

Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de Argentina

Lifestyles of nursing students in Argentina

*,**Carlos Jesús Canova-Barrios, ***Rosana Inés Nores, **Patricia Graciela Méndez, ****Angélica Beatriz Farfán, ****Luis Alberto Moreno, ****Nanci de Fátima Silvestre, ****Julio Méndez, *****Mariela Solange Nievas, *****Raúl Ariel Llano, *****Selva Elizabeth Trejo, *****Malvina Lobos, *****Brenda Dalton, *****Norma Beatriz Ríos, *****Virginia Mariana Cerón, *****Adriana Camio

*Universidad Isalud (Argentina), **Instituto Universitario de la Policía Federal Argentina (Argentina), ***Universidad Nacional de Rosario (Argentina), ****Universidad Nacional de Salta (Argentina), *****Universidad Nacional Arturo Jauretche (Argentina), *****Universidad Nacional de Santiago del Estero (Argentina), *****Universidad Hospital Italiano (Argentina), *****Universidad Favaloro (Argentina)

Resumen. Introducción: Diversos estudios han reportado un déficit de autocuidado por parte de estudiantes de enfermería con un predominio de inadecuados hábitos alimentarios, tabaquismo, sedentarismo, elevado consumo de alcohol y mal manejo del estrés. Objetivo: Caracterizar el estilo de vida de los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería de ocho instituciones de educación superior de la República Argentina. Material y métodos: Estudio multicéntrico, descriptivo y cuantitativo. Se implementó el instrumento Health Promoting Lifestyle Profile – II de Nola Pender compuesto por 52 reactivos y agrupado en seis dimensiones. Resultados: Participaron 1718 estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería de ocho instituciones de nivel superior de Argentina. Los encuestados tenían una edad media de 29,48 años (DE=9,66), de instituciones carácter público (67,00%) y del segundo año del plan de estudios (32,54%). Las dimensiones mejor y peor valoradas fueron Autorrealización y Manejo del estrés con un 61,93% y 19,38% de la muestra con valoración saludable, respectivamente. El Estilo de vida en general fue caracterizado como regular en el 68,92% de los estudiantes y fue saludable solo en el 4,77%. Conclusión: El estilo de vida de los estudiantes fue mayormente regular y se identificaron relaciones con las variables sociodemográficas y educativas.

Palabras clave: Estilos de vida saludable; Estudiantes; Enfermería; Autocuidado; Promoción de la Salud.

Abstract. Introduction: Several studies have reported a deficit of self-care in nursing students with a predominance of inadequate eating habits, smoking, a sedentary lifestyle, high alcohol consumption, and poor stress management. Objective: the purpose of this research was to characterize the lifestyle of students of the Bachelor's Degree in Nursing at eight institutions of higher education in Argentina. Material and methods: Multicenter, descriptive, and quantitative study. The Nola Pender's Health Promoting Lifestyle Profile - II tool which consist of 52 items that are categorized into six dimensions. Results: A total of 1,718 undergraduate nursing students from eight institutions of higher education in Argentina participated in the study. Respondents had a mean age of 29.48 years (SD: 9.66), were from public institutions (67.00%) and were in the second year of the study plan (32.54%). The best and worst rated dimensions were Self-realization and Stress management with 61.93% and 19.38% of the sample having a healthy rating, respectively. Lifestyle in general was characterized as regular in 68.92% of the students and was healthy in only 4.77%. Conclusion: It can be concluded that the lifestyle of the students was mostly regular, and relationships were identified between the sociodemographic and educational variables.

Keywords: Healthy lifestyles; Students; Nursing; Self-care; Health Promotion.

Fecha recepción: 08-03-24. Fecha de aceptación: 29-04-24

Carlos Jesús Canova-Barrios

carlos.canova1993@gmail.com

Introducción

Los estilos de vida (EV) son definidos como la forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, los cuales interactúan con las características personales y los factores socioculturales y se los considera saludables cuando mantienen una armonía y equilibrio entre la dieta, realización de actividad física, vida sexual sana, adecuado manejo de las situaciones estresantes, recreación y descanso, paz espiritual y buenas relaciones interpersonales (Urrea Cuéllar, et al., 2021; Organización Panamericana de la Salud, 2016; Canova-Barrios, Álvarez-Miño & Quintana, 2018).

El concepto de EV posee acepciones conceptuales dependiendo del tipo de ciencia que lo plantee, por ejemplo, desde la epidemiología se lo entiende como el conjunto de comportamiento que las personas desarrollan, y que pueden ser nocivos para la salud (Guerrero-Montoya & León-Salazar, 2010), mientras, desde la sociología el concepto de *habitus* se encuentra determinado por la interacción entre

aspectos económicos, culturales, sociales, entre otros, brindados por el contexto natural en el que el individuo habita (Dendasck & Lee, 2016).

El EV saludable ayuda a reducir el riesgo de desarrollar enfermedades de tipo cardio-metabólicas, e incide positivamente sobre el mantenimiento de la calidad de vida, la función física y la longevidad (Cruz, et al., 2018; Canova-Barrios & Oviedo-Santamaría, 2021; Chalapud Narváez, et al., 2022; Canova-Barrios et al., 2023a; Flores, Saelzer & Cartagena-Ramos, 2023; Munoz Strale, et al., 2024).

