

**PREVALENCIA DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AMÉRICA LATINA, PERIODO 2012-2018**

MONOGRAFÍA



**ANGIE LORENA PERDOMO
KATHERYN BRIÑEZ PAZ
MARÍA DEL PILAR RUBIO**

**UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
SANTIAGO DE CALI**

2019

**PREVALENCIA DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AMÉRICA LATINA, PERIODO 2012-2018**

MONOGRAFÍA

**ANGIE LORENA PERDOMO
KATHERYN BRIÑEZ PAZ
MARÍA DEL PILAR RUBIO**

**Monografía para optar el título de
ENFERMERÍA PROFESIONAL**

**Docente:
YOHANA LÓPEZ F.**

**UNIVERSIDAD SANTIAGO DE CALI
FACULTAD DE SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
SANTIAGO DE CALI
2019**

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN.....	5
1. OBJETIVOS.....	8
1.1 OBJETIVO GENERAL.....	8
1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	8
2. MARCO CONCEPTUAL.....	9
3. PREVALENCIA DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AMÉRICA LATINA, PERIODO 2012-2018.....	12
3.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	12
3.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	13
3.3 ANALISIS Y DISCUSIÓN	14
3.3.1 Capítulo 1. Caracterización Socio Demográfica.....	22
3.3.2 Capítulo 2. Revisión del Estado de Arte de Factores de Riesgo Cardiovascular en Latinoamérica	23
3.3.3 Capítulo 3. Factores de Riesgo Cardiovascular más Prevalentes en Universitarios a Nivel de Latinoamérica.....	31
4. CONCLUSIONES.....	33
5. RECOMENDACIONES	35
BIBLIOGRAFIA.....	36
ANEXOS	43

LISTA DE ANEXOS

	Pág.
Anexo A. Matriz de Análisis	43
Anexo B. Consolidación de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios en América Latina	57

RESUMEN

Las enfermedades cardiovasculares han aumentado su incidencia en la población cada vez más joven convirtiéndose en un problema de salud pública, impactando en los años de vida productiva de la población. Hábitos de vida como el consumo de tabaco, el consumo de alcohol, sobrepeso, obesidad, sedentarismo, los altos niveles de estrés, la falta de disposición de tiempo para el sueño y descanso, han llevado al incremento de alteraciones de salud como el aumento de la presión arterial, enfermedad arterial crónica, enfermedad vascular, y arritmias. Dentro de la población joven, blanco de estas alteraciones cardiovasculares, se encuentra la población universitaria, la cual sufre cambios en sus hábitos y dinámicas de vida, ligados a las exigencias académicas, horarios de estudio, entre otros, que producen un cambio en sus estilos de vida. Se realiza el presente estudio monográfico tipo compilación dirigido a identificar los factores de riesgo cardiovascular de los estudiantes universitarios de América Latina 2012-2018 a través de una búsqueda sistemática de evidencia científica en bases de datos. Esta monografía permite contextualizar el comportamiento de los factores que conducen al desarrollo de enfermedades cardiovasculares, que progresivamente han aumentado su presencia dentro de la población más joven, generando un documento de referencia que pueda ser útil para aterrizar las políticas que en salud deben ser promovidas por las instituciones de educación superior. Y como futuros profesionales aporta conocimientos orientadores para contextualizar las áreas de intervención que como enfermeros líderes en el cuidado de la salud estamos llamados a ocupar.

PALABRAS CLAVES: Factor de riesgo cardiovascular, Universitarios, América Latina, Estilos de vida.

ABSTRACT

Cardiovascular diseases have increased their incidence in the increasingly young population becoming a public health problem, impacting the years of productive life

of the population. Habits of life such as tobacco consumption, alcohol consumption, overweight, obesity, sedentary lifestyle, high levels of stress, lack of time for sleep and rest, have led to increased health alterations such as the increase in blood pressure, chronic arterial disease, vascular disease, and arrhythmias. Within the young population, target of these cardiovascular alterations, is the university population, which suffers changes in their habits and life dynamics, linked to the academic demands, study schedules, among others, that produce a change in their styles of life. This monographic compilation study aimed at identifying the cardiovascular risk factors of Latin American university students 2012-2018 is carried out through a systematic search of scientific evidence in databases. This monograph allows us to contextualize the behavior of the factors that lead to the development of cardiovascular diseases, which have progressively increased their presence in the younger population, generating a reference document that may be useful for landing policies that in health should be promoted by Higher education institutions. And as future professionals it provides guiding knowledge to contextualise the areas of intervention that as leading nurses in health care we are called to occupy.

