

## Identificación de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en estudiantes de grado de enfermería

**María Milagrosa Hernández Sánchez-Ferragut. Andrea Esteban Yagüe.  
Cristina Urbaneja Navarrete. Cristina De las Heras Gómez.**

Enfermería. UCM.  
[mariamhe@estumail.ucm.es](mailto:mariamhe@estumail.ucm.es)

**Francisco Javier Pérez Rivas**

[frjperez@ucm.es](mailto:frjperez@ucm.es)

**Resumen:** Introducción: El objetivo de este estudio es identificar los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en los alumnos de grado de enfermería y comparar la evolución de los mismos en dos cursos académicos. Material y método: Estudio descriptivo, realizado con los alumnos de 2º de grado de enfermería de la UCM, en los cursos 2010/2011 y 2012/2013. Para la identificación de factores de riesgo hemos utilizado el cuestionario SIVFRENT modificado. Para el análisis estadístico (T Student y Chi cuadrado) se utilizó el programa EPIDAT 3.1. Resultados/Discusión: Los alumnos del curso 2012/2013 presentan similares factores de riesgo que los del curso 2010/2011 en cuanto a la falta de realización de actividad física, y en cuanto a los malos hábitos de alimentación (escasa ingesta de frutas, verduras y pescado). Ha mejorado ligeramente en cuanto al consumo de tabaco (18% frente a 20%) y han empeorado los datos de sobrepeso y obesidad (17,% frente a 7,9%). Los indicadores relacionados con el consumo de alcohol son los que presentan peor evolución. Se ha duplicado el consumo durante los fines de semana y se ha multiplicado por cinco el consumo entre semana. También se ha incrementado mucho el porcentaje de alumnos en riesgo de dependencia hacia el alcohol. Conclusión: Los alumnos de 2º de grado de enfermería presentan unas prevalencias de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles importantes y similares a las encontradas en el cuestionario que realiza la Comunidad de Madrid en población joven (SIVFRENT-J).

**Palabras clave:** Factores de riesgo. Enfermedades crónicas. SIVFRENT. Enfermería. Universidad.

### INTRODUCCIÓN

La enfermedad crónica es un trastorno orgánico o funcional que obliga a una modificación del estilo de vida del paciente y que ha persistido o es probable que

persista en el tiempo.

Tanto en España como en la Comunidad de Madrid, las enfermedades crónicas o no transmisibles (enfermedades cardiovasculares, cáncer, enfermedades respiratorias crónicas...) constituyen la principal causa de defunción según el Instituto Nacional de Estadística<sup>(1)</sup>.

Los factores de riesgo se definen como toda circunstancia o situación que aumenta las probabilidades de una persona de contraer una enfermedad.

Para estimar la distribución y la evolución de la prevalencia de los principales factores de riesgo en la Comunidad de Madrid se utiliza el Sistema de Vigilancia de Factores de Riesgo Asociados a Enfermedades No Transmisibles (SIVFRENT).

En función de la población a la que va dirigido, juvenil o adulta, se denomina SIVFRENT-J<sup>(2)</sup> y SIVFRENT-A<sup>(3)</sup>.

El objetivo de este estudio es identificar los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles en los alumnos de grado de enfermería.

## **MATERIAL Y MÉTODOS**

Estudio descriptivo, realizado con los alumnos de 2º de grado de enfermería de la Universidad Complutense de Madrid, en los cursos académicos 2010/2011 y 2012/2013.

Para la identificación de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles hemos utilizado un SIVFRENT modificado, basándonos en una serie de apartados que hacen alusión a los factores de riesgo que queremos destacar: actividad física, alimentación, antropometría (IMC), consumo de tabaco y consumo de alcohol.

Los resultados obtenidos fueron tabulados en una hoja de cálculo Excel. Se realizó la comparación de los datos obtenidos en ambos cursos. Para el análisis estadístico se utilizó el programa EPIDAT 3.1. Para comparar la diferencia de medias entre variables cuantitativas se consideró la prueba T de Student y la prueba de Chi cuadrado para evaluar la asociación entre variables cualitativas.

