

A pesar de que se ha encontrado una tendencia ascendente en el consumo de tabaco en los adolescentes, la prevalencia de tabaquismo fue de 10 (14.7%), similar a lo encontrado en una comunidad urbana en Honduras en la que se incluyó población joven mayor de 18 años;<sup>11</sup> estudios realizados en colegios de Argentina y México muestran una prevalencia de 14% y 23% respectivamente.<sup>12,13</sup> El consumo de alcohol es uno de los factores de riesgos a la salud más comunes entre los adolescentes. En México se han reportado prevalencia de alcoholismo entre 50-60% de estudiantes,<sup>14-16</sup> mientras que en Colombia se realizó estudio donde un 65.92% de los adolescentes encuestados reportaron algún nivel de consumo que va desde diario hasta anual.<sup>17</sup> En España se encontró que 43,2% de los adolescentes ha consumido alcohol alguna vez en su vida.<sup>18</sup> Estos resultados son más altos que los encontrados en este estudio, ya que el 16.3% refirieron consumo de alcohol de bajo riesgo según el ASSIST 3.0 de la OMS. Tanto el control del tabaquismo y alcoholismo mediante políticas de salud implementadas a nivel nacional a través de la ley marco contra el Tabaquismo y la restricción del alcohol así como, medidas preventivas que implementan los centros educativos para alejar a sus alumnos de hábitos tóxicos podrían explicar los niveles bajos de tabaquismo y alcoholismo.

En cuanto a la actividad sexual, estudios afirman que en los últimos años el inicio de la vida sexual se da a más temprana edad. En México se realizó estudio en adolescentes de 12 a 19 años de ambos sexos, el 22% de los casos tuvieron actividad sexual, la mayoría iniciándose a la edad de 14-15 años.<sup>19</sup> En este estudio se estableció el inicio de la actividad sexual precoz en 33.3% de los estudiantes. Una revisión sistemática sobre relaciones sexuales en adolescentes Colombianos reportó porcentajes de inicio de las mismas que oscilaron entre 7.7% y 58%.<sup>20</sup> En España 35.7% de adolescentes han iniciado relaciones sexuales,<sup>21</sup> semejante a lo observado en este grupo de estudio. Con respecto a conductas de riesgo de quienes iniciaron vida sexual se determinó que 43.5% no habían usado preservativo en la última relación y 18.1% habían tenido más de una pareja sexual, similar a lo encontrado en una ciudad de Brasil donde 61% de adolescentes tenían conducta sexual de riesgo asociada a la búsqueda de aceptación dentro de un grupo; las conductas incluyeron múltiples parejas sexuales y abuso de alcohol.<sup>22</sup>

La obesidad y sobrepeso se han convertido en una epidemia en la actualidad. En Estados Unidos 18,4% de los niños presentan obesidad<sup>23</sup> y en las Islas Canarias la obesidad afecta al 14,8% de los adolescentes,<sup>24</sup> asociado a estilos de vida no saludables por lo que la prevalencia en estos países es más alta que lo encontrado en este estudio 1.7%. Datos de comunidades urbana e indígena de Honduras, de adolescentes Colombianos y de Costa Rica<sup>11,16,17,25</sup> se encontraron datos de sobrepeso similares a este estudio, por lo que el problema de sobrepeso

afecta de igual forma que a los demás adolescentes alrededor del mundo, sobretodo en zonas urbanas. Esto puede estar influenciado por el sedentarismo, acompañado de una dieta no saludable y aunque el área donde se realizó este estudio es urbano-rural y pueden realizarse actividades físicas de manera más fácil que en el área urbana el sobrepeso alcanza cifras similares a zonas urbanas.

En el presente estudio se encontró que la HTA fue la principal patología entre los antecedentes familiares de los alumnos, representando el 40.7%, la cual tiene correlación con la prevalencia de la enfermedad entre la población adulta a nivel mundial, estimándose que alrededor del 25-30 % de la misma la padece.<sup>26</sup> En Cuba se realizó estudio en 1645 adolescentes, encontrando que el 7.7% la padecían.<sup>27</sup> En este estudio no se encontró ningún adolescente con HTA y aunque se encontró jóvenes con pre-hipertensión no pudo realizarse el diagnóstico ya que la toma de presión arterial no se realizó de forma seriada, dificultad metodológica intrínseca al diseño. Sin embargo, alrededor del mundo muchos jóvenes sufren de este padecimiento.

Se sabe que a mayor número de factores de riesgo, mayor probabilidad de enfermar por lo que 40.8% de los jóvenes estudiantes están en riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles e infecciones de transmisión sexual puesto que poseen más de un factor de riesgo; el inicio de actividad sexual de riesgo y el sedentarismo fueron los factores asociados a estilos de vida no saludables, por lo que es meritorio realizar medidas enfocadas en la promoción de estilos de vida saludables para evitar las ECNT.

Únicamente 19.6% tienen un estilo de vida saludable más elevado que lo encontrado en Estados Unidos donde la prevalencia de estilos de vida saludable se estableció entre 4.3 a 6.3%.<sup>28</sup>

Se concluye que en este estudio sólo el 20% (47) tenían estilo de vida saludable, ya que no posee ningún factor de riesgo. En cambio se encontró que 80% (193) de los encuestados presento algún factor de riesgo asociado a un estilo de vida no saludable, siendo el principal el inicio de relaciones sexuales a temprana edad. La mayoría de los encuestados fueron del sexo femenino, siendo 16 años la edad más frecuente, la mayoría residía en la zona urbana y la HTA represento un 97 (40.4%) de los antecedentes familiares patológicos de los alumnos. El 100% presento presión arterial dentro de los límites normales, lo que indica que es el momento oportuno para reafirmar los beneficios de un estilo de vida saludable sobre la salud. Por lo que recomendamos a las instituciones educativas desarrollar un programa que promueva la alimentación saludable, el ejercicio físico, y estrategias de prevención y abuso de sustancias tóxicas. Así mismo, fortalecer la educación sexual en los jóvenes para que tengan el conocimiento y los medios para evitar embarazos no deseados y Enfermedades de Transmisión Sexual.