KEY WORDS: Cardiovascular risk factor, University students, Latin America, Lifestyles.

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades cardiovasculares (ECV) son la principal causa de muerte a nivel mundial. Para el año 2015 murieron por esta causa 17,7 millones de personas, lo cual representa un 31% de todas las muertes registradas en el mundo; de estas muertes, 7,4 millones se debieron a cardiopatía coronaria, y 6,7 millones, a los accidentes cerebro vasculares (ACV). Se calcula que para el año 2030, morirán cerca de 23,6 millones de personas por ECV (1).

Estas enfermedades crónicas, degenerativas, que afectan considerablemente la calidad de vida de la persona, son consecuencia de múltiples factores, muchos de ellos prevenibles, los cuales están asociados a conductas o estilos de vida.

De acuerdo con la organización mundial de la salud estas conductas o estilos de vida van dentro del marco de factores de riesgo cardiovascular, como tabaquismo, sedentarismo, dieta aterogénica, y las dislipidemias, los cuales juegan un papel importante en las alteraciones de las condiciones de salud que viven las comunidades.

Las enfermedades cardiovasculares han aumentado su incidencia en la población cada vez más joven convirtiéndose en un problema de salud pública, impactando en los años de vida productiva de la población. Hábitos de vida como sedentarismo, el consumo de alcohol, el consumo de tabaco, sobrepeso, obesidad, los altos niveles de estrés, la falta de disposición de tiempo para el sueño y descanso, han llevado al incremento de alteraciones de salud como aumento de la presión arterial, enfermedad arterial coronaria, enfermedad vascular, accidente cerebro vascular y arritmias.

Dentro de la población joven, blanco de estas alteraciones cardiovasculares, se encuentra la población universitaria, la cual sufre cambios en sus hábitos y dinámicas de vida, ligados a las exigencias académicas, horarios de estudio, entre otros, que producen un cambio en sus estilos de vida, afirmación que respalda Delgado, Alarcón, y Caamaño; en su artículo Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional, donde resalta una elevada prevalencia de exceso de peso (64,5%) y sedentarismo (88,6%) en la población, factores que se asocian directamente con la presencia de un evento cardiovascular.(2)

Tamayo JA. et al, en su estudio “Estilos de vida de estudiantes de Odontología”(3) realizado en Colombia en una Universidad de Santiago de Cali , describe que “Dentro de los factores de riesgo cardiovascular, las prácticas más riesgosas o menos saludables presentes en los estudiantes universitarios son las habilidades interpersonales (73,5%) refiriéndose a la capacidad de no relacionarse con otras personas por temor a que haya rechazo o porque prefiere estar solo, el sueño (72,2%) dado que los estudiantes manifiestan no dormir el tiempo necesario por las cargas académicas, o por tener responsabilidades distintas al estudio, el consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales (70,6%) lo realizan con el fin de sentirse mejor o ser más sociable, el tiempo de ocio (65,8%) en donde los estudiantes refieren no saber cómo ocupar su tiempo libre, la alimentación (61%) puntualizan en que no les gusta restringirse en lo que comen”, entre otros, resultados que se encuentran muy relacionados con el contexto mundial, la tendencia es jóvenes cada vez más enfermos o cursando con enfermedades silenciosas, que afectan su calidad de vida y que al manifestarse terminan deteriorando su condición de salud y vida productiva.

El planteamiento anterior hace un llamado a dirigir campañas y estrategias que estimulen a la adopción de hábitos de vida saludables en los estudiantes universitarios, partiendo de las necesidades de la población, con el fin de impactar

positivamente en la calidad de vida de los estudiantes, lo que hace relevante el conocimiento de los factores de riesgo cardiovascular de la población universitaria. Por lo anterior se realiza el presente estudio monográfico tipo compilación dirigido a identificar los factores de riesgo cardiovascular de los estudiantes universitarios de América Latina 2012 - 2018 a través de una búsqueda sistemática de evidencia científica en bases de datos, empleando palabras claves: Factor de Riesgo Cardiovascular, universitarios, América Latina, y estilos de vida. Los anteriores criterios permitieron establecer las características sociodemográficas descritas en la evidencia científica revisada sobre la población universitaria en América Latina, caracterizar de acuerdo con el país los factores de riesgo cardiovascular más prevalentes e identificar los factores de riesgo cardiovascular con mayor prevalencia en la región.