Dorothea Orem (1995) define el autocuidado como una actividad aprendida por los individuos y motivada hacia objetivos concretos; este, puede ser dirigido hacia sí mismos, hacia los demás o hacia el entorno para regular factores que puedan afectar su desarrollo y funcionamiento, en función de su vida, salud o bienestar (Tanaka, 2022). Orem refiere en su teoría que los problemas de salud relacionados con los EV pueden ser controlados y/o modificados si el sujeto cuenta con las habilidades, conocimientos y motivación para el cuidado de su salud (Naranjo-Hernández, Concepción-

Pacheco & Rodríguez-Larreynaga, 2017; Naranjo-Hernández, 2019).

En este sentido y teniendo en cuenta lo mencionado, se espera que los profesionales de la salud, tanto en ejercicio como en su etapa formativa, desarrollen hábitos de autocuidado que puedan ser considerados saludables. Pese a lo anterior, se ha descrito que durante la formación se instauran hábitos poco saludables, los cuales son mantenidos durante la vida profesional, así, se evidencia un cambio representacional en diversas conductas, pero sin un cambio radical en cómo estas son implementadas en la cotidianeidad (Robaina, 2022; Zavala & Arévalo, 2023). El EV poco saludable en los estudiantes de las carreras de salud, sobre todo de enfermería, se encuentra relacionado con el elevado nivel de estrés académico, los horarios de clase y estudio, poco tiempo disponible para alimentarse y dormir adecuadamente, entre otros (Estrada-Araoz, et al., 2024; Canova-Barrios, et al., 2018), y tiene la posibilidad de incidir no solo en el mantenimiento de la salud sino también en el éxito académico (Villavicencio, Deza y Falcón & Dávila, 2020; Cara, et al., 2021; Pari, 2023; Garcés, et al., 2023). Por otra parte, durante la adolescencia y la adultez temprana (adulto joven) son los momentos de la vida en los que las conductas de riesgo son las principales causas de lesiones, trastornos de salud, secuelas e inclusive, la muerte, además, que es en dichos periodos en los cuales se van definiendo la mayor parte de las prácticas que integrarán el EV en los que se sustentará la construcción de la propia salud (Organización Mundial de la Salud, 2023).

Diversos estudios han reportado un déficit de autocuidado por parte de estudiantes de enfermería con un predominio de inadecuados hábitos alimentarios, tabaquismo, sedentarismo, elevado consumo de alcohol y mal manejo del estrés (García, et al., 2019; Pinillos, et al., 2022; Ortigoza & Canova-Barrios, 2023; Canova-Barrios, et al., 2023a, 2023b, 2023c, Tito-Vilca, Estrada-Araoz & Mamani-Roque, 2023; Arellano, et al., 2023; Santos, Ortigoza & Canova-Barrios, 2023; Arévalo-Róbal & Greco, 2023; Jiménez, et al., 2024). Esto, puede impactar negativamente en la probabilidad de recomendar cambios en las conductas de salud de sus futuros pacientes y en el éxito en el cumplimiento de dichas recomendaciones puesto que es más probable que se sigan indicaciones cuando quien las sugiere, las implementa también (Borgan, et al., 2015).

Teniendo en cuenta las anteriores consideraciones, el presente trabajo fue realizado con el objetivo de caracterizar el estilo de vida de los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería de ocho instituciones de educación superior de la República Argentina para identificar áreas pasibles de ser intervenidas y contribuir positivamente en la mejora de los hábitos que integran el EV de estos.

Método

Se realizó un estudio multicéntrico de carácter descriptivo, transversal y cuantitativo. la muestra estuvo conformada por 1718 estudiantes de la carrera de Licenciatura en

Enfermería de ocho instituciones de nivel superior de Argentina (cinco universidades públicas y tres privadas) elegidos mediante un muestreo no probabilístico. Se incluyó a los estudiantes de primer a quinto año de los planes de estudio de las instituciones participantes que firmaron el consentimiento informado.

Para la recolección de datos se implementó el instrumento *Health Promoting Lifestyle Profile – II* (HPLP-II) diseñado bajo la teoría de los Estilos de Vida Promotores de la Salud de Nola Pender y que cuenta con un alfa de Cronbach de 0,93 (Canova-Barrios, et al., 2023c; Ortigoza & Canova-Barrios, 2023). El instrumento está conformado por 52 ítems que son agrupados en seis dimensiones: Responsabilidad en Salud (nueve ítems), Actividad Física (ocho ítems), Nutrición (nueve ítems), Autorrealización (nueve ítems), Relaciones Interpersonales (nueve ítems) y Manejo del Estrés (ocho ítems). Dichos reactivos son respondidos en una escala de Likert de cuatro opciones que son nunca (un punto), a veces (dos puntos), frecuentemente (tres puntos) y rutinariamente (cuatro puntos) (Pinillos, et al., 2022; Ortigoza & Canova-Barrios, 2023). Las dimensiones fueron caracterizadas individualmente como no saludables (puntaje <60% del puntaje total) y saludables (puntaje ≥61% del total).

