

Ciudad de México a 31 de enero de 2020



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA – UNIDAD XOCHIMILCO
DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN A LA SALUD
LICENCIATURA EN MEDICINA

**Impacto de Intervenciones Educativas en Estudiantes de
Enfermería de la Universidad Autónoma Metropolitana
Unidad Xochimilco**

MPSS Fernanda Negrete Fonseca

Matrícula: 2133061615

Asesora Interna: Mtra. Elizabeth Verde Flota

Periodo de Servicio Social: 01 de febrero de 2019 a 31 de enero de 2020

Impacto de Intervenciones Educativas en Estudiantes de Enfermería de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco

Negrete Fonseca Fernanda, González Marín Viviana, Morales Moreno Ciciolil

Introducción

El presente informe fue elaborado por médicos pasantes del servicio social de la carrera de Medicina de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco, en apoyo al proyecto de Consultoría de Enfermería para el Autocuidado del Alumno. Dicho proyecto consta de la realización de intervenciones educativas sobre Enfermedades Crónico-Degenerativas (ECD), Salud Sexual y Reproductiva (SSR) y Prevención de Adicciones (PAd) para generar estrategias como la promoción de la salud, con el objetivo de fomentar capacidades de autocuidado en los estudiantes universitarios.

Se investigó si las intervenciones educativas generaron un impacto en los alumnos de enfermería un año posterior a su aplicación, evaluando las capacidades de autocuidado de los temas ya mencionados y los contenidos vistos durante las didácticas, con el propósito de ampliar su aplicación a las demás licenciaturas.

Se concluyó que las intervenciones de ECD y SSR generaron un impacto positivo en la modificación de hábitos y conductas, por lo que se continuaran realizando. Sin embargo, en materia de PAd los resultados no fueron satisfactorios por lo cual se pretende modificarla tomando en cuenta cómo se comporta el fenómeno de consumo de drogas en los estudiantes.

El trabajar en conjunto con la carrera de Enfermería nos permitió ampliar nuestra perspectiva de la importancia del autocuidado y la promoción de la salud desde un enfoque multidisciplinario, permitiendo que nuestra formación como médicos se vea enriquecida en beneficio de la población.

Antecedentes

La enfermería es una pieza clave en la prevención y tratamiento de los problemas de salud, siendo la responsable de la educación sanitaria y, por ello, está claro que las conductas que lleven a cabo tendrán repercusiones francas sobre los hábitos de sus pacientes al actuar como modelos ejemplarizantes. ⁽¹⁾

En este contexto, la *Consultoría de Enfermería para el Autocuidado del Alumno* brinda un servicio profesional e integral para prestar asesoría en la prevención, promoción, y mantenimiento de la salud. De la misma manera pretende, a través de intervenciones educativas, impulsar y empoderar capacidades de autocuidado en materia de ECD, SSR y PAd, en función de la morbimortalidad presente en jóvenes y adultos jóvenes de México así como de la falta de acciones que fomenten el autocuidado en esta población. ^(2, 3)

El autocuidado constituye una táctica importante para la protección de la salud y la prevención de la enfermedad. ⁽⁴⁾ Dorothea Orem, pionera en el desarrollo del concepto de autocuidado en enfermería, lo define como el conjunto de capacidades acompañadas de actividades que las personas maduras y en proceso de maduración inician y realizan, dentro de un marco temporal concreto para su propio beneficio, con el objetivo de lograr el mantenimiento de la vida con un funcionamiento saludable, y el continuo desarrollo personal y de su bienestar. ⁽⁵⁾

Por otro lado, una intervención educativa es una estrategia de planeación y actuación profesional que permite a los agentes educativos tomar el control de su propia práctica profesional, mediante un proceso de indagación-solución.

Analizar las problemáticas relacionadas a ECD, SSR y PAd desde una perspectiva universitaria, representa una oportunidad para desarrollar estrategias preventivas de acuerdo a las características de los estudiantes que la conforman. ⁽⁶⁾

I. Enfermedades Crónico-Degenerativas

La norma oficial mexicana (NOM-015-SSA2-1994) para la prevención, tratamiento y control de la Diabetes Mellitus, establece que ésta es “una enfermedad sistémica,

crónico-degenerativa, de carácter heterogéneo, con grados variables de predisposición hereditaria y con participación de diversos factores ambientales, y que se caracteriza por hiperglucemia crónica debido a la deficiencia en la producción o acción de la insulina, lo que afecta al metabolismo intermedio de los hidratos de carbono, proteínas y grasas.”⁽⁷⁾

Por otra parte, con base en las nuevas guías de la American Heart Association (AHA) y el American College of Cardiology las nuevas cifras para establecer un diagnóstico de hipertensión arterial son presión sistólica de 130 milímetros de mercurio (mmHg) o superior, o presión diastólica de 80 mmHg o superior, que permanece en el tiempo.⁽⁸⁾

En cuanto a obesidad y sobrepeso, la Organización Mundial de la Salud (OMS) los define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud,⁽⁹⁾ representado un factor de riesgo para el desarrollo de múltiples enfermedades crónicas, entre las que destacan la diabetes e hipertensión. La Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), realizó recientemente su estudio “La pesada carga de la Obesidad” en el cual manifiestan que en México, el sobrepeso y la obesidad repercuten negativamente sobre el Producto Interno Bruto del país en un 5.3%, lo que equivale a 1.3 billones de pesos, de manera que estas afecciones son agobiantes en nuestro país tanto económicamente como en materia de salud.^(10, 11)

Las estadísticas presentadas a nivel nacional, en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) del 2018, en la población de adultos de 20 años y más reportan los siguientes resultados: 75.2% con sobrepeso y obesidad; 10.3% con diabetes; y 18.4% con hipertensión.⁽¹²⁾ En comparación con los resultados de la ENSANUT 2012, podemos observar que la tendencia nacional en cuanto a ECD en todo grupo etario va al alza.

II. Salud Sexual y Reproductiva

La SSR es definida por la OMS como un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad.⁽⁹⁾ Se estima que cada día más de un millón de personas

contraen en el mundo una infección de transmisión sexual (ITS) y que anualmente unas 376 millones de personas contraen alguna de éstas cuatro infecciones: clamidia, gonorrea, sífilis o tricomoniasis. ^(10,11) De igual forma, más de 290 millones de mujeres están infectadas por el virus del papiloma humano (VPH), principal causa de cáncer cervicouterino. ⁽¹²⁾ Cabe destacar que algunas ITS pueden aumentar el riesgo de contraer el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), el cual persiste como uno de los principales problemas para la salud mundial. A finales del 2018, había aproximadamente 37,9 millones de personas con VIH. ⁽¹³⁾

De acuerdo con la Secretaría de Salud (SSA), considerando la información preliminar del boletín epidemiológico de la semana 49, existen aproximadamente 831,061 casos nuevos de ITS en todo el país. ⁽¹⁴⁾ En México, los jóvenes inician su vida sexual entre los 15 y 19 años en promedio, por lo cual son potencialmente vulnerables ante algunos de los problemas previamente mencionados. ⁽¹⁵⁾

III. Prevención de Adicciones

En nuestro país, el consumo de alcohol y drogas constituye un problema de salud pública. Estudios recientes refieren una transición epidemiológica que apunta hacia tres vertientes: la disminución en la edad de inicio, el incremento del consumo entre adolescentes y una importante incursión en las mujeres, sobre todo las jóvenes, en los contextos del uso de drogas. ^(16, 17, 18)

El primer contacto con cualquier droga, y sobre todo con el alcohol, se da generalmente en un contexto social ⁽¹⁷⁾. La influencia social y/o familiar es un predictor importante para el uso de ciertas sustancias, particularmente el alcohol, y éste incrementa el riesgo de consumir otro tipo de drogas y de tabaco, que es uno de los productos más nocivos para la salud y una de las principales causas prevenibles de enfermedad y muerte. ⁽¹⁹⁾

Un estudio realizado por la Organización Panamericana de la Salud/ Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS) 2014 menciona que cerca de 80 mil muertes al año en las Américas no ocurrirían si no se consumiera alcohol. ⁽²⁰⁾ En México, la prevalencia en el consumo de alcohol es de 51.4% (62.7 % hombres y 40.8%

mujeres). De acuerdo con la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT) 2016-2017, ⁽¹⁸⁾ la prevalencia del consumo de cualquier droga alguna vez en la vida y en el último año de la población general fue de 10.3% y 2.9% respectivamente. Para el escenario de prevalencias en el último año se observó un incremento significativo sobre todo en el caso de las mujeres más jóvenes (12-17 años), mientras que en los hombres este incremento ocurrió en el estrato de 18 a 34 años. ^(16, 18)

Este informe tiene el propósito de evidenciar los avances preliminares del impacto de las intervenciones educativas realizadas por integrantes de la Consultoría de Enfermería sobre ECD, SSR y PAd para fomentar capacidades de autocuidado en los futuros profesionales de enfermería. Estos tres temas son de gran interés en adultos jóvenes, en particular estudiantes universitarios, ya que son un grupo particularmente vulnerable que está viviendo importantes cambios relacionados con la adquisición y consolidación de hábitos y estilos de vida que tendrán un gran impacto sobre el estado de salud futuro. ^(2, 3, 16, 17, 20, 21) Por consiguiente, es de suma importancia abordar esta problemática de maneras significativas y establecer más actividades cuyo propósito sea la prevención y concientización de dichas patologías. ⁽¹⁾

Materiales y métodos

Se trata de un estudio longitudinal, observacional y analítico. Se estableció una muestra por conveniencia, trabajando con estudiantes inscritos al IV trimestre de la licenciatura de enfermería de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco (UAM-X), obteniéndose tres muestras iniciales de 69, 92 y 98 alumnos para las intervenciones educativas de ECD, SSR y PAd, respectivamente.

Se diseñaron intervenciones de tipo socio-educativas basadas en el modelo propuesto por Barranza, el cual tiene un enfoque crítico progresista que se adscribe teóricamente a la Ciencia Social Crítica y bajo la teoría de aprendizaje significativo de David Ausubel, enmarcada en la psicología constructivista. En su elaboración se incorporaron técnicas participativas, estrategias innovadoras y de juego para

mantener un impacto de sensibilización y concientización, promoción e información relevante y actualizada en la promoción a la salud, con apoyo de material didáctico en video, testimonios reales, diapositivas, imágenes, gráficos, mapas conceptuales, talleres y ponencias.

Así mismo se utilizaron tres instrumentos de análisis tipo Likert previamente validados para identificar capacidades de autocuidado en alusión a ECD, SRR y PAd con un coeficiente alfa de Cronbach de .731, .971, .991, respectivamente. De la misma manera, para evaluar el impacto de las intervenciones educativas en la modificación de conductas de autocuidado, se utilizó otro instrumento validado por profesionales de la salud.

En el año 2018 se aplicaron los instrumentos para identificar capacidades de autocuidado previo a la impartición de las intervenciones educativas a las muestras iniciales anteriormente mencionadas. Un año posterior se localizó a estos mismos participantes obteniéndose una muestra de 49 estudiantes a los que nuevamente se les aplicaron los cuestionarios y además el instrumento para medir el impacto de la intervención.

La muestra inicial se vio reducida al año de seguimiento, puesto que algunos sujetos de la muestra original pudieron haberse dado de baja temporal o definitiva, entre otras circunstancias, lo que condiciona un sesgo considerable a tomar en cuenta para el propósito y seguimiento de este trabajo.

El procesamiento y análisis estadístico se llevó a cabo con el programa estadístico informático *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versión 20.0 para Windows. Para cada cuestionario se realizaron medidas descriptivas de cada variable (frecuencia absoluta y porcentajes) y prueba de Chi-cuadrada de Pearson para determinar relación entre variables de interés, considerando un nivel de significación estadística del 0.05.

