

CAPÍTULO 9

Encuesta de Factores de Riesgo en estudiantes de la Universidad Nacional de La Matanza

Guadalupe Mangialavori^{1*}, Lara Gomez¹, Ma. Fernanda Gimenez¹, Ma. Victoria Lopez¹, Sergio Defusto¹, Selva Sandonato^{1,2}, Camila Pannagio¹, Camila Aquino¹, Natalia Elorriaga^{1,3,4}

(¹) Universidad Nacional de La Matanza.

(²) Universidad Nacional Arturo Jauretche.

(³) Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria, Departamento de Investigación en Enfermedades Crónicas.

(⁴) Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Centro de Investigaciones en Epidemiología y Salud Pública (CIESP-CONICET).

* gmangialavori@unlam.edu.ar

Palabras clave: *estudiantes; factores de riesgo; dieta; actividad motora física.*

Keywords: *students; risk factors; diet; motor activity.*

Resumen ejecutivo

Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) representan las principales causas de muerte en Argentina; reconocer la prevalencia de las mismas en la población de estudiantes como también detectar los factores de riesgo (FR) asociados a las mismas es fundamental para favorecer la salud en la población que habita el conurbano bonaerense. Este trabajo muestra cómo se comportan ambos componentes (ECNT y FR) en una población de estudiantes en una universidad del conurbano bo-

naerense, con el objetivo de contribuir no solo al conocimiento de este fenómeno, sino también a la sensibilización para la toma de decisiones que resulten en su prevención. Entre las condiciones más relevantes cabe señalar la elevada sensación de ansiedad o depresión reportada por el 48,5% de los estudiantes, la baja actividad física presente en el 26,2% y el bajo consumo de frutas y verduras al día. Por otro lado, si bien solo el 6,2% reportó ser fumador, el 38,5% informó estar expuesto al humo del tabaco. La prevalencia de sobrepeso fue del 23,2% y de obesidad del 6,4%. El 20,4% y el 16,8% de los estudiantes informaron respectivamente colesterol y presión arterial elevados “alguna vez”. Por todo lo expresado, los estudiantes universitarios presentan condiciones que los predisponen a ECNT que requieren ser atendidas para su prevención y el ámbito universitario resulta un espacio ideal para el abordaje de actividades de promoción y prevención de estos FR. Sería interesante, además, contar con información de otras instituciones académicas del conurbano para contemplar acciones conjuntas.

I. Introducción

Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) son el resultante de la interacción de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y conductuales que se manifiestan en condiciones como diabetes, cáncer y enfermedad cardiovascular, entre otras (World Health Organization, 2023). Estas condiciones presentan determinados factores de riesgo (FR), relacionados con la conducta y modificables, como el consumo de alcohol o tabaco, la inactividad física y la alimentación poco saludable, que condicionan su aparición y evolución en el tiempo. Por su parte, también se relacionan con condiciones metabólicas como la presión arterial elevada, el sobrepeso y la obesidad o la hipercolesterolemia (INDEC, 2019; World Health Organization, 2023).

Mundialmente, se estima un aumento de las muertes causadas por ECNT, desde el 61% en el año 2000 al 74% en 2019. Además, se estimó que 33 millones de personas murieron por enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes y enfermedades respiratorias crónicas en el año 2019, aumentando este valor un 28% en relación al año 2000 (World Health Organization, 2023). Por su parte, en Argentina se registró que el porcentaje de muertes para el conjunto de enfermedades del sistema circulatorio fue de 43% en 2021, mientras que para las del sistema respiratorio y cáncer fue del 56,7% del total de muertes (Argentina. Ministerio de Salud de la Nación., 2021).

A través de encuestas periódicas de alcance nacional, Argentina releva tanto la prevalencia de ECNT como de sus mayores FR, siendo la 4ª Encuesta Nacional de Factores de Riesgo la edición más reciente (Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC, 2018). De los datos relevados por dicha encuesta se puede observar que la prevalencia de las ECNT y sus FR, no han presentado mejoras entre las diferentes ediciones. Si bien se observó un descenso en el consumo de tabaco desde el 29,7% (2005) al 22,2% (2018), otros indicadores han aumentado, como el porcentaje de sobrepeso y obesidad que en el mismo lapso varió entre 49,1% y 61%; el consumo episódico excesivo de alcohol aumentó desde 8,9% en 2009 a 13,3% en 2018 y la presencia de diabetes aumentó de 9,8% a 12,7% en el mismo período. Por su parte, el consumo de frutas y verduras según la recomendación de consumir 5 porciones al día sigue manteniendo un porcentaje bajo en la población (6%) desde las primeras mediciones (Ferrante & Virgolini, 2007; INDEC, 2019).