El presente estudio permite contextualizar el comportamiento de los factores que conducen al desarrollo de enfermedades cardiovasculares, que progresivamente han aumentado su presencia dentro de la población más joven, genera un documento de referencia que puede ser útil para aterrizar las políticas que en salud deben ser promovidas por las instituciones de educación superior de acuerdo a las características propias de la región, ser referente en próximas investigaciones que conduzcan a fortalecer el conocimiento, la comprensión del comportamiento y desarrollo de alteraciones de la salud, dentro del marco de las enfermedades crónicas no transmisibles como la enfermedad cardiovascular y sus desencadenantes.

Y como futuros profesionales aporta conocimientos orientadores para contextualizar las áreas de intervención que como enfermeros líderes en el cuidado de la salud estamos llamados a ocupar.

1. OBJETIVOS

1.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de América Latina, periodo 2012 al 2018.

1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar socio demográficamente de acuerdo con los artículos revisados.
- Identificar la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular de cada país que comprende América Latina.
- Identificar los factores de riesgo de mayor prevalencia en la región.

2. MARCO CONCEPTUAL

Para la realización de la revisión bibliográfica se hizo necesario fundamentar los conceptos que se tuvieron en cuenta para alcanzar los objetivos propuestos, dentro de los cuales se encuentran:

- **Factor de riesgo.** La organización Mundial de la salud lo definió como cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión (4). Al hablar del corazón y los vasos sanguíneos, el factor de riesgo se refiere a un aumento de las probabilidades de padecer una enfermedad cardiovascular.
- **Estudios Universitarios.** Se trata de los estudios que un individuo desarrolla en una universidad con el objetivo de alcanzar un grado académico, las carreras universitarias pueden cursarse en universidades públicas o privadas. Por lo general estas carreras están estructuradas para que puedan completarse en cuatro o cinco años.(5)
- **Estilo de vida:** La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió en 1998 el estilo de vida como “es una forma de vida que se basa en patrones de comportamientos identificables, determinados por la interacción entre las características individuales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómicas y ambientales. Así, cada persona presenta patrones de comportamientos conscientes o hábitos fomentadores de la salud, conocidos como factores protectores de la salud, o de manera inconsciente tiende a exponerse a factores de riesgos o condiciones sociales, económicas o biológicas, conductas o ambientes que están asociados con un incremento de la susceptibilidad para la enfermedad, salud deficiente o lesiones”.(6)

- **Latinoamérica.** América Latina o Latinoamérica, se refiere a las regiones de América donde se hablan lenguas latinas, específicamente español, francés y portugués. La región comprende más de veinte millones de kilómetros cuadrados de superficie, que corresponden aproximadamente al 13,5% de la superficie emergida del planeta.(7)
- **Tabaquismo.** Es una adicción a la nicotina del tabaco. El consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo de varias enfermedades crónicas, como el cáncer y las enfermedades pulmonares y cardiovasculares.(8)
- **Consumo de alcohol.** El alcohol es la segunda sustancia psicotrópica activa más usada en el mundo, luego de la cafeína, y es un factor de riesgo de muerte y discapacidad temprana. Este tipo de trastorno tiene un alto grado de asociación con enfermedades mentales, traumatismos, enfermedades como coronariopatías, cirrosis hepática, epilepsia, cáncer (mamario, laríngeo, faríngeo y esofágico).(9)
- **Obesidad.** La obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.(10)
- **Sedentarismo.** Se entiende como un estilo de vida carente de movimiento o de actividad física. Se considera uno de los mayores factores de riesgo en el desarrollo de la enfermedad cardíaca e incluso se ha establecido una relación directa entre el estilo de vida sedentario y la mortalidad cardiovascular.(11)
- **Enfermedad cardiovascular.** Las enfermedades cardiovasculares son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos. Las principales causas de enfermedad vascular son el consumo de tabaco, la falta de actividad física y una alimentación poco saludable.(12)

- **Universidad Saludable.** Son aquellas que realizan acciones sostenidas destinadas a promover la salud integral de la comunidad universitaria favoreciendo estilos de vida saludables.(13)

3. PREVALENCIA DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE AMÉRICA LATINA, PERIODO 2012-2018

El presente trabajo es una monografía de tipo compilación, a través de la revisión sistemática de artículos con evidencia científica relacionados con el factor de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios en América Latina.