Con previo consentimiento informado firmado por los participantes, el estudio retomó los estudios éticos y legales de los artículos 14, 21 y 22 de la Ley General de Salud en Materia de Investigación.

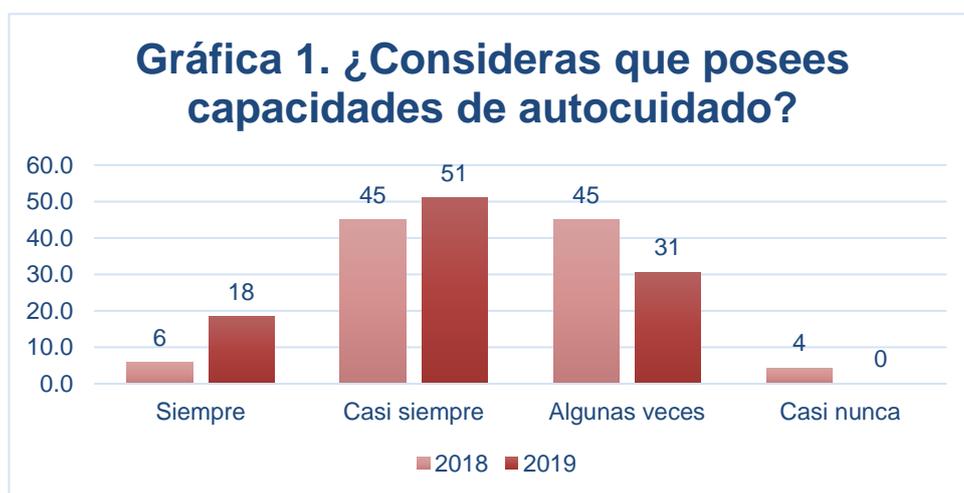
Resultados

A continuación se presentan los resultados preliminares de los cuestionarios pre y post intervención (2018 vs 2019), así como del instrumento para medir el impacto de dichas intervenciones. En el análisis de las gráficas, cuando nos referimos al 2018 son alumnos encuestados que aún no habían recibido la intervención y cuando nos referimos a los del 2019 son alumnos que recibieron la intervención un año previo.

I) Enfermedades Crónico-Degenerativas

La muestra inicial fue de 69 alumnos, conformada por mujeres y hombres. Un año posterior, la muestra fue de 49 alumnos de los cuales eran mujeres y varones.

Durante el primer año de estudio la mayor parte de la población pertenecía al grupo de 18 a 20 años con un 59.4% de la población total, habiendo transcurrido un año tras la intervención el grupo mayoritario ahora está en el rango de edad de 21 a 22 años con 39.1% del total de la muestra.



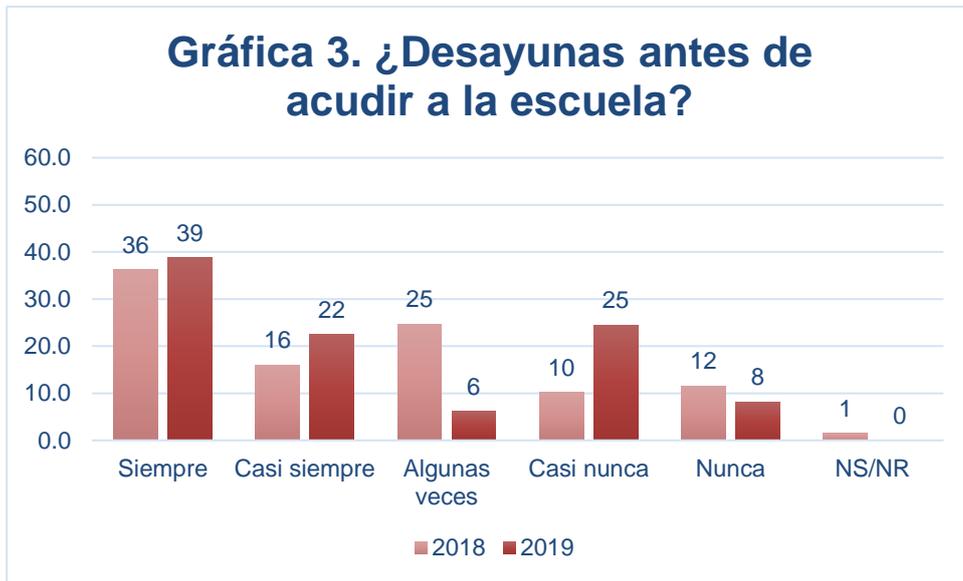
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En la gráfica 1 se aprecia que en ambos años la mayor parte de la muestra refiere tener actitudes de autocuidado, habiendo aumentado en el 2019 un 18% en las preguntas de “siempre” y “casi siempre”, con respecto al 2018. Con lo anterior podríamos inferir que la intervención tuvo un impacto en la población de estudio, ayudando a mejorar sus capacidades de autocuidado.



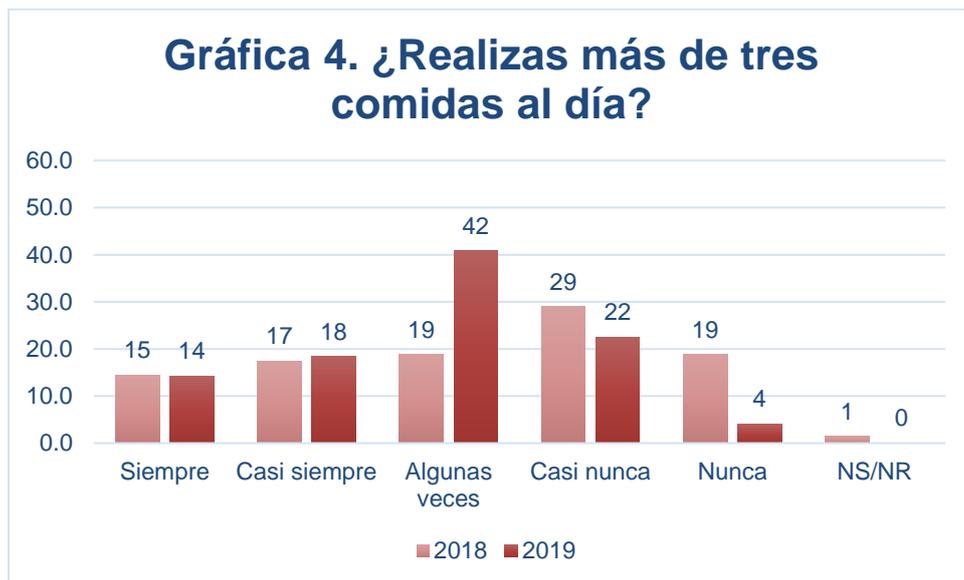
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Al analizar este gráfico se puede observar que en 2019 la mayor parte de la población permaneció más de 6 horas sentado por día con un 66%, en contraste con el 44% que lo hacía en 2018. Esto se puede asociar a la carga académica, que cada vez es mayor, así como las horas dedicadas al transporte, ocasionando que esta población sea cada vez más sedentaria y reduciendo el tiempo libre para que se ejerciten.



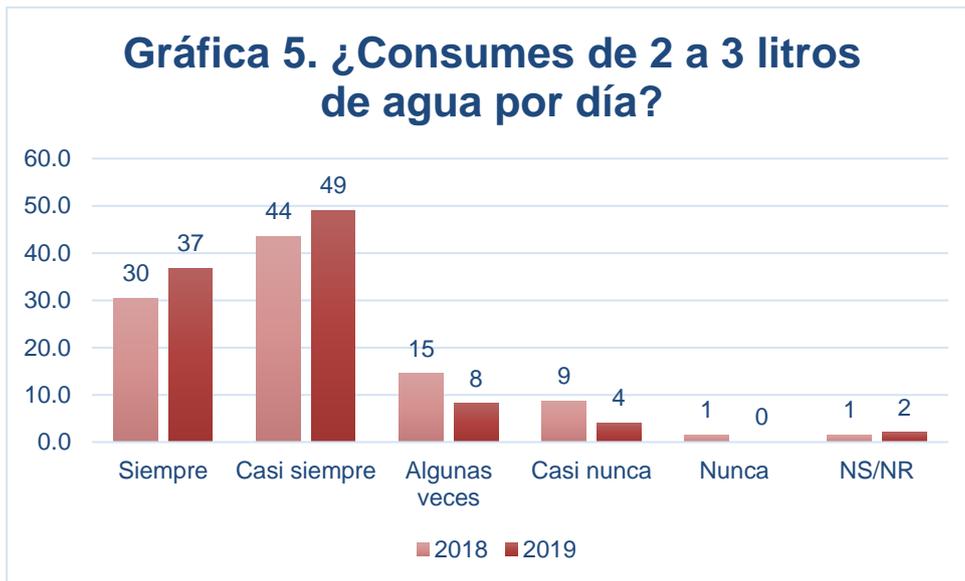
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Podemos apreciar cómo la mayor parte de la población en ambos años desayunan siempre antes de acudir a la Universidad, incrementando el porcentaje de quienes lo realizan en el 2019, por lo que se puede deducir que estos sujetos, posterior a la intervención, han decidido poner mayor empeño al cuidado de sus hábitos saludables, evitando así mayores horas de ayuno. Sin embargo, la población que casi nunca desayuna previo a acudir a la universidad incrementó drásticamente, esto se le puede atribuir también a lo previamente mencionado, una mayor carga académica, tiempo destinado a transportarse a la universidad, y por lo tanto menor disponibilidad de tiempo para dedicar a estas actividades.



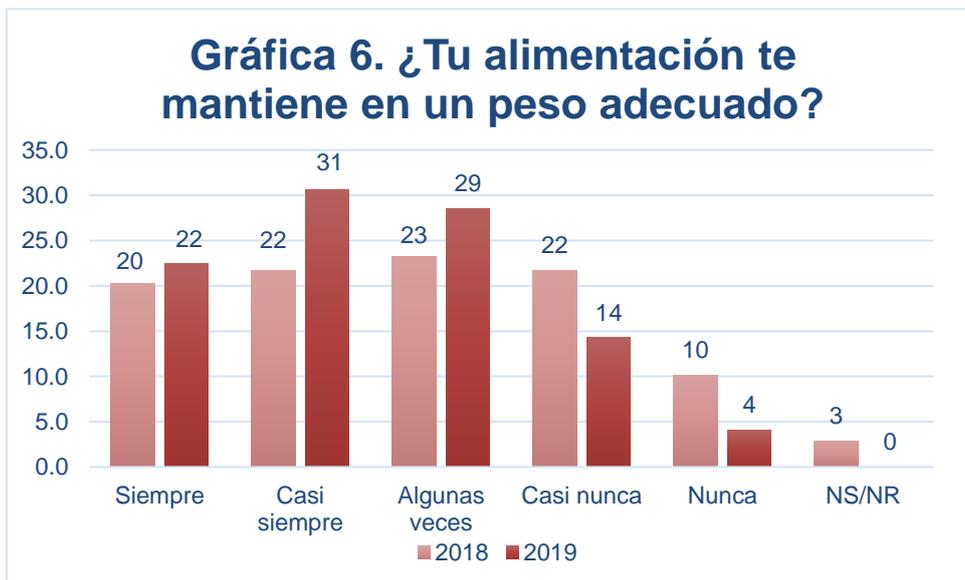
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Se observa un dramático aumento del 23% de la muestra del 2019 en la cantidad de alumnos que “algunas veces” realizan más de 3 comidas al día y una notable disminución del 15% de quienes “nunca” lo hacían en 2018. Por lo anterior podemos inferir que, a pesar de la falta de tiempo disponible para establecer hábitos saludables, los alumnos están conscientes de la importancia de establecer horarios y frecuencia de ingesta de alimentos, por lo que han empezado a realizar más de 3 comidas al día, después de la intervención.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

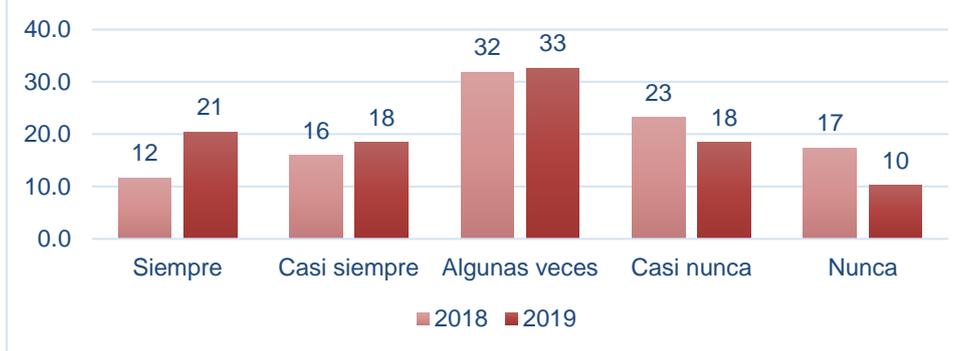
Los resultados que arroja esta gráfica muestran un aumento en el consumo de agua, con un 86% de respuestas favorables, en comparación con 74% previo a la intervención. Situación que permite tener un mejor equilibrio hidroelectrolítico del cuerpo, así como una homeostasis adecuada.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En el 2018 únicamente un 42% de los alumnos consideraba tener una dieta saludable, empero, en el 2019 el porcentaje incrementó a 53%. Con base a estos datos podemos decir que están adoptando los hábitos necesarios para mantenerse eutróficos.

