

66.6 habitantes/km.^{2,7} Para el 2011, el departamento ocupaba el 3º lugar según el quintil inferior de pobreza en nuestro país.⁸ Ahí se encuentran el Instituto Departamental de Occidente y la Escuela Normal de Occidente, siendo los únicos centros educativos públicos de secundaria en estos municipios, con una población estudiantil de 2,035 y 1,095 estudiantes respectivamente, lo cual constituye un universo de 3,135 jóvenes para el año lectivo 2013.

Se calculó muestra de tipo probabilístico, estratificado, aleatorio simple, utilizando el listado de matrícula, reclutando entre 10 y 12 estudiantes por cada año académico de cada uno de los institutos, tomando en total 120 estudiantes en cada Institución, para un total de 240 estudiantes, de ambos sexos, alumnos de las jornadas matutina, vespertina y nocturna. Para ser incluidos en el estudio debían estar matriculados, tener el consentimiento de sus padres para participar en el caso de ser menores de edad y asentimiento informado. Quedaron excluidos de la investigación aquellos estudiantes con problemas mentales o auditivos limitantes para llenar una encuesta auto-administrada o responder a una entrevista, estudiantes embarazadas y aquellos que se negaron a participar.

Se examinó las variables de interés, siendo la variable dependiente, estilos de vida como ser, tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, inicio de vida sexual y uso de métodos anticonceptivos y las independientes edad, sexo, raza, obesidad, antecedentes personales y familiares patológicos de diabetes mellitus, dislipidemia, enfermedades cardiovasculares, cáncer.

El instrumento (encuesta) utilizado constaba de 30 preguntas, 11 de carácter abierto, 13 cerradas y 6 de selección única/múltiple, arregladas por grupos de variables: datos generales, 10 preguntas; socio demográfico, 3 preguntas; antecedentes personales tabaquismo, 6 preguntas; ejercicio/ sedentarismo, 4 preguntas; antecedentes familiares y personales patológicos, 2 preguntas; alcoholismo, 1 pregunta con 4 incisos; prácticas sexuales, 4 preguntas. Al final contenía una sección con aspectos clínicos y antropometría que fue llenada y evaluada por los encuestadores.

Después de ser seleccionados al azar, los estudiantes se llevaron a un área verde techado, bien ventilado, con sillas adecuadas para la realización de la encuesta donde se brindaron explicaciones y se evacuaron dudas de manera general y privada según el caso. Luego de finalizar la encuesta, se esperó 10 min antes de tomar presión arterial con método auscultatorio, con esfigmomanómetro (manguito) de tamaño adecuado al brazo de los participantes, en ambos brazos. Finalmente se obtuvieron peso y talla, se calculó el Índice de Masa Corporal (IMC) con la fórmula de Quetelet ($IMC = \text{peso (kg)}/\text{talla (m}^2\text{)}$). La medición se realizó con báscula calibrada que tenía incorporado un tallímetro, sin calzado, con el uniforme escolar. La circunferencia de la cintura se determinó en el punto medio entre la caja torácica y la parte superior de la cresta iliaca.

Los investigadores recibieron durante el periodo del estudio, capacitación en línea sobre *protección a sujetos humanos en investigaciones biomédicas* a través del Programa CITI, Universidad de Miami (sitio web <https://www.citiprogram.org>). Todo

el proceso de investigación fue revisado y aprobado por el Comité Nacional de Ética de la Unidad de Investigación Científica de la Facultad de Ciencias Médicas, de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras.

Análisis estadístico

Se elaboró una base de datos en Excel de Microsoft Office 2007 (R) que fue analizada usando el paquete estadístico EPI-INFO 7.1.1.14 (versión Windows) de los Centros para el Control de Enfermedades Infecciosas (CDC), Atlanta, Georgia, Estados Unidos de América. Se utilizó un análisis univariado para la estimación de la prevalencia y se calculó OR con intervalos de confianza de 95% para determinar factores asociados. Los análisis multivariados se realizaron con regresiones logísticas.

Se realizó listado de frecuencias de todas las variables, factores socio-demográficos (sexo, edad, municipio) y familiares (antecedentes) relacionados con estilos de vida no saludables (análisis descriptivo), y se crearon varios cruces de variable entre ellos una tabla que definía la prevalencia de estilos de vida saludable versus factores de riesgo (análisis inferencial). El análisis se presenta en forma narrativa y con cuadros y gráficos de lo que se considera más relevante del estudio.

Aspectos éticos

Se solicitó autorización para realizar dicha investigación a la Secretaría Departamental de Educación de Intibucá y Autoridades de ambos Institutos.

Al solicitar la participación de la Institución en este estudio se explicó a cada individuo que su participación era voluntaria y la información proporcionada era confidencial, se anexo a cada formulario una constancia de Consentimiento y Asentimiento Informado. A cada persona se le leyó el formato de asentimiento, y se dio la oportunidad de preguntar y clarificar las inquietudes. Se explicó que los datos y la información que brindaban serían utilizados solamente para fines del estudio, recibirían información ante cualquier problema de salud detectado y serían referidos a una Unidad de Salud para atención médica si el problema lo ameritaba. Se dio información de las personas y de los teléfonos donde podrían llamar ante cualquier situación relacionada con la participación en el estudio. Así mismo, se entregó el consentimiento en aquellos casos donde los participantes eran menores de edad, para que los encargados autorizaran su participación en la investigación. A fin de que los nombres de las personas no aparecieran en los registros fueron anónimas, se utilizó un número de codificación para cada encuesta. Los resultados de la investigación fueron socializados con las autoridades de ambos centros educativos, alcalde municipal y Director de la Región de Salud de Intibucá.

RESULTADOS

Se encuestó un total de 240 estudiantes, 123 fueron mujeres (51.2%), la edad media era de 16.8 ± 2.7 años (mínima 12, máxima 29, Mediana [Me] 16, Moda [Mo] 16 años), 162 (77.5%)