

# Determinantes sociales del proceso salud–enfermedad de los universitarios. Área de salud, Universidad Nacional de Colombia–Bogotá\*

Social determinants of health–disease process of university students.  
Area of Health, Universidad Nacional de Colombia–Bogotá

*María Paula Benavides Castellanos* 1

*Nathalia Marcela Rosero Tovar* 2

*Juliana Manuela Suárez Sierra* 3

*Juan Fernando Flórez Calao* 4

*Jullderth Alejandro Bastidas* 5

## RESUMEN

En nuestros días al proceso de salud–enfermedad de los estudiantes universitarios de pregrado no se le otorga suficiente relevancia dentro de las problemáticas de las universidades. La juventud se entiende como un período de la vida durante el cual, generalmente, se vive sin enfermedades y con capacidad de emprender y alcanzar la adultez esperada (1). Por esta razón, nos cuestionamos sobre la explicación de las principales enfermedades que sufren los estudiantes universitarios y qué aspectos las determinan e influyen en su calidad de vida y desarrollo. El **objetivo** es analizar los determinantes sociales de la salud de los estudiantes del área de salud de la Universidad Nacional de Colombia Sede Bogotá. **Materiales y métodos:** se partió de una búsqueda de artículos e información relacionada, se realizaron encuestas y analizaron los estilos, condiciones y modos de vida de los estudiantes con base en los Modelos explicativos del proceso salud–enfermedad: los determinantes sociales de Pedro Luis Castellanos (2). **Resultados:** Los modos de vida de los estudiantes identificados explican el proceso de la salud y la enfermedad que viven, el cual se ve afectado por la escasa accesibilidad a los servicios de salud y uso del sistema de salud en general.

## PALABRAS CLAVE

Determinantes sociales de la salud, proceso salud–enfermedad, estudiantes del área de la salud, calidad de vida, accesibilidad a los servicios de salud.

## ABSTRACT

In our days, to the process of health–disease of the undergraduate students are not assigned enough relevance within the problematic of the universities. Youth is defined as a period of life during which is usually live disease–free and with ability to undertake and reach adulthood expected. For this reason, we question ourselves in this work on the explanation of the main illnesses suffered by university students and what aspects determine them and influence the quality of life and development. The **objective** is to analyse the social determinants of health of the students in the health area of the Universidad Nacional de Colombia Bogotá. **Materials and methods:** We conducted a preliminary search of articles and related information, surveys were carried out and analysed the styles, conditions, and ways of life of the students on the basis of the explanatory models of the health–disease process: the social determinants of Pedro Luis Castellanos. **Results:** The ways of life of the identified students explain the process of health and illness, which is affected by the low accessibility to health services and use of the health care system in general.

## KEY WORDS

Social determinants of health, health–disease process, students of health area, quality of life, health services accessibility.

\* Artículo de investigación e innovación resultado de proceso de **investigación**. Trabajo de investigación realizado en la asignatura Determinantes sociales de la salud de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional de Colombia, bajo la coordinación de la profesora Carolina Morales.

- 1 Estudiante de IV semestre de odontología. Universidad Nacional de Colombia. Dirección postal: Carrera 30 No. 45–30 Edificio 210, Bogotá. Correo electrónico: mpbenavidesc@unal.edu.co.
- 2 Estudiante de IX semestre de Odontología. Universidad Nacional de Colombia. Dirección postal: Calle 78 # 69h–24, Bogotá. Correo electrónico: jjfrancor@unal.edu.co
- 3 Estudiante de IV semestre de odontología. Universidad Nacional de Colombia. Dirección postal: Carrera 30 No. 45–30 Edificio 210, Bogotá. Correo electrónico: jmsuarezs@unal.edu.co
- 4 Estudiante de IV semestre de odontología. Universidad Nacional de Colombia. Dirección postal: Carrera 30 No. 45–30 Edificio 210, Bogotá. Correo electrónico: jfflorezc@unal.edu.co
- 5 Estudiante de IV semestre de odontología. Universidad Nacional de Colombia. Dirección postal: Carrera 30 No. 45–30 Edificio 210, Bogotá. Correo electrónico: jabastidasn@unal.edu.co

## Citación sugerida

Benavides MP, Rosero NM, Suárez JM, et al. Determinantes sociales del proceso salud–enfermedad de los universitarios. Área de salud, Universidad Nacional de Colombia–Bogotá. *Acta Odontológica Colombiana* [en línea] 2014, [fecha de consulta: dd/mm/aaaa]; 4(2): 141–153. Disponible desde: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/actaodontocol>

Recibido	17 de agosto de 2014
Aprobado	5 de noviembre de 2014
Publicado	30 de diciembre de 2014

## Introducción

Mantener un estado de equilibrio físico, mental y social es muy importante para la salud (3). La salud-enfermedad, más que un estado, es un proceso integrado al conjunto de condiciones sociales en las cuales viven las personas, incluyendo aspectos políticos, económicos, culturales, servicios y derechos sociales. Se requiere que cualquier actividad que realicen los seres humanos, mantenga y promueva el bienestar y calidad de vida. Por lo tanto, los determinantes sociales de la salud abarcan tanto el contexto social como los procesos mediante los cuales todas estas condiciones sociales se reflejan en consecuencias para la salud.