Gráfica 7. ¿Realizas ejercicio programado dos o más días a la semana?



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

El porcentaje de sujetos que realiza ejercicio incrementó en un 11%. Por otro lado, el porcentaje de los que no realizan actividad física disminuyó en un 12%, posterior a la intervención. Situación que permite un equilibrio entre el aspecto físico y mental de los estudiantes.

II) Salud Sexual y Reproductiva

Respecto a las características sociodemográficas se observó que la muestra inicial fue de 92 sujetos, de los cuales el 87% son del sexo femenino y el 8.7% masculino. Al año de seguimiento, la muestra se redujo dando un total de 49 alumnos, manteniéndose la mayoría del sexo femenino con un 81.6% y el restante 18.4% del sexo masculino.

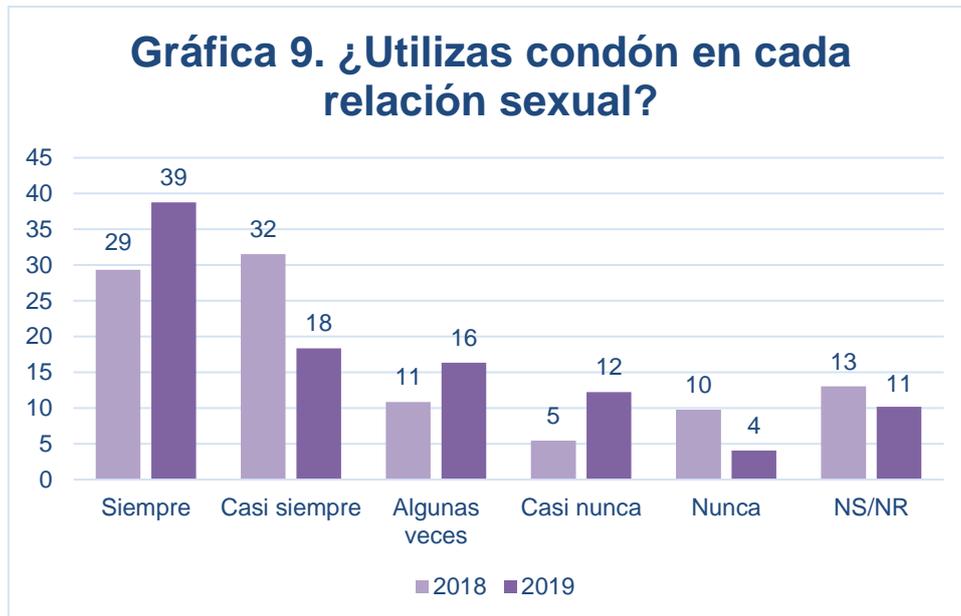
En cuanto a la edad, en el 2018, el 57.6% de los encuestados se encontraban en el rango de edad de 18 a 20 años, seguidos con el 27.2% en el rango de 21 a 22 años, en los rangos de 23 a 24 el 6.5% y de 25 o más 5.4%. En el 2019 se observa el crecimiento natural de la población ya que en el primer rango de 18 a 20 años existe una disminución al ser tan sólo el 16.3%, mientras que el segundo rango de 21 a 22 años hay una aumento pues estos representan el 55.2% de esta población. La población que va de 23 a 24 representaron un 16.3% también. Finalmente el rango de 25 o más representó un 12.2%.

Con relación al inicio de vida sexual activa, en el 2018, un 73.9% de los encuestados había iniciado vida sexual, mientras que un 20.7% aún no la iniciaban. En el 2019, se obtuvo que un 79.6% de los encuestados tenían vida sexual activa, mientras que un 12.2% no. Lo cual nos indica que la mayoría de los encuestados se encuentra en riesgo de adquirir una ITS en caso de no tomar las medidas adecuadas.



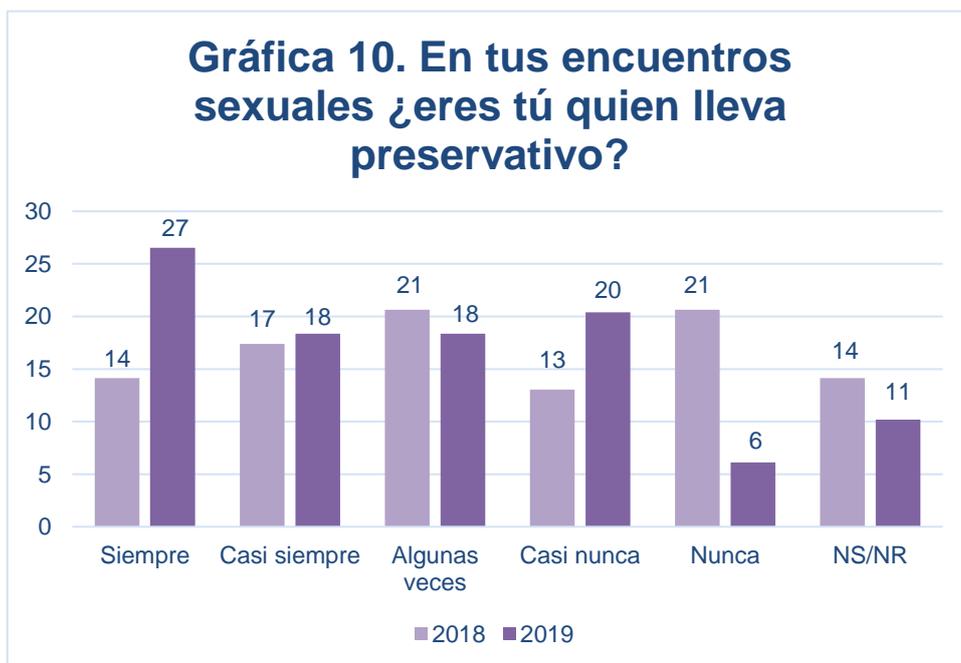
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

El 74% de los encuestados en 2018 consideraban sus prácticas sexuales como responsables, sin embargo un 4% no las consideraba así. De la misma manera, en el 2019 se obtuvieron respuestas favorables aumentando en un 2% respecto al año anterior.



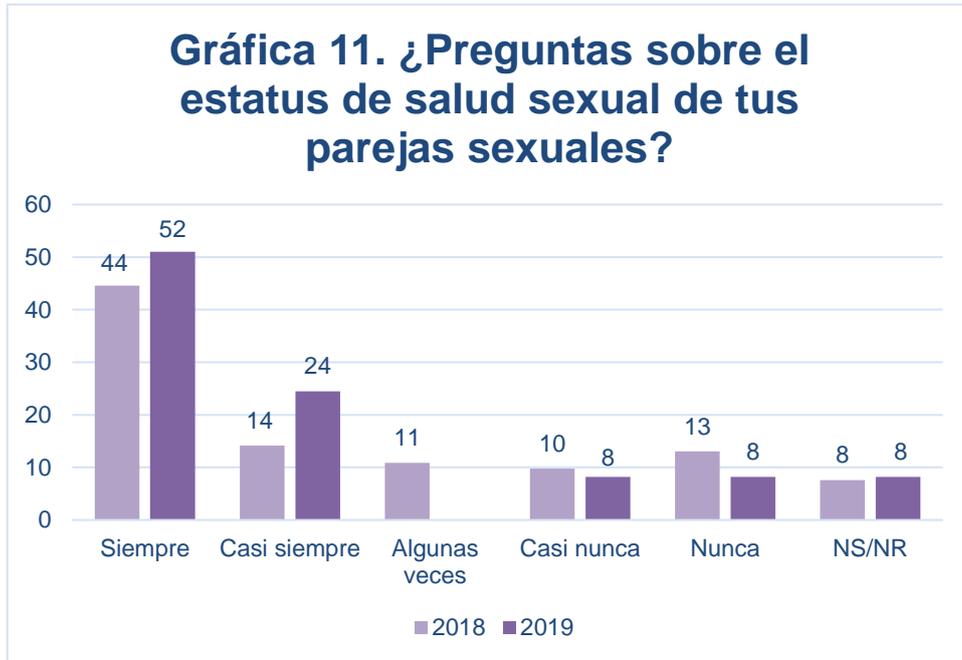
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En la gráfica 9, se observa un aumento del 10% en los alumnos que siempre usan preservativo y una disminución del 6% en sujetos que nunca lo utilizan. Es decir, la intervención tuvo un impacto positivo en la conducta sexual de los participantes.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

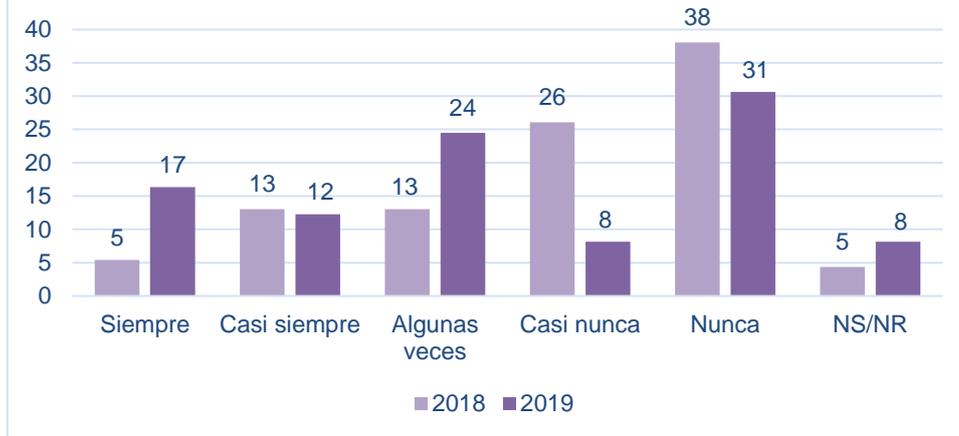
Previo a la intervención, solamente el 14% de los alumnos mencionó llevar preservativo a sus encuentros sexuales, en cambio, un 21% refirió nunca llevarlo. En contraste, en el 2019, los encuestados que siempre llevaron condón a sus encuentros con un total de 27%, y los que nunca lo llevan disminuyeron a un 6%.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Al analizar esta gráfica, se obtuvo respuestas favorables en un 58%, y sólo un 13% de los encuestados mencionó nunca preguntar. Por otra parte, en el 2019, las respuestas favorables representaron un 76% y los que nunca preguntan disminuyeron a un 8%. El autocuidado en materia de salud sexual favorecerá una condición saludable.