Dada la universalidad de estas tendencias, resulta de interés el estudio de estos factores y condiciones en poblaciones puntuales, sobre las cuales se puedan accionar políticas orientadas a contribuir con la mejora del estado de salud-enfermedad-atención de la población. Es por este motivo que la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM) ha realizado y publicado un relevamiento entre sus estudiantes de carreras de grado con el objetivo de determinar la prevalencia de los FR de ECNT (Mangialavori et al., 2022). Se espera que estos datos sean de utilidad para el diseño de estrategias que contribuyan a la mejora de la situación de salud en el ámbito universitario. A continuación, se presentan los resultados más relevantes dentro de la UNLaM, los cuales a su vez se contextualizan con los obtenidos para el grupo etario de 18 a 24 años de la 4ta Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (ENFR) y con estudios realizados en otras poblaciones universitarias.

II. Metodología

Se realizó un estudio de corte transversal, para describir la situación de las ECNT y sus FR en estudiantes de la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM). Para poder ser incluidas en el estudio, las personas debían ser alumnas o alumnos regulares de carreras de grado de la UNLaM y contar con 18 años o más.

Inicialmente se planificó el relevamiento de los datos durante los meses de noviembre de 2019 a julio de 2020 para alcanzar una muestra de 359

sujetos, que pudiera representar a los estudiantes de todas las unidades académicas de la UNLaM. Este tamaño muestral fue estimado a partir del cálculo según la fórmula de Martínez Bencardino (Martínez Bencardino, 2012). Sin embargo, la recolección de datos se realizó únicamente en noviembre y diciembre de 2019, debido al Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio (ASPO) decretado por la pandemia de COVID-19. Esto determinó que 130 estudiantes participaran de la encuesta. Debido a los grandes cambios que afectaron a la población durante el ASPO, se consideró inadecuado retomar el relevamiento una vez finalizado el mismo por lo que se procedió a concluir el estudio y realizar el análisis sobre los datos obtenidos hasta diciembre de 2019, por lo que es importante considerar las limitaciones de este estudio para representar al total de estudiantes de la población de la UNLaM, en cada uno de sus departamentos.

La recolección de datos se realizó utilizando un cuestionario estructurado, basado en las preguntas realizadas por la ENFR (Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC, 2018), teniendo en cuenta las preguntas de las dimensiones de edad, sexo, salud general, actividad física, alimentación, consumo de tabaco, consumo de alcohol, peso corporal, lesiones, hipertensión arterial, colesterol y diabetes de dicha encuesta. A dichas preguntas se le incorporaron aquellas relacionadas con la situación académica, la situación laboral y la cobertura de salud, con el objeto de caracterizar las respuestas en función de condiciones sociodemográficas seleccionadas. Para realizar los cuestionarios, se convocó y capacitó a estudiantes del 5to año de la carrera de nutrición, quienes participaron como parte de sus actividades académicas. Previo a la recolección de datos, se obtuvo la aprobación de la Comisión Municipal de Bioética de La Matanza (05/11/2019, protocolo 44) y todos los participantes firmaron el consentimiento libre e informado.

Los datos se analizaron mediante el cálculo de frecuencias absolutas y relativas. Las mismas se informaron a través de tablas de frecuencia.

III. Resultados

3.1. Características sociodemográficas

Con respecto al sexo asignado al nacer, el 63,1% de los estudiantes que participaron de la encuesta fueron personas de sexo femenino. Además, más del 80% de las personas participantes se encontró en la franja etaria de 18 a 24 años. El 60% de quienes respondieron se encontró trabajando

al momento de la encuesta y el 80% presentó acceso a una obra social o prepaga. Al analizar la situación académica, se observó que el 36,1% de las personas participantes asistían al Departamento de Ciencias de la Salud; el 22,3% a Humanidades y Ciencias Sociales; el 18,8% a Ciencias económicas y el resto se repartió entre Derecho y Ciencia Política e Ingeniería.