Según la OMS los determinantes sociales de la salud son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud (4). Por esta razón la salud debe entenderse como un proceso complejo, en continuo cambio. Para entender, de manera más clara, las distintas interacciones entre los determinantes que intervienen en el proceso de salud de las personas el epidemiólogo Pedro Luis Castellanos creó unos modelos explicativos (2), donde se pueden clasificar los determinantes sociales dependiendo la dimensión y el lugar en que inciden en la salud del individuo, en su medio social, utilizando el concepto de modos, condiciones y estilos de vida, que en conjunto deben ser tenidos en cuenta para lograr estrategias que promuevan un mejoramiento de la salud de las personas.

Por esto la investigación buscó identificar y priorizar los determinantes sociales más influyentes del proceso de salud-enfermedad de los estudiantes universitarios del área de salud, teniendo en cuenta el contexto de la Universidad Nacional de Colombia sede Bogotá. En segunda instancia, se busca exponer y dar a conocer los mecanismos de acción que tiene la Universidad para reducir estos determinantes e intervenir positivamente presentando actividades y proyectos que contribuyen al bienestar de los estudiantes.

Para cumplir con este propósito, nos planteamos unas preguntas claves que orientaron el trabajo: ¿cuáles son los determinantes sociales de la salud de los estudiantes universitarios?, de estos determinantes, ¿cuáles son los modos de vida que determinan la salud y cuáles las diferencias con las condiciones de vida y estilos de vida de los universitarios? Para responder a estos interrogantes revisamos literatura y aplicamos una encuesta, a una población de estudiantes de diferentes carreras relacionadas con la salud; las preguntas estaban relacionadas con la vida antes de ingresar a la Universidad, el proceso de adaptación al medio universitario, la toma de decisiones cotidianas y los nuevos compromisos adquiridos como estudiantes. Tomamos estudios relacionados con los modos y estilos de vida de los estudiantes y con los jóvenes como población expuesta a enfrentar diversos cambios en las relaciones personales, sociales en periodos de tiempo cortos en la vida universitaria, y además su susceptibilidad al afrontar desafíos que requieren apoyo familiar, social y comunitario para mantener condiciones de salud y bienestar que eviten y prevengan enfermedades.

Este trabajo privilegia los determinantes sociales colectivos de los modos de vida. Se pretende que los resultados puedan servir al servicio de bienestar, para tomar acción sobre la protección social que requieren los estudiantes con escasos recursos, con mayor posibilidad de deserción y por tanto con bajo rendimiento académico. Se propone una apuesta ética y de responsabilidad para, y por, la salud de los estudiantes universitarios.

Con base en la relevancia de los diferentes determinantes de la salud detectados, se proponen alternativas factibles y eficientes, o reforzar algunas iniciativas que se puedan poner en práctica

para conseguir o contribuir en la mejora de la salud de los estudiantes universitarios. Finalmente, se toma la propuesta de entornos saludables y de promoción de la salud de Castellanos para hacer recomendaciones a la universidad.

## Materiales y métodos

Se diseñó una investigación descriptiva mixta, con aplicación de técnicas cualitativas y cuantitativas. Las fases realizadas se describen a continuación:

**Revisión de literatura:** en esta fase, cualitativa, se realizó búsqueda de artículos relacionados con los determinantes sociales de la salud de los universitarios en distintas fuentes y bases de datos especializados, tales como Scielo y Google Académico. Esta información se utilizó para hacer algunas conclusiones y recomendaciones al final del trabajo. También tomamos como referente teórico el artículo de Pedro Luis Castellanos (2) sobre el análisis de los determinantes sociales, en modos, condiciones y estilos de vida. Con este texto se realizó el análisis de la información obtenida.

Entre los artículos se destacan: "El impacto de la exposición académica sobre el estado de salud de los estudiantes universitarios" (5); plantea la alta y creciente tasa de inactividad física (80%) entre todos los estudiantes, esto se relaciona con una mayor proporción de fumadores entre los participantes de semestres avanzados. La principal conclusión señala que un alto desempeño en nivel exigente de educación no protege los modos de vida saludables. Asimismo, ser estudiante de áreas relacionadas con la salud no protege la salud ni estimula el auto-cuidado de los estudiantes. De otro lado, se ha estudiado ampliamente el estrés en los estudiantes universitarios, (6) en un estudio realizado en la Universidad Intercontinental de México, con el objetivo de identificar las causas y niveles de estrés de los estudiantes, se evaluó la percepción de estos sobre la carga académica y el uso de métodos y estrategias para disminuir los efectos desagradables del estrés. Encontraron que la relación entre el alumno y la institución, las relaciones interpersonales y auto percepción del alumno acerca de su eficacia académica, son puntos fundamentales para hacer más llevadero el estudio.