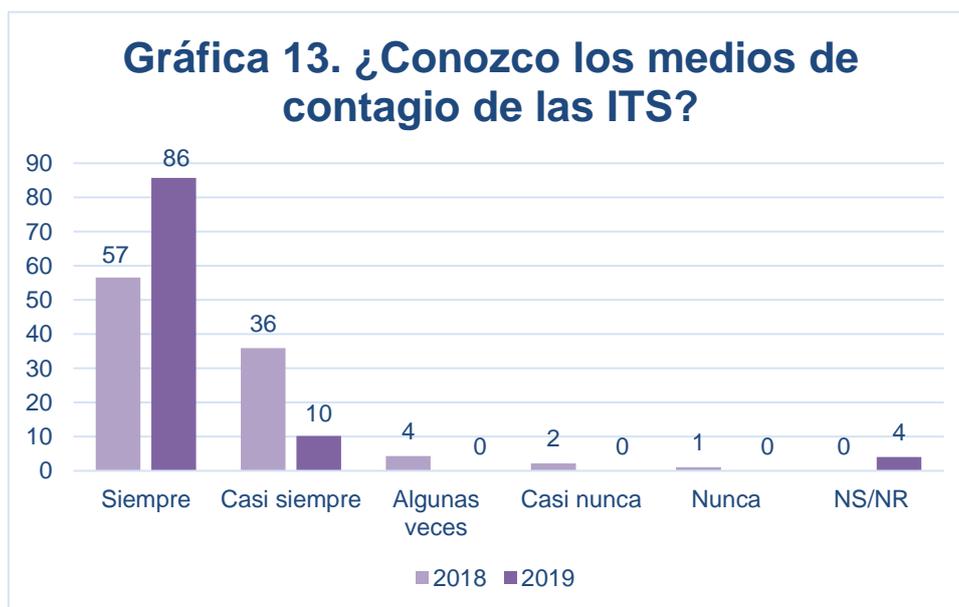
Gráfica 12. ¿Como mínimo cada seis meses me realizo pruebas para determinar mi estatus de salud sexual?



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

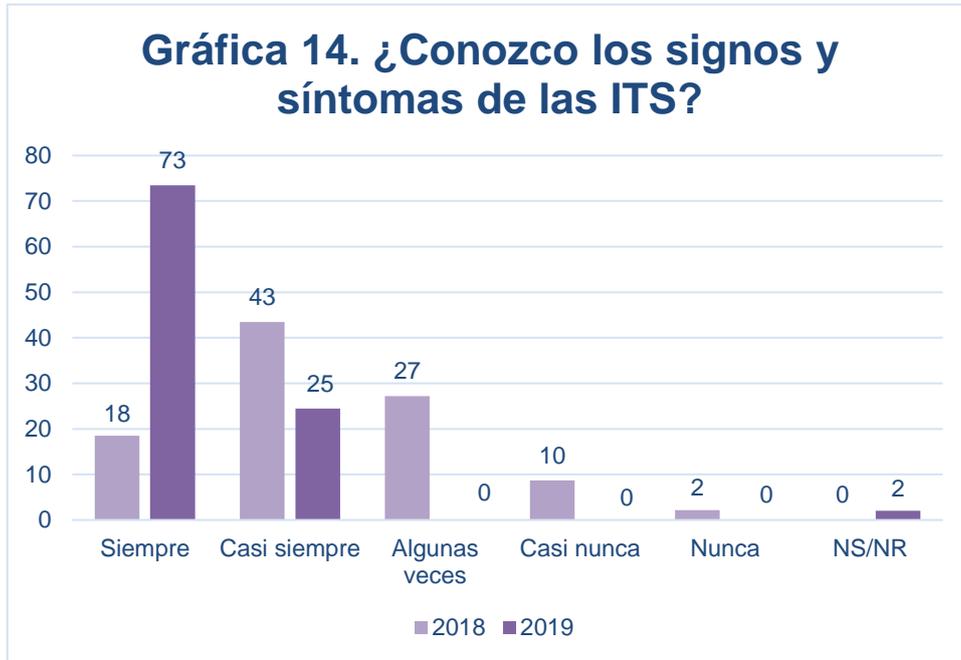
Se aprecia un aumento del 12% en los alumnos que se realizan pruebas de salud sexual y una disminución del 7% en los que nunca lo llevan a cabo, en contraste con el año previo. Los datos sugieren una mayor concientización por parte del alumno en esta materia.

Gráfica 13. ¿Conozco los medios de contagio de las ITS?



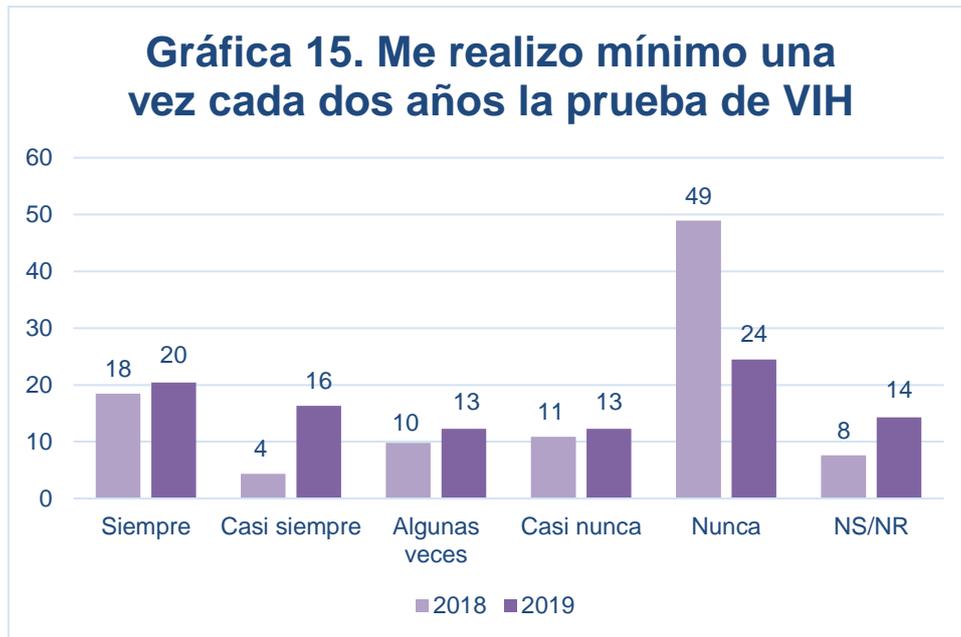
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Los encuestados aseguraron conocer los medios de contagio de las ITS en un 57% antes de recibir la intervención, porcentaje que se aumentó favorablemente en un 29% posterior a ésta. Lo que demuestra la importancia de la intervención educativa.



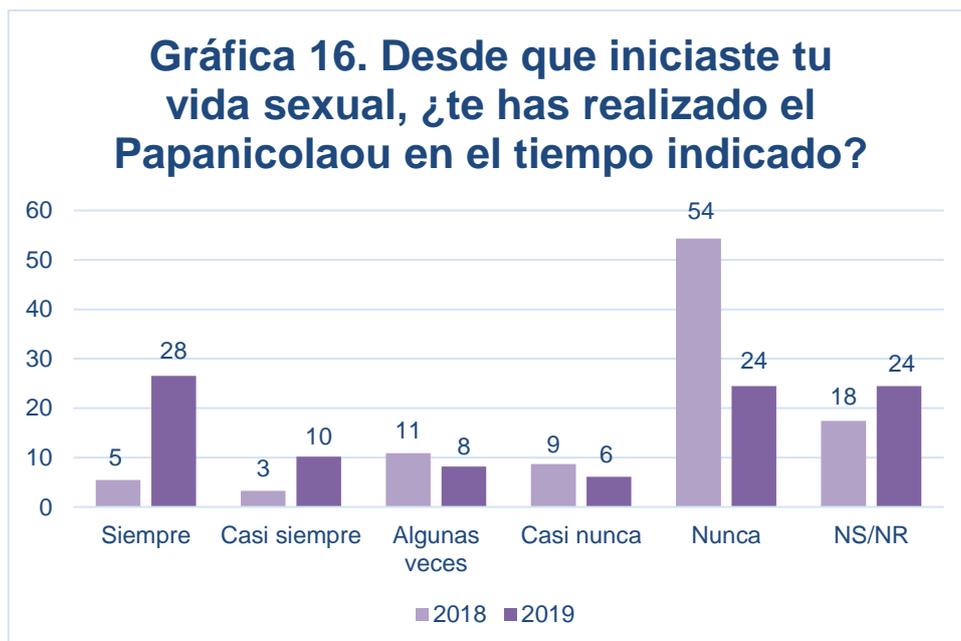
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Los resultados de esta gráfica señalan el efecto de las intervenciones para el conocimiento de signos y síntomas de las ITS. En el 2018 61% contestó de manera favorable y 27% refirió que algunas veces. En contraste con el 2019, se obtuvieron únicamente respuestas favorables representando un 98% de los alumnos.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

49% de la muestra nunca se realizaba periódicamente la prueba de VIH, solamente el 18% indicó realizársela siempre. En el 2019, el 25% refirió nunca realizársela, con un decremento de 24%, cifra que sugiere que existe un cambio en las actitudes respecto a la SSR después de las intervenciones.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En el 2018, el 54% de las alumnas refirieron nunca haberse realizado el Papanicolaou. Por el contrario, en el 2019, un 24% refirió no haberse realizado esta prueba. Indicando que existió una mayor autocuidado para su salud.

Gráfica 17. ¿Te realizas la autoexploración de mama mensualmente?



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

El 24% de las encuestadas reportaron realizarse la autoexploración mensualmente. En el 2019 se obtuvieron respuestas favorables en un 52%. Es importante notar que hubo un incremento considerable de un 29%. Este resultado, aunado a graficas pasadas, continúa sugiriendo el impacto positivo de la intervención educativa.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En esta gráfica, 2% de los encuestados sí se auto-exploraron mensualmente. Sin embargo, un año después, el porcentaje aumentó a un 9%. Cabe señalar que la autoexploración testicular no es una práctica conocida entre los varones, pero sí de importancia para la prevención del cáncer testicular.

III) Prevención de Adicciones

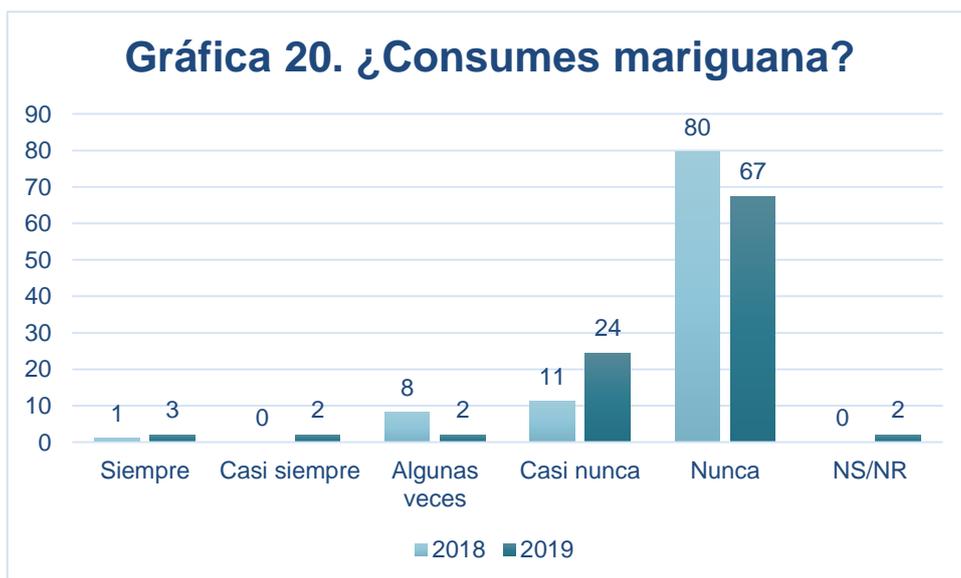
En el año 2018 se aplicó el instrumento para identificar capacidades de autocuidado para prevenir adicciones, previo a la impartición de la intervención educativa en la Unidad Xochimilco a 98 estudiantes de enfermería, 87.8% mujeres y 12.2% hombres. Un año posterior se rastreó a estos mismos participantes, obteniéndose una muestra de 49 estudiantes, 81.6% mujeres y 18.4% hombres, a los que nuevamente se les aplicó el cuestionario y además el instrumento para medir el impacto de la intervención.