3.2. Salud general y calidad de vida

Al preguntar sobre la autopercepción del estado de salud general, casi la totalidad de las personas encuestadas percibieron su salud como excelente, muy buena o buena, dado que el 6,9% la percibió como regular. En contraposición, el porcentaje de personas que refirió algún tipo de dificultad para llevar adelante sus tareas cotidianas fue del 10% y el 23,1% presentó algún grado de dolor o malestar; y al preguntar sobre la presencia de algún grado de ansiedad o depresión, el 48,5% lo reportó.

3.3. Colesterol, Hipertensión y Diabetes

El 71% de las personas reportó haber medido su nivel de colesterol alguna vez, de las cuales el 20,4% refirió que alguna vez un profesional de la salud le mencionó que presentaba valores elevados. El porcentaje de quienes se midieron la presión arterial fue del 91%; y, entre quienes alguna vez midieron su presión arterial, al 16,8% un profesional de la salud le indicó que presentaba valores elevados. Por último, el 3,1% de los y las estudiantes encuestados manifestó presentar diabetes.

3.4. Tabaco, alcohol y seguridad vial

El consumo de cigarrillos fue reportado por el 6,2% de las personas encuestadas. Sin embargo, el 38,5% refirió haber estado expuesto al humo de tabaco en lugares cerrados. Con respecto al consumo de alcohol, el 71,5% refirió haber consumido alcohol durante los últimos 30 días y, a partir de la estimación sobre la cantidad consumida de alcohol, se estimó un consumo episódico excesivo de alcohol (CEEA) del 27,7%. Además, el 9,6% había manejado un auto, una moto o una bicicleta luego de beber alcohol, al menos 1 vez en los últimos 30 días.

Con relación a las medidas de seguridad vial relevadas, se observó una adherencia al uso de cinturón de seguridad en auto del 63,8% y de casco en moto del 64,7%. El uso de casco en bicicleta fue menor, alcanzando el 6,4%.

3.5. Peso corporal, Alimentación y Actividad Física

Al analizar el IMC, mediante el peso y la talla autorreportados, se observó que el 29,6% de las personas encuestadas presentaron exceso de peso, con un 23,2% de sobrepeso y un 6,4% de obesidad. Además, el 4% presentó bajo peso.

Con respecto a la alimentación, el 99,2% refirió un consumo de frutas y verduras menor a 5 porciones por día, no cumpliendo con las recomendaciones de las Guías Alimentarias para la Población Argentina. El 25,4% agregó sal siempre o casi siempre a los alimentos durante y después de la cocción y el 34,6% una vez que estaban cocidos o al sentarse a la mesa.

Con relación a la actividad física, el 26,2% reportó niveles bajos. Entre quienes no realizaron ningún tipo de actividad física, el 42,0% refirió que la causa fue falta de tiempo; el 27,0% falta de voluntad y el 15,0%, falta de dinero. Con respecto a quienes realizaron, pero de manera insuficiente, la mayoría refirió que esta situación se debía a falta de tiempo (82,0%).

3.6. Comparación de los diferentes FR en relación con características sociodemográficas y académicas

La frecuencia de agregado de sal a los alimentos fue menor en alumnos del departamento de salud que de otros departamentos académicos (58,7% vs 79,5%; $p=0,012$); en este grupo también se registró una menor frecuencia de CEEA en comparación con el resto de las y los estudiantes (20,6% vs 55,8%; $p=0,001$). Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas con el resto de los FR por departamento académico. Finalmente, no se observó asociación significativa entre género y FR, a excepción del nivel de actividad física bajo, que fue más frecuente en el sexo femenino (34,1% vs 12,5%; $p=0,007$).

IV. Discusión

Se ha descrito por otros autores que la población que asiste a la universidad puede experimentar cambios en su estilo y calidad de vida debido a las múltiples exigencias que se enfrentan en esta etapa (Blasco et al., 1996; Canova-Barríos, 2017; Irazusta Astiazaran et al., 2007). Estudiar la situación de salud en relación a las enfermedades crónicas como también en relación a sus FR resulta indispensable en esta población con el fin de poder realizar intervenciones oportunas.