Sobre las diferencias de sexo y escolaridad en la manifestación de estrés en adultos jóvenes (7) se identificaron los síntomas más frecuentes de estrés que presentaba una población universitaria y se encontró que el sexo y el semestre en que se encontraban eran determinantes para definir el nivel de estrés. También se clasificó a los estudiantes que presentaban estrés, en las fases de alarma, resistencia o agotamiento. Se identificaron síntomas como: sensación general de desgaste sin causa aparente y dificultad para memorizar, aumento de la responsabilidad, la ansiedad y la competitividad.

La Universidad Autónoma del Estado de México realizó una investigación sobre los factores determinantes de estrés y su asociación con las toxicomanías en universitarios (8). Se logró establecer una estrecha relación entre las adicciones a sustancias psicoactivas y el desarrollo de estrés entre los estudiantes. Se recomienda tener un plan que se apoye en las siguientes medidas: actitud psicológica, mantener una vida sana, desde el punto de vista higiénico, dietético y físico, practicar técnicas de relajación, mantener una situación afectiva estable y satisfactoria, y organizar el trabajo y el resto de las actividades de modo que el consumo y la recuperación de energía esté controlado.

Llama la atención el estudio sobre los hábitos de autocuidado de los estudiantes Universitarios de Santiago de Chile, específicamente el cambio, beneficios y barreras para el desarrollo de la actividad física y el consumo de frutas y verduras (9). En este trabajo se privilegia el diseño de las intervenciones de promoción de la salud con base en las encuestas realizadas a 449 estudiantes, se sugiere realizar ejercicio para contrarrestar el estrés y también para prevenir enfermedades, así como un mayor consumo de frutas y verduras.

Los anteriores artículos privilegian los determinantes asociados al estilo de vida individual de los estudiantes. Especialmente la poca práctica de ejercicio físico, el escaso consumo de frutas y verduras. Ambos constatan la importancia de cambio de conducta para evitar problemas y enfermedades asociadas a hipovitaminosis y obesidad.

**Recolección de información y trabajo de campo:** durante esta fase se estudiaron los modos, condiciones y estilos de vida de la población con diversas actividades. Los estilos de vida se estudiaron mediante la aplicación de una encuesta anónima con base en las propuestas de estudios similares y la técnica de medición del estrés de Lipp, dirigida a estudiantes de las carreras de enfermería, odontología, medicina, fisioterapia o nutrición de la Universidad Nacional. Esta encuesta fue realizada en el primer semestre de 2014. Se tomó como muestra 10 estudiantes de cada carrera, la población no fue distinguida por semestre o por sexo, se evaluó con unanimidad para tener datos que mostraran las situaciones a nivel general. Las preguntas incluyen información personal y de estilos de vida.

Las Condiciones de vida se tomaron con base en el contexto universitario para lo cual se hicieron visitas al área de bienestar universitario y se estudiaron documentos relativos al tema (acuerdo 007 de 2010 del consejo superior universitario sobre el sistema de bienestar universitario) (10). No se tuvo en cuenta el bienestar de cada facultad, por lo tanto la información que se obtuvo es igual para todas las facultades.

Los modos de vida se estudiaron con base en documentos referidos a las políticas y leyes de educación superior sobre el tema [Ley 30 de 1992 (11) y normas de la Asociación Colombiana de Universidades, ASCUN (12)]. También se realizó una búsqueda sobre los proyectos que se están llevando a cabo por parte del bienestar universitario de sede o del gobierno, para la promoción y prevención de la salud de los universitarios.

**Análisis:** en esta fase se estudiaron las variables y se analizaron. Como parte de los estilos de vida se tomó los hábitos de alimentación, actividad física, las rutinas y comportamientos en la UN. Se agruparon los datos cualitativos y se escogieron las variables más importantes de cada grupo de determinantes (ver figura 1).

Para cada uno de estos niveles existen diferentes estrategias de intervención, Castellanos nos habla sobre las acciones de curación, promoción y prevención. Las acciones de curación tratan directamente al individuo pero estas intervenciones repercuten de manera indirecta en la población. Las acciones de promoción actúan principalmente en la sociedad y los grupos de población, interviniendo principalmente en los modos y condiciones de vida. Las acciones de prevención causan impacto en cada uno de los procesos sociales, ya que estas estrategias intervienen de manera directa en la sociedad, grupos e individuos.

Figura 1. Procesos determinantes.



Fuente: Modelos explicativos del proceso salud enfermedad: los determinantes sociales, según Pedro Luis Castellanos (2).

## Resultados

Para las encuestas realizadas se tomó una población 50 estudiantes, todos del área de la salud, 30 mujeres y 20 hombres. La edad promedio de los estudiantes fue de 19 años con el 38% de los encuestados, la edad mínima fue de 17 años y la máxima de 53 años, un 8% de los encuestados tenían edades superiores a los 27 años.

