

COMPORTAMIENTOS DE RIESGO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: LA RUTA PARA ENFOCAR ACCIONES EDUCATIVAS DESDE LOS CURRÍCULOS

Consuelo Vélez-Álvarez*
Mónica Hoyos-Londoño**
Maria Eugenia Pico-Merchán***
Claudia Patricia Jaramillo-Ángel****
María del Pilar Escobar-Potes*****

Vélez-Álvarez, C., Hoyos-Londoño, M., Pico-Merchán, M.E., Jaramillo-Ángel, C.P. y Escobar-Potes, M.P. (2019). Comportamientos de riesgo en estudiantes universitarios: la ruta para enfocar acciones educativas desde los currículos. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 15 (1), 130-153


RESUMEN


La presente investigación buscó identificar y analizar la evidencia científica con relación a los comportamientos de riesgo en los estudiantes universitarios, a través de un estudio descriptivo documental de la literatura científica mediante la búsqueda en las bases de datos Scielo, PubMed, Redalyc y LILACS; se seleccionaron artículos publicados desde 2010 al 2016, cuyos participantes fueran estudiantes universitarios. Los descriptores fueron: comportamientos de riesgo, factor de riesgo, estudiantes, jóvenes y sus equivalentes en inglés y portugués. Las estrategias de búsqueda se estructuraron mediante la combinación de diferentes descriptores con los operadores booleanos: AND y OR. La muestra final fue de 21 artículos.

* Doctora en Salud Pública. Docente Universidad de Caldas. Manizales, Colombia.


E-mail: consuelo.velez@ucaldas.edu.co.  orcid.org/0000-0001-7274-7304. **Google Scholar**

** Especialista en Epidemiología. Docente Universidad de Caldas. Manizales, Colombia.

E-mail: monica.hoyos@ucaldas.edu.co.  orcid.org/0000-0003-3419-7617. **Google Scholar**

*** Magister en Educación y Desarrollo Humano. Docente Universidad de Caldas. Manizales, Colombia. E-mail: maria.pico@ucaldas.edu.co.  orcid.org/0000-0001-5416-4957. Autor para correspondencia. **Google Scholar**

**** Doctora en Salud Pública. Docente Universidad de Caldas. Manizales, Colombia. E-mail:

claudia.jaramillo_a@ucaldas.edu.co.  orcid.org/0000-0001-6680-1351. **Google Scholar**

***** Magister en Investigación y Tecnología Educativa. Docente Universidad de Caldas. Manizales, Colombia.

E-mail: pilares@ucaldas.edu.co.  orcid.org/0000-0002-0867-4822. **Google Scholar**

Recibido: febrero 7 de 2018. Aceptado: junio 29 de 2018

La evidencia científica permite identificar comportamientos de riesgo en estudiantes universitarios como sedentarismo, estrés, conductas de riesgo frente a la salud sexual y reproductiva, consumo de drogas, entre otros, sobre los cuales es necesario orientar las acciones educativas en el contexto de los currículos universitarios con enfoque humanístico.

PALABRAS CLAVE: comportamientos de riesgo, factores de riesgo, estudiante, currículo, educación superior.

RISK BEHAVIORS IN UNIVERSITY STUDENTS: THE ROUTE TO FOCUS EDUCATIONAL ACTIONS FROM THE CURRICULA

ABSTRACT

This research sought to identify and analyze the scientific evidence regarding risk behaviors in university students through a descriptive documentary study of scientific literature through the search in the databases Scielo, PubMed, Redalyc and LILACS. Articles published from 2010 to 2016, whose participants were university students, were selected. The descriptors were risk behaviors, risk factors, students, young people and their equivalents in English and Portuguese. The search strategies were structured by combining different descriptors with the Boolean operators: AND, and OR. The final sample was 21 articles. The scientific evidence allows identifying risk behaviors in university students such as sedentary lifestyle, stress, risk behaviors against sexual and reproductive health, and drug use, among others, on which it is necessary to guide educational actions in the context of university curricula with a humanistic approach.

KEY WORDS: risk behaviors, risk factors, student, curriculum, higher education.

INTRODUCCIÓN

Los comportamientos de riesgo en la población joven se relacionan con aquellas conductas o actuaciones en lo sexual, en el control del peso y la imagen de sí mismo, la actividad física y el consumo de sustancias de naturaleza legal e ilegal que

pueden ocasionar dependencia, entre otros más, según lo mencionado por Campo, Ceballo y Herazo (2010); lo anterior en razón a que la etapa juvenil se caracteriza por el evidente crecimiento como cuerpo biológico, psicológico y desde lo social.

Los factores de riesgo hacen alusión a aquellas características o variables que, si están presentes, elevan la probabilidad de que una persona desarrolle una patología (Pandina, 2002), en términos generales, el factor de riesgo hace referencia a cualquier evento o circunstancia de naturaleza biológica, psicológica y social, que pueda favorecer la probabilidad de aparición de un problema que afecta la condición de salud de las personas (Roca, Aguirre y Castillo, 2001). La prevalencia de estos factores de riesgo es muy alta para poblaciones jóvenes en aparente buen estado de salud, indicando que se trata de una población propensa a padecer diferentes problemas, dada sus condiciones de vulnerabilidad en virtud de no haber consolidado sus patrones de comportamiento (Figueroa y Ramos, 2006).

Investigaciones como las de Morales, Del Valle, Soto y Ivanovic (2013), Ibrahim et al. (2014), Fernandes, Arts, Demand, Hirshberg y Lofgren (2013), Kutlu y Erdem, (2013), han indicado que los estudiantes universitarios se encuentran en una etapa del ciclo vital clave para la adopción de estilos de vida, que practicarán en el ámbito familiar, social y laboral, por lo que se deben aportar datos consistentes sobre comportamientos de riesgo, evitando sus consecuencias, y además debe ser un primer destino de los esfuerzos de prevención para reducir las enfermedades de todo tipo.

Por otra parte, de acuerdo con Wren (1999), el currículo representa un trasfondo de normas, valores y reglas latentes en el proceso formativo, que los estudiantes han de asumir y adoptar para desempeñar convincentemente un papel social. En este sentido, como lo plantean Roberts, Sanders, Mann y Wass (2010), aunque el aprendizaje formal es importante, es en el currículo donde se deben incorporar los elementos educativos, para comprender las influencias existentes en las actuaciones del estudiante, de tal manera que posibilite un trabajo integral para evitar la ocurrencia de comportamientos de riesgo.

El objetivo del presente trabajo consiste en analizar la evidencia científica sobre comportamientos de riesgo en estudiantes universitarios, con el propósito de brindar elementos para enfocar acciones educativas desde los currículos.