Al igual que en las intervenciones previamente mencionadas, el rango de edad predominante en la muestra inicial del 2018 fue el de 19 a 20 años con 59.2%, mientras que para el 2019 el grupo predominante fue el perteneciente al rango de 21 a 22 años con 55.1%.



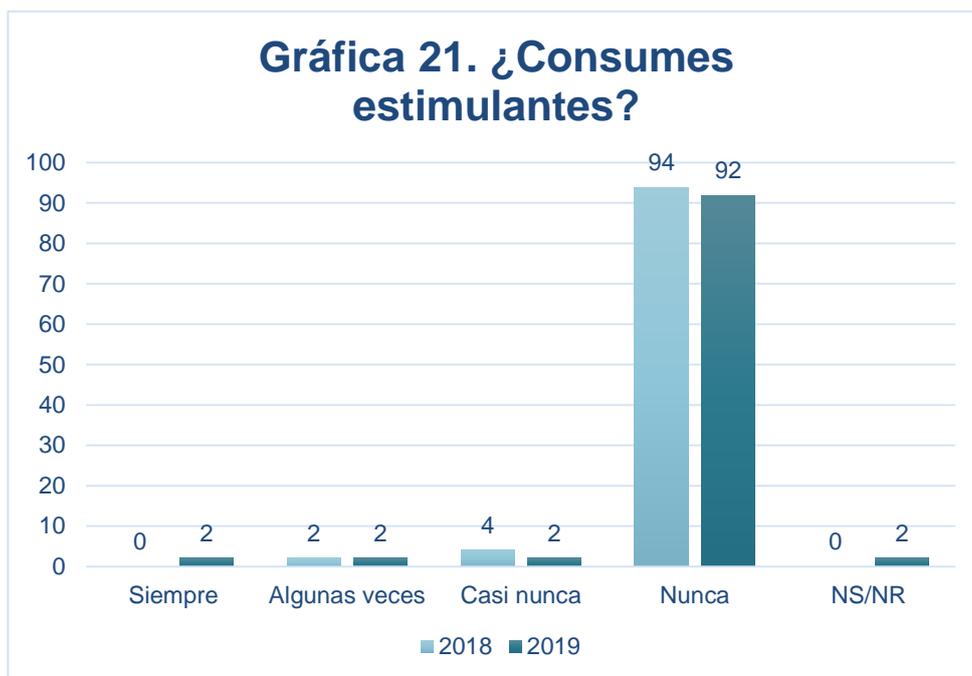
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Como se observa en esta gráfica, el consumo de bebidas alcohólicas se ha incrementado a pesar de haber recibido la intervención educativa, reflejando una realidad nacional preocupante por sus implicaciones en los ámbitos de salud, familiar, laboral y económico.



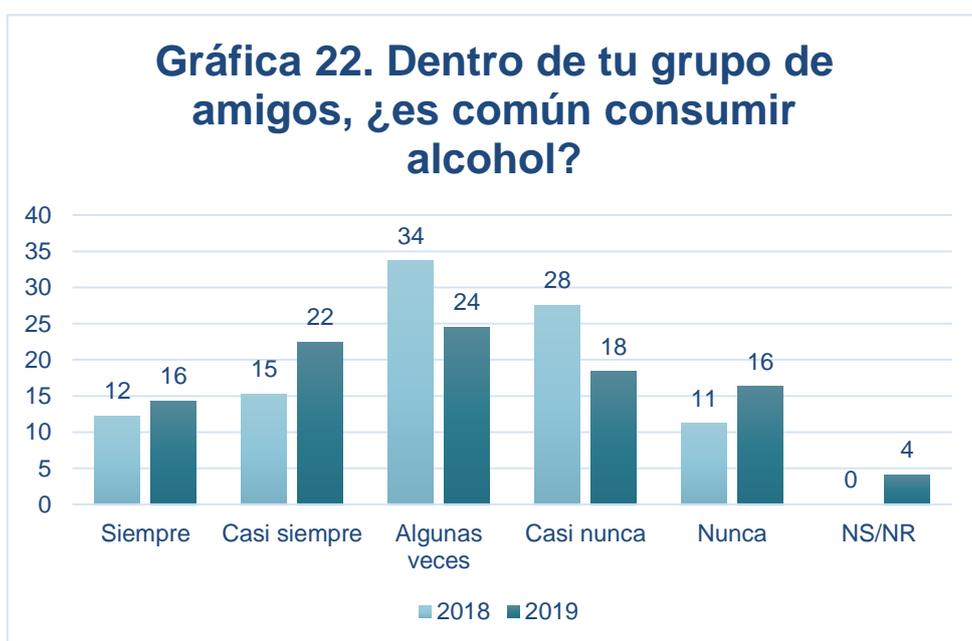
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En un año se incrementó el consumo ocasional de marihuana en un 13%, no encontrando beneficios tras la intervención.



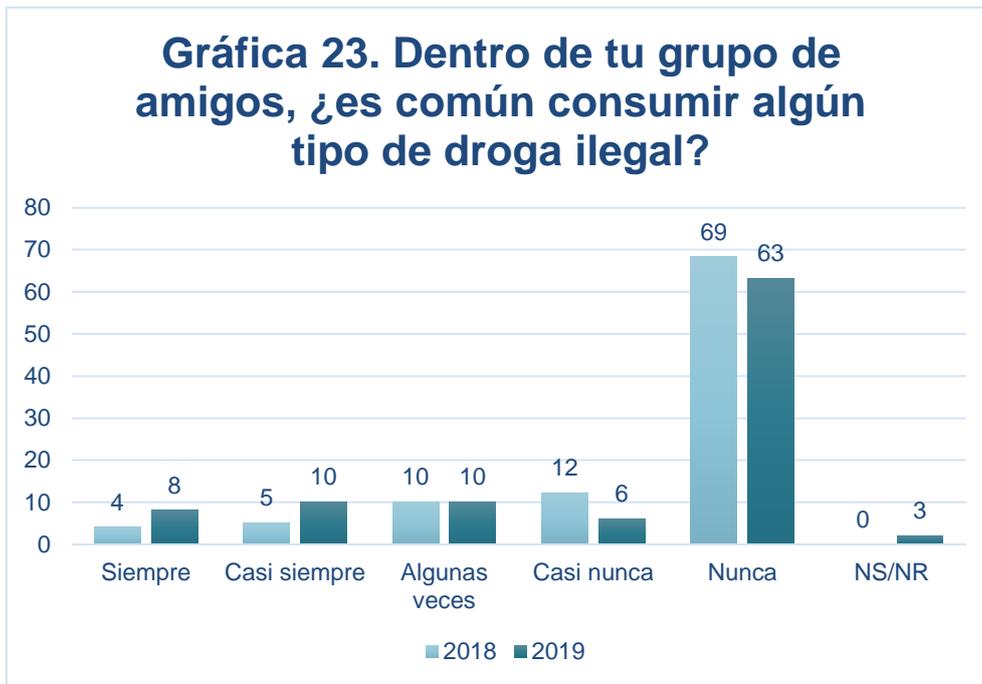
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

El alumnado del 2019 aumentó su consumo de estimulantes en un 2% a pesar de la intervención educativa.



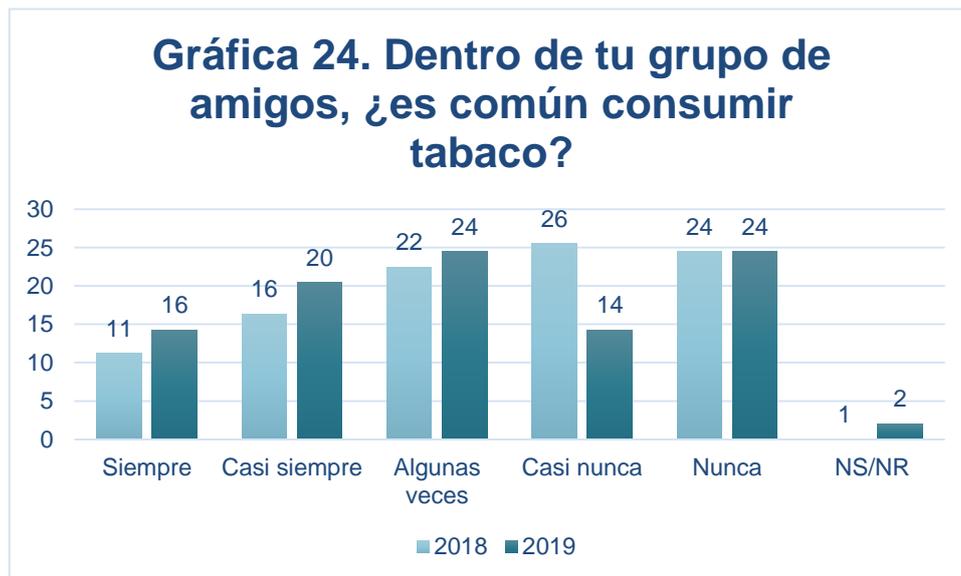
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

A pesar de haber recibido la intervención educativa, se presentó un incremento del 9% en los universitarios que refirieron consumir bebidas alcohólicas dentro del círculo social al que pertenecen.



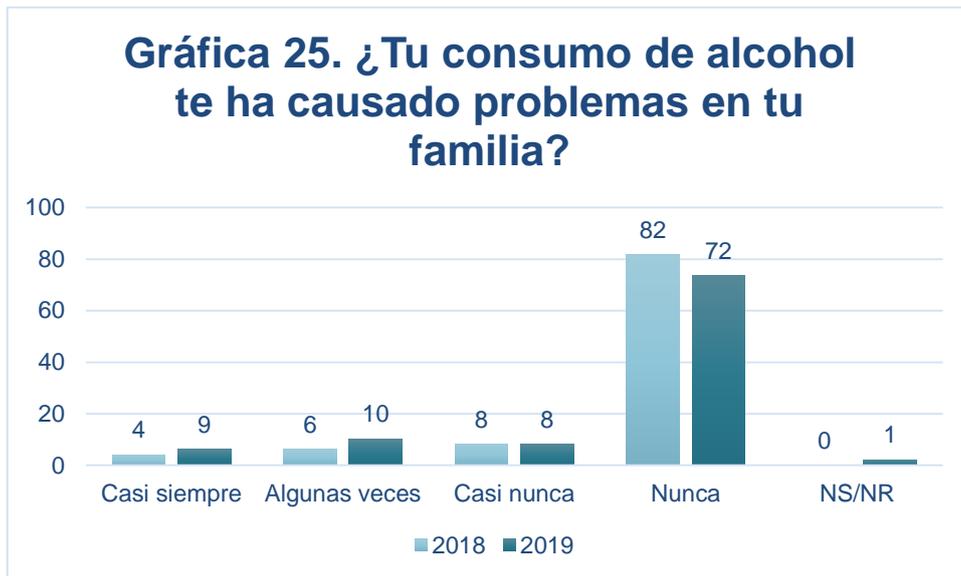
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

En el transcurso del 2018 al 2019 se duplicó de un 4% a un 8% la proporción de jóvenes que pertenecen a círculos sociales en donde es común consumir drogas ilegales, haciendo evidente la influencia social en el universitario.