Los criterios de búsqueda se establecieron empleando palabras claves: factor de riesgo cardiovascular, universidad, América Latina, y estilos de vida. Realizados dentro del periodo 2012 – 2018, consultados en las diferentes bases de datos SciELO, Pro Quest, EBSCO, Dialnet, ScienceDirect, DOAJ, Gale CengageLearning, Intramed, Google Académico, Medline Plus, la cual genera una matriz de análisis, para posteriormente generar una tabla de consolidación de evidencia científica, teniendo en cuenta los criterios de inclusión, que permita identificar los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de América Latina.

Para la revisión de artículos se presentaron los siguientes criterios de selección:

3.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Artículos en español, inglés, y portugués.
- Artículos entre los años 2012 y el 2018.
- Artículos publicados en revistas indexadas.
- Artículos que utilizaran los descriptores mencionados anteriormente.

3.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Revisiones Bibliográficas.
- Artículos anteriores al 2012.
- Información científica que no se encuentre indexada o no tenga respaldo científico.

Durante la revisión bibliográfica que se realizó para el desarrollo del trabajo se obtuvieron alrededor de 250 artículos, a los cuales se les aplicó los criterios de inclusión y exclusión, teniendo como resultado final 24 artículos de investigación con evidencia científica, que se enfocaron sobre los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de América Latina.

Una vez seleccionados los artículos, se procedió a la construcción de una matriz de análisis que permitiera posteriormente categorizar la información obtenida, generar una tabla de consolidación de la información, elementos de análisis para dar cumplimiento a los objetivos establecidos.

- Instrumento de caracterización de los estudios en relación con el factor de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de América Latina, realizado por los autores, permite generar una tabla de compilación de la evidencia científica obtenida e identificar las características sociodemográficas, factores de riesgo por país, y prevalencia de estos.

3.3 ANALISIS Y DISCUSIÓN

Caracterización de los estudios en relación con el factor de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios de América Latina

	Titulo	País	Carreras Universitarias													
			Med	Enf	Odo	Cien	Econ	Admin	Arq.	Der.	Ad. Tur	Ing. Amb	Ing. Ind.	Com	Otra s	
1	Evaluación de factores de riesgo asociados a enfermedad cardiovascular en jóvenes universitarios de la Localidad Santafé en Bogotá, Colombia (2016)	Colombia	Todas las carreras que ofrece la Universidad													
2	Factores de riesgo cardiovascular asociados a estilo de vida en estudiantes de pregrado de una Universidad Católica de Manizales (2015)	Colombia		75						62		16	70	25	72	64
3	Prevalencia de factores de riesgo cardiovasculares en jóvenes de una Institución Universitaria (2012)	Colombia	Facultad de Salud (2do Semestre)													
4	Factor de riesgo cardiovascular y su relación con la composición en estudiantes Universitarios (2014)	Colombia	Todas las carreras que ofrece la Universidad													
5	Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes del Programa de Enfermería de la Universidad Libre de Pereira (2012)	Colombia		358	1ro - 8vo Semestre											
6	Factores de riesgo cardiovascular en Universitarios de primer y tercer año (2017)	Chile	120			103								103		

7	Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional (2015)	Chile	Facultad de Salud												
8	Índices antropométricos como predictores de riesgo cardiovascular en universitarios (2014)	Venezuela											223		
9	Riesgos cardiovasculares en estudiantes de quinto año de Medicina de la Universidad de Carabobo (2012)	Venezuela	140												
10	Estudio comparativo de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios (2012)	Argentina	Facultad de Bioquímica y Ciencias Biológicas.												
11	Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia (2017)	Colombia	Facultad de Salud												
12	Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia (2017)	Colombia		199											
13	Asociación entre el período de graduación y los factores de riesgo cardiovascular en universitarios (2013)	Brasil	Todas las carreras que ofrece la Universidad												
14	Fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento Humano (2015)	Costa rica	Facultad de Ciencias Básicas												
15	Prevalencia de factores de riesgo cardiovasculares en jóvenes de una Institución Universitaria (2012)	Colombia	Facultad de Salud (2do Semestre)												