Para caracterizar el estilo de vida se procedió a realizar la sumatoria de los puntajes 52 reactivos que integran el constructo, permitiendo evaluar el mismo como saludable (157-208 puntos), regular (105-156) o poco saludable (52-104 puntos). Los valores de las dimensiones, así como del total del estilo de vida, fueron convertidos a índices (valores de 0 a 100) para facilitar su comparación.

Se incorporaron siete preguntas para caracterizar a la muestra, indagando respecto a la edad, género, estado civil, tenencia de hijos, estado laboral, tipo de institución en la cual estudia y año de cursado.

Para la recolección de los datos se volcó el instrumento en un Formulario de Google y este fue remitido a los estudiantes por medio del campus institucional, correo electrónico y aplicaciones de mensajería. Luego, se extrajeron los datos en una matriz en MS Excel y se analizó con Infostat/L. Para el análisis descriptivo se realizó el cálculo de media, desvío estándar e índices de confianza el 95% en el caso de variables numéricas, y frecuencias absolutas y relativas para variables categóricas. Las variables principales presentaron un comportamiento normal, por lo cual se implementaron pruebas paramétricas para el análisis inferencial como el test de Student para muestras independientes, ANOVA y el test de correlación de Pearson con un nivel de significancia estadística de $p < 0,05$.

Respecto a los aspectos éticos, el estudio contó con la aprobación del Comité de Ética de Protocolos de Investigación Universitaria del Instituto Universitario del Hospital Italiano de Buenos Aires bajo resolución N° 0032-23, libro N°1, folio 112 con fecha del 12 de octubre de 2023. La participación fue resaltada como voluntaria y se mantuvo el anonimato en la recolección de datos (Canova-Barrios, 2022).

Resultados

Se encuestaron 1718 estudiantes mayormente de instituciones de carácter público (67,00%) y del segundo año del plan de estudios (32,54%). Estos tenían una media de edad 29,48 años (DE=9,66) y fueron en su mayoría de género femenino (83,59%), de estado civil solteros (74,51%), sin hijos (64,61%) y activos laboralmente (65,89%) (Tabla 1).

Tabla 1

Caracterización sociodemográfica de la muestra

Variable	Categorías	n	%
Género	Femenino	1436	83,59
	Masculino	273	15,89
	Otro	9	0,52
Estado civil	Soltero(a)	1280	74,51
	Unión libre o Casado(a)	371	21,59
	Divorciado(a) o Viudo(a)	67	3,90
Hijos	Sí	608	35,39
	No	1110	64,61
Trabaja	Sí	1132	65,89
	No	586	34,11
Institución	Pública	1151	67,00
	Privada	551	32,07
	No reportado	16	0,93
Año de cursado	Primero	555	32,31
	Segundo	559	32,54
	Tercero	285	16,59
	Cuarto	194	11,29
	Quinto	125	7,28
Total		1718	100,00

Al realizar el análisis de la sumatoria de puntajes por dimensiones que componen el EV se halló que la dimensión Actividad física obtuvo la media más baja con un puntaje de 15,87 (DE=5,56) de 32,00 y Autorrealización presentó la media más alta con un puntaje de 24,21 (DE=5,17) de 36,00 (Tabla 2). Al comparar los índices de las dimensiones, se encontró que Actividad física tenía una media de 49,61% y Autorrealización una media de 67,25%, respaldando el hallazgo referido. La media del Estilo de vida fue de 119,20 (DE=21,40) de 208, equivalente a un índice del 57,31%.

Tabla 2

Comportamiento de las dimensiones del Estilo de vida

Dimensión	media	DE	IC95%
Responsabilidad en Salud	19,53	4,60	19,32-19,75
Actividad Física	15,87	5,56	15,61-16,14
Nutrición	20,17	4,37	19,96-20,38
Autorrealización	24,21	5,17	23,97-24,46
Relaciones Interpersonales	22,98	4,62	22,76-23,20
Manejo del Estrés	16,43	3,73	16,25-16,61
Estilo de Vida	119,20	21,40	118,19-120,21

Al realizar un análisis individual de los 52 reactivos del instrumento, se identificó que el inciso “Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal” de la dimensión Responsabilidad en salud presentó la media más baja con un puntaje de 1,53 (DE=0,72) categorizado en la opción *A veces*, mientras, “Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos” de la dimensión Relaciones interpersonales presentó la media más alta con un puntaje de 3,09 (DE=0,75) equivalente a *frecuentemente*.

El 61,93% de los estudiantes presentó un estilo de vida caracterizado como saludable en la dimensión Autorrealización siendo la mejor valorada, y en contraste, sólo el 19,38% presentó un estilo de vida saludable en la dimensión Manejo del Estrés, siendo la peor evaluada (Figura 1). El Estilo de vida en general fue caracterizado como regular en el 68,92% de los estudiantes y fue saludable solo en el 4,77% (Figura 2).