## **RESULTADOS**

El total de alumnos incluidos en el estudio fue de 70 en el curso académico 2010/2011 y de 128 en el curso 2012/2013.

La edad media de los alumnos en los dos cursos fue de 21,1 y 21.8 años, respectivamente ( $P=0.36$ ). Tampoco hubo diferencias en cuanto al sexo, 75,7 y 78,9 % de mujeres en los cursos.

A continuación se presentan los factores de riesgo identificados  
**Sobrepeso/Obesidad**

El 13,5 % de los alumnos del curso académico 2012/2013 presenta sobrepeso (IMC entre 25 y 30), y el 4 % obesidad (IMC >30). Estas cifras son superiores a las del curso académico 2010/2011, en el que el 5,7% de los alumnos presentaba sobrepeso y el 2,9, obesidad, y muy similares a las obtenidas en el SIVFRENT-J, donde el 13.2% de los jóvenes presenta sobrepeso y el 1.5 % obesidad. En el SIVFRENT-A, el porcentaje de población que presenta sobrepeso u obesidad se sitúa en el 41.9%.

### **Consumo de tabaco**

El 10,2% de los encuestados son fumadores diarios con una media de 8,7 cigarrillos/día. El 55,6% consumen más de 20 cigarrillos al día, por lo que su riesgo es aún mayor. El porcentaje total de fumadores es de un 18%. El 42.9 % de los alumnos señala estar en situación de 'tabaquismo pasivo'. No existen diferencias estadísticamente significativas con los datos del curso académico 2010/2011, con un porcentaje de fumadores diarios del 10 %, total de fumadores del 20% y tabaquismo pasivo del 40,7 %. Tampoco existen diferencias con los datos del SIVFRENT-J donde manifiesta fumar a diario el 9,8% y el 7,7% fumar alguna vez a la semana. En el SIVFRENT de adultos el porcentaje de fumadores se sitúa en el 31,5%.

Si analizamos los datos del curso académico 2012/2013 la edad media de inicio es de 15,8 años (la edad mínima de inicio es a los 12 años). Poco más de la mitad han hecho intento de dejar de fumar y el 60% piensa dejar de fumar dentro de uno o seis meses.

### **Consumo de alcohol**

Respecto a la frecuencia del consumo de alcohol, un 44% refiere hacerlo menos de un día a la semana. El 75% refieren que toman una media de una consumición entre semana (pudiendo ser bebidas tanto de alta como de baja graduación). En el fin de semana esta cifra se duplica. Los alumnos manifiestan un consumo excesivo (más de 6 unidades en las mujeres y 8 en los varones en una misma ocasión) una media de 2 veces en el último mes. Llama la atención que el 33,9 % de los alumnos ha contestado afirmativamente alguna de las preguntas que valora el riesgo de dependencia al alcohol. La edad media de inicio al alcohol es de 16,8 años. Se puede destacar que la edad mínima de inicio es a los 13 años.

Cuando comparamos los datos con los del curso académico 2010/2011 se observa que se ha incrementado el consumo medio de alcohol entre semana, siendo

de 0,2 en el año 2010/2011 y de 1,0 en el 2012/2013 ( $p<0.01$ ), también durante el fin de semana, 0,8 en el año 2010/2011 y 2.1 en el curso 2012/2013 ( $p<0.01$ ). También se ha incrementado de manera notable el porcentaje de alumnos que ha contestado afirmativamente alguna de las preguntas que valora el riesgo de dependencia al alcohol, del 11.8% en 2010/2011 al 33.9% en el curso 2012/2013.

### **Actividad física**

El 31.2 % de los alumnos del curso 2012/2013 no realiza actividad física en su tiempo libre, considerando actividad física como la realización de alguna actividad física al menos 3 veces por semana (30' cada vez). Este dato coincide exactamente con el observado el curso académico 2010/2011 (31.4%). En ambos casos es superior al alcanzado en el SIVFRENT-J (8,7%).

En ambos cursos las actividades físicas realizadas con mayor frecuencia son caminar a ritmo intenso, seguida de la bicicleta y el footing.