MÉTODO

La metodología se correspondió con una investigación descriptiva documental tipo revisión temática que pretendía la identificación de artículos publicados siguiendo los siguientes criterios de inclusión: en países iberoamericanos relacionados con el tema de interés; durante el período 2010 al 2016, que hubieran estado dirigidos a estudiantes universitarios y a la identificación de comportamientos de riesgo; publicados en inglés, español y portugués. Se realizó búsqueda en las bases de datos Scielo, PubMed, Redalyc y LILACS, adicionalmente se recurrió al buscador web Google Académico. Los descriptores fueron: comportamientos de riesgo, factor de riesgo, estudiantes, jóvenes y sus equivalentes en inglés y portugués; las estrategias de búsqueda se estructuraron mediante la combinación de los diferentes descriptores con los operadores booleanos como AND, y OR; con lo cual posterior a realizar cruce entre ellos, eliminando los repetidos y aquellos que no aportaban al objeto de estudio, inicialmente quedaron un total de 30 artículos entre todas las bases de datos antes anunciadas; posteriormente se procedió a leer los títulos y resúmenes para seleccionar los artículos pertinentes para el análisis. Se seleccionaron finalmente 21 publicaciones que incluían las categorías de interés. Los estudios abordaban el análisis de diferentes comportamientos de riesgo, factores de riesgo y las acciones y problemas presentes en los estudiantes universitarios relacionados con las siguientes categorías iniciales: sobrepeso y obesidad, actividad física, factores de riesgo cardiovasculares, conducta sexual de riesgo, factores psicosociales, factores biológicos.

Los países en los que se realizaron estos estudios seleccionados fueron: Brasil (1), Chile (3), Colombia (4), Cuba (3), Ecuador (1), España (1), México (5), Perú (1), Uruguay (1) y Costa Rica (1). Para analizar los artículos se utilizaron como técnicas: la lectura crítica, notas para resaltar lo más importante al margen izquierdo del artículo y el subrayado.

RESULTADOS

Los manuscritos seleccionados fueron artículos originales, sobre ellos se destacaron las variables año de publicación, autor, país, tamaño de la muestra, el o los comportamientos y factores de riesgo incluidos en el análisis y los resultados más relevantes; éstos se presentan en la Tabla 1.

Tabla 1. Artículos incluidos en el análisis.

Año de publicación	Autor	País	Muestra	Comportamientos y factor (es) de riesgo analizados	Resultados
2010	Inga E, López G, Kamiya C.	Perú	307 estudiantes	Factores de riesgo para accidentes biológicos	La prevalencia de accidentes biológicos en la población fue 51,5%. El tipo de accidente más frecuente fue el pinchazo, en 41,1%, seguido de salpicadura sobre piel intacta, 34,2%. El fluido de exposición más frecuente fue sangre, en 80,6%. En los primeros años destacaron exposiciones a mordedura de animales de experimentación (ratas) y fluidos de cadáveres, 1,3%. Según el tipo de riesgo, 53,8% del total de encuestados presentó riesgo alto de adquirir una infección; 12% de las exposiciones fueron de riesgo medio y 34,2% de riesgo bajo. El elemento implicado más frecuentemente en los accidentes de tipo pinchazo fueron las agujas hipodérmicas comunes, en 38,5%, seguidas de las agujas de sutura, con 35,4%.
2010	Hernández J, Herazo Y, Valero MV.	Colombia	301 estudiantes	Tabaquismo, obesidad, actividad física, índice lipídico	El 34,2% de los estudiantes encuestados presentaron alteración del índice de masa corporal. El 64,1% registraron inactividad física y 23,9% de los estudiantes encuestados fuma. El lípido que presentó mayor prevalencia de niveles alterados fue el triglicérido (24,6%). Se encontraron diferencias estadísticamente significantes en los análisis por género, niveles de actividad física, consumo de tabaco y niveles del colesterol HDL y de triglicéridos ($p < 0,05$). Los factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares analizados en la población joven de este estudio muestran patrones similares a los de la región en donde existe evidencia de transición epidemiológica y demográfica. Sólo el 5% eran obesos. Teniendo en cuenta los minutos, días e intensidad de la actividad física moderada, vigorosa y caminar a la semana, se muestra que el 64,1% de los estudiantes fueron categorizados como inactivos, el 20,6% como regularmente activos y solo el 15,3% como muy activos. En cuanto al tabaquismo, uno de cada cuatro estudiantes encuestados fuma. Una quinta parte de los encuestados tiene alterado el colesterol HDL mientras que la cuarta parte de estos presentó alterados los niveles de triglicéridos, siendo éste el factor de riesgo lipídico de mayor prevalencia.

2011	Ponce Y, Ruiz J, Magaña A, Arizona B, Mayagoitia J de J.	México	336 estudiantes universitarios	Hábitos alimenticios, obesidad, sedentarismo	La prevalencia de sobrepeso fue 21% y obesidad 27,4% (hombres 36,1%, mujeres 19,6%) con un total de sobrepeso y obesidad de 48,4%. Se encontró una prevalencia de obesidad por facultades de: enfermería 39%, medicina 18,3% y odontología de 27,4%. En los estudiantes del área de la salud que presentaron obesidad, se encontró significancia estadística en: circunferencia de cintura de 108,5 cm en el hombre y 98,2 cm en la mujer, consumo de alcohol 82,1% en el hombre y 52,6% en la mujer, costumbre de comer alimentos en la calle 92,9% en el hombre y 92,1% en la mujer y el consumo de comida rápida 67,9% en el hombre y 60,5% en la mujer, no se encontró significancia estadística en el consumo de tabaco, actividad física vigorosa o moderada y las horas destinadas a ver televisión. Estos resultados demuestran que los hábitos de alimentación como: ingesta calórica, costumbre y frecuencia de comer en la calle, el consumo de comida rápida y la calidad de la dieta, aunado a una ingesta baja en fibra, son los principales factores de riesgo asociados a la obesidad en la población estudiada.
2011	Figueroa C, Alcócer L, Ramos del Río B.	México	110 estudiantes	Factores de riesgo psicosociales asociados a los trastornos cardiovasculares	El grupo de casos mostró características de ambición, impulsividad y competitividad. El análisis de regresión lineal múltiple de la reactividad de la presión arterial sistólica, diastólica y la tasa cardiaca ante el estresor emocional se asoció con sedentarismo, alto consumo de grasas y estrés. La presencia de factores de riesgo en universitarios sanos indica que se trata de una población proclive a padecer problemas cardiovasculares.
2010	Vázquez F, Torres A, Otero P, Blanco V, López M.	España	1043 estudiantes	Nivel cultural, ingresos monetarios familiares, lugar de residencia, presencia de malos tratos en infancia o adolescencia	La prevalencia de vida de la violencia fue del 15,2%; en el 41,5% de esos casos el maltratador ha sido la pareja, en el 50,9% algún otro hombre y en el 7,6% por ambas fuentes. La prevalencia en último año fue del 7,1%. Los factores de riesgo identificados fueron tener más de 19 años, ingresos familiares anuales superiores a 18.000 €, nivel cultural medio de la familia, residencia familiar urbana y presenciar malos tratos en la infancia o adolescencia.