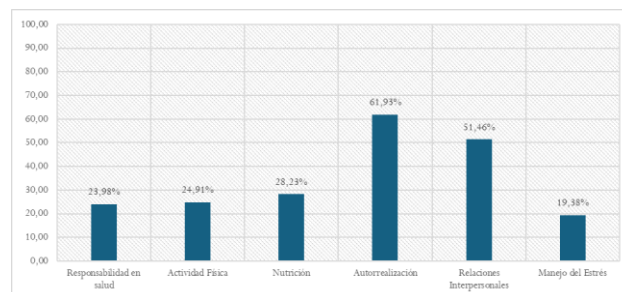


Figura 1. Porcentaje de valores caracterizados como saludables en las dimensiones del Estilo de vida

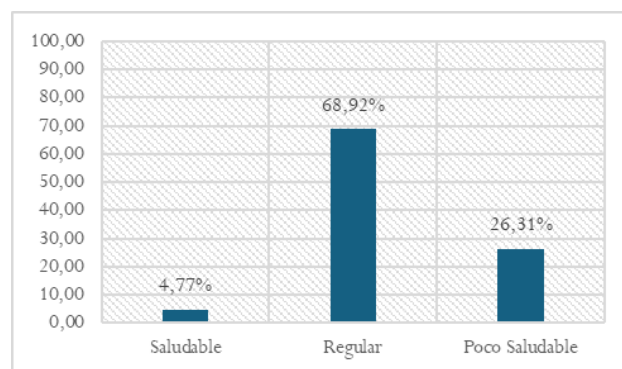


Figura 2. Distribución de estudiantes de enfermería según caracterización de Estilos de vida (n=1718)

Al realizar el análisis inferencial se identificó una correlación positiva baja entre la edad y las dimensiones Responsabilidad en salud ($r:0,16$, $p<0,01$), Relaciones interpersonales ($r:0,09$, $p<0,01$), Autorrealización ($r:0,13$, $p<0,01$) y el puntaje del Estilo de vida ($r:0,06$, $p=0,01$), y una correlación negativa baja con la dimensión Actividad física ($r:-0,10$, $p<0,01$).

Se encontró que las encuestadas de género femenino presentaron medias más altas en las dimensiones Responsabilidad en salud ($p=0,04$) y Relaciones interpersonales ($p=0,04$), mientras, obtuvieron medias más bajas en Actividad física ($p<0,01$) y Manejo del estrés ($p<0,01$). Por otro lado, los encuestados con estado civil soltero(a) presentaron medias más bajas en las dimensiones Responsabilidad en salud ($p<0,01$), Relaciones interpersonales ($p<0,01$), Autorrealización ($p<0,01$) y Estilo de vida ($p=0,02$), y en contraposición, aquellos casados(as) o en unión libre obtuvieron medias más bajas en la dimensión Actividad física ($p<0,01$).

Los encuestados sin hijos presentaron medias más bajas en las dimensiones Responsabilidad en salud ($p<0,01$), Autorrealización ($p<0,01$) y Relaciones interpersonales

($p<0,01$), mientras, obtuvieron medias más altas en las dimensiones Actividad física ($p<0,01$) y Manejo del estrés ($p<0,01$). Los estudiantes laboralmente activos presentaron medias más altas en las dimensiones Responsabilidad en salud ($p<0,01$) y Autorrealización ($p<0,01$), así como un mejor Estilo de vida ($p<0,01$).

Los estudiantes de primer año obtuvieron medias más bajas en las dimensiones Responsabilidad en Salud ($p<0,01$), Autorrealización ($p<0,01$), Relaciones interpersonales ($p<0,01$), así como un peor Estilo de vida ($p<0,01$). Todas las dimensiones con excepción de la Actividad física presentaron una correlación positiva con el año del plan de estudios.

No se identificó relación entre el tipo de institución y las dimensiones del Estilo de vida.

Discusión

El rol de los profesionales de enfermería incluye la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, teniendo en cuenta el papel preponderante de estos trabajadores en la estrategia de Atención Primaria de la Salud. Por ello, se amerita que no solo repliquen la información aprendida durante su avance por el plan de estudios, sino que se apropien y la implementen en su vida cotidiana.

Diversos estudios con enfoques similares al presente refieren que los estudiantes de la salud y particularmente los de enfermería son una población con alto riesgo para el desarrollo de diversas condiciones a nivel emocional, social y físico. En el presente trabajo a partir del análisis de las conductas identificadas, se evidencia la presencia de factores de riesgo para el desarrollo a mediano y largo plazo de diversas enfermedades cardio-metabólicas como hipertensión arterial, infarto agudo de miocardio, accidente cerebrovascular, hipertrigliceridemia y Diabetes Mellitus tipo II.