### Sobre los Determinantes de la Salud

El 56% de los encuestados son oriundos de la ciudad capital, el 44% de los estudiantes provienen de departamentos como Cundinamarca, Santander, Boyacá, Nariño, Meta, Tolima y Caldas. Los estudiantes conviven con sus familiares en el 40% y viven con compañeros o amigos en el 38%, el 22% viven solos. Sobre la inserción social en estratos socioeconómicos, el 52% pertenecen al estrato tres, 40% al estrato dos y el 6% estrato cuatro, mientras que solo el 2% al estrato uno.

Otro punto evaluado fue el número de personas que trabajaban aun siendo estudiantes activos de la universidad Nacional de Colombia (ver tabla 1). La tasa porcentual de estudiantes que trabajan se puede asociar al estrato socioeconómico al cual pertenecen y al hecho de vivir solos.

Tabla 1. Estudiantes que trabajan.

ESTUDIANTES QUE TRABAJAN	PORCENTAJE DE ESTUDIANTES ENCUESTADOS	CANTIDAD DE ESTUDIANTES ENCUESTADOS
Si	30%	15
No	70%	35

Fuente: elaboración propia

Otro determinante importante para la salud de los estudiantes universitarios en general, son las actividades que realizan en el tiempo libre. En la siguiente tabla está registrado cómo se usa este tiempo libre de acuerdo a la frecuencia con que realizan cada actividad:

**Tabla 2.** Actividades realizadas en el tiempo libre. (Escala de 1 a 5, en donde 1 significa nunca y 5 significa cotidianamente).

ACTIVIDAD REALIZADA	1	2	3	4	5
Actividad física	10	10	20	6	4
Fumar cigarrillo	36	8	3	0	3
Ingesta de bebidas alcohólicas	13	16	11	6	4
Uso de sustancias psicoactivas	42	4	1	1	2
Actividades de ocio	5	6	11	16	12

Fuente: elaboración propia

El que una baja proporción de estudiantes fumen (6%) y usen sustancias psicoactivas (6%), podría relacionarse con mayor control y conocimiento de hábitos saludables por ser estudiantes del área de la salud; sin embargo, se requieren más estudios sobre este tema.

En cuanto al bienestar físico, se encontró un 20% de estudiantes universitarios que no practican actividad física. Solo el 8% realiza estas actividades cotidianamente, esto nos permite inferir que el nivel de actividad física en la población de estudiantes del área de la salud no es muy bueno. Una de las causas que los estudiantes mencionaron, mayoritariamente, frente a no hacer deporte fue no disponer de mucho tiempo para dedicarle a estas actividades. En cuanto a las actividades de ocio, se incluye la lectura, el baile, compartir con amigos, entre otras, el 56% mencionó realizar frecuentemente este tipo de actividades y un 10% dijo no hacerlo.

Más del 70% de los estudiantes aceptaron que no tienen una alimentación balanceada y adecuada, la mayoría coincidió en que esto se debe a la falta de tiempo para la preparación o consumo de los alimentos, y también a la falta de dinero para comprarlos, pues a pesar de que la universidad cuenta con bonos alimentarios son pocos los que pueden acceder a ellos, quedando sin este beneficio un número elevado de estudiantes que también lo necesitan.

La tabla 3 muestra aspectos relacionados con las preguntas sobre la salud mental de los encuestados, evaluando su bienestar emocional, el nivel de estrés que experimentan, el acompañamiento por parte de los familiares, y la percepción del peso de la carga académica en el semestre.

**Tabla 3.** Nivel de estrés, carga académica, emotividad, autoestima y apoyo por parte de familiares.

	ALTO	MEDIO	BAJO
Nivel de estrés	20	21	9
Carga académica	17	31	2
Nivel de emotividad	22	20	8
Nivel de autoestima	27	15	8
Apoyo por parte de familiares	32	14	4

Fuente: elaboración propia

El nivel de estrés percibido por el 40% de los estudiantes es alto, debido, principalmente, a la carga académica, la obligación de cumplir con las actividades y mantener un promedio que permita

al estudiante mantenerse en la Universidad. El promedio es de gran importancia al evaluar los determinantes del estilo de vida de los estudiantes pues genera presión y una gran cantidad de alteraciones y enfermedades (13).

Otro determinante importante de la salud de los estudiantes es el apoyo brindado por sus padres o familiares, esto ayuda a disminuir un poco el estrés y las responsabilidades, esto les da una sensación de protección y *confort*, y mejora el bienestar emocional de la persona. Un 64% de los encuestados mencionó un nivel alto de apoyo por parte de sus familiares. A esto se suman otros aspectos individuales tales como, soporte emocional y nivel de autoestima, todos ellos influyen en el aumento del nivel de estrés y por lo tanto en la mayor fragilidad para adquirir enfermedades. Todo lo anterior se agrava cuando el estrato socioeconómico del estudiante es menor.

El número de horas de sueño de más del 80% de los estudiantes encuestados es bajo comparado con la cantidad de horas recomendables (8 horas diarias); y la importancia de una buena calidad de sueño no solo es fundamental como determinante de la salud sino como elemento propiciador de una buena calidad de vida (14). En la tabla 4 se encuentran los datos obtenidos sobre el tiempo que duermen los estudiantes de la Universidad Nacional.