En cuanto a la actividad física realizada durante la ocupación habitual, pese a que sigue predominando la categoría 'sentado' con un 50,4% de los casos, se ha reducido 12,5 % con respecto al curso 2010/2011, siendo la diferencia estadísticamente significativa ( $p<0.01$ ). En los datos del SIVFRENT-A el 48,8% de la población es totalmente sedentaria durante la actividad laboral en el año 2010, cifra muy similar a la obtenida en este curso 2012/201 (50.4 %).

### **Alimentación**

En cuanto a los hábitos de alimentación, hemos tenido en cuenta el lugar donde se realizan las comidas, así como el consumo de fruta, verdura, bollería industrial y pescado.

El porcentaje de alumnos que no desayuna se ha incrementado desde el 7,4% en el curso 2010/2011 hasta el 9,4% en el curso 2012/2013. Hay que destacar que sólo en torno al 50% realiza las comidas de media mañana y de media tarde.

También cabe destacar que el 27 % de los alumnos, en ambos cursos, no consume ninguna pieza de fruta y verdura al día. En el curso 2012/2013, tan solo el 40.9 % consume 3 o más raciones de verduras y frutas al día, el 70% de los alumnos no consumió pescado el día anterior a la encuesta y el 40 % consumió algún producto de bollería industrial. En el curso 2010/2011 estos porcentajes fueron del 28,1% (consumo de 3 raciones de frutas/verduras), 65% (consumo de pescado) y del 30% para el de bollería. En los datos del SIVFRENT-A el 49% señala haber consumido pescado el día previo y un 6,4% indica no comer fruta ni verdura.

También se han considerado las modificaciones dietéticas. En el curso 2012/2013 el 32.3 % de los alumnos ha realizado algún tipo de modificación en su dieta,

mayoritariamente para adelgazar. Este porcentaje se situó en el 27.1 % en el curso 2010/2011.

## DISCUSIÓN

Los alumnos del curso académico 2012/2013 presentan similares factores de riesgo que los del curso académico 2010/2011 en cuanto a la falta de realización de actividad física en el tiempo libre (en torno al 32 % en ambos cursos), y en cuanto a los malos hábitos de alimentación, constatados con la escasa ingesta de frutas, verduras y pescado.

Ha mejorado ligeramente en cuanto al consumo de tabaco (18% frente a 20%), confirmando la tendencia al descenso que se viene observando en España en los últimos años.

En sentido contrario, se encuentran los datos de sobrepeso y obesidad, produciéndose un notable incremento del porcentaje de alumnos en el curso 2012/2013 que presenta sobrepeso o obesidad (17% frente a 7,9% en 2010/2011)

También son especialmente preocupantes los indicadores relacionados con el consumo de alcohol, que son los que presentan una peor evolución. Se ha duplicado el consumo durante los fines de semana y se ha multiplicado por cinco el consumo de unidades de alcohol entre semana. Relacionado con este dato también se ha incrementado de manera muy notable el porcentaje de alumnos en riesgo de dependencia hacia el alcohol.

## CONCLUSIONES

Los alumnos de 2º de grado de enfermería presentan unas prevalencias de factores de riesgo de enfermedades no transmisibles importantes y similares a las encontradas en el cuestionario que realiza la Comunidad de Madrid en población joven (SIVFRENT-J)

Si es importante que la población general modifique sus estilos de vida y disminuya estos factores de riesgo, más lo es en el colectivo de alumnos de ciencias de la salud que en el futuro van a ejercer también un papel ejemplarizante que en el futuro van a tener por su condición de personal sanitario.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Instituto nacional de Estadística [en línea] Disponible en: <http://www.ine.es>.
2. Servicio de Epidemiología. Hábitos de salud en la población juvenil de la Comunidad de Madrid .Año 2011.Bol Epidemiol Comunidad Madrid. 2012; 18: 3-44.
3. Servicio de Epidemiología. Hábitos de salud en la población adulta de la Comunidad de Madrid, 2010. Boletín epidemiológico de la Comunidad de Madrid 2011; 17(10):3-38.

Recibido: 7 noviembre 2013.

Aceptado: 24 febrero 2014.