

Título: Estilos de vida promotores de salud en estudiantes de enfermería de una universidad de Cartagena, Colombia.

Autores: Irma Yolanda Castillo Ávila;¹ Loraine Marcela García Cerpa;² Luis Reinaldo Alvis Estrada;³

Afiliación: 1 y 3. Universidad de Cartagena, Facultad de Enfermería. Cartagena, Colombia. 2. Secretaría de Salud Departamental de Sucre. Colombia

Correspondencia: icastilloa@unicartagena.edu.co

Objetivo: Determinar los estilos de vida de estudiantes de enfermería de una universidad de Cartagena, Colombia.

Métodos: Estudio descriptivo, que incluyó una muestra de 113 estudiantes seleccionados mediante un muestreo estratificado con afijación proporcional, de acuerdo con el número de estudiantes por semestre. Los participantes debían estar debidamente matriculados y firmar el consentimiento. La información fue recolectada utilizando la versión en español del instrumento *Estilos de vida promotores de salud II*, que consta de 52 preguntas y evalúa 6 dimensiones: responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, crecimiento espiritual, relaciones interpersonales y manejo del estrés. Se aplicó estadística descriptiva a los datos, utilizando el programa SPSS versión 23.

Resultados: El promedio de edad de los participantes fue de 19,7 años (DE= 2,7 años). El 77% (87) son mujeres; 95,6% (108) son solteros y 59,3% (67) viven en una familia nuclear. El 66,4 (75) tienen buenos estilos de vida promotores de salud. Las dimensiones con los resultados más adecuados fueron: crecimiento espiritual (87,6%), relaciones interpersonales (80,5%) y la responsabilidad en salud (58,4%). Las dimensiones con los porcentajes más altos de resultados inadecuados fueron: manejo del estrés (60,2%), actividad física (59,3%) y nutrición (49,6%).

Conclusiones: el proceso de formación de los profesionales de la salud trae consigo una serie de demandas que suponen la adquisición de estilos de vida no saludables y aumentan la exposición a factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas a edades tempranas, aun conociendo las medidas para evitarlos.

Palabras claves: Estilo de vida saludable, estudiantes de enfermería, enfermedad crónica. Fuente: DesC.