16	Estilos de vida y salud, percibida en estudiantes de un programa de Odontología de una universidad de Santiago de Cali (2017)	Colombia														
17	Conductas y Cogniciones relacionados con los Trastornos de la Conducta alimentaria en estudiantes Universitarios (2012)	Argentina	Estudiantes de Psicología													
18	Conocimientos y actitudes asociadas al inicio del habito de fumar durante la visa universitaria	Colombia	Facultad de Salud													
19	Factores asociados al inicio de fumar en estudiantes universitarios en Bogotá (2018)	Colombia						18	18	23				18		99
20	Caracterización de hábitos relacionados con enfermedades crónicas en población universitaria de Honduras (2015)	Honduras														
21	Factores de Riesgo Cardiovascular y estilo de vida de estudiantes universitarios (2014)	Colombia	200				21	11		28				3	16	44
22	Estilos de vida de estudiantes de odontología (2015)	Colombia			205											
23	Estado nutricional y estilos de vida en estudiantes universitarios de la Pontifica Universidad Católica de Valparaíso (2013)	Chile				323										
24	Tipologías de estilo de vida de jóvenes universitarios (2016)	Colombia														

	Título	Total	Sexo		Edad		Porcentaje									
			M	F	Min	Max	Estilo de Vida									
		Muestra					Cons. Alcohol	Estrés	Sedent.	Sobrep.	Obesidad	Dieta	Tabaq.	Act. Fis.		
1	Evaluación de factores de riesgo asociados a enfermedad cardiovascular en jóvenes universitarios de la Localidad Santafé en Bogotá, Colombia (2016)	747	190	557	16	29	96,1%		63,8%	15,5%	2,2%		41,1%			4,6%
2	Factores de riesgo cardiovascular asociados a estilo de vida en estudiantes de pregrado de una Universidad Católica de Manizales (2015)	384			19	23	69,2%								25,5%	
3	Prevalencia de factores de riesgo cardiovasculares en jóvenes de una Institución Universitaria (2012)	112	20	92	16	30	75,0%		79,5%	3,6%	0,9%	78,6%	17,0%			1,8%
4	Factor de riesgo cardiovascular y su relación con la composición en estudiantes	193	99	94	16	26		8,3%		21,2%		26,9%				

	Universitarios (2014)															
5	Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes del Programa de Enfermería de la Universidad Libre de Pereira (2012)	368	40	328	16	>30				2,0%	0,6%	25,4%	9,0%		31,0%	6,0%
6	Factores de riesgo cardiovascular en Universitarios de primer y tercer año (2017)	326	166	160	18	23	66,0%		50,9%	26,1%	8,9%		28,8%			5,4%
7	Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional (2015)	153	51	102	17	33				27,5%	7,8%					
8	Índices antropométricos como predictores de riesgo cardiovascular en universitarios (2014)	223	133	90	18	24				20,6%	5,4%					
9	Riesgos cardiovasculares en estudiantes de quinto año de Medicina de la Universidad de Carabobo (2012)	80	26	54	20	28	28,8%	53,8%	42,0%	18,8%	6,3%	83,8%	3,8%		67,5%	10,1%

10	Estudio comparativo de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios (2012)	151	46	105	20	25			61,0%	16,7%	2,7%		23,0%			
11	Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia (2017)	109	6	103	16	29		44,0%		19,2%	1,8%		1,8%	56,9%		
12	Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia (2017)	199	37	162	16	33	89,7%	67,7%	26,1%			20,6%	2,0%			
13	Asociación entre el período de graduación y los factores de riesgo cardiovascular en universitarios (2013)	1599	811	788	18	35	64,6%			25,8%			11,3%			
14	Fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento Humano (2015)	234	137	97	20	30							34,0%			
15	Prevalencia de factores de riesgo cardiovasculares en jóvenes de una Institución	112	20	92	16	30	75,0%		79,5%	3,6%	0,9%	78,6%	17,0%			1,8%

	Universitaria (2012)															
16	Estilos de vida y salud, percibida en estudiantes de un programa de Odontología de una universidad de Santiago de Cali (2017)	313	189	124	19	30	60,6%		14,0%			60,5%	7,7%	36,4%		
17	Conductas y Cogniciones relacionados con los Trastornos de la Conducta alimentaria en estudiantes Universitarios (2012)	449	59	390	20	25						27,0%				
18	Conocimientos y actitudes asociadas al inicio del habito de fumar durante la visa universitaria	433	174	259	18	25						28,2%				
19	Factores asociados al inicio de fumar en estudiantes universitarios en Bogotá (2018)	176	126	50	19	22							75,0%			
20	Caracterización de hábitos relacionados con enfermedades crónicas en	248	140	108	18	42	53,5%		5,0%	21,8%	3,2%	3,0%	12,8%	94,7%		

	población universitaria de Honduras (2015)															
21	Factores de Riesgo Cardiovascular y estilo de vida de estudiantes universitarios (2014)	323	85	238	16	49	46,7%			13,6%	5,0%		9,3%		49,5%	13,0%
22	Estilos de vida de estudiantes de odontología (2015)	205	66	139	18	25	54,4%		62,9%	8,6%	3,5%	61,0%	25,8%	30,8%		
23	Estado nutricional y estilos de vida en estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso (2013)	323	147	176	18	29			81,4%			50,0%		18,6%		
24	Tipologías de estilo de vida de jóvenes universitarios (2016)	228	109	119	18	25		44,0%	62,0%					38,0%		