Los cambios en la disponibilidad de tiempo para destinar a descansar y realizar actividades de ocio, la necesidad en ocasiones de cambio de domicilio para estudiar con su consecuente alejamiento del círculo familiar y social habitual, la necesidad de destinar tiempo a preparar sus propios alimentos, el nivel elevado de estrés fruto de las demandas académicas y de la exposición a la muerte y sufrimiento de los pacientes, entre otros, podrían explicar el deterioro en el autocuidado en esta población (Jima-Urgiles, Paz-Samaniego & Orellana-Pelaez, 2024; Molina, 2024).

Los resultados indican que sólo una pequeña parte de los estudiantes encuestados presentan un EV saludable, coincidiendo con los hallazgos de diversos autores como Ortigoza & Canova-Barrios (2023), Canova-Barrios et al. (2023c) & Herazo Beltrán, et al. (2020) quienes reportaron patrones de autocuidado saludables en menos de una décima parte de los estudiantes encuestados, aunque dista de otros estudios que identificaron niveles que oscilan entre el 30 y 95% de EV saludables, con alta prevalencia de tabaquismo y alcoholismo, bajo consumo de drogas y un patrón regular de alimentación (Jiménez, et al., 2024; Espinosa Méndez, et al., 2023; Cruz-León, et al., 2022; Canova-Barrios, et al.,

2018). Este hallazgo puede estar vinculado con el alto índice de población laboralmente activa y con hijos, muy común en estudiantes de enfermería en Argentina (Canova-Barrios, et al., 2023a) y que dista de la realidad de otros países de la región (Canova-Barrios, 2017; Pinillos, et al., 2022), modificando la disponibilidad de tiempo para cuidar de sí mismos como fue previamente mencionado. Asimismo, se ha descrito el consumo elevado de medicamentos sin indicación médica en estudiantes de enfermería de Argentina, apoyando los resultados encontrados (Ríos, et al., 2024).

Respecto al género, las estudiantes de género femenino presentan un mejor EV en las dimensiones responsabilidad en salud y relaciones interpersonales, aunque, presentaron medias inferiores en el manejo del estrés y realización de actividad física. Estos resultados son apoyados por la literatura con reportes de una mejor disposición para cuidar de sí mismas y relacionarse con las personas en las mujeres, y la coexistencia de múltiples demandas a nivel académico, familiar y personal en estas que inciden en su tolerancia y manejo del estrés, en contraste con los hombres, quienes tienen menores índices de sedentarismo (Tito-Vilca, et al., 2023; Flores Paredes, et al., 2023; Vidal-Conti, Muntaner-Mas & Palou, 2018).

En el presente trabajo se reporta una vinculación entre el año del plan de estudios y el EV. Este hallazgo es similar a los de estudios previos realizados en Argentina y parece estar relacionado con un cambio en los patrones de autocuidado de los estudiantes de enfermería a medida que adquieren conocimientos y desarrollan competencias para la promoción de la salud (Ortigoza & Canova-Barrios, 2023). Se destaca que la educación es un motor importante para el cambio de actitudes, sin embargo, este debe estar acompañado de motivación y recursos para hacer frente a las necesidades de alimentación saludable, descanso adecuado y uso efectivo del tiempo libre.

Se encontró que una cuarta parte de los encuestados presentaron un EV saludable en la dimensión actividad física, siendo consistente con los reportes de estudios epidemiológicos de alcance nacional en el país donde se describe un 64,9% de sedentarismo (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2019), y con los hallazgos de trabajos que incluyeron a estudiantes de enfermería (Canova-Barrios, et al., 2023c; Ortigoza & Canova-Barrios, 2023; Espeche & Rojo, 2021).

Autores como Pareja-Pera, et al. (2023), Gonzales, Quintanilla & Pérez (2023) y Machuca-Contreras & López (2024) han descrito que el uso de dispositivos móviles puede ser útil para el mejoramiento del EV en las esferas física, emocional y social, siendo una estrategia de bajo costo que podría ser implementada en el marco de asignaturas orientadas a la promoción de la salud como Salud pública, Enfermería comunitaria y otras relacionadas. La estrategia de universidades saludables incluye también la incorporación de espacios que promuevan una alimentación saludable (comedores universitarios) y la creación de espacios para hacer actividad física en el campus.

Se requiere del diseño e implementación de

intervenciones tendientes a mejorar los EV de los estudiantes (Ramírez Bernal, 2024; Canova-Barrios, et al., 2022; González-Argote & Aveiro-Róbal, 2022; Chalapud Narváez, et al., 2022), teniendo en cuenta el papel de las instituciones de educación superior como promotoras de la salud integral de su comunidad y haciendo extensivo este rol a las familias de los estudiantes, los docentes, personas administrativo y ciudadanos de la localidad en la que la institución se inserta, siendo indispensable la fase diagnóstica para detectar necesidades y las variables asociadas, para luego proceder a diseñar y ejecutar intervenciones adecuadas para cada población.

Las limitaciones del estudio incluyen el uso de instrumentos de auto reporte lo cual podría llevar a la subjetividad en las respuestas y con ello que los encuestados pudiesen responder lo que creen es ideal y no lo que más representa sus conductas actuales. Asimismo, la muestra obtenida de instituciones educativas privadas puede no ser representativa, dado que muchas de estas son instituciones con carreras pequeñas (hasta 100 estudiantes) y medianas (hasta 500 estudiantes), y dado el hecho de que solo participaron tres.