2012	Cruz J, Lavín M, Rivero R, Capote C, Aldama G.	Cuba	79 adultos jóvenes	Sobrepeso y obesidad, sedentarismo, hábito de fumar, bajo peso al nacer, antecedentes de hipertensión y diabetes mellitus, antecedentes de enfermedad aterosclerótica antes de los 55 años.	78 (98,73%) de los jóvenes estudiados, presentaban al menos un factor de riesgo, y la mayoría tenían entre dos y tres de los factores de riesgo investigados. Solo 1 estudiante no presentó ningún factor de riesgo. De los varones 25 (75,75%) y de las mujeres 38 (82,61%), tenían entre dos y tres factores de riesgo.
2012	Martínez MA, Leiva AM, Sotomayor C, Victoriano T, Von Chrismar AM, Pineda S.	Chile	385 estudiantes	Factores de riesgo cardiovascular estrés, actividad física, consumo de tabaco, consumo de alcohol.	El 28,6% de los estudiantes presentaba exceso de peso, de los cuales 23,4% correspondió a sobrepeso y 5,2% a obesidad; sin diferencias significativas según género. El 6% de los estudiantes presentaba "obesidad abdominal 1", 23,9% "obesidad abdominal 2" y 16,1% "obesidad abdominal 3". La prevalencia de obesidad abdominal fue significativamente mayor en mujeres. El 18,7% de los estudiantes presentaba niveles de cLDL elevado y 5,7% niveles de TG elevados; sin diferencias significativas entre género. El 15,6% de los estudiantes presentaba CT elevado, siendo significativamente mayor en mujeres. El 15,8% presentaba niveles bajos de cHDL siendo significativamente mayor en varones. El 2,1% de los estudiantes presentaba glicemia elevada en ayuno, sin diferencias significativas según género. El 39,5% de los estudiantes presentaba PA superior al rango normal. El 87,8% de los estudiantes era sedentario, siendo significativamente mayor en mujeres. El 28,3% de los estudiantes era "fumador actual": el 26,2% era "fumador diario", con un promedio de 4,6 cigarrillos/día y el 2,1% era "fumador ocasional"; el 13% era "ex-fumador"; sin diferencias significativas según género. El 79,5% de los estudiantes consumía alcohol; el 48,8% era bebedor moderado, 25,2% era bebedor en riesgo y 5,5% era bebedor excesivo. El 20,3% de los estudiantes se sentía estresado (3,4% siempre y 16,9% casi siempre), sin diferencias significativas según género. Los FRCV modificables en los jóvenes universitarios, siendo el sedentarismo, PA y consumo de alcohol elevados los de mayor prevalencia.

2012	Arias F.J, Calderón GA, Cano VH, Castaño GA.	Colombia	709 estudiantes	Cambios en el estado de ánimo, consumo de sustancias psicoactivas por miembros de la familia, influencia de los medios de comunicación o publicidad en el consumo, familiares con problemas de consumo de alcohol	Uno de los factores de mayor incidencia es el fácil acceso a las sustancias y la familiaridad del niño con éstas. El factor social es un factor predominante en el consumo de alcohol; los amigos, los pares más cercanos, parejas y grupos pequeños se convierten en una influencia dominante que determina el consumo de sustancias. Los encuestados tienen problemas para decir "no" a la gente. Igualmente, el consumo de sustancias psicoactivas por miembros de la familia es significativa, evidenciando que son estos los factores de riesgo que más pueden influir en el consumo de alcohol en estos estudiantes universitarios.
2012	Tirado AF, Álvarez M, Velásquez JD, Gómez L, Ramírez C, Vargas AR.	Colombia	1264 estudiantes	Factores de riesgo para uso y dependencia de las drogas	La prevalencia de consumo en vida fue de 41,8%; el motivo principal fue satisfacer curiosidad (83,9%); la droga más consumida fue marihuana (36,3%). Con respecto a los factores de riesgo se encontraron: el déficit de atención con hiperactividad, depresión, ansiedad e identificación con pares, docentes o familiares.
2013	Cruz RM, Ávila ML, Velázquez HJ, Estrella DF.	México	112 estudiantes	La insatisfacción con la imagen corporal	15,9% de las mujeres y el 20,8% de los hombres presentaron insatisfacción corporal. Los hombres presentaron significativamente mayor malestar patológico, influencia de la publicidad y perfeccionismo que las mujeres. Tanto en hombres y mujeres se muestra una correlación significativa entre la interiorización de un cuerpo delgado y la insatisfacción corporal. Casi la mitad de los participantes (48%) presenta una interiorización del modelo estético de delgadez. Se encontraron correlaciones significativas entre la interiorización de un modelo estético delgado y la insatisfacción corporal, lo cual indica que dicha insatisfacción está mediada por aquellos estándares provenientes de los medios de comunicación.

2013	Morales G, Del Valle C, Soto A, Ivanovic D,	Chile	52 artículos científicos	Factores de riesgo cardiovascular: alimentación inadecuada, sedentarismo, sobrepeso, obesidad, hiperglicemia, hipercolesterolemia, tabaquismo, hipertensión arterial.	Se encontró en la categorización de factores de riesgo distales un bajo consumo de fibra, de frutas y verduras y un alto consumo de grasas (especialmente en hombres); una alta prevalencia de sedentarismo, especialmente en mujeres. En relación con los factores de riesgo intermedio (sobrepeso y obesidad), es importante mencionar que el IMC, porcentaje de grasa corporal y circunferencias de cintura y cadera, se incrementan significativamente durante el primer año de estadía en la universidad. Los estudiantes de cursos superiores presentan una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad, en comparación con el primer año. Alta prevalencia de pre-HTA en los universitarios, especialmente en hombres. Las mayores prevalencias de dislipidemias se detecten en estudiantes de cursos superiores en comparación con los de primer año. Bajas prevalencias de hiperglicemia en ayunas en los estudiantes universitarios, destacando que existe un mayor consumo en cursos superiores en comparación con el primer año de estudio.
2013	Giménez A, Fernández A, Lozano F, Cabrera JM, Lewy E, Salas F, Cid A, Hackembruch C.	Uruguay	484 estudiantes	Factores de riesgo para ECNT: consumo de cigarrillo y alcohol, dieta y ejercicio	Se observa una elevada prevalencia de factores de riesgo para ECNTs vinculadas con los hábitos y conductas de los sujetos constatándose alimentación insana, sedentarismo, alta prevalencia de sobrepeso y obesidad, sumado a cargados antecedentes familiares relacionadas con las mismas