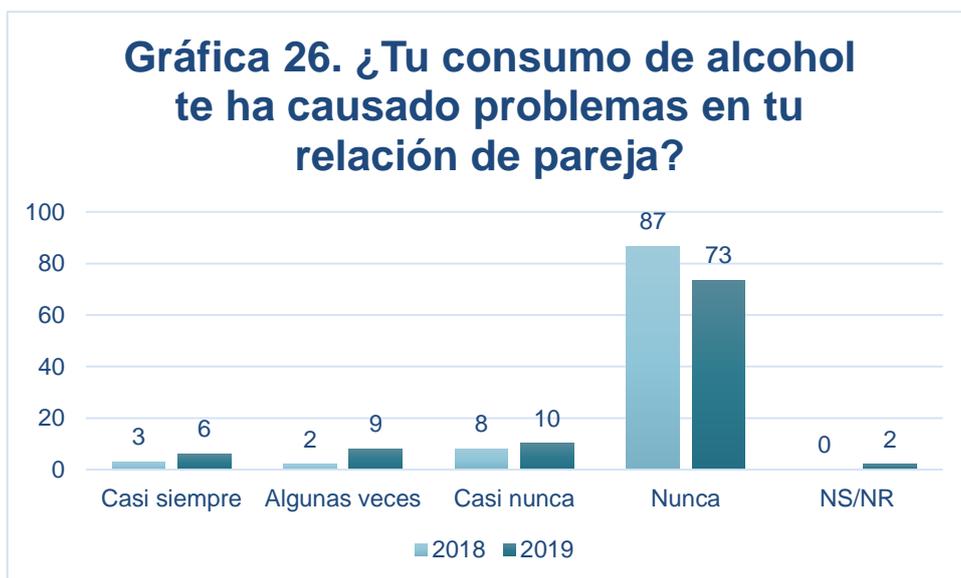
Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Como se percibe en la gráfica, con un alza del 9%, se ha hecho más común consumir tabaco dentro del grupo de amigos, incluso posterior a la intervención educativa.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Se observa una disminución del 10% en individuos que nunca han tenido problemas familiares debido al alcohol después de recibir la intervención, lo que se puede suponer que el alcohol continúa siendo un factor que abre la puerta a problemas familiares.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

La proporción de estudiantes de enfermería que ha sufrido problemas en su relación de pareja atribuidos al consumo de bebidas alcohólicas se triplicó de un 5% a un 15% un año posterior a participar en la intervención educativa en materia de PAd.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Como se observa en la gráfica, en el transcurso de un año se cuadruplicó de 3% a 12% el porcentaje de estudiantes que han tenido problemas de salud debido al consumo de alcohol.

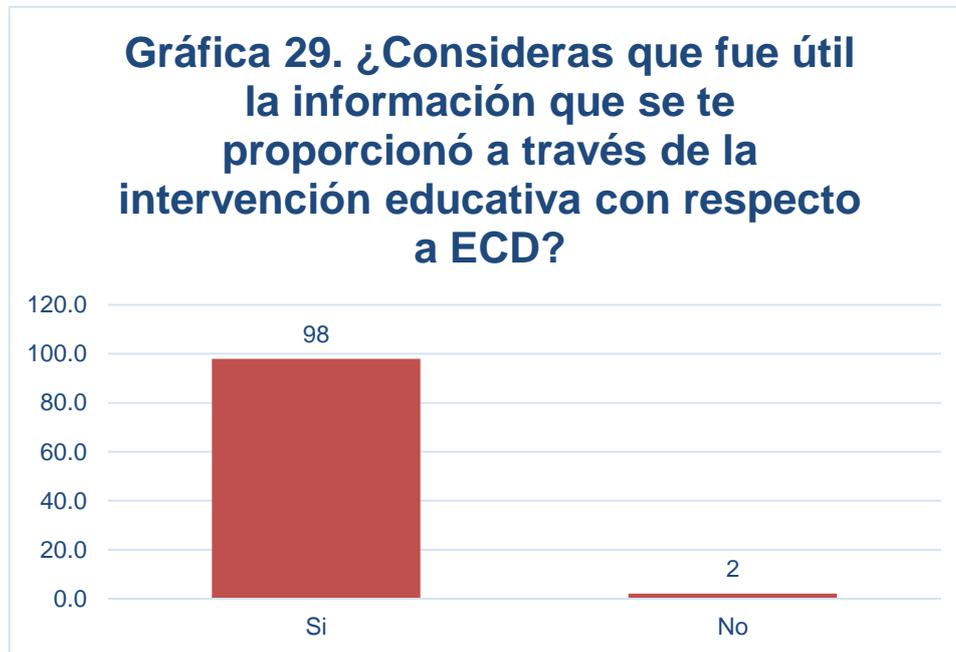


Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Con base en los efectos ya conocidos del alcohol, en esta gráfica podemos notar un aumento del 4% en las personas que consideran que su actitud se modifica a causa de éste, lo que permite un deterioro en las relaciones interpersonales.

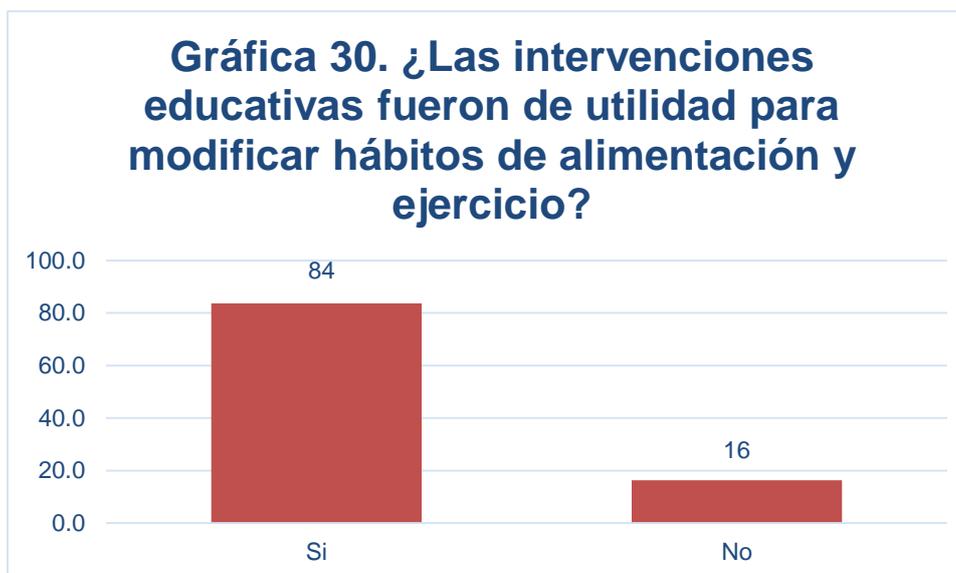
IV) Variables para medir el impacto de la intervención según los estudiantes de enfermería:

➤ Enfermedades Crónico-Degenerativas



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Se determina que la intervención educativa destinada a la prevención de ECD fue de utilidad en la mayor parte de los encuestados, con un 98% de la muestra.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

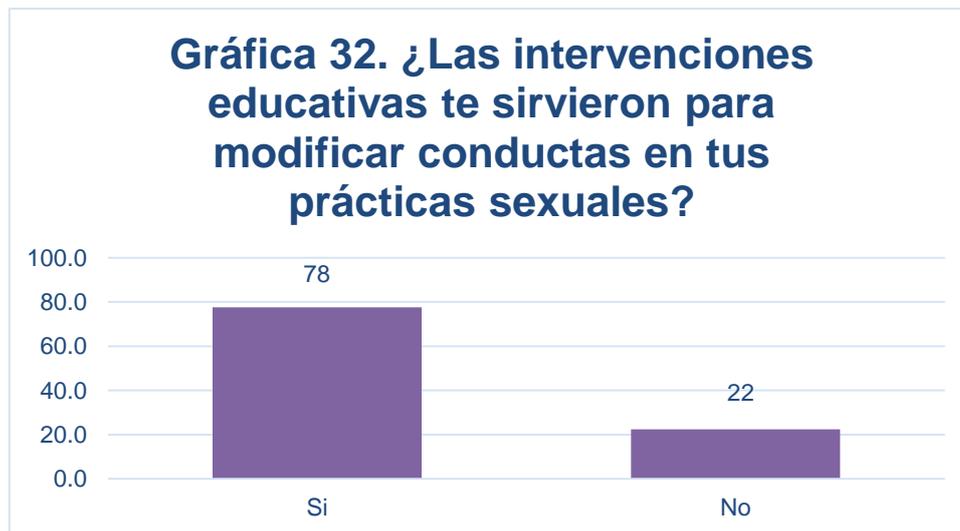
Los sujetos encuestados afirman haber modificado su estilo de vida en un 84% posterior a la impartición de las intervenciones educativas.

➤ Salud sexual y reproductiva



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Con respecto al impacto de esta intervención educativa, cabe destacar que el 96% de los encuestados consideró útil la información proporcionada en cuanto a SSR.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

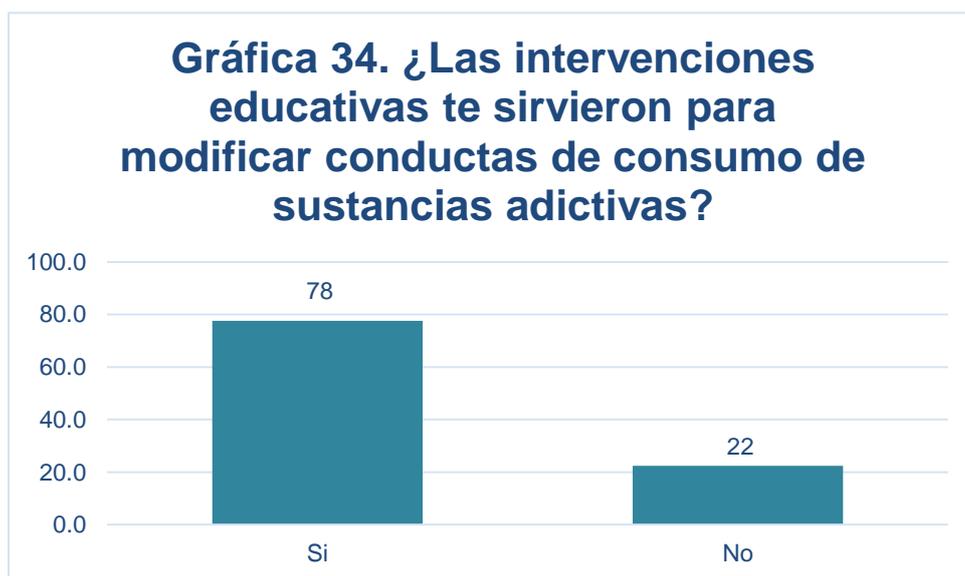
El 78% de los alumnos consideró que dichas intervenciones contribuyeron a modificar conductas en sus prácticas sexuales.