Conclusiones

El EV de los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Enfermería fue caracterizado como regular siendo las áreas de prioritaria intervención el manejo del estrés y el mejoramiento de la responsabilidad en salud. El EV se halla relacionado con las variables edad, género, estado civil, tenencia de hijos, estado laboral y año del plan de estudios en el que se encuentran matriculados.

Agradecimientos

Los autores del manuscrito hacen extensivo el agradecimiento a los estudiantes encuestados por su valiosa participación y a la Comisión directiva e instituciones miembros de la Asociación de Escuelas Universitarias de Enfermería de la República Argentina (AEUERA) por el apoyo.

Conflicto de interés

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

Referencias

- Arellano, J. F., Pineda, E. A., Ponce, M. L., Zarco, A., Aburto, I. A., & Arellano, D. U. (2023). Academic stress in first year students in the career of Medical Surgeon of the Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. UNAM, 2022. *Seminars in Medical Writing and Education*, 2, 37. <https://doi.org/10.56294/mw202337>
- Aveiro-Róbal, T. R., & Greco, L. (2023). Frequency of anxiety, depression and stress in nutrition students at the Universidad del Pacífico. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*, 2, 413. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023413>
- Borgan, S. M., Marhoon, Z. A., Ebrahim, M. A., & Almuqamam, M. A. (2015). Do doctors practice what they preach? The wellbeing and lifestyle habits of primary health care physicians in Bahrain. *BMC Proceedings*, 9(Suppl 1), A3. <http://doi.org/10.1186/1753-6561-9-S1-A3>
- Canova-Barrios, C. (2017). Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia. *Revista Colombiana de Enfermería*, 14, 23–32. <https://doi.org/10.18270/rce.v14i12.2025>
- Canova-Barrios, C. (2022). Aspectos éticos en la publicación de manuscritos científicos: una revisión de la literatura. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2, 81. <https://doi.org/10.56294/saludcyt202281>
- Canova-Barrios, C., Almeida, J. A., Condori-Aracayo, E. R., Mansilla, M. A., & Garis, D. N. (2023a). Calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes de tecnicatura en enfermería. *Revista Chilena de Enfermería*, 5(2), 44–56. <https://doi.org/10.5354/2452-5839.2023.72003>
- Canova-Barrios, C., Álvarez, L., & Quintana, M. (2018). Estilos de Vida y su implicación en la salud de los estudiantes Universitarios de las Ciencias de la Salud: Una revisión sistemática. *Revista Científica de UCES*, 23(2). <https://publicacionescientificas.uces.edu.ar/index.php/cientifica/article/view/531>
- Canova-Barrios, C., Lepez, C. O., Manzitto, G., & Ortigoza, A. (2022). Research and scientific publication in nursing in Argentina. *Data and Metadata*, 1, 27. <https://doi.org/10.56294/dm202235>
- Canova-Barrios, C., & Oviedo-Santamaría, P. (2021). Health-related quality of life among intensive care unit workers. *Enferm Intensiva*, 32(4), 181-188. <https://doi.org/10.1016/j.enfie.2020.11.002>
- Canova-Barrios, C., Robledo, G. P., Segovia, A. B., & Manzur, K. (2023b). Health-related quality of life and self-care practices in nursing students. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*, 2, 516. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023516>
- Canova-Barrios, C., Vizgarra, Y., Abarza, D., Cano, C. B., & Méndez, P. G. (2023c). Estilos de vida de Estudiantes de Enfermería. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*, 2, 399. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023399>
- Cara, R., Cara, M., Galvéz, M. M., Martínez, C., & Rodríguez, C. M. (2021). Hábitos de vida y rendimiento académico en periodo evaluativo en estudiantes de enfermería. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(2), e3703. <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/3703/0>
- Chalapud Narváez, L. M., Molano Tobar, N. J., & Roldán González, E. (2022). Estilos de vida saludable en docentes y estudiantes universitarios. *Retos*, 44, 477–484. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.89342>
- Cruz, J. P., Felicilda-Reynaldo, R. F. D., Lam, S. C., Machuca-Contreras, F. A., John, H. S., Papathanasiou, I. V., Fouly, H. A., Kamau, S. M., Valdez, G. F. D., Adams, K. A., & Colet, P. (2018). Quality of life of nursing students from nine countries: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 66, 135–142. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.04.016>
- Cruz-León, A., Morales-Ramón, F., Arriaga-Zamora, R. M., Nuñez-Ramón, M. A., Acopa-Álvarez, J. M., & de la Cruz-García, C. (2022). Estilos de vida relacionados con la salud en estudiantes de Enfermería. *Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 30(4), 96-102. https://revistaenfermeria.imss.gob.mx/editorial/index.php/revista_enfermeria/article/view/1255/1199
- Dendasck, C. V., & Lee, G. F. (2016). Concepto de Habitus de Pierre Bourdieu y Norbert Elias. *Revista Científica*