2014	Baader T, Rojas C, Molina JL, Gotelli M, Alamo C, Fierro C, Venezian S, Dittus P.	Chile	804 estudiantes	Desesperanza, consumo de alcohol y de marihuana	El 5,3% de los estudiantes presenta puntuaciones elevadas de desesperanza, lo que sugiere un riesgo moderado a severo de cometer suicidio o autolesiones no fatales. El 84% de los estudiantes universitarios presenta algún tipo de consumo de alcohol en el último año y un 55,9% el último mes, así mismo el 24,2% de los estudiantes universitarios presenta un consumo riesgoso de alcohol a dependencia muy probable. A la marihuana el 29,7% ha consumido el último año y el 7,8% de los estudiantes presenta consumo el último mes.
2013	Satchimo A, Nieves ZI, Grau R.	Cuba	48 estudiantes	Estrés: horas de sueño	Gran incidencia de niveles altos de vulnerabilidad al estrés en los participantes. Los alumnos de primer año son más vulnerables al estrés que los de tercero y, al parecer, en la medida que el año de estudios aumenta, la vulnerabilidad al estrés disminuye. Cuando el alumno duerme menos de siete horas resulta más vulnerable al estrés. La estabilidad en el horario de sueño resultó un modificador del riesgo. La percepción de estrés ante el estudio constituye otro factor de riesgo principal en la muestra investigada.
2013	Forcada P, Pacheco AS, Pahua E, Pérez P, Todd NE, Pulido MA.	México	413 estudiantes	Conducta sexual de riesgo: sexo sin preservativo, sexo bajo efectos del alcohol y sustancias psicoactivas, comportamiento de pares.	La percepción que tiene el sujeto acerca del comportamiento sexual de sus amigos más cercanos podría modular su propio comportamiento sexual. La religiosidad del individuo se encuentra inversamente relacionada con el comportamiento sexual riesgoso. Una comunicación frecuente y conducente a acuerdos sobre los temas tratados también parece inversamente relacionada con la conducta sexual de riesgo. Mientras mayor es la cantidad de pleitos con los padres, incrementa la frecuencia de la conducta sexual riesgosa. La conducta sexual de riesgo de los amigos cercanos del estudiante podría ser un buen predictor de su propio comportamiento. Relación inversa entre religiosidad y algunas conductas sexuales riesgosas.

2015	Saucedo T de J, Zaragoza J, Villalón L, Peña A, León R.	México	774 estudiantes universitarios	La insatisfacción con la imagen corporal	En la muestra total, la insatisfacción con la imagen corporal fue muy considerable; pocos estudiantes reportaron riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria o habían interiorizado una figura delgada como la ideal. Hombres con obesidad y mujeres con sobrepeso registraron las prevalencias más altas en los factores de riesgo evaluados. Se obtuvieron correlaciones positivas y significativas entre el índice de masa corporal y todos los factores de riesgo.
2015	Alarcón M, Delgado P, Caamaño F, Osorio A, Rosas M, Cea F.	Colombia	348 estudiantes	Estado nutricional, niveles de actividad física y factores de riesgo cardiovascular	El 34,5% de los estudiantes presentan malnutrición por exceso, el 70,6% son sedentarios, y un 9,6% está en riesgo de ECV por la presencia de síndrome metabólico. El riesgo de obesidad abdominal alcanzó el 53,1%. Los parámetros que mostraron diferencias significativas fueron el colesterol HDL bajo en estudiantes activos ($p = 0,027$). Cuando se analizó la AP junto con las variables IMC, triglicéridos, colesterol LDL, la glucemia y la presión arterial, no se observaron diferencias significativas. Conclusiones: Existe una elevada prevalencia de la malnutrición por exceso, para ser sedentario y RF de ECV estuvo presente con un predominio de estudiantes de sexo femenino.
2015	Ruano C, Melo JD, Mogrovejo L, De Paula KR, Espinoza CV.	Ecuador	796 estudiantes	Sobrepeso y obesidad. Actividad física.	Uno de cada 13 presentaron síndrome metabólico, 2 de cada 10 dos factores de riesgo y 1 de cada 2 al menos un factor de riesgo de síndrome metabólico. 1 de cada 4 estudiantes presenta algún grado de sobrepeso u obesidad.
2014	Puente M, Mayo JM, Fabelo JR, Iglesias S.	Cuba	27 estudiantes	Consumo de alcohol y tabaco	Existe un predominio del nivel de riesgo bajo al consumo de alcohol, representado por el 87,5% de los sujetos estudiados, mientras que en el nivel de riesgo medio se incluye solo el 3,5%. El test de Fagerstrom permitió obtener como resultado que 33,3% de la población en estudio, presenta poca dependencia a la nicotina, mientras que el 3,5% de los sujetos, obtuvo un nivel de dependencia medio.

2016	Carpio E., Solera A Salicetti A, Hernández J., Moncada J.	Costa Rica	269 estudiantes	Factores de riesgo cardiovascular: estado nutricional e IMC	El género y el IMC influyen de manera directa sobre la presión arterial de los estudiantes universitarios. Al ser el IMC el factor de riesgo modificable, la opción para controlar y retrasar la aparición de hipertensión en jóvenes universitarios es realizar esfuerzos para mantener un peso saludable en esta población.
2016	Llapa EO, Almeida D, Lopes D, López MJ, Sousa A,	Brasil	116 estudiantes	Factores de riesgo para estrés	Los factores de riesgo generadores de estrés encontrados fueron: la falta de competencia, la impotencia y la incertidumbre. El riesgo para ser infectado por un paciente, Sobrecarga de trabajo académico, riesgo para pincharse a mí mismo con una aguja infectada.

Fuente: elaboración propia.

DISCUSIÓN

La evidencia científica encontrada da cuenta de cómo en la mayoría de los estudios se abordan comportamientos y conductas riesgosas presentes o asumidos por los estudiantes universitarios, no obstante el llamado a la reflexión va encaminado también a la necesidad de hacer visibles aquellos comportamientos y factores protectores que es necesario reforzar y proteger, de cara a poder contar con una población estudiantil activa, productiva y saludable, además de sus condiciones y capacidades para enfrentar los retos de la cambiante sociedad contemporánea.

De la evidencia científica y del análisis sobre comportamientos y factores de riesgo en estudiantes universitarios, es posible destacar que existen bases científicas para enfocar acciones educativas desde los currículos con el objetivo de prevenir la aparición de aquéllos o controlar su impacto sobre las condiciones de salud y de vida de este grupo. Un primer análisis muestra el panorama general de los hallazgos documentados en los diferentes manuscritos, para finalmente presentar según los diferentes países de donde se originó la información, las temáticas más relevantes relacionadas con los comportamientos de riesgo.

En el estudio publicado por Hernández, Herazo y Valero (2010), realizado en la Universidad San Buenaventura en Colombia, encontraron que el 64,1% de los estudiantes registraron inactividad física y 23,9% fumaba; un 5% eran obesos. En el mismo estudio se encontró que el 64,1% de los estudiantes fueron categorizados como inactivos, el 20,6% como regularmente activos y el 15,3% como muy activos. Al respecto en México, Ponce, Ruiz, Magaña, Arizona y Mayagoitia (2011), publicaron un estudio desarrollado en la Universidad Autónoma de Baja California, Mexicali en el que encontraron una prevalencia de sobrepeso de 21% y de obesidad en 27,4% (hombres 36,1%, mujeres 19,6%), con un total de sobrepeso y obesidad de 48,4%. En el mismo estudio se halló significancia estadística en comportamientos y factores de riesgo como consumo de alcohol, costumbre de comer alimentos en la calle y el consumo de comida rápida; no se encontró significancia estadística en el consumo de tabaco, actividad física vigorosa o moderada y las horas destinadas a ver televisión. En este mismo estudio, los investigadores encontraron que los hábitos de alimentación como: ingesta calórica, costumbre y frecuencia de comer en la calle, el consumo de comida rápida y la calidad de la dieta, aunado a una ingesta baja en fibra, son los principales comportamientos de riesgo asociados a la obesidad en la población estudiada.

Los investigadores Cruz, Lavín, Rivero, Capote y Aldama (2012), informaron en un estudio realizado en Cuba, acerca de factores de riesgo de aterosclerosis, en donde encontraron que el 98,73% de los jóvenes estudiados, presentaban al menos un factor de riesgo, y la mayoría tenía entre dos y tres de los factores de riesgo investigados. Los comportamientos y factores de riesgo estudiados fueron: sobrepeso y obesidad, sedentarismo y hábito de fumar, entre otros.

Martínez, Leiva, Sotomayor, Victoriano, Von Chrismar y Pineda (2012), en Chile hallaron en su investigación con estudiantes de la Universidad Austral de Chile, que el 28,6% de éstos presentaba exceso de peso, de los cuales 23,4% correspondió a sobrepeso y 5,2% a obesidad, sin diferencias significativas según género. El 6% de los estudiantes presentaba “obesidad abdominal 1”, 23,9% “obesidad abdominal 2” y 16,1% “obesidad abdominal 3”. La prevalencia de obesidad abdominal fue significativamente mayor en mujeres. El 39,5% de los estudiantes presentaba presión arterial superior al rango normal. El 87,8% de los estudiantes era sedentario, siendo significativamente mayor en mujeres. El 28,3% de los estudiantes era “fumador actual”: el 26,2% era “fumador diario”, con un promedio de 4,6 cigarrillos/día y el 2,1% era “fumador ocasional”; el 13% era “ex-fumador”; sin diferencias significativas

según género. El 79,5% de los estudiantes consumía alcohol; el 48,8% era bebedor moderado, 25,2% era bebedor en riesgo y 5,5% era bebedor excesivo. El 20,3% de los estudiantes se sentía estresado (3,4% siempre y 16,9% casi siempre), no se encontraron diferencias significativas según género. Sobre los comportamientos o factores modificables en los jóvenes universitarios, se encontró el sedentarismo, presión arterial alta y consumo de alcohol elevados como los de mayor prevalencia.

Morales, Del Valle, Soto y Ivanovic (2013), informaron en un estudio realizado en la Universidad de la Frontera de Chile, en el que se encontró en la categorización de comportamientos o factores de riesgo un bajo consumo de fibra, de frutas y verduras y un alto consumo de grasas (especialmente en hombres); una alta prevalencia de sedentarismo, especialmente en mujeres. Con respecto a los comportamientos y factores de riesgo intermedios (sobrepeso y obesidad), se encontró que el IMC, porcentaje de grasa corporal y circunferencias de cintura y cadera, se incrementan significativamente durante el primer año de estadía en la universidad. Así mismo, hallaron que los estudiantes de cursos superiores presentan una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad, en comparación con el primer año. Igualmente observaron un alto consumo de tabaco en estudiantes universitarios, en el que recalcaron que existe un mayor consumo en cursos superiores en comparación con el primer año de estudio.

En Uruguay los investigadores Giménez, Fernández, Lozano, Cabrera, Lewy, Salas, Cid y Hackembruch (2013), observaron una elevada prevalencia de factores de riesgo para ECNTs vinculadas con los hábitos y conductas de los sujetos constatándose alimentación insana, sedentarismo, alta prevalencia de sobrepeso y obesidad, sumado a la presencia de antecedentes familiares relacionados con las mismas.

En un estudio desarrollado con estudiantes de la Universidad Central de Ecuador, Ruano, Melo, Mogrovejo, De Paula y Espinoza (2015), encontraron que 1 de cada 4 estudiantes presenta algún grado de sobrepeso u obesidad y 1 de cada 2 al menos un factor de riesgo de síndrome metabólico, lo cual coincide con lo encontrado por Alarcón, Delgado, Caamaño, Osorio, Rosas y Cea (2015) en la Universidad Santo Tomás de Chile, quienes observaron que el 53,1% de la población estudiada tenía obesidad abdominal, con una prevalencia de sobrepeso y obesidad de 28% y 6% respectivamente, teniendo como comportamiento de riesgo de mayor proporción

el sedentarismo, que alcanzó 70,6%; igualmente se observó que el 9,6% del total de estudiantes poseen riesgo cardiovascular y el 45,1% de los estudiantes fumaba.

En un estudio realizado por Carpio, Solera, Salicetti, Hernández y Moncada (2016), revelaron que el género y el índice de masa corporal son factores que se relacionan de manera directa con el aumento de presión arterial de los estudiantes universitarios, situación que aunada al aumento de peso se convierte en factor de riesgo cardiovascular en estudiantes costarricenses.

Al analizar factores psicológicos se halló en un estudio realizado en México por Figueroa, Alcocer y Ramos del Río (2011), que el grupo de casos mostró características de ambición, impulsividad y competitividad. El análisis de regresión lineal múltiple de la reactividad de la presión arterial sistólica, diastólica y la tasa cardíaca ante el estresor emocional se asoció con sedentarismo, alto consumo de grasas y estrés. La presencia de comportamientos y factores de riesgo en universitarios sanos indica que se trata de una población propensa a padecer problemas cardiovasculares. En esta misma categoría de análisis el estudio desarrollado por Siabato y Salamanca (2015), evidencia como la dependencia emocional, la impulsividad y la depresión están asociados con ideación suicida en universitarios, de igual manera tal como lo plantean Salavera, Usan, Jarie y Lucha (2018), los afectos y el humor cumplen un papel importante en el desarrollo de la personalidad de los universitarios.

Los investigadores Uribe, Amador, Zacarías y Villarreal (2012), mostraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en la percepción negativa del uso del condón. La edad de inicio de las relaciones sexuales es significativamente menor en el número de parejas sexuales hombres. Los hombres indican haber tenido más de seis parejas y las mujeres en promedio más de dos parejas sexuales.

Teniendo en cuenta la conducta sexual de riesgo, se publicó un estudio realizado por Forcada, Pacheco, Pahua, Pérez, Todd y Pulido (2013), con estudiantes de la Universidad Intercontinental Distrito Federal de México, en el cual se encontró que la percepción que tiene el sujeto acerca del comportamiento sexual de sus amigos más cercanos podría modular su propio comportamiento sexual. La religiosidad del individuo se encuentra inversamente relacionada con el comportamiento sexual riesgoso. Una comunicación frecuente y conducente a acuerdos sobre los temas

tratados también parece inversamente relacionada con la conducta sexual de riesgo. Mientras mayor es la cantidad de pleitos con los padres, incrementa la frecuencia de la conducta sexual riesgosa. La conducta sexual de riesgo de los amigos cercanos del estudiante podría ser un buen predictor de su propio comportamiento. Relación inversa entre religiosidad y algunas conductas sexuales riesgosas.

