOS ESTILOS DE VIDA

Figura 1. Morbilidades prevalentes en los estudiantes de la Universidad Politécnica Estatal del Carchi, 2017

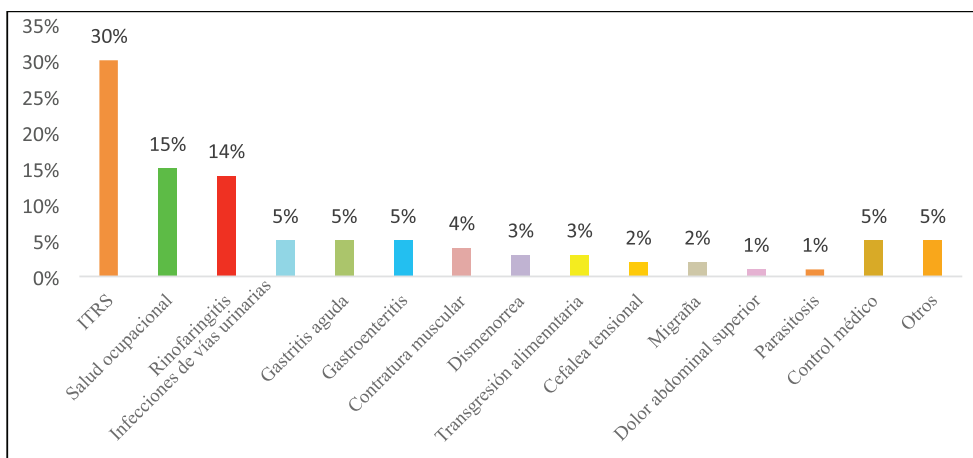


Figura 2. Principales causas de morbilidad en estudiantes por consulta médica UPEC 2017.

El mayor porcentaje de morbilidad en los estudiantes universitarios son los problemas que afectan a las vías respiratorias altas con un 44%, según datos estadísticos del departamento médico de la universidad y en 65% según encuesta virtual donde los estudiantes afirman que esto se debe a las condiciones climáticas, aunque a esto se suma un déficit en la alimentación ya que solo un 12% de los encuestados consumen regularmente frutas y verduras que son muy importantes y esenciales en el desarrollo del organismo, ya que aportan con vitaminas y minerales que ayudan a fortalecer el sistema inmunológico.

Según la OMS (2017) “La nutrición es uno de los pilares de la salud y el desarrollo, ya que permite reforzar nuestro sistema inmunitario; reducir el riesgo de sufrir

enfermedades no transmisibles (como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares), y prolongar la vida”, además recomienda el consumo de cinco porciones diarias entre frutas y verduras, ya que estas aportan vitaminas y minerales que son fundamentales para el buen funcionamiento del organismo especialmente del corazón y cerebro contribuyendo al mejoramiento intelectual y rendimiento académico en la etapa escolar, además previenen enfermedades respiratorias gracias al fortalecimiento del sistema inmunológico.

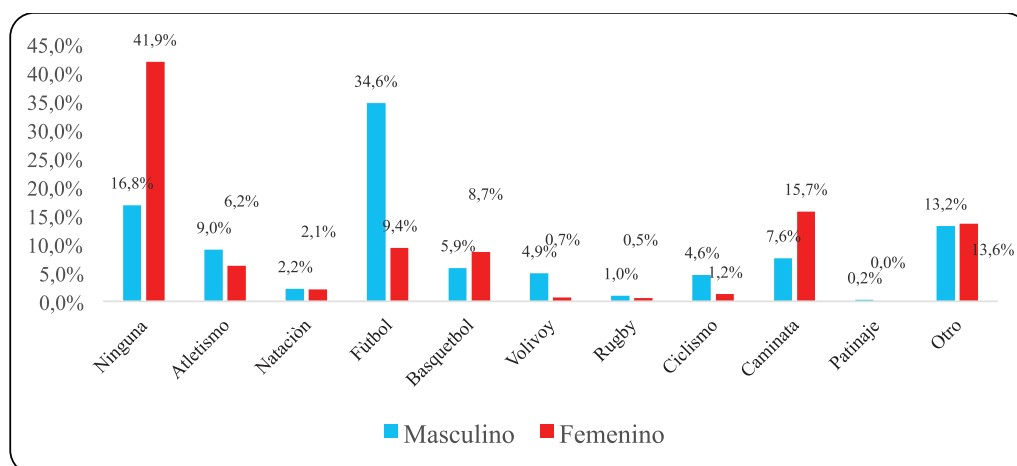


Figura 3. Tipo de disciplina deportiva por género de los estudiantes universitarios UPEC