- Multidisciplinaria Base de Conocimiento*, 3(1), 1-10.
- Espeche, R. R., & Rojo, M. D. (2021). Percepción sobre alimentación y modo de consumo de estudiantes de la asignatura Enseñanza en Enfermería. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 10(2), 145–159. <https://doi.org/10.22235/ech.v10i2.2417>
- Espinosa Méndez, C. M., Reyes Espejel, I., Salazar, C. M., San Martín Rodríguez, S. L., & Flores Chico, B. (2023). Relación entre obesidad central y hábitos de salud reportados en universitarios. *Retos*, 48, 54–59. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.95914>
- Estrada-Araoz, E. G., León-Hancco, L. B., Avilés-Puma, B., Yupanqui-Pino, E. H., & Larico-Uchamaco, G. R. (2024). Perceived social support and psychological distress in a sample of Peruvian university students: A correlational study. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4, 833. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2024833>
- Flores, A., Saelzer, L., & Cartagena-Ramos, D. (2023). Social determinants of health that influence in the incidence/prevalence of cardiovascular disease. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 343. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023343>
- Flores Paredes, A., Pino Vanegas, Y. M., Yupanqui Pino, E. H., Yupanqui Pino, A., Mamani Mamani, S., Coila Pancca, D., Atencio Ayma, L. J., Manzaneda Peña, M. A., & Lavalle Gonzales, A. K. (2023). Estilos de vida y el índice de masa corporal en estudiantes universitarios. *Retos*, 50, 950–957. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99499>
- Garces, N. N., Esteves, Z. I., Santander, M. L., Mejía, D., & Quito, A. C. (2023). Relationships between Mental Well-being and Academic Performance in University Students: A Systematic Review. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*, 2, 470. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023470>
- García, C., Gómez, V., Morales, M., Chaparro-Díaz, L., & Carreño-Moreno, S. (2019). Clasificación de estudiantes de enfermería mexicanos acorde con un indicador de estilo de vida saludable. *Ciencia y Enfermería*, 25(9), 1-11. <http://doi.org/10.4067/s0717-95532019000100207>
- Gonzales, Y. M., Quintanilla, L. N., & Pérez, A. J. (2023). Metaverse and education: a complex space for the next educational revolution. *Metaverse Basic and Applied Research*, 2, 56. <https://doi.org/10.56294/mr202356>
- Gonzalez-Argote, J., & Aveiro-Róballo, T. R. (2022). World trends in health science student publications. *Data and Metadata*, 1, 41. <https://doi.org/10.56294/dm202279>
- Guerrero-Montoya, L. R., & León-Salazar, A. R. (2010). Estilo de Vida y Salud. *Educere*, 14(48), 13-19. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35616720002>
- Herazo Beltran, Y., Nuñez-Bravo, N., Sánchez-Guette, L., Vázquez-Osorio, F., Lozano-Ariza, A., Torres-Herrera, E., & Valdelamar-Villegas, A. (2020). Estilos de vida relacionados con la salud en estudiantes universitarios. *Retos*, 38, 547–551. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.72871>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC). (2019). *4ta Encuesta Nacional de Factores de Riesgo: Resultados definitivos*. Recuperado Marzo 8, 2024, de https://www.indec.gob.ar/ftp/cuadros/publicaciones/enfr_2018_resultados_definitivos.pdf
- Jima-Urgiles, M. J., Paz-Samaniego, G. L., & Orellana-Pelaez, C. A. (2024). Relación del Nivel de Autocuidado y Calidad de Vida en el Interno de Enfermería. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 26-41. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9374
- Jiménez, D. A., Medina, M. E., Ortigoza, A., & Canova-Barrios, C. (2024). Estilos de vida de los estudiantes de Enfermería de una institución pública de Tucumán, Argentina. *Ibero-American Journal of Health Science Research*, 4(1), 52-58. <https://doi.org/10.56183/iberohjr.v4i1.606>
- Machuca-Contreras, F., & Lepez, C. (2024). Influence of virtual reality and augmented reality on mental health. *Gamification and Augmented Reality*, 2, 25. <https://doi.org/10.56294/gr202425>
- Molina, J. B. (2024). Prevalencia de obesidad e identificación de factores de riesgo en alumnos de una escuela de enfermería en la Provincia de Córdoba. *Methodo Investigación Aplicada a Las Ciencias Biológicas*, 9(1). [https://doi.org/10.22529/me.2024.9\(1\)04](https://doi.org/10.22529/me.2024.9(1)04)
- Munoz Strale, C., Giakoni-Ramírez, F., Pinochet, F., Godoy-Cumillaf, A., Fuentes-Merino, P., & Duclos-Bastías, D. (2024). Condición Física, Actividad Física y Calidad de Vida en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Retos*, 56, 521–530. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.104184>
- Naranjo-Hernández, Y. (2019). Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 23(6), 814-825. <https://www.redalyc.org/journal/2111/211166534013/html/>
- Naranjo-Hernández, Y., Concepción-Pacheco, J. A., & Rodríguez-Larreynaga, M. (2017). La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Gaceta Médica Espirituana*, 19(3), 89-100. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009
- Orem, D. (1995). *Nursing: concepts of practice*. 5th ed. St. Louis: Mosby -Year Book.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *La salud de los adolescentes y los adultos jóvenes*. Recuperado Marzo 6, 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización Panamericana de la Salud. (2016). *Guía de entornos y estilos de vida saludable en comunidades indígenas leucas*. Washington. Recuperado Marzo 6, 2024, de <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ortigoza, A., & Canova-Barrios, C. (2023). Estilos de vida de estudiantes de la Escuela Universitaria de Enfermería de la Universidad Nacional de Tucumán, Argentina. *Revista Finlay*, 13(2), 199-208. <https://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/1256>
- Pareja, L. Y., Dávila-Morán, R. C., Sánchez J. M., Alfaro D. Z., Ruiz J. L., Castillo-Sáenz, R. A. (2023). Use of mobile devices in the promotion of health and well-being in young university students. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3, 480. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2023480>
- Pari, N. J. (2023). Estilos de Vida y Rendimiento Académico de los Estudiantes de Ciencias e Ingenierías Físicas y Formales de una Universidad Privada Peruana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(5), 7670-7687. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8348
- Pinillos, Y., Oviedo, E., Rebolledo, R., Herazo, Y., Valencia, P., Guerrero, M., & Cortés, G. (2022). Estilo de vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia. Diferencias según sexo y estatus socioeconómico. *Retos*, 43, 979–987. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.87335>
- Ramírez Bernal, F. (2024). The challenge of university teaching practices. *Seminars in Medical Writing and Education*, 3, 65. <https://doi.org/10.56294/mw202465>