La matriz de análisis y tabla de caracterización permitieron generar los siguientes capítulos para dar cumplimiento a los objetivos propuestos:

3.3.1 Capítulo 1. Caracterización Socio Demográfica

La evidencia científica encontrada documenta los factores de riesgo cardiovascular de estudiantes universitarios de países como Argentina, Colombia, Chile, Venezuela, dentro de los cuales se evidencio que las edades de los estudiantes universitarios se encuentran en un rango de edad de 16- 49 años.

El sexo que más predominó fue el sexo femenino con aproximadamente 4.427 (58%) participantes, en comparación con el sexo masculino que tuvo 2.876 (37.4%) participantes en todos los estudios revisados. La muestra para los estudios revisados fue de 7.688 (100%), pero en solo un estudio con una muestra de 384 participantes no se discriminó los resultados para sexo masculino o femenino.

Aunque son pocos los estudios encontrados que describen la variable estado civil, 3 de los estudios participantes evidencian que el estado civil que más predominó fue el estado civil soltero.

De igual forma son pocos los estudios revisados que documentan la ocupación, dentro de las variables sociodemográficas, solo dos estudios la describen, encontrándose que es mayor el número de estudiantes que se dedican solo a las actividades académicas universitarias y un bajo porcentaje laboran, a pesar de ser un número menor los estudiantes que combinan actividades laborales con las estudiantiles, por la dinámica de vida en donde el factor tiempo, los periodos de descanso y sueño, la exposición a situación de estrés, juegan un papel importante en la calidad de vida y plantea la tesis que a mayor exposición tienen mayor factor

de riesgo cardiovascular y directamente aumentan la probabilidad de presentar un evento cardiovascular o alteraciones metabólicas, entre otros.

3.3.2 Capítulo 2. Revisión del Estado de Arte de Factores de Riesgo Cardiovascular en Latinoamérica

En Argentina fueron pocos los estudios encontrados en relación con factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios, de acuerdo con los criterios de inclusión del presente estudio, solo dos estudios fueron los participantes, documentando como factores de mayor prevalencia el sedentarismo, el tabaquismo, y la inadecuada alimentación.

Fortino y Modini, “Estudio comparativo de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios”(21) realiza un trabajo comparativo sobre obesidad y sedentarismo y nutrición en los años 1994-1995 y 2009 - 2010, hace mención a la transición nutricional mundial que se ha venido desarrollando, encontrando un consumo elevado de grasas y bajo de verduras, su relación con el aumento de peso y obesidad en adultos en las etapas tempranas de la vida, evidencia que comparativamente en estos años, los índices de obesidad aumentaron de un 12,7% a un 16,7%, planteando que las posibles razones de esta situación, son como por ejemplo que los alumnos dedican muchas horas al estudio y permanencia en las unidades académicas, lo cual podría influenciar negativamente sobre los hábitos de alimentación y actividad física adecuadas, en su estudio además menciona que existe un 61% de sedentarismo en los estudiante, este planteamiento, hace un llamado nuevamente a las instituciones de educación superior en la construcción de ambientes físicos, sociales que promuevan o influyan en mejorar la calidad de vida de la comunidad universitaria.

La tendencia sobre malos hábitos alimenticios queda también en evidencia en el estudio de Góngora y Casull “Conductas y Cogniciones Relacionadas con los Trastornos de la Conducta Alimentaria en Estudiantes Universitarios”(35), en donde el 27% de los estudiantes universitarios consumían frecuentemente cantidades extraordinarias de alimentos durante una comida y manifestaban que el comportamiento alimentario estaba fuera de control, conductas que reafirman el sobrepeso.