Diversos estudios realizados en población universitaria de Argentina revelaron prevalencias de exceso de peso que oscilaron entre 12% y 50% (Casabal et al., 2009; De Piero et al., 2015; Giroto et al., 1996; Menecier & Lomaglio, 2018; Monsted et al., 2014; Negro et al., 2018; Pi et al., 2015); por su parte, en la población de 18 a 24 años de la 4ª ENFR se reveló un porcentaje de exceso de peso de 39,1%. Si bien los datos de la UNLaM en relación con este indicador se ubicaron entre los FR más relevantes (con un valor de 29,1%), el valor obtenido resulta acorde a la situación epidemiológica nacional actual al compararse con otros estudios.

Prácticamente ningún estudiante de la UNLaM registró un adecuado consumo de frutas y verduras, posicionando a este FR como uno de los más prevalentes en la población estudiada. Sin embargo, en todos los estudios realizados en poblaciones similares, dicho consumo también presentó valores bajos (Casabal et al., 2009; De Piero et al., 2015; Monsted et al., 2014; Vázquez Marisa Beatriz, Witriw Alicia Magdalena, 2010).

Por otro lado, se encontró un elevado porcentaje de CEEA (27,5%), resultado comparable con el de la 4ª ENFR para el grupo de 18 a 24 años (39,1%) (Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC, 2018). En poblaciones similares, aunque con metodologías diversas de medición, se observó consumo de alcohol en más de la mitad de los encuestados siendo su consumo superior en fines de semana (Monsted et al., 2014; Negro et al., 2018).

Por su parte, los niveles de actividad física resultaron bajos en gran parte de las personas encuestadas, situación similar a la observada en la 4ª ENFR en la población de 18 a 24 años y en otros estudios realizados en población de estudiantes universitarios (Casabal et al., 2009; Monsted et al., 2014; Negro et al., 2018; Pi et al., 2015).

La prevalencia de tabaquismo registrada (6,2%) fue acorde a otros estudios en población similar (entre 8% y 37%) (Casabal et al., 2009; Giroto et al., 1996; Negro et al., 2018), pero muy por debajo de lo informado por la 4ª ENFR (26,1%) para la población entre 18 y 24 años (Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC, 2018).

Estudios similares encontraron una prevalencia de entre el 14% y el 21% para colesterol elevado, valor similar a relevado por el presente estudio (20,4%). Por su parte, en relación a la hipertensión, el valor reportado por otros estudios fue aproximadamente 7%, mientras que el presente estudio reportó una presión por encima de los valores normales en el 16,8% de los encuestados, valor más cercano al encontrado por la 4ª

ENFR para la población de 18 a 24 años (14,8%) (Giroto et al., 1996; Menecier & Lomaglio, 2018; Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC, 2018).

V. Conclusiones

La población de estudiantes universitarios de la UNLaM no está exenta de condiciones que la predisponen a padecer ECNT. A excepción del consumo de tabaco, el resto de los FR relevados presentó una prevalencia elevada, situación comparable con la población general. Es por esto que resulta fundamental planificar intervenciones orientadas a mejorar la situación de salud y la calidad de vida de las y los estudiantes. La universidad puede ser un espacio propicio para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

Es indispensable que la universidad siga desarrollando de manera periódica este tipo de encuestas para monitorear la evolución de las condiciones de salud de la población. Sería interesante, además, contar con información de otras instituciones académicas del conurbano para contemplar acciones conjuntas. Toda acción que se realice para reducir la prevalencia de los FR y el riesgo de ECNT, podrá acercar a las personas al conurbano en el que les gustaría habitar.

