



Universidad de Alicante, del 27 al 29 de junio de 2017

ACTAS CIUPS2017

Universidad de Alicante (España)
27-29 de junio de 2017



M. Teresa Romá Ferri, Hiram V. Arroyo, Antoni Aguiló Pons (coord.)

Actas del Congreso Iberoamericano de
Universidades Promotoras de la Salud
(CIUPS 2017)

Promoción de la Salud y Universidad. Construyendo
Entornos Sociales y Educativos Saludables

Universidad de Alicante (España)
27-29 de junio de 2017

Organizado por:
Universidad de Alicante
Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de la Salud (RIUPS)

Coordinadores:

M. Teresa Romá Ferri. Universidad de Alicante (España).
Hiram V. Arroyo. Universidad de Puerto Rico (Puerto Rico).
Antoni Aguiló Pons. Universitat de les Illes Balears (España).

Publicacions de la Universitat d'Alacant
03690 Sant Vicent del Raspeig
publicaciones@ua.es
<http://publicaciones.ua.es>
Teléfono: 965 903 480

© los autores, 2017

© de esta edición: Universidad Saludable, Universitat d'Alacant

ISBN: 978-84-16724-65-9

Esta obra recoge los resúmenes de las aportaciones presentadas al VIII Congreso Iberoamericano de Universidades Promotoras de la Salud, celebrado en la Universidad de Alicante entre el 27 y el 29 de junio de 2017, previamente valorados y posteriormente aceptados por el Comité Científico.

Los autores son los responsables de las opiniones expresadas en los resúmenes, de su contenido, ortografía o gramática.

Esta obra se edita con la licencia de derechos de autor Creative Commons: Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada (CC BY-NC-ND). La cual permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera su contenido ni se pueden utilizar comercialmente.

Análisis de clúster de los estilos de vida de los estudiantes universitarios

Bennasar-Veny, M. (*); Tauler, P.(**); Pericas, J. (*); Riera, A.(**); Arbos, M. (*); Aguiló, A. (*)
miquel.bennasar@uib.es; pedro.tauler@uib.es; jordi.pericas@uib.es; ana.riera@uib.es;
maite.arbos@uib.es; aaguilo@uib.es

(*) Departamento de Enfermería y Fisioterapia. Universidad Illes Balears (España).

(**) Grupo de Investigación "Evidencia, estilos de vida y salud". Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS) (España).

Palabras Clave: Estilos de vida, Estudiantes universitarios, Conglomeración.

Resumen:

Introducción: Existen estudios que demuestran que en la etapa universitaria se abandonan ciertos hábitos saludables. Y, está ampliamente demostrado que determinadas conductas de riesgo como el tabaquismo, una dieta poco saludable, una conducta sedentaria o un excesivo consumo de alcohol pueden contribuir de forma independiente a incrementar la morbimortalidad. No obstante, se ha estudiado poco la agrupación entre los diferentes factores de riesgo.

Objetivo general: Determinar el grado de conglomeración de los mayores factores de riesgo (consumo de tabaco, alcohol, baja adherencia a la dieta mediterránea y sedentarismo) en estudiantes universitarios.

Material y método: Estudio analítico transversal mediante un análisis de clúster (n=444), estratificado por ramas de conocimiento.

Resultados: Se han identificados cuatro clusters dentro de la muestra de estudiantes universitarios basada en las variables de interés (adherencia a la dieta mediterránea, consumo de alcohol, estado de salud, nivel de estrés, calidad de vida, IMC y nivel de actividad física): Clúster 1 (Moderadamente saludables / Grupo de riesgo moderado); Clúster 2 (No saludables / Grupo de riesgo moderado); Clúster 3 (Saludables / Grupo de riesgo bajo); y, Clúster 4 (No saludables / Grupo de riesgo alto). Los resultados reafirman la idea de que los comportamientos de salud no deben considerarse de forma aislada unos de otros, ya que demuestran una tendencia a la conglomeración de los estilos de vida saludables versus los estilos de vida no saludables.

Conclusiones: Se observa una fuerte asociación entre los estilos de vida de alimentación y actividad física, destacando que una buena adherencia a la dieta mediterránea se asocia con unos niveles más altos de ejercicio físico, con un menor nivel de estrés, un buen estado de salud y una buena calidad de vida.