De igual forma lo documentado en los estudios deja claramente en evidencia el aumento de tabaquismo a través de los años, pasando de un 13% a un 23%, lo que indico que el habito de fumar ya se encontraba instaurado dentro de su población universitaria, siendo declarado para el año 2012 el tabaquismo como principal causa de muerte prevenible en Argentina, lo que motivo a fortalecer las acciones en conjunto con la ley antitabaco en el país.

Brasil participa con un único estudio que menciona dentro de los factores de riesgo el consumo de alcohol, el sobrepeso y el tabaquismo.

En el estudio de Moreira y de Siqueira Bontorin “Asociación entre el período de graduación y los factores de riesgo cardiovascular en universitarios”(32) realiza un comparativo entre los estudiantes de primer año y los que ya se están graduando, para conocer los factores de riesgo cardiovascular que se mantienen, en este caso se evidenció que el consumo de alcohol fue del 76.4% en los próximos a graduarse versus 60.7% de los estudiantes de primer año.

En cuanto al tabaquismo se encontró que el 16.2% de los estudiantes próximos a graduarse fumaban versus un 9.4%.

En el caso del factor de riesgo sobrepeso se obtuvo que el 29.4% de los estudiantes próximos a graduarse lo tenían, al igual que 24.7% de los estudiantes de primer año.

Lo anterior se puede relacionar con el estudio realizado en Chile para el año 2013 “Estado Nutricional y estilo de vida en estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso” (31), donde se realiza un comparativo en estudiantes de primer año y tercer año, y se obtienen resultados que orientan a que los estudiantes entre más avanzados en sus carreras se encuentren, están más relacionados con el factor de riesgo cardiovascular.

El comportamiento de los FRCV de Brasil es muy similar al de países como Colombia, se sigue evidenciando el tabaquismo, el consumo de alcohol y el sobrepeso como factores predominantes en la población universitaria.

Chile es uno de los países latinoamericanos participantes del análisis que documenta varios factores de riesgo cardiovascular, entre los tres artículos revisados para este país se identifican como más relevantes el sedentarismo con un 81.4%, el consumo de alcohol con un 66%, malos hábitos alimenticios con un 50%, tabaquismo con un 28.8% y sobrepeso con 27,5%.

Rodríguez Rodríguez et al, “Estado Nutricional y estilo de vida en estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso”(31) menciona un alto porcentaje de sedentarismo y malos hábitos alimenticios, aludiendo que el bajo nivel de ejercicio físico y la baja calidad alimentaria podrían llegar a tener efectos negativos en su estado de salud, convirtiéndose a su vez en un factor de riesgo elevado para la población Chilena universitaria en cuanto a padecer de enfermedades cardiovasculares.

De igual forma Morales et al, en su estudio “Factores de riesgo cardiovascular en universitarios de primer y tercer año”(20) reafirman esta tendencia en cuanto al sedentarismo, el consumo de alcohol, tabaquismo y sobrepeso, aporta datos interesantes en cuanto al comportamiento del estudiante universitario y los factores de riesgo, comparando estudiantes de primer año con los de tercer año, donde llama la atención que los estudiantes de tercer año son los que más factores de riesgo tienen en comparación con los de primer año; El 72.4% de los estudiantes encuestados de tercer año consumen alcohol versus el 59.4% de los estudiantes de primer año, aunque existe diferencia en los porcentajes obtenidos se evidencia que el consumo de alcohol es alto en los estudiantes universitarios, en cuanto al tabaquismo el 32.1% de los estudiantes de tercer año fuman, comparado con un 26.5% de los estudiantes de primer año, considerándose también cifras altas que exponen a los universitarios al desarrollo de enfermedades cardiovasculares a edades muy tempranas. De igual forma el sedentarismo como factor de riesgo cardiovascular en el estudio reporto 57.9%. El contexto anterior hace reflexionar y poner en tela de juicio el papel que vienen desarrollando las Instituciones de Educación superior, en el cuidado de la salud de la población, que a futuro será el pilar productivo de un país.

El Contexto del comportamiento de los factores de riesgo cardiovascular de Chile, lo refleja el estudio de Delgado et al en el estudio “Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional”(15), en donde se analizó los riesgos cardiovasculares en estudiantes universitarios según su estado nutricional, evidenciando que los factores de sobrepeso con un 27.45% y obesidad con un 7.84% juegan un papel importante en la predisposición para padecer de enfermedades cardiovasculares a temprana edad, porcentajes altos en comparación a los encontrados en otros estudios de Colombia, y Honduras donde el porcentaje de sobrepeso es menor.