Bibliografía

- Ministerio de Salud de la Nación. (2021). *Estadísticas - Mortalidad. Argentina.gob.ar [Internet]*. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/serie_5_nro_65_anuario_vitales_2021_-_web.pdf
- Blasco, T., Capdevila, L., Pintanel, M., y Valiente, L. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Del Deporte*, 51–63.
- Canova-Barrios, C. (2017). Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia. *Revista Colombiana de Enfermería*, 14(12): 23–32. <https://doi.org/10.18270/rce.v14i12.2025>
- Casabal, S., Esteban, G., Paz, M., y Luisa, M. (2009). Hábitos alimentarios y factores de riesgo en jóvenes universitarios de la ciudad de Bue-

nos Aires. *Epidemiología y Salud Pública - Actualización En Nutrición*, 10(1), 49–57.

De Piero, A., Bassett, N., Rossi, A., y Sammán, N. (2015). Tendencia en el consumo de alimentos de estudiantes universitarios. *Nutricion Hospitalaria*, 31(4), 1824–1831. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.4.8361>

Ferrante, D., y Virgolini, M. (2007). Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2005: resultados principales. Prevalencia de factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares en la Argentina. *Revista Argentina de Cardiología*, 75(1), 20–29. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1850-37482007000100005%0Ah-ttp://www.sac.org.ar/rac/buscador/2007/75-1-5.pdf

Giroto, C. A., Vacchino, M. N., Spillmann, C. A., Nacional, U., Mar, D., & Epidemiología, I. N. De. (1996). Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en ingresantes universitarios. *Rev. Saúde Pública*, 30(6), 576–586.

INDEC. (2019). *4° Encuesta Nacional de Factores de Riesgo. Resultados definitivos-República Argentina*. En Instituto Nacional de Estadística y Censos - I.N.D.E.C. https://www.indec.gov.ar/ftp/cuadros/publicaciones/enfr_2018_resultados_definitivos.pdf

Irazusta Astiazaran, A., Hoyos Cillero, I., Díaz Ereño, E., Irazusta Astiazaran, J., Gil Goikouria, J., & Gil Orozko, S. (2007). Alimentación de estudiantes universitarios. *Osasunaz*, 8, 7–18.

Mangialavori, G., Defusto, S., Sandonato, S., Panaggio, C., Aquino, C., Gómez, L. V., ... & Elorriaga, N. (2022). Encuesta de factores de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en la Universidad Nacional de La Matanza, Argentina. Año 2019. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 79(4), 358.

Martínez Bencardino C. (2012) *Estadística y Muestreo*. (13th ed.) En Ecoe ediciones (ed). Bogotá.

Menecier, N., y Lomaglio, B. (2018). Biochemical indicators of cardiometabolic risk, excess weight and blood pressure in university students. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*, 38(2), 57–63. <https://doi.org/10.12873/382menecier>

- Monsted, C., Lazzarino, M. S., Modini, L. B., Zurbriggen, A., & Fortino, M. A. (2014). Evaluación antropométrica, ingesta dietética y nivel de actividad física en estudiantes de medicina de Santa Fe (Argentina). *Rev Esp Nutr Hum Diet.*, 18(1), 3–11.
- Negro, E., Gerstner, C., Depetris, R., Barfuss, A., González, M., & Williner, M. R. (2018). Prevalence of cardiovascular disease risk factors in university students in Santa Fe (Argentina). *Revista Espanola de Nutricion Humana y Dietetica*, 22(2), 132–140. <https://doi.org/10.14306/renhyd.22.2.427>
- Pi, R. A., Vidal, P. D., Brassesco, B. R., Viola, L., y Aballay, L. R. (2015). Estado nutricional en estudiantes universitarios: Su relación con el número de ingestas alimentarias diarias y el consumo de macronutrientes. *Nutricion Hospitalaria*, 31(4), 1748–1756. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.31.4.8399>
- Secretaría de Gobierno de Salud e INDEC. (2018). *Encuesta Nacional de Factores de Riesgo Informe Definitivo*. 123–138.
- Vázquez Marisa Beatriz, Witriw Alicia Magdalena, R. T. C. (2010). Estudio preliminar sobre la ingesta alimentaria en estudiantes universitarios de las carreras de medicina y arquitectura de la Universidad de Buenos Aires. *DIAETA (B.Aires)*, 28(131), 14–17.
- World Health Organization. (2023). World health statistics 2023: monitoring health for the sdgs, sustainable development goals. In *The Milbank Memorial Fund quarterly*, 27(2).