El 41,9 % y 16,8% de mujeres y hombres afirman no realiza ninguna actividad física respectivamente. La inactividad física tiene como consecuencia el surgimiento de enfermedades crónico degenerativas no transmisibles como: las metabólicas y cardiovasculares que son la principal causa de morbimortalidad en el país. La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Además, la actividad física regular según la OMS (2018) “mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio, mejora la salud ósea y funcional; reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, diferentes tipos de cáncer y depresión; reduce el riesgo de caídas y de fracturas y es fundamental para el equilibrio energético y el control de peso”. De acuerdo a un estudio realizado por la OMS en 2018 menciona que, a nivel mundial, uno de cada cuatro adultos y más del 80% de la población adolescente no tiene un nivel suficiente de actividad física, y lo más preocupante es que en los últimos años la obesidad se ha multiplicado por diez, siendo todos estos los principales factores de riesgo de padecer enfermedades no transmisibles (ENT), como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes.

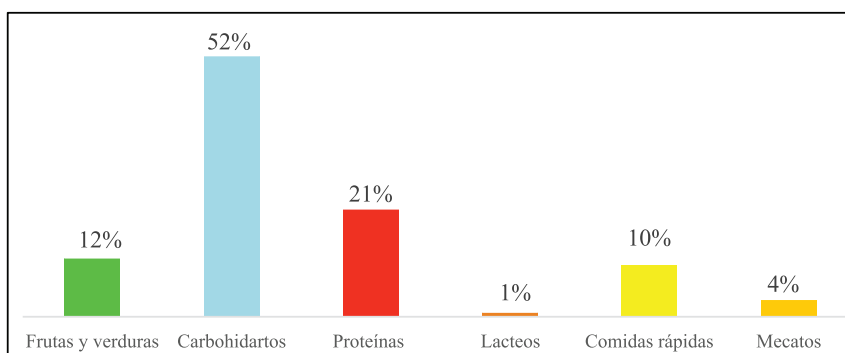
MORBILIDAD EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA ESTATAL DEL CARCHI,  
RELACIONADOS CON LOS ESTILOS DE VIDA

Figura 4. ¿Qué alimentos consume con mayor frecuencia a la semana?

De acuerdo a los datos estadísticos el 52% de los estudiantes consumen alimentos con alto contenido de carbohidratos, además el 14% afirmó consumir comidas rápidas y mecatos los cuales no aportan nutrientes esenciales para el organismo, evidenciándose que existe una inadecuada alimentación y una dieta desequilibrada ya que algunos alimentos los consumen en exceso y otros que son muy necesarios para el correcto funcionamiento del organismo como son las frutas, las verduras, los lacteos y proteínas los consumen en baja cantidad. De acuerdo a un estudio realizado por ENSANUT en el 2012 el 29.9% de escolares y el 26.2% de adolescentes presentaron sobrepeso y obesidad, y esta problemática se debe al alto consumo de alimentos ricos en carbohidratos y grasas saturadas los cuales son perjudiciales para la salud, provocando enfermedades cardio-metabólicas como la diabetes, la hipertensión, la dislipidemia, obesidad global y abdominal, las mismas que generan el mayor índice de muertes en el país, aunque estas en su mayoría son prevenibles si se realiza un adecuado cambio en los estilos de vida y hábitos dañinos hacia la salud, como el tabaquismo, el sedentarismo, el alcohol, el consumo excesivo de grasas y carbohidratos que generan dichas enfermedades.