Dentro del estudio también se documentó la relación de las variables plasmáticas como colesterol, y la variable presión arterial, concluyendo que el Índice de Masa Corporal de una persona que define si se encuentra en sobrepeso y obesidad es uno de los factores más determinantes en la elevación de la presión arterial, siendo este un factor de riesgo alto para presentar enfermedades cardiovasculares documentando que más de la mitad de los adultos jóvenes de 18 a 24 años tiene al menos 1 factor de riesgo cardiovascular, condición que debe encender las alarmas de la universidades para realizar intervenciones que mitiguen o disminuyan la presencia de estos factores y de igual forma fomenten la adopción de estilos de vida más saludables, de tal manera que impacten la incidencia de las enfermedades cardiovasculares, las cuales son primera causa de muerte y discapacidad en este País.

Colombia es uno de los países latinoamericanos que mejor documenta los factores de riesgo cardiovascular, encontrándose 14 estudios participantes, en donde se identificó factores de mayor prevalencia como el consumo de alcohol, tabaco, sobrepeso y sedentarismo. Entre los estudios que se analizaron para Colombia 10 artículos mencionan que la población universitaria se fuma tabaco, seguido de 8 artículos que mencionan que los estudiantes universitarios consumen alcohol, sobrepeso y sedentarismo con 8 y 7 estudios respectivamente y en menor proporción los demás factores de riesgo.

Entre los estudios que describen la variable de consumo de alcohol y tabaco, los más representativos fueron el estudio realizado por Almonacid Urrego et al, en el estudio “Evaluación de factores de riesgo asociados a enfermedad cardiovascular en jóvenes universitarios de la Localidad Santafé en Bogotá, Colombia”(14), donde demuestran que el 96.1%, de los estudiantes consumen alcohol durante la etapa universitaria, igual comportamiento describe, Carlos Canova Barrios en el estudio “Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta,

Colombia”(26), donde se evidencio que alrededor del 89.7% de los estudiantes universitarios consumen alcohol.

Barreto Niño et al en el estudio “Factores asociados al inicio del hábito de fumar en estudiantes universitarios en Bogotá, Colombia” (27) evidencia que cerca del 75% de los estudiantes fuman durante la etapa universitaria.

Otro factor importante analizado para Colombia es el sedentarismo, que hace referencia a la poca actividad física realizada por los estudiantes universitarios, asociándose con el factor de riesgo de sobrepeso.

En el estudio de García Gulfo et al, “Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes de una institución universitaria”, realizado en la población estudiantil universitaria de Medellín-Colombia, es el reflejo de lo documentado en este país latinoamericano, sobre el comportamiento del sedentarismo, documentando con un 79.5 que los estudiantes universitarios no practican ningún tipo de actividad física o lo realizan en muy bajo porcentaje (23), lo que no está muy lejos de países como Chile, encontrándose en el artículo de Rodríguez Rodríguez et al, que la población sedentaria es del 81% en los universitarios. Un estudio similar se registró en Argentina donde el 61% de sus estudiantes eran sedentarios. (31)

Otro de los factores de riesgo documentados es el sobrepeso, encontrándose que en Colombia se presenta en menor proporción con un promedio del 16% entre los 14 estudios revisados donde se documenta este factor de riesgo; Suescún Carrero et al, en el estudio “Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia”, permite evidenciar esta tendencia, documentando que el 19.2% de los estudiantes presentaban sobrepeso, este comportamiento de este factor de riesgo cardiovascular es un dato llamativo dada la estrecha relación que tiene el sobrepeso y obesidad con el sedentarismo que por sí ya es alto en el país.(25)

Suescun, de igual forma manifiesta la combinación de otros factores que afectan la calidad de vida y salud de los estudiantes universitarios, como lo son el cambio de vivienda, los cambios en los hábitos nutricionales, las actividades académicas, el patrón de sueño y descanso que ayudaban a aumentar los casos de sobrepeso y a debilitar el intento por mantener una vida saludable, basado en la evidencia ampliamente conocida sobre estos factores, se puede decir que los expone más a la probabilidad del desarrollo de un evento cardiovascular.

En el caso de Honduras en un único estudio se identificaron entre los factores de riesgo cardiovascular más prevalentes, el consumo de alcohol y tabaco, y el sobrepeso. Así lo refleja Hernández, et al, en su estudio “Caracterización de hábitos relacionados con enfermedades crónicas en población universitaria de Honduras”(28), donde evidencia alto consumo de tabaco, siendo el género masculino con mayