

ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLES EN ESTUDIANTES DE ZONA URBANO-RURAL, LA ESPERANZA-INTIBUCÁ, HONDURAS, 2012-2013

Unhealthy lifestyles in students of urban-rural area, La Esperanza, Intibucá, Honduras, 2012-2013.

Alejandro José Bustillo-Ponce,¹ Maritza Alejandra Hernández-Palma,¹
Diana María Ramírez-Rivera,¹ Marlene Waleska Madrid-Rubí.¹

¹Médico General

RESUMEN. Antecedentes: En Honduras son escasas las publicaciones sobre estilos de vida saludable, la OMS considera las enfermedades crónicas no transmisibles la principal causa de mortalidad y discapacidad mundial. Muchas de estas enfermedades tienen su origen en la adolescencia por la adopción de estilos de vida no saludables y conductas de riesgo. Se propuso determinar estilos de vida y factores asociados a estas enfermedades en grupo de estudiantes. **Población y Método:** se efectuó estudio descriptivo transversal en 240 estudiantes de Institutos de secundaria del casco urbano-rural de municipios de La Esperanza-Intibucá, de junio 2012 a junio 2013. Se aplicó encuesta que recolectaba información sociodemográfica, estilos de vida, antecedentes personal y familiares patológicos. Se midieron signos vitales y antropometría. **Resultados:** 162/240 (77.5%) de estudiantes tenían de 12 a 17 años, 33.3%(80/240) de jóvenes entre 12 y 24 años tuvieron sexo en el último año, de los cuales 43.5%(35/80) tuvieron más de 1 pareja y 18%(15/80) no utilizó método anticonceptivo. En relación a estilos de vida, 20.4%(49/240) caminan menos de 30 minutos/día, 14.5%(10/69) fuman actualmente y 12.1%(29/240) están en sobrepeso. Los antecedentes familiares más frecuentes fueron hipertensión arterial y diabetes mellitus, 40.4%(97/240) y 19.6%(47/240) respectivamente. **Discusión:** Las enfermedades crónicas no transmisibles son en la actualidad una epidemia, identificar e intervenir sobre los factores de riesgo prevenibles que las condicionan, puede disminuir la carga que implican para los sistemas de salud. En este grupo de estudiantes, especialmente adolescentes, se encontró que tienen factores de riesgo en estilo de vida que condicionan aparición de enfermedades crónicas no transmisibles e infecciones de transmisión sexual.

Palabras Clave: Conducta saludable, estilo de vida, factores de riesgo, obesidad, sedentario.

INTRODUCCIÓN

La mayoría de los países a nivel mundial se encuentran en una etapa de transición epidemiológica, la cual se caracteriza por el cambio de enfermedades transmisibles a las crónicas no transmisibles.¹ Es bien conocido que un cambio a estilos de vida saludables (EVS) disminuye la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), las cuales son consideradas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como la principal causa de mortalidad y discapacidad mundial;² las ECNT son la causa de alrededor del 60% de las muertes, de las cuales el 80% ocurren en países de bajos y medianos ingresos.³ De los 57 millones de defunciones que se produjeron en todo el mundo en 2008, 36 millones se debieron a ECNT, principalmente enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes mellitus y enfermedades pulmonares crónicas.⁴ Se estima que en 2030 la proporción del total mundial de defunciones debidas a enfermedades crónicas llegará al 70% y la carga mundial de morbilidad al 56%. En Honduras las ECNT representan 16.6% del total de defunciones en hombres y 14.4% en mujeres, la prevalencia

de hipertensión arterial es de 33.7%, sobrepeso 50.1% y glucosa elevada en sangre 7.5%.⁵ Las ECNT tienen su origen en hábitos que pueden ser modificados, entre los que cabe destacar el tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo. Actuando sobre los factores de riesgo prevenible puede disminuir la carga que implica esta epidemia moderna. Por otra parte, se ha observado que muchas de estas enfermedades tienen su origen en la adolescencia por la adopción de estilos de vida no saludables y conductas de riesgo.⁶

En Honduras son escasas las publicaciones sobre EVS y existen pocos datos sobre el impacto de la transición epidemiológica en su población. Por tanto, el presente estudio tuvo por objetivo determinar estilos de vida saludables y factores asociados en estudiantes de secundaria en municipios de La Esperanza-Intibucá, Honduras.

POBLACIÓN Y MÉTODO

Se desarrolló estudio descriptivo transversal en el casco urbano-rural de los municipios de La Esperanza e Intibucá, pertenecientes al departamento de Intibucá en el occidente de Honduras, de junio 2012 a junio 2013. Su población aproximada es de 208,005 habitantes con una densidad poblacional de

Recibido para publicación el 10/13, aceptado el 10/13

Dirección para correspondencia: Dr. Alejandro Bustillo, ajbustillo@yahoo.es