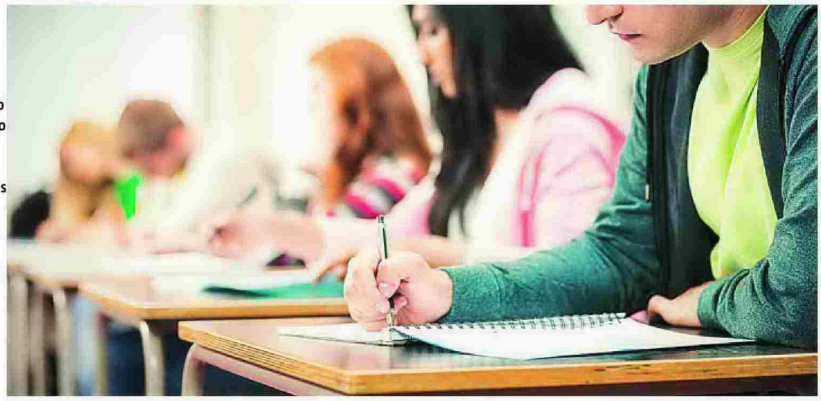
La mitad de los estudiantes no cuida su alimentación ni hace deporte - La Razón - 13/10/2018

ARCHIVO



La iniciativa ha permitido configurar una radiografía del comportamiento del estudiantado relacionado con la salud y vinculado con las enfermedades con mayor prevalencia

La mitad de los estudiantes no cuida su alimentación ni hace deporte

El estudio realizado sobre más de 2.000 participantes señala como principales motivos la falta de tiempo, el desconocimiento o la falta de motivación

T. F. - Castellón

Un estudio del programa UJI Hábitat Saludable, en el que han participado más de 2.000 estudiantes de la Universitat Jaume I de Castellón, revela que la mitad de los alumnos no cuida su alimentación ni hace ejercicio físico. La investigación Estilos de vida y salud en el estudiantado de la UJI aborda otros aspectos de la salud estudiantil como el consumo de tabaco y alcohol, la sexualidad, o el uso de internet, según fuentes de la institución académica.

Esta iniciativa 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.

En esta investigación, en la que participaron 2.601 estudiantes de la Universitat Jaume I se observa, respecto a la alimentación, como un 45 por ciento 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 reconoce no realizar ejercicio físico y, en caso de que lo hagan, no siempre cumplen las recomendaciones establecidas por la Organización Mundial de la Salud (2010).

Respecto al consumo de sustancias, los resultados muestran como un 16 por ciento consume tabaco mientras un 92,8 por ciento reconoce haber consumido alcohol, aunque presenta una frecuencia muy minoritaria de uso diario.

16 %

de los jóvenes encuestados admiten consumir tabaco mientras que un 92,8 reconoce haber bebido alcohol

20 %

de la población estudiantil asegura haber tenido dificultades con su respuesta sexual

Entre las motivaciones que les comporta se encuentran sentir euforia, hacer relaciones sociales y evadir problemas.

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.

Seguramente, esto se relaciona con el hecho que alrededor de un 20 por ciento de la población estudiantil haya tenido dificultades con su respuesta sexual.

Alrededor del 60 por ciento no utiliza el preservativo de manera sistemática en coito vaginal y el 85 por ciento en coito anal. Sin embargo, solamente un 16,6 por ciento informa haberse realizado las pruebas de detección de anticuerpos.

Internet, fuente de nuevas adicciones

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, ya que alrededor del 70 por ciento considera que permanece en Internet más tiempo del que pretendía y casi el 40 por ciento reconoce que suele interferir en sus obligaciones.