Satchimo, Nieves y Grau (2013), en una investigación llevada a cabo en Cuba, sobre estrés y horas de sueño en estudiantes universitarios, encontraron gran incidencia de niveles altos de vulnerabilidad al estrés en los participantes. Los alumnos de primer año son más vulnerables al estrés que los de tercero y, al parecer, en la medida que el año de estudios aumenta, la vulnerabilidad al estrés disminuye. Cuando el alumno duerme menos de siete horas resulta más vulnerable al estrés. La estabilidad en el horario de sueño resultó un modificador del riesgo. La percepción de estrés ante el estudio constituye otro factor de riesgo principal en la muestra investigada. En este mismo sentido, en una universidad pública de Brasil, Llapa, Almeida, Lopes, López y Sousa (2016), investigaron los comportamientos de riesgo generadores de estrés en estudiantes del área de la salud, en los que se determinó que éstos fueron: la falta de competencia, la impotencia y la incertidumbre. El riesgo para ser infectado por un paciente, sobrecarga de trabajo académico, riesgo para pincharse a mí mismo con una aguja infectada son considerados comportamientos que les generan angustia e incertidumbre.

Los autores Baader, Rojas, Molina, Gotelli, Alamo, Fierro, Venezian y Dittus (2014), llevaron a cabo un estudio en el que concluyeron que 5,3% de los estudiantes presentaba puntuaciones elevadas de desesperanza, lo que sugiere un riesgo moderado a severo de cometer suicidio o autolesiones no fatales. El 84% de los estudiantes universitarios presentaba algún tipo de consumo de alcohol en el último año y un 55,9% el último mes, así mismo el 24,2% de los estudiantes universitarios asumió un consumo riesgoso de alcohol a dependencia muy probable. A consumo de marihuana en el último año, 29,7% lo ha realizado y el 7,8% de los estudiantes presenta consumo, el último mes. Según Gaviria y Grisales (2013), en los estudiantes universitarios el bajo rendimiento académico se asocia a la presencia de desesperanza aprendida en ellos, debido a factores de riesgo como violencia escolar, falta de afecto y expectativas limitadas frente al futuro, éstos se entrelazan y se ven reflejados en el individuo y expresados en aspectos como deserción. La desesperanza en jóvenes universitarios según Valencia (2010), también se relaciona con la percepción negativa de futuro debido a las condiciones difíciles

de la sociedad actual, en la que hay escasas oportunidades para ellos, así cuenten con formación universitaria.

En el tema de consumo y abuso de sustancias psicoactivas, Arias, Calderón, Cano y Castaño (2012), desarrollaron un estudio en Colombia en la Universidad San Buenaventura, en el que hallaron que uno de los factores de mayor incidencia es el fácil acceso a las sustancias y la familiaridad del estudiante con éstas. El factor social es un factor predominante en el consumo de alcohol; los amigos, los pares más cercanos, parejas y grupos pequeños se convierten en una influencia dominante que determina el consumo de sustancias. Los encuestados tienen problemas para decir 'no' a la gente. Igualmente el consumo de sustancias psicoactivas por miembros de la familia es significativa, evidenciando que son estos los comportamientos y factores de riesgo que tienen mayor influencia en el consumo de alcohol en estos estudiantes universitarios.

En Colombia, en la Universidad de Medellín, los investigadores Tirado, Álvarez, Velásquez, Gómez, Ramírez y Vargas (2012), en un estudio sobre prevalencia y factores de riesgo para el consumo y dependencia de drogas en estudiantes, analizaron que la prevalencia de consumo en vida fue de 41,8%; el motivo principal fue satisfacer curiosidad (83,9%); la droga más consumida fue marihuana (36,3%). Los comportamientos y factores de riesgo se relacionan con el déficit de atención con hiperactividad, depresión, ansiedad e identificación con pares, docentes o familiares. En sentido contrario, en Cuba, Puente, Mayo, Fabelo e Iglesias (2014), hallaron que existe un predominio del nivel de riesgo bajo al consumo de alcohol, representado por el 87,5% de los sujetos estudiados, mientras que en el nivel de riesgo medio se incluye sólo el 3,5%. El test de Fagerstrom permitió obtener como resultado que 33,3% de la población en estudio, presenta poca dependencia a la nicotina, mientras que el 3,5% de los sujetos, obtuvo un nivel de dependencia medio.

De acuerdo con Saucedo, Zaragoza, Villalón, Peña y León (2015), en un estudio realizado en México, encontraron en la muestra total de participantes, que la insatisfacción con la imagen corporal fue muy considerable; pocos estudiantes reportaron riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria o habían interiorizado una figura delgada como la ideal. Hombres con obesidad y mujeres con sobrepeso registraron las prevalencias más altas en los factores de riesgo evaluados. Igualmente, Cruz, Ávila, Velásquez y Estrella (2013), tuvieron en cuenta 112 estudiantes universitarios en su investigación sobre comportamientos de riesgo

e imagen corporal, en el que encontraron como 15,9% de las mujeres y 20,8% de los hombres presentaron insatisfacción corporal. Los hombres presentaron significativamente mayor malestar patológico, influencia de la publicidad y perfeccionismo que las mujeres. Tanto en hombres y mujeres se muestra una correlación significativa entre la interiorización de un cuerpo delgado y la insatisfacción corporal. Casi la mitad de los participantes (48%) presenta una interiorización del modelo estético de delgadez. Se encontraron correlaciones significativas entre la interiorización de un modelo estético delgado y la insatisfacción corporal, lo cual indica que dicha insatisfacción está mediada por aquellos estándares provenientes de los medios de comunicación y de las interacciones sociales y culturales que idealizan una imagen corporal delgada.

Inga, López y Kamiya (2010) publicaron en Perú una investigación en estudiantes universitarios de Lima, en la que observaron que la prevalencia de accidentes biológicos en la población fue 51,5%; según el tipo de riesgo, 53,8% del total de encuestados presentó riesgo alto de adquirir una infección; 12% de las exposiciones fueron de riesgo medio y 34,2% de riesgo bajo. El elemento implicado más frecuentemente en los accidentes de tipo pinchazo en los estudiantes fueron las agujas hipodérmicas comunes, en 38,5%, seguidas de las agujas de sutura, con 35,4%.