- Ríos, N. B., Arteaga, C. M., González, Y., Martínez, A. A., Nogawa, M. H., Quinteros, A. M., Canova-Barrios, C. (2024). Self-medication in nursing students. *Interdisciplinary Rehabilitation / Rehabilitacion Interdisciplinaria*, 4, 71. <https://doi.org/10.56294/ri202471>
- Robaina, J. I. (2022). Cultural competence in medical and health education: an approach to the topic. *Seminars in Medical Writing and Education*, 1, 13. <https://doi.org/10.56294/mw202213>
- Santos, C. A., Ortigoza, A., & Canova-Barrios, C. (2023). Nursing students' perceptions of Clinical Clerkship. *Seminars in Medical Writing and Education*, 2, 30. <https://doi.org/10.56294/mw202330>
- Tanaka, M. (2022). Orem's nursing self-care deficit theory: A theoretical analysis focusing on its philosophical and sociological foundation. *Nursing forum*, 57(3), 480–485. <https://doi.org/10.1111/nuf.12696>
- Ttito-Vilca, S. A., Estrada-Araoz, E. G., & Mamani-Roque, M. (2023). Lifestyle in students from a private university: A descriptive study. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4, 630. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2024630>
- Urrea Cuéllar, Á. M., Arenas, J., & Hernández Calle, J. (2021). Relación entre los estilos de vida y autoconcepto en jóvenes universitarios. *Retos*, 41, 291–298. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.82222>
- Vidal-Conti, J., Muntaner-Mas, A., & Palou, P. (2018). Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos*, 22, 181–195. <https://doi.org/10.18172/con.3369>
- Villavicencio, M. C., Deza y Falcón, I., & Dávila, R. P. (2020). Estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de una facultad de enfermería en Perú. *Conrado*, 16(74), 112–119. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1340/1330>
- Zavala, F., & Arévalo, R. A. (2023). Estilos de vida y estrés académico de los internos de enfermería de una universidad peruana. *Investigación e Innovación: Revista Científica de Enfermería*, 3(3), 19–27. <https://doi.org/10.33326/27905543.2023.3.1830>

Datos de los/as autores/as:

Carlos Jesús Canova-Barrios	carlos.canova1993@gmail.com	Autor/a
Rosana Inés Nores	rosananores@gmail.com	Autor/a
Patricia Graciela Méndez	patricia-graciela-mendez@gmail.com	Autor/a
Angélica Beatriz Farfán	abefarfan@oran.unsa.edu.ar	Autor/a
Luis Alberto Moreno	luismorunsa@gmail.com	Autor/a
Nanci de Fátima Silvestre	nancisilvestre@yahoo.com.ar	Autor/a
Julio Méndez	juliomendez05@hotmail.com	Autor/a
Mariela Solange Nievas	solangemarielanievas@gmail.com	Autor/a
Raul Ariel Llano	raul.ariel.llano@gmail.com	Autor/a
Selva Elizabeth Trejo	selelitrejo_99@yahoo.com.ar	Autor/a
Malvina Lobos	malazu82@yahoo.com.ar	Autor/a
Brenda Dalton	brenda.dalton@hospitalitaliano.org.ar	Autor/a
Norma Beatriz Ríos	norma.rios@hospitalitaliano.org.ar	Autor/a
Virginia Mariana Cerón	marceron76@hotmail.com	Autor/a
Adriana Camio	acamio@favaloro.edu.ar	Autor/a