➤ Prevención de Adicciones



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

El 92% de los jóvenes universitarios que participaron en la intervención educativa sobre PAd opinaron que la información proporcionada fue de utilidad.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

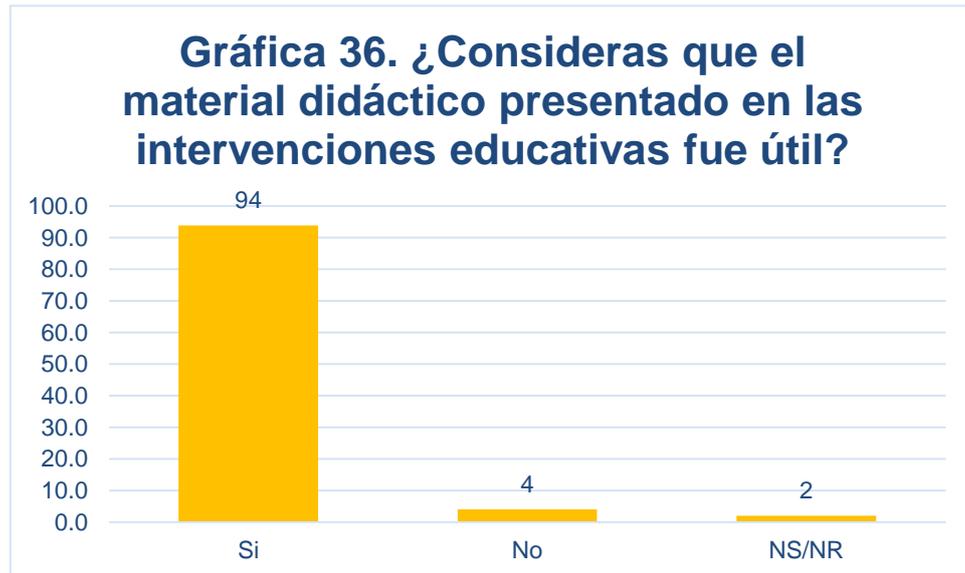
A pesar de que 78% de los participantes consideró que gracias a la intervención educativa lograron modificar sus conductas en cuanto al consumo de sustancias adictivas, un 22% no lo juzgó así.

V) Impacto general de las intervenciones educativas:



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

Las actividades realizadas como parte de las intervenciones educativas (testimoniales, material audiovisual, dinámicas vivenciales) fueron consideradas de utilidad en un 90% de los alumnos.



Encuesta realizada con estudiantes de enfermería en la UAM-X (2018-2019).

La mayoría de los participantes (94%) tuvo una opinión positiva respecto al material didáctico empleado (botargas de peso y de volumen, modelos anatómicos, jeringas de insulina, agua inyectable, entre otros) en las intervenciones educativas.

Discusión

Con relación a las actitudes y hábitos para la prevención de ECD encontramos, de manera general, resultados similares a los reportados por autores como G. Rivas-Espinosa et al, ⁽²²⁾ quienes en su estudio realizado en una población conformada por 2342 alumnos universitarios establecían que un 95.3 % poseían la capacidad de cambiar sus hábitos para mejorar su salud, de la misma manera un 90.9% desayunaban previo a acudir a clases y que el 50.1% no realizaban colaciones entre comidas (lapsos de 5 horas). Asimismo, Ortega Falcón et al ⁽²³⁾ encontraron que un 60% de su muestra de 100 estudiantes comían por lo menos 3 veces al día, evitando así, lapsos prolongados de ayuno, datos que demuestran que la mayor parte de la población tiene aptitudes de autocuidado en cuanto a la alimentación respecta, semejante a las estadísticas observadas en nuestro estudio.

Por otra parte, en lo que concierne a la actividad física, Molano- Tovar et al ⁽²⁴⁾ encontraron una correlación positiva entre el aumento de carga académica, el progreso del grado escolar y la disminución del tiempo disponible para poder realizar ejercicio y, por lo tanto, aseveran que “el estudiante universitario dedica mayor tiempo a sus actividades académicas por lo que se ve disminuido el nivel y la práctica de actividad física”. Asimismo, Rubio Henao RF y Varela Arevalo MT ⁽²⁵⁾ hallaron que la principal barrera presentada por el estudiante universitario para la carencia de actividad física fue la falta de tiempo, estando presente en un 50% de su muestra estudiada de 155 estudiantes. Este hallazgo es similar al encontrado por Ortega Falcón et al ⁽²³⁾ quienes observaron que el 50% de su población era sedentaria. Sin embargo, los resultados de nuestra investigación, hasta el momento, han sido muy satisfactorios ya que el porcentaje de alumnos que realizan actividad física incrementó un año posterior a la intervención, a pesar de las barreras previamente mencionadas, demostrando que ellos conocen la importancia que el ejercicio representa para mantener un estilo de vida saludable y están conscientes de las repercusiones que conlleva no realizarlo.

Diversos autores coinciden que el autocuidado en jóvenes universitarios es un tema de suma relevancia, ya que esta etapa en la vida de los adultos jóvenes se trata de una época llena de cambios y transición en el estilo de vida, que no siempre se ve modificado de manera saludable por diferentes motivos antes expuestos, así como la

independización de los padres y la falta de recursos económicos, repercutiendo así de manera directa sobre la salud de los universitarios. Sin embargo, observamos que la aplicación de estas didácticas ha sido una herramienta útil en la modificación de hábitos de autocuidado en los alumnos de enfermería de la UAM, resultados que se ven reflejados en el mejoramiento de las conductas presentadas posterior a las intervenciones.

Tras un minucioso análisis de las diferentes gráficas nos percatamos que los conocimientos, las conductas y hábitos de los alumnos se modificaron satisfactoriamente posterior a la aplicación de la intervención, por lo que se puede aseverar que esta impactó de manera positiva en los alumnos, permitiendo así una mayor capacidad de autocuidado.

En cuanto al impacto en la intervención de SSR, se puede observar en las gráficas analizadas que se presentaron cambios favorables, constituyendo un logro que, tras la aplicación de esta didáctica, exista mejoría en relación a las conductas que conciernen a este tema. Lo que concuerda con autores como Menor Rodríguez MJ et al, ⁽²⁶⁾ quienes refieren que estas actividades constituyen un recurso adecuado para lograr cambios en el estilo de vida.

Respecto al uso de condón, se presentó un aumento en la cantidad de alumnos que comentan utilizarlo y en los que lo refieren llevar a sus encuentros sexuales, posterior a la intervención, lo cual nos habla de un incremento en la conciencia de los alumnos, puesto que no usar preservativo los expone a un mayor riesgo de contraer ETS. ⁽²⁷⁾

Cabe destacar que un aspecto que mejoró al año de recibir la intervención fue la responsabilidad ante su propio cuerpo, ya que tanto la realización del Papanicolaou como la autoexploración de mama aumentaron. En cuanto a la autoexploración testicular, no se encontraron cambios significativos puesto que la población masculina era minoritaria en nuestra muestra, aunado a que no existe la suficiente divulgación de la información o campañas de salud al respecto.

De igual forma, esta intervención funcionó para aumentar el conocimiento sobre temas de salud sexual, puesto que posterior a ésta, solo se reportaron respuestas positivas

en cuanto al conocimiento de medios de contagio, signos y síntomas de las ITS, al igual que en el estudio de Tello DMP, Campos SCME ⁽²⁸⁾ en el cual se aplicó un programa educativo sobre VIH/SIDA, tras el cual los participantes aumentaron sus conocimientos en cuanto al tema.

Sin embargo, los temas de educación sexual pueden llegar a considerarse un tema tabú, aún en la educación superior, por lo que la universidad es un ámbito ideal para continuar promoviendo conductas sexuales seguras, abordando estos temas sin estigmas o limitaciones que impidan su comprensión y así poder ejercer su sexualidad de manera responsable. ⁽²⁹⁾

Los hallazgos obtenidos con respecto a la PAd muestran un aumento en el consumo de drogas lícitas e ilícitas por parte de los estudiantes de enfermería. Esto es un reflejo de la estadística nacional, ⁽¹⁸⁾ y es preocupante el incremento en el consumo de alcohol en jóvenes universitarios, ya que conlleva una serie de problemas en los ámbitos de salud, familiar, laboral, personal y económico. ^(1, 30, 31) [Ver gráficas 19-21]

Al ser una población mayoritariamente femenina, no se pudieron establecer diferencias significativas relacionadas con el sexo, sin embargo la abstinencia en las mujeres se vio disminuida en el transcurso de un año a pesar de haber recibido la intervención educativa, demostrándose un consumo progresivo y alarmante, así como una menor percepción de riesgo hacia el consumo. ^(1, 32)

Los motivos que llevan a una persona a la necesidad constante de consumo de alguna droga tienen raíces en diferentes planos de su vida, lo que hace quimérico determinar un motivo en particular en relación al consumo de sustancias, no obstante, la imitación o aprendizaje de esta conducta es un elemento clave en estudiantes universitarios. ⁽³³⁾ Según diversos autores, tanto la familia como el grupo de amigos influyen significativamente en el consumo de drogas, ya sea actuando como un factor protector o como un factor de riesgo. ^(1, 32, 34)

Al igual que en otros estudios, encontramos relación entre el consumo de alcohol y drogas con modificaciones de actitud, conflictos en el núcleo familiar y con la pareja,

así como problemas de salud, fracaso escolar y amistades que consumen estas sustancias. ⁽³²⁾ [Ver gráficas 22-28]

La población universitaria ha sido objeto de la influencia de tendencias mundiales en relación con el consumo de sustancias adictivas. De la misma manera, el uso de drogas puede conferir cierta categoría social, permitir el ingreso a un grupo determinado siendo causa de aprobación o admiración en su entorno. Dicho lo anterior, el entorno social parece influir en la disminución de la percepción del riesgo hacia el consumo de drogas en los adolescentes. ^(31, 32, 33, 35)

Bilbao, F. & Palacios, B. ⁽³²⁾ mencionan que "aunque en el país existen leyes para prohibir el consumo de alcohol entre menores, frecuentemente se posee una actitud permisiva por parte de los padres y las autoridades, quienes favorecen el mismo. En general esta actitud de tolerancia y permisividad se presenta por parte de nuestra sociedad ante todas aquellas drogas que se usan legalmente".

El riesgo de consumo de drogas ilícitas y alcohol aumenta sustancialmente conforme los alumnos progresan en sus estudios y alcanza un punto alto al llegar a la universidad, y se incrementa aún más entre los universitarios que cursan semestres o periodos más avanzados. ⁽³⁶⁾

De manera paulatina y silenciosa se está incrementando el consumo de drogas ilícitas dentro de este colectivo, el cual es responsable de la educación sanitaria y que funge como modelo de hábitos saludables para la población. ⁽¹⁾

Los resultados que arrojó esta investigación se traducen a que la intervención educativa en materia de PAd no es herramienta suficiente para crear conciencia de autocuidado ni para disminuir el fenómeno creciente de consumo de alcohol, marihuana y otras drogas ilegales en jóvenes universitarios de la UAM-X.

Conclusiones

La utilidad de las intervenciones educativas para lograr un aprendizaje más profundo es evidente ya que las actividades y dinámicas presentadas contribuyen a que el alumno comprenda mejor los temas puesto que es una experiencia vivencial, la cual influye en ellos y en la modificación de sus conductas. ⁽³⁷⁾ Lo anterior se vio reflejado en la positividad de los resultados posterior a las intervenciones de ECD y SSR, por lo que se pretende continuar con la aplicación de las intervenciones con el propósito de ampliarlas a las demás licenciaturas de la unidad.

En contraste a estos resultados satisfactorios, la intervención de PAd no generó un impacto positivo en los estudiantes, pese a que el consumo abusivo de alcohol y tabaco son de los principales factores de riesgo para morbi-mortalidad prematuras. ⁽³⁵⁾ Diversas investigaciones asientan que las intervenciones que implican al menos 4 componentes han demostrado resultados particularmente positivos, especialmente aquellos que incluyen una retroalimentación personalizada, haciendo de este componente un punto clave para la modificación de esta intervención. ⁽³⁸⁾ De la misma forma es menester conocer la manera en que se comporta el fenómeno del consumo de drogas en la población estudiantil. ^(34, 36, 39)

Si consideramos que la etapa universitaria es la última oportunidad para llevar a cabo estrategias como la promoción de la salud con el propósito de fomentar hábitos y estilos de vida sanos, es indispensable continuar aplicando éstas intervenciones a la población universitaria, tomando en cuenta la innovación de la intervención de PAd. ⁽³⁵⁾

Finalmente, el trabajar en conjunto con la carrera de Enfermería nos permitió ampliar nuestra perspectiva de la importancia del autocuidado y la promoción de la salud desde un enfoque multidisciplinario, permitiendo que nuestra formación como médicos se vea enriquecida en beneficio de la población. Dicho esto, sería de utilidad que futuros médicos pasantes de servicio social continúen participando en este proyecto.