Al realizar el análisis por comportamientos de riesgo se encontró como el área donde más se ha investigado en estudiantes universitarios es hábitos alimenticios, sobrepeso y obesidad, seguida de sedentarismo y actividad física; en tercer lugar, se ubican factores de riesgo cardiovasculares y consumo de alcohol y tabaco. Es de anotar como los comportamientos de riesgo menos estudiados fueron las conductas sexuales y los aspectos psicosociales, en coherencia con este análisis integral el estudio realizado por Intra, Roales y Moreno (2011), advierte sobre la importancia de realizar un seguimiento de cohortes a lo largo de todo el proceso educativo universitario, con el objetivo de documentar si el período de formación se constituye en un riesgo adicional a los comportamientos de riesgo, es necesario profundizar sobre las consecuencias de los procesos de socialización, y la manera como el estudiante se enfrenta a contextos de autonomía y libertad en consonancia con la fase juvenil. En este mismo sentido, los trabajos realizados por Becerra (2016) y Campo, Pombo y Teherán (2016), resaltan la importancia de la realización de programas de intervención en los estudiantes universitarios con el fin de informar,

motivar y modificar sus comportamientos de riesgo, mediados por los procesos curriculares de planeación y gestión educativa, entre otros.

Cuando se realiza una segmentación por países, llama la atención que los países donde más artículos se identificaron, incluyen a: México con temáticas coherentes con su perfil epidemiológico tales como los trastornos cardiovasculares, hábitos alimenticios, obesidad y sedentarismo; en Colombia se han estudiado los comportamientos de riesgo relacionados con tabaquismo, obesidad, actividad física, consumo de drogas y riesgo cardiovascular; en Cuba se ha investigado lo referente a obesidad, sobrepeso, estrés y consumo de alcohol y tabaco y en Chile los estudios se han centrado en factores de riesgo cardiovasculares, actividad física, consumo de tabaco, alcohol y drogas.

Con relación al consumo de tabaco y alcohol, el estudio realizado por Gil, Gue y Porcel (2013) evidenció la importancia de incorporar en los currículos de los futuros profesionales un eje con énfasis en la prevención del consumo de sustancias tóxicas, especialmente con el consumo problemático de alcohol

CONSIDERACIONES FINALES

Los resultados sugieren cómo las IES deben realizar procesos de manera permanente que permitan un mayor acercamiento con los estudiantes, de tal manera que se pueda reconocer sus dificultades y problemas evidenciados en comportamientos de riesgo en su trayectoria académica, que permita anticipar y ayudar a resolver estos a través de procesos o programas tendientes a lograr una educación integral y muy específicamente y de ser posible hacer un trabajo individualizado para que cada uno de ellos establezca su ruta que le permita afrontar dichos comportamientos con compromiso y voluntad individual.

Reconocer que los comportamientos de riesgo de los estudiantes universitarios no se apartan de lo que ha sido su trayecto y su curso de vida, debería ser el camino para que dentro de las instituciones de educación superior (IES) y de los currículos específicos por programas académicos se logre aportar al desarrollo personal en una mirada integral de formación.

Como ruta para el trabajo en los currículos de formación, los autores invitamos a las IES a retomar lo planteado por Betancourth, Tacán y Córdoba (2017), quienes afirman sobre la necesidad de potenciar la formación integral de los estudiantes, con énfasis en la diferenciación de grupos específicos con características especiales que marcan su vulnerabilidad en función de facultad, programa y semestre.

CONCLUSIÓN

La evidencia científica en el contexto iberoamericano indica que se han realizado diferentes investigaciones para identificar los comportamientos y factores de riesgo en estudiantes universitarios dentro de los cuales se destacan los relacionados con el sedentarismo, la obesidad, el estrés, conductas de riesgo frente a la salud sexual y reproductiva y el consumo de drogas entre otros; la identificación y análisis de éstos, debe exhortar a las IES a orientar las acciones educativas en los currículos para que de manera integral puedan abordarse los problemas relevantes en esta población, toda vez que en la mayoría de los países se cuenta con la estrategia de Universidad Promotora de Salud, entendida ésta bajo la premisa de hacer un abordaje biopsicosocial de los integrantes de la comunidad universitaria, con el fin de favorecer la formación integral desde las dimensiones físicas, psíquicas y sociales, tendientes a mejorar su calidad de vida y propender por el establecimiento de cambios culturales en las formas de asumir la salud-enfermedad. Otra estrategia sugerida para la atención de estudiantes universitarios con comportamientos de riesgo, es la creación de un observatorio de conductas de riesgo articulado al servicio de tutorías.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alarcón, M., Delgado, P., Caamaño, F., Osorio, A., Rosas, M. y Cea, F. (2015). Estado nutricional, niveles de actividad física y factores de riesgo cardiovascular en estudiantes de la Universidad Santo Tomás. *Revista Chilena de Nutrición*, 42 (1), 70-76. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182015000100009>
- Arias, F.J., Calderón, G.A., Cano, V.H. y Castaño, G.A. (2012). Consumo de alcohol y factores de riesgo en estudiantes de dos universidades colombianas. *El Ágora U.S.B.*, 12 (1), 127-141. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S165780312012000100008&lng=en&tlng=es.

- Baader, T., Rojas, C., Molina, J.L., Gotelli, M., Alamo, C., Fierro, C., Venezian, S. y Dittus, P. (2014). Diagnostic of the prevalence of mental health disorders in college students and associated emotional risk factors. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 52 (3), 167-176. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272014000300004>
- Becerra, S. (2016). Descripción de las conductas de salud en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Psicología*, 34 (2), Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/14938/15473>
- Betancourth, S., Tacán, L. y Córdoba, R.G. (2017). Consumo de alcohol en estudiantes universitarios colombianos. *Rev Univ. Salud*, 19 (1), 37-50. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.22267/rus.171901.67>
- Campo, A., Ceballo, G. y Erazo, E. (2010). Prevalencia de patrón de comportamiento de riesgo para la salud sexual y reproductiva en estudiantes adolescentes. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 18 (2). Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n2/es_05.pdf
- Campo, Y., Pombo, L.M., y Teherán, A.A. (2016), Estilos de vida saludable y conductas de riesgo en estudiantes de medicina. *Rev Univ Ind Santander Salud*, 48 (3), 301-309. Recuperado de <http://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/5667>
- Carpio, E., Solera, A., Salicetti, A., Hernández, J. y Moncada, J. (2016) Relación entre factores de riesgo cardiovascular y la presión arterial en reposo de estudiantes universitarios. *Rev. Costarricense de Salud Pública*, 25 (1), 30-41. Recuperado de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140914292016000100047&lng=en
- Cruz, J., Lavín, M., Martínez, R., Capote, C., y Aldama, G. (2012). Factores de riesgo de aterosclerosis en un grupo de estudiantes de segundo año de medicina. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 28 (2), 45-54. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000200005&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Cruz, R.M., Ávila, M.L., Velázquez, H.J. y Estrella, D.F. (2013). Evaluación de factores de riesgo de TCA en estudiantes de nutrición. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 4 (1), 37-44. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200715232013000100005&lng=es&tlng=es.
- Fernandes, J., Arts, J., Dimond, E., Hirshberg, S. y Lofgren, I.E. (2013). Dietary factors are associated with coronary heart disease risk factors in college students. *Nutr Res*, (8), 647-52.