**Tabla 4.** Cantidad de horas de sueño de los estudiantes.

CANTIDAD DE HORAS DE SUEÑO	PORCENTAJE DE ESTUDIANTES ENCUESTADOS	CANTIDAD DE ESTUDIANTES ENCUESTADOS
De 2 a 3 horas	7%	3
De 4 a 5 horas	37%	15
De 6 a 7 horas	37%	15
8 horas	19%	8

Fuente: elaboración propia

Según las encuestas realizadas, las enfermedades más comunes en los estudiantes son las virales o infecciosas, de las cuales la más reportada fue la gripa, seguidas por las emocionales y/o psicoafectivas como el estrés y la ansiedad, que están asociadas con la carga académica y aspectos personales principalmente económicos y familiares. En menores proporciones se presentaron enfermedades gastrointestinales relacionadas con los hábitos alimentarios y el estrés, dolores de cabeza y lesiones físicas (ver tabla 5).

**Tabla 5.** Enfermedades más comunes en los estudiantes del área de la salud de la Universidad Nacional de Colombia, Bogotá 2014.

ENFERMEDADES	PORCENTAJE DE ESTUDIANTES
Virales o infecciosas	36%
Emocionales y/o psicoafectivas	34%
Dolores de cabeza	15%
Gastrointestinales	12%
Lesiones físicas	3%

Fuente: elaboración propia

Una población importante de los encuestados no asiste al médico (56%) ni al odontólogo (70%) con regularidad. Menos del 1% asegura ir al médico habitualmente, y tan solo el 2% asegura ir al odontólogo (15). Estos valores evidencian un bajo uso de los servicios de salud que presta la universidad, y del sistema de salud en general (ver tabla 6).

**Tabla 6.** Regularidad de asistencia a consultas con profesionales de la salud.

	1	2	3	4	5
Asistir al médico	9	19	18	5	0
Asistir al odontólogo	15	20	11	3	1
Asistir al psicólogo	34	8	6	1	1

Fuente: elaboración propia

No se encontraron diferencias significativas entre los estudiantes de las distintas carreras encuestadas, lo cual puede deberse al tamaño de la muestra, como también al hecho de pertenecer a la misma área, el campo de la salud. En cuanto al sexo, en todas las preguntas se obtuvieron resultados similares.

Los estudiantes universitarios hacen parte de un grupo poblacional caracterizado por realizar actividades que determinan su salud. Al revisar los resultados obtenidos en este trabajo podemos afirmar que los estudiantes universitarios del área de la salud de la Universidad Nacional tienen una vida sedentaria, su alimentación no es balanceada y viven con un elevado nivel de estrés. Duermen pocas horas, lo que los hace débiles para afrontar el día a día. Encontramos también proporción baja de encuestados que consumen sustancias psicoactivas, lo que contradice la percepción popular existente sobre el estudiante de la Universidad pública. Estos resultados evidencian el problema de la situación de salud del grupo estudiantil de la universidad pues están expuestos a estilos de vida y hábitos pocos saludables. Se constató información acerca de los aspectos sociales y económicos que están fuertemente relacionados con estas conductas y que determinan la salud de los estudiantes.

### Determinantes sociales en los modos y condiciones de vida de los estudiantes universitarios

El modo de vida de los estudiantes: la situación de salud de este grupo se articula con los procesos que en la sociedad reproducen y transforman una forma de vivir. Cada individuo y su familia tiene un estilo de vida singular, relacionado con sus propias características biológicas genéticas, hábitos, normas y valores, así como el nivel educativo, lugar de residencia e inserción laboral, y participación en la producción y distribución de bienes y servicios (16).

En este nivel, los modos de vida, encontramos algunos programas que a nivel nacional apoyan a los estudiantes universitarios para realizar su actividad esencial: estudiar. Si bien no son de gran cobertura ni de alto soporte se destacan: la financiación de la educación superior a través de mecanismos dirigidos al subsidio de la demanda. Este mecanismo deja por fuera a muchos de los aspirantes que quieren ingresar a la educación superior, pero que no pueden por escasez de recursos. Algunos proyectos incentivan la permanencia en la educación superior por medio de actividades estratégicas tales como monitoreo y seguimiento a la deserción, promoción e implementación de programas de retención y fortalecer los procesos de orientación vocacional y profesional. Y

Finalmente la Asociación Colombiana de Universidades: ASCUN realiza actividades deportivas, artísticas y culturales.

Estos programas desafortunadamente benefician a muy pocos jóvenes, además muchas veces no se dan a conocer por lo que se convierten en determinantes muy importantes del bienestar de muchos estudiantes para mejorar las oportunidades de desarrollo.

Sobre las condiciones de vida de los estudiantes se describen programas que brinda la Universidad Nacional de Colombia por parte del Bienestar universitario en las áreas de Gestión y fomento socioeconómico, Salud y Acompañamiento en la vida universitaria (10).

En Gestión y fomento socioeconómico que incluye, Apoyo económico estudiantil, Apoyo alimentario estudiantil, Préstamo estudiantil, Apoyo para el alojamiento estudiantil, Apoyo para el transporte estudiantil, Fraccionamiento de matrícula y Reubicación socioeconómica. En Salud: específicamente Promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, Disminución de factores de riesgo en la comunidad universitaria, Gestión de salud, Apoyo para atención primaria y de emergencia, Póliza estudiantil y Emergencias UN. En Acompañamiento integral: Acompañamiento en la vida universitaria, Gestión de proyectos, Inducción estudiantil y preparación para el cambio, Convivencia y cotidianidad. Y en Actividad física y deporte: Actividad lúdico-deportiva, Acondicionamiento físico e instrucción deportiva, Deporte de competencia, Deporte de alto rendimiento, Proyectos estratégicos en actividad física y deporte. Finalmente en Cultura: Actividades lúdicas-culturales, Instrucción y promoción cultural, Expresión de talentos y Promoción de la interculturalidad.

Muchos de estos proyectos no alcanzan a suplir las necesidades de los estudiantes ya que el acceso es muy limitado, y la demanda muy alta. En el caso de los apoyos económicos el escaso acceso también se relaciona con la falta de información de los estudiantes.

Cabe resaltar que para el segundo semestre del año 2014 se ampliaron los cupos para el bono alimentario y disminuyeron los costos de los almuerzos para los estudiantes que presenten su respectivo carné en las distintas cafeterías que la universidad ha asignado como lo son la cafetería de odontología, ciencias agrarias, ciencias humanas, matemáticas, hemeroteca, biología, ciencias económicas, café campus y el comedor central el cual se inauguró el segundo semestre de 2014. Actualmente la universidad también ha venido promoviendo la actividad física por medio del programa vitalízate y actividades lúdicas y deportivas como salsa unal.

Se puede concluir que los principales determinantes sociales de la salud de los estudiantes del área de salud de la Universidad Nacional, ordenados jerárquicamente son:

1. Carga académica, alimentación y horas de sueño.
2. Estrato socioeconómico, trabajar y estudiar al tiempo, apoyo familiar y lugar de origen.
3. Actividad física, actividades de ocio y esparcimiento, no acudir con regularidad a profesionales de la salud (médicos, odontólogos, psicólogos).
4. Uso de alcohol y sustancias psicoactivas
5. El número de matrículas inscritas.

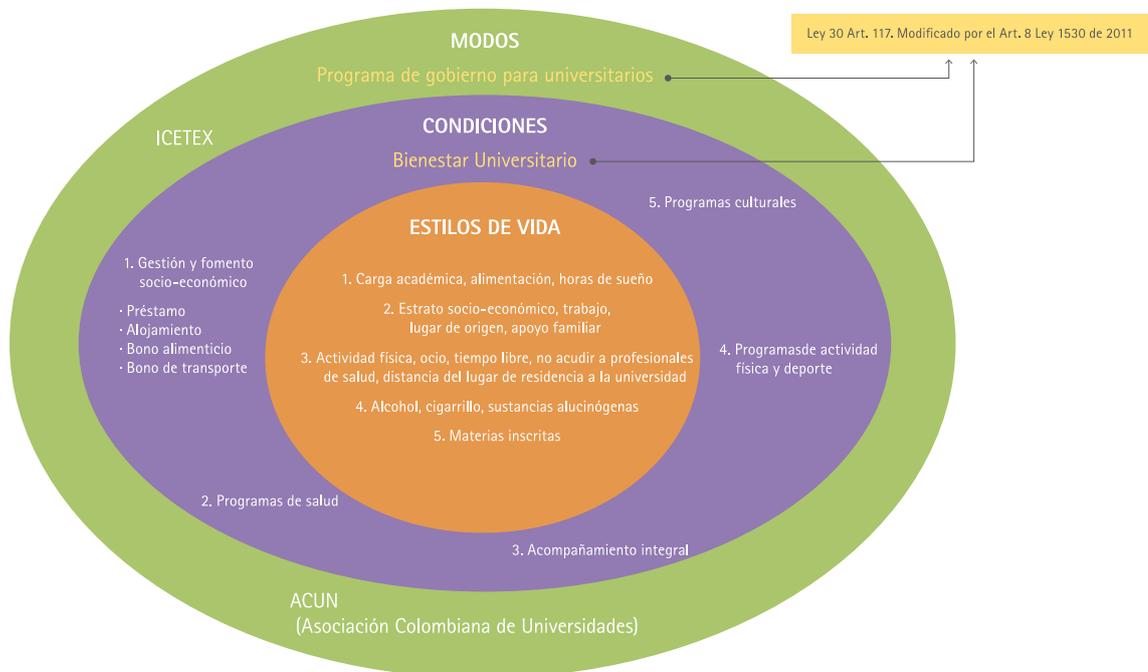
## Discusión

Los modos de vida están afectados pues aunque existen programas nacionales que apoyan de distintas formas a los estudiantes, estos son escasos, de bajo y limitado acceso y no son conocidos ni aprovechados. En las condiciones de vida, si bien la universidad proporciona ayudas encaminadas a mejorar el bienestar de la comunidad universitaria, no lo hace en una escala nacional, son muy pocos los estudiantes de la Universidad Nacional que logran acceder a estas iniciativas de financiación con un cubrimiento total y sin endeudarse; la mayoría tiene que buscar otra manera de sustentarse económicamente, esto implica trabajar, dormir poco, menos tiempo de estudio y esto genera niveles altos de estrés que llevan a padecer distintas enfermedades.

La situación de los estudiantes con poco apoyo económico, se complica más debido a que están sujetos no sólo al estudio, sino a trabajar para poder mantenerse, y a vivir como trabajadores. Esto es aún peor para los estudiantes que tienen personas a su cargo o familia propia, lo cual deviene en bajo desempeño y en la búsqueda de decisiones drásticas por parte de los estudiantes, pues muchas veces deciden dejar la vida universitaria.

Es por esto, que el mayor determinante de la salud de los estudiantes de la Universidad Nacional es el apoyo socioeconómico proveniente de instituciones gubernamentales o públicas. Este apoyo determina la estabilidad emocional y la salud, no solo en los estilos de vida, también en los modos de vida. Para el análisis sobre la jerarquía de los determinantes sociales de la salud ver gráfica 2 realizada con base en la propuesta de Castellanos.

**Figura 2.** Determinantes sociales de los estudiantes universitarios del área de la salud.



Fuente: Elaboración Propia.

Estos hallazgos son consistentes con los aspectos referidos en los artículos. Los estudiantes universitarios experimentan altos niveles de estrés, por causa de la carga académica y la situación económica (17). Estos a su vez afectan la alimentación, la actividad física, el descanso y el uso de tiempo para disfrutar, con implicaciones en la salud emocional y psicológica.

Todos estos determinantes se relacionan e influyen entre sí, aunque tiene más valor e importancia los aspectos sociales y económicos, las desigualdades sociales en salud evidencian que las personas de menor estrato socioeconómico son los más vulnerables y menos favorecidas (18). Sería de gran importancia que a nivel nacional se prestara mayor atención a los programas de bienestar estudiantil en las universidades públicas. Se recomienda hacer mayor difusión de la información acerca de las actividades lúdicas, deportivas y culturales, así como las que promueven la salud y adopción de hábitos saludables. Es necesario realizar un estudio más amplio con participación de estudiantes de otras áreas para poder comparar los hábitos entre éstos y los del área de la salud, y saber si existe relación con la práctica de hábitos más saludables.

## Conclusiones

Los estilos, condiciones y modos de vida están entrelazados, todos determinan la salud y la enfermedad en los estudiantes (19). Si bien la alteración de uno de estos tres factores afecta la salud, todos acarrearán una relación y desvío de la salud. Por ejemplo, la carga académica, las pocas horas de sueño y los malos hábitos alimenticios son los principales promotores de enfermedad en los estudiantes (20); estos determinantes estimulan sensaciones de imposibilidad entre la población encuestada.

Considerando que el malestar en universitarios no se presenta sólo por condiciones académicas, llegamos a concluir que el apoyo familiar juega un papel importante en las condiciones de vida de los participantes del estudio, no sólo a nivel emocional, sino también a nivel económico (21), esto conduce a la necesidad de trabajar en algunos estudiantes para poder sostenerse. Los apoyos de bienestar junto con los diversos procesos de acompañamiento y adaptación a los estudiantes son fundamentales pues en su mayoría los estudiantes sufren al trasladarse de su lugar de origen a Bogotá, esto los sitúa como determinantes de la salud y enfermedad en los universitarios. A nivel psicológico, se pueden presentar desórdenes por causa del poco tiempo de esparcimiento y ocio.

Los proyectos y planes de la universidad para enfrentar estos problemas se tornan relevantes en la medida que se comiencen a profundizar entre los jóvenes; se encontró que a pesar de existir medidas de prevención no llegan a ser efectivas porque la mayoría de la población desconoce su existencia o le parece inservible acudir a dichas herramientas. Es trascendental el uso de mecanismos que incentiven la estancia en la universidad, en muchos casos la única salida viable por los universitarios es desertar de sus estudios y buscar un quehacer más productivo a corto plazo.

## Recomendaciones

A través del análisis realizado se pudo observar que la población universitaria está en un grado de vulnerabilidad alto, pues no posee hábitos saludables; por ello, para cambiar los estilos de vida de los estudiantes se requiere hacer un cambio desde lo general a lo individual. Para que esto sea posible es fundamental crear programas que mejoren el desarrollo integral de los estudiantes,

realizando de una manera regular promoción de la salud y prevención de la enfermedad, aumentando el conocimiento acerca de los hábitos saludables para impulsarlos a mejorar en estos aspectos y beneficiar su salud.