Bibliografía

1. Garrido-González I, Bugarín-González R, Machín-Fernández A. Consumo de drogas en estudiantes de enfermería. *Enfermería Clínica*. 2016; 26(3):174-180.
2. Nava G, Valdéz L, Zamora R. Modelo de consultoría en enfermería neurológica. *Enf Neurol Mex*. 2012; Vol. 11, No. 1: 6-13. [Consultado el 17/06/2019]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2012/ene121b.pdf>
3. Soto V. Tendencia e impacto de la consulta de enfermería en Bogotá. [Consultado el 17/16/2019]. Disponible en: http://www.enfermeria.unal.edu.co/revista/articulos/xxii2_3.pdf
4. Tobón C. El autocuidado una habilidad para vivir. Colombia. [Consultado el 17/06/2019]. Disponible en: http://promocionsalud.ucaldas.edu.co/downloads/Revista%208_5.pdf
5. Orem D. La teoría de enfermería del autocuidado. Una teoría general. En: *Modelo de Orem*. España. Ed. Masson; 1993. pp 131,205
6. Sánchez-Hoil A, Andueza-Pech M, Santana-Carvaja A, Hoil-Santos J, CuFarfán-López J. Características sociodemográficas y perfil de consumo de tabaco y drogas en estudiantes de dos universidades de México. *REVISTA BIOMÉDICA*. 2017;28(1).
7. Diario Oficial de la Federación (n.d.). MODIFICACION a la Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-1994, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus en la atención primaria para quedar como Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-1994, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes. Ciudad de México: Roberto Tapia Conyer. Disponible en: <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/nom/m015ssa24.html>
8. American Heart Association (2017). ¿Qué es la presión arterial alta? Respuestas del Corazón. [internet] Disponible en: https://www.heart.org/-/media/data-import/downloadables/4/c/5/whatishighbloodpressure_span-ucm_316246.pdf [Consultado el 13 Enero 2020].
9. Organización Mundial de la Salud. Temas de Salud. Obesidad. (Internet). (Consultado el 13/10/19). Disponible en: <https://www.who.int/topics/obesity/es/>
10. Oecd.org. (2020). [internet] Disponible en: <https://www.oecd.org/mexico/Heavy-burden-of-obesity-Media-country-note-MEXICO-In-Spanish.pdf> [Consultado el 11 Enero. 2020].

11. Valadez, B. (2020). Sobrepeso y obesidad cuestan 5.3% del PIB a México cada año: OCDE. Milenio. [internet] Disponible en: <https://www.milenio.com/politica/comunidad/mexico-obesidad-paso-emergencia-sanitaria-desastre-economico> [Consultado el 11 Enero 2020].
12. INEGI. Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Presentación de resultados. (Internet). (Consultado el 21/11/2019). Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=Obesidad>
13. Salud Sexual [Internet]. Organización Mundial de la Salud. [citado el 17 de dic 2019]. Disponible en: http://www.who.int/topics/sexual_health/es/
14. Rowley J, Vander Hoorn S, Korenromp E, Low N, Unemo M, Abu-Raddad LJ, et al. Global and Regional Estimates of the Prevalence and Incidence of Four Curable Sexually Transmitted Infections in 2016. *WHO Bulletin*. June 2019. Disponible en: https://www.who.int/bulletin/online_first/BLT.18.228486.pdf
15. Report on global sexually transmitted infection surveillance, 2018. Geneva: World Health Organization; 2018. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.
16. de Sanjosé S, Díaz M, Castellsagué X, Clifford G, Bruni L, Muñoz N, et al. *Lancet Infect Dis*. 2007 Jul;7(7):453-9. Disponible en: [https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099\(07\)70158-5/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/laninf/article/PIIS1473-3099(07)70158-5/fulltext)
17. VIH/SIDA. Datos y Cifras. Organización Mundial de la Salud. [Citado el 17 de dic 2019]. Disponible en: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>
18. Secretaría de Salud. Boletín Epidemiológico. Número 49. Volumen 36. Semana 49. Del 1 al 7 de diciembre 2019; 2019: 24-28
19. Salud Sexual y Reproductiva en Adolescentes y Jóvenes [Internet]. Fondo de Población de las Naciones Unidas. [Citado el 17 de dic de 2019]. Disponible en: <https://mexico.unfpa.org/es/topics/salud-sexual-y-reproductiva-en-adolescentes-y-jovenes>
20. [Internet]. Gob.mx. 2019 [cited 20 October 2019]. Available from: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/477564/Informe_sobre_la_situacion_de_las_drogas_en_Mexico_.pdf
21. Menor Rodríguez M, Aguilar Cordero M, Mur Villar N, Santana Mur C. Efectividad de las intervenciones educativas para la atención de la salud. Revisión sistemática [Internet]. Scielo.sld.cu. 2019 [cited 11 November 2019]. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2017000100011

22. Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional contra las Adicciones, Secretaría de Salud. Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017: Reporte de Drogas. Villatoro-Velázquez, J.A., Reséndiz-Escobar, E, Et. al. Ciudad de México, México: INPRFM; 2017
23. Cruz Z, Ramírez P, Pérez M, Martínez S. CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y OTRAS DROGAS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS [Internet]. Respyn.uanl.mx. 2019 [cited 4 July 2019]. Available from: <http://respyn.uanl.mx/index.php/respyn/article/view/338>
24. Oxandabarat A. OPS/OMS Uruguay - El alcohol es responsable de al menos 80.000 muertes al año en las Américas, señala estudio de la OPS/OMS | OPS/OMS [Internet]. Pan American Health Organization / World Health Organization. 2014 [cited 17 September 2019]. Available from: https://www.paho.org/uru/index.php?option=com_content&view=article&id=797:el-alcohol-responsable-menos-80-000-muertes-ano-americas-senala-estudio-ops-oms&Itemid=451
25. Fernández R, Tovar F, Palmero C, Bolaños R, González A. Consumo de drogas en estudiantes universitarios de la provincia Cienfuegos [Internet]. Revfinlay.sld.cu. 2019 [cited 4 June 2019]. Available from: <http://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/459>
26. Rivas- Espinosa G, Feliciano- León A, Verde-Flota E, Aguilera- Rivera M, Cruz-Rojas L, Correa- Argueta E, Valencia Oliva A. Autopercepción de capacidades de autocuidado para prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en estudiantes universitarios. Enfermería Universitaria. 2019; 16 (1): 4-14. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.222201/eneo.23958421e.2019.1.575>
27. Ortega- Falcón MR, Reynoso- Gómez JG, Figueroa- Ibarra C. Autocuidado presente en estudiantes de enfermería de la Universidad de Sonora. Sanus. Departamento de Enfermería. Universidad de Sonora.
28. Molano- Tovar NJ, Vélez- Tovar RA, Rojas- Galvis EA. Actividad física y su relación con la carga académica de estudiantes universitarios. Hacia Promoc. Salud. 2019; 24 (1): 112-120. DOI: 10.17151/hpsal.2019.24.1.10
29. Rubio Henao RF, Varela Arevalo MT. Barreras percibidas en jóvenes universitarios para realizar actividad física. Revista Cubana de Salud Pública. 2016;42(1):61-69

30. Menor Rodríguez MJ et al. Efectividad de las Intervenciones educativas para la atención de la salud. Revisión sistemática. . *Medisur*. 2017; 15(1): 71-84.
31. Cortés Alfaro Alba, García Roche René, Ochoa Soto Rosaida. Sexual behavior and condom use among students from the School of Health Technology. *Rev Cubana Med Trop* [Internet]. 2015 Ago [citado 2020 Ene 07]; 67(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0375-07602015000200007&lng=es.
32. Tello DMP, Campos SCME. Efectividad de un programa educativo sobre VIH/Sida aplicado a universitarios dentro del enfoque promocional. *Cuid salud*, ene-jun 2015; 2(1):125-136
33. Ríos-Becerril J, Cruz-Bello P, Becerril-Amero P, Maldonado-González V. Intervención educativa de enfermería sobre salud sexual y reproductiva en adolescentes. *Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc*. 2016; 24(1):51-4.
34. Arellanez Hernández, J., de San Jorge Cárdenas, X., Salas García, B. and Beverido Sustaeta, P. (2020). *Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en estudiantes universitarios de ciencias de la salud*. [online] Ecorfan.org. Available at: https://www.ecorfan.org/republicofnicaragua/researchjournal/investigacionessocial/es/journal/vol2num6/Revista_Investigaciones_Sociales_V2_N6_4.pdf [Accessed 15 Aug. 2019].
35. Beltrán-Matute, B., Oseguera-Lazo, P., Coello-Paz, I., Posas-Mejía, O., García-López, L., Lanza, E. and Alvarado, C. (2016). *Variabilidad del Consumo de Drogas en Estudiantes de la Carrera de Química y Farmacia de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras 2016*. [online] Archivosdemedicina.com. Available at: <http://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/variabilidad-del-consumo-de-drogas-en-estudiantes-de-la-carrera-de-quimica-y-farmacia-de-la-universidad-nacionalautnoma-de-honduras.php?aid=9967> [Accessed 3 Nov. 2019].
36. Bilbao, F. and Palacios, B. (2017). *Factores psicosociales en el consumo de drogas en el adolescente*. [online] Inventio.uaem.mx. Available at: <http://inventio.uaem.mx/index.php/inventio/article/view/6/5> [Accessed 14 Oct. 2019].
37. Miña Oliveros, L., O" Relly Noda, D., Pérez Delgado, Z. and García Hernández, C. (2018). *Consideraciones sobre las adicciones en la formación del profesional de Ciencias Médicas*. [online] Scielo.sld.cu. Available at:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242018000200027
[Accessed 3 Oct. 2019].

38. Gonzalez, Y., Mann, R., Hamilton, H., Erickson, P., Sapag, J., Brands, B., Strike, C., Simich, L., Giesbrecht, N., Wright, M., Cumsille, F. and Khenti, A. (2015). El uso de drogas entre los estudiantes universitarios y su relación con el maltrato durante la niñez y la adolescencia. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 24(spe), pp.88-96.
39. Reguera Torres, M., Sotelo Cruz, N., Barranza Bustamante, A. and Cortez Laurean, M. (2020). *Estilo de Vida y Factores de Riesgo en Estudiantes de la Universidad de Sonora: Un Estudio Exploratorio*. [online] Medigraphic.com. Available at: <https://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2015/bis152b.pdf>
[Accessed 28 Jun. 2019].
40. de San Jorge Cárdenas, X., Sánchez Solís, A., Pavón León, P. and Arellanez Hernández, J. (2016). *Consumo de alcohol y otras drogas en la Universidad Veracruzana Intercultural*. [online] Available at: https://www.researchgate.net/publication/312986448_Consumo_de_alcohol_y_otras_drogas_en_la_Universidad_Veracruzana_Intercultural [Accessed 27 Jul. 2019].
41. Díaz Herrera César. Educación Vivencial-Humanista. *Revista Helios*. 2018; 2(Julio-Diciembre): 483-486.
42. Skidmore, C., Kaufman, E. and Crowell, S. (2016). Substance Use Among College Students. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 25(4), pp.735-753.
43. Moure-Rodríguez, L., Doallo, S., Juan-Salvadores, P., Corral, M., Cadaveira, F. and Caamaño-Isorna, F. (2016). Consumo intensivo de alcohol y cannabis, y prácticas sexuales de riesgo en estudiantes universitarios. *Gaceta Sanitaria*, 30(6), pp.438-443.