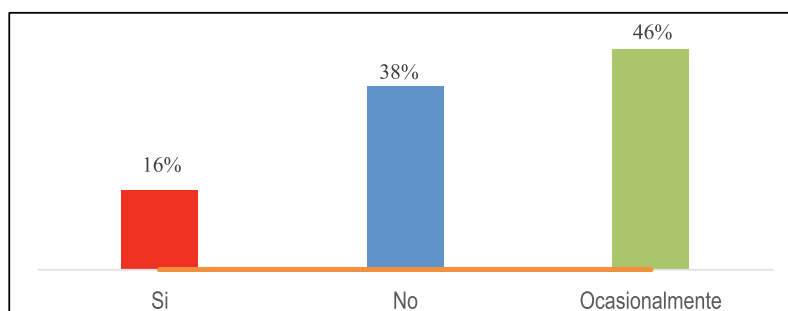


Figura 5. Consumo de alcohol

De acuerdo a la investigación el 46% de estudiantes consumen alcohol de forma ocasional y un 16% afirman hacerlo frecuentemente. De acuerdo a datos proporcionados por la OMS en el 2015 el consumo de alcohol genera anualmente más de 3,3 millones de muertes, lo que significa un 5.9% de todas las defunciones en el mundo. Esta problemática



no es ajena en nuestro país según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos del Ecuador (INEC, 2012) indica que en un 41.8% de la población en general consumen alcohol de manera semanal, de este porcentaje el 12% son personas que comprenden la edad de 19 a 24 años, quienes en su mayoría se encuentran en formación universitaria. El consumo de alcohol es un problema de salud pública, que afecta especialmente a adolescentes y estudiantes universitarios, ya que estos tienen una transición significativa en sus estilos de vida, siendo este el causante de diversos problemas a nivel familiar, laboral y académico, además de generar diversas patologías físicas (enfermedades cardiovasculares, metabólicas, renales, hepáticas) y mentales (depresión, ansiedad, etc.) generando complicaciones en la esfera afectiva, conductual y cognitiva.

## CONCLUSIONES

- Varias enfermedades que padecen los estudiantes universitarios tienen una relación directa con sus estilos de vida, entre ellos se evidencia las enfermedades del sistema respiratorio que son provocadas por una inadecuada alimentación, siendo esta uno de los pilares fundamentales de la salud ya que permite reforzar nuestro sistema inmunitario, reducir el riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles y prolongar la vida.
- El sedentarismo, el consumo frecuente de alimentos no saludables y la ingesta de bebidas alcohólicas generan en la población universitaria un gran riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y metabólicas que son la primera causa de morbimortalidad en nuestro país. Por lo que es necesario que se desarrollen estrategias de promoción de autocuidado de salud, como es la práctica de estilos de vida saludables, entre ellos mejorar los hábitos de alimentación y la realización de actividad física regular ya que esta mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio, mejora la salud ósea y funcional; reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, diferentes tipos de cáncer y depresión y es fundamental para el equilibrio energético y el control de peso.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Conde, K., & Cremonte, M. (2016). *Consumo y trastornos por uso de alcohol en estudiantes universitarios*. Mar del Plata: Universidad Nacional de Mar del Plata.
- ENSANUT-ECU (2014). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición*. Disponible en: [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/webinec/Estadisticas\\_Sociales/ENSANUT/MSP\\_ENSANUT-ECU\\_06-10-2014.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/webinec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf).
- Escobar M., y Pico M. (2013). *Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales*,



- 2010-2011. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. Colombia
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F: McGrawHill Education.
- Herrera Figueroa Y. (2013). *Estudio para revisión y actualización de las guías alimentarias para la población chilena*. 1ra edición. Santiago. Chile. Minsal.
- Ministerio de Salud de Chile. (2014). Programa de Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes.
- Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2017) *Guía de alimentación y nutrición para docentes*. Quito- Ecuador.
- OMS (2017). *Datos sobre nutrición*. Disponible en: <http://www.who.int/features/factfiles/nutrition/es/>.
- OMS (2018). *Actividad física*. Disponible en: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Sevil J., Moreno A., Del Villar F y García G. (2016). *Niveles de Actividad Física en Estudiantes Universitarios. Diferencia en función de género, la edad y los estados de cambio*. Reviber de psicología. Vol 11 (1). disponible en: [http://www.minsal.gob.cl/portal/url/page/minsalcl/g\\_proteccion/g\\_psiayj/presentacion\\_psiayj.htm](http://www.minsal.gob.cl/portal/url/page/minsalcl/g_proteccion/g_psiayj/presentacion_psiayj.htm)
- Tronco C y Amaya J. (2013). *Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios*. Revista cielo.
- Villacres F, y Rodríguez A. (2017). *Consumo de alcohol y rendimiento académico en estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo*. Tesis de disertación. Universidad nacional de Chimborazo. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4392/1/UNACH-EC-FCS-PSC-CLIN-2017-0043.pdf>