## Referencias bibliográficas

1. **Colombia – Congreso de Colombia – Programa Presidencial Colombia Joven.** Ley estatutaria 1622 de 2013 por medio de la cual se expide el estatuto de ciudadanía juvenil y se dictan otras disposiciones. Bogotá: diario oficial (29 de abril de 2013).
2. **Castellanos PL, Martínez Navarro JM, Mermet P.** Los Modelos explicativos del proceso salud-enfermedad: los determinantes sociales. Salud Pública. Madrid. Ed. Mc Graw Hill, 1998. Pág. 81- 102.
3. **Organización Mundial de la Salud.** Constitución de La Organización Mundial de la Salud. [Internet]. Nueva York: Organización Mundial de la Salud. [Fecha de consulta: 6 de julio de 2014]. Disponible en: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/SP/constitution-sp.pdf>
4. **Organización Mundial de la Salud.** Determinantes sociales de la salud. [Internet]. Organización Mundial de la Salud. [Fecha de consulta: 6 de julio de 2014]. Disponible en: [http://www.who.int/social\\_determinants/es/](http://www.who.int/social_determinants/es/)
5. **Brandão MP, Pimente FL, Fonseca M.** Impact of academic exposure on health status of university students. *Rev. Saude Pública* 2011; 45(1):49-58.
6. **Pulido Rull MA, Serrano Sánchez ML, Valdés Cano E, Et al.** Estrés académico en estudiantes universitarios. *Rev. Psicología y Salud* 2011; 21, (1): 31-37.
7. **Batista de Andrade LM y Novaes Lipp ME.** Diferenças de Sexo e Escolaridade na Manifestação de Stress em Adultos Jovens. *Psicología: Reflexão e Crítica* 2003; 16 (2):257-263.
8. **Hernández H, L’Gamiz A, Maravilla A, et al.** Factores determinantes de estrés y su asociación a toxicomanías en adolescentes universitarios de la UAEM. Instituto de Investigaciones Médicas de la Universidad Autónoma del Estado de México, 2011.
9. **Olivares S, Lera L, Bustos N.** Etapas Del Cambio, Beneficios Y Barreras En Actividad Física Y Consumo De Frutas Y Verduras En Estudiantes Universitarios De Santiago De Chile. *Rev. chil. Nutr.* 2008; 35 (1): 25-31.
10. **Universidad Nacional de Colombia – Consejo Superior Universitario.** Acuerdo 007 de 2010. [Internet]. Colombia: Universidad Nacional de Colombia [Fecha de consulta: 6 de julio de 2014]. Disponible en: [http://www.unal.edu.co/secretaria/normas/csu/2010/A0007\\_10S.pdf](http://www.unal.edu.co/secretaria/normas/csu/2010/A0007_10S.pdf)

11. **Colombia – Secretaría General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C.** Régimen Legal de Bogotá D.C. Ley 30 de 1992 por la cual se organiza el servicio público de la educación superior". Bogotá: Diario oficial, 40700 (Diciembre 29 de 1992).
12. **Asociación Colombiana de Universidades ASCUN.** Bienestar Universitario. [Internet], Colombia: Asociación de Universidades ASCUN; [Fecha de consulta: 6 de julio de 2014]. Disponible en: <http://ascun.org.co/nav/40/>
13. **Lema LF, Salazar IC, Varela MT, et al.** Comportamiento y salud de los jóvenes universitarios: satisfacción con el estilo de vida. *Pensamiento Psicológico* 2009; 5 (12): 71-88.
14. **Sierra JC, Jiménez C, Martín JD.** Calidad del sueño en estudiantes universitarios: importancia de la higiene del sueño. *Salud mental* 2002; 25(6): 35-43.
15. **Lafuente PJ, Gómez Pérez de Mendiola FJ, Aguirre B.** Estilos de vida determinantes de la salud oral en adolescentes de Vitoria-Gasteiz: evaluación. *Atención Primaria* 2002; 29(4): 213-217.
16. **Organización Mundial de la Salud.** Social determinants of health and well-being among young people [Internet]. Organización Mundial de la Salud; [Fecha de consulta: 6 de julio de 2014]. Disponible en: <http://www.hbsc.unito.it/it/images/pdf/hbsc/prelims-part1.pdf>.
17. **Agudelo DM, Casadiegos CP, Sánchez DL.** Características de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *International journal of psychological research* 2008; 1(1): 34-39.
18. **Borrell C, Benach J.** La evolución de las desigualdades en salud en Cataluña. *Gac Sanit.* 2006; 20(5): 396-406.
19. **Ferrer AR, Cabrero García J, Ferrer Cascales RI, et al.** La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios, Universidad de Alicante, 2003.
20. **Deliens T, Clarys P, et al.** Determinants of eating behavior in university students: a qualitative study using focus group discussions. *BMC Public Health* 2014; 14(53): 2-12.
21. **Rodríguez F, Palma X, Romo A, et al.** Hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en estudiantes universitarios de Chile, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso. *Nutr Hosp.* 2013; 28(2):447-455.