

La mitad de alumnos de la UJI no hace deporte

- El Mundo Castellón al Día - 16/10/2018

La mitad de alumnos de la UJI no hace deporte

E.M. CASTELLÓN

El programa UJI Hábitat Saludable ha coordinado este año el estudio Estilos de vida y salud en el estudiantado de la UJI, una iniciativa que ha permitido configurar una radiografía de los comportamientos del estudiantado relacionados con la salud que están más vinculados con las enfermedades o trastornos que tienen una mayor prevalencia en la actualidad: el tabaco y alcohol, la alimentación o la sexualidad.

En esta investigación, en la que participaron 2.601 estudiantes de la Universitat Jaume I se observa, respecto a la alimentación, como un 45% admite que la cuida poco o nada y señalan la relevancia de factores como la falta de tiempo, el desconocimiento, el refuerzo a corto plazo o la falta de motivación. Además, los resultados permiten apreciar como casi la mitad de los participantes reconocen no realizar ejercicio físico y, en caso de que hagan, no siempre cumplen las recomendaciones de la Organización Mundial de Salud (2010).

Respecto al consumo de sustancias, los resultados muestran como un 16%, consume tabaco mientras un 92,8% reconoce haber consumido alcohol, aunque presenta una frecuencia muy minoritaria de uso diario. Entre las motivaciones que les comporta se encuentran sentir euforia, hacer relaciones sociales y evadir problemas.

SEXUALIDAD

En cuanto a la sexualidad, casi un cuarto de la población informa tener problemas relacionados, en cierta medida, con el miedo a las infecciones de transmisión sexual o los embarazos, pero también con los complejos sexuales o la vergüenza. Esto se relaciona con el hecho que alrededor de un 20% de la población estudiantil haya tenido dificultades con su respuesta sexual. Además, alrededor del 60% no utiliza el preservativo de manera sistemática en coito vaginal y el 85% en coito anal. Sin embargo, solamente un 16,6% informa haberse realizado las pruebas de detección de anticuerpos.

Otros temas que se destacan se relacionan con nuevos fenómenos (como el consumo de internet) y problemas más antiguos (como el insomnio). En cuanto al uso de Internet, el estudio ofrece cierta exposición al riesgo en la población de estudiantes, si tenemos en cuenta que alrededor del 70% considera que permanece en Internet más tiempo del que pretendía.