- Figuroa, C., Díaz, L.C. y Ramos, B. (2011). Factores de riesgo psicosociales asociados a los trastornos cardiovasculares en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 27 (3), 739-744. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/167/16720048019/>
- Figuroa, C. y Ramos, B. (2006). Factores de riesgo de la hipertensión arterial y la salud cardiovascular en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 22 (2), 135-143.
- Forcada, P., Pacheco, A., Pahlua, E., Pérez, P., Todd, N. y Pulido, M. (2013). Conducta sexual de riesgo en estudiantes universitarios: Factores de riesgo y protección. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 15 (1), 23-46.
- Gaviria, Y.P. y Grisales, MC. (2013). Bajo rendimiento académico: desesperanza aprendida una mirada desde la complejidad del sujeto. *Plumilla educativa*, (12), s.p. Recuperado de <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/plumillaeducativa/article/download/390/490>
- Gil, E., Gue, J. y Porcel, A.M. (2013). Consumo de alcohol y prácticas sexuales de riesgo: el patrón de los estudiantes de enfermería de una universidad española. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 21 (4). Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21n4/es_0104-1169-rlae-21-04-0941.pdf
- Giménez, A., Fernández, A., Lozano, F., Cabrera, J. M., Lewy, E., Salas, F., Cid, A. y Hackembruch, C. (2013). Identificación de factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en una población universitaria de Montevideo en marzo de 2011. *Revista Biomedicina*, 8 (2), 6-21. Recuperado de http://www.um.edu.uy/docs/factores_riesgo_enf_cronicas_ago2013.pdf
- Hernández, J., Herazo, Y. y Valero, M.V. (2010). The frequency of cardiovascular disease-associated risk factors in a university student population. *Rev Salud Pública*, 12 (5), 852-64.
- Ibrahim, N., Mahnashi, M., Al-Dhaheri, A., Al-Zahrani, B., AlWadie, E., Aljabri, M... Bashawri, J. (2014). Risk factors of coronary heart disease among medical students in King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *BMC Public Health*, 14, 411.
- Inga, E., López, G. y Kamiya, C. Accidentes biológicos en estudiantes de medicina de una universidad peruana: incidencia, mecanismos y factores de riesgo. *Anales de la Facultad de Medicina*, 2010; 71, 37-42. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.15381/anales.v71i1.70>

- Intra, M.V., Roales, J.G. y Moreno, E. (2011). Cambio en las conductas de riesgo y salud en estudiantes universitarios argentinos a lo largo del periodo educativo. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11 (1), 139-147. Recuperado de <http://www.ijpsy.com/volumen11/num1/289/cambio-en-las-conductas-de-riesgo-y-salud-ES.pdf>
- Kutlu R., Erdem R. Evaluation of cardiovascular risk factors among university students in Turkey: a cross-sectional survey. *Russian Open Med J.* 2013; 2: 37.
- Llapa, E.O., Marques, D.A., Neto, D.L., López, M.J. y Oliveira, A.S.A. (2016). Stressful situations and factors in students of nursing in clinical practice. *Investigación y Educación en Enfermería*, 34 (1), 211-220. <https://dx.doi.org/10.17533/udea.iee.v34n1a23>
- Martínez, S., Leiva, M.A., Sotomayor, C., Victoriano, T., Von Chrismar, A.M. y Pineda, S. (2012). Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes de la Universidad Austral de Chile. *Revista Médica de Chile*, 140 (4), 426-435. doi.org/10.4067/S0034-98872012000400002
- Morales, G., Del Valle C., Soto, A., Ivanovic, D. (2013). Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de nutrición*, 40 (4), 391-396. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182013000400010>
- Morales, G., Del Valle, C., Soto, A. y Ivanovic, D. (2013). Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición*, 40 (4), 391-6.
- Pandina, R.J. (2002). *Risk and protective factors models in adolescent drug use: Putting them to work for prevention*. National Conference on Drug Abuse Prevention Research: Presentations, papers, and recommendations, Washington: Department of Health and Human Services.
- Ponce, G., Ruiz, J., Magaña, A., Arizona, B. y Mayagoitia, J de J. (2011). Obesidad y factores de riesgo en estudiantes del área de la salud de la Universidad Autónoma de Baja California, Mexicali. *RESPYN*, 12 (4) ,1-15. Recuperado de http://respyn2.uanl.mx/xii/4/articulos/Obesidad_y_factores_de_riesgo_bb.htm
- Puente, M., Mayo, J.M., Fabelo, J.R. e Iglesias, S. (2014). Factores de riesgo para el consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de Medicina. *Revista Hospital Psiquiátrico de La Habana*, 11 (1). <http://www.medigraphic.com/pdfs/revhospshab/hph-2014/hph141d.pdf>
- Roca, F., Aguirre, M. y Castillo, B. (2001). Percepción acerca del consumo de drogas en estudiantes de una universidad nacional. *Psicoactiva*, 19, 29-45.

- Roberts, J.H., Sanders, T., Mann, K. y Wass, V. (2010). Institutional marginalisation and student resistance: barriers to learning about culture, race and ethnicity. *Adv Health Sci Educ*, 15, 559-71.
- Ruano, C.I., Melo, J.D., Mogrovejo, L., De Paula, K.R. y Espinoza, C.V. (2015). Prevalencia de síndrome metabólico y factores de riesgo asociados en jóvenes universitarios ecuatorianos. *Nutr Hosp*, 31 (4), 1574-1581.
- Satchimo, A. y Nieves, Z. (2013). Factores de riesgo y vulnerabilidad al estrés en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 16 (29), 143-154. Recuperado de <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1947>
- Saucedo, T. de J., Zaragoza, J., Villalón, L., Peña, A. y Rodrigo, L. (2015). Prevalencia de factores de riesgo asociados a trastornos alimentarios en estudiantes universitarios hidalguenses. *Psicología y Salud*, 25 (2), 243-25. Recuperado de <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/1824/3335>
- Salavera, C., Usán, P., Jarie, L. y Lucha, O. (2018). Sentido del humor, afectos y personalidad. Estudio en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36 (1), 83-91. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v36n1/1794-4724-apl-36-01-00083.pdf>
- Siabato, EF. y Salamanca, Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psychol: av. discipl.*, 9 (1), 71-81. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v9n1/v9n1a06.pdf>
- Tirado, A.F., Álvarez, M., Velázquez, J.D., Gómez, L., Ramírez, C. y Vargas, A.R. (2012). Prevalencia y factores de riesgo para el consumo y dependencia de drogas en estudiantes de una universidad de Medellín, Colombia, 2009. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 30 (1), 38-44.
- Uribe, J.I., Amador, G., Zacarías, X. y Villarreal, L. (2012). Percepciones sobre el uso del condón y la sexualidad entre jóvenes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10 (1), 481-494. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/773/77323982030.pdf>
- Valencia, G. (2010). Riesgo de depresión en estudiantes del programa de enfermería de la Universidad Libre de Pereira. *Cultura del cuidado enfermería*, 7 (2), 15-27. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717021>
- Wren, D.J. (1999). School culture: exploring the hidden curriculum. *Adolescence*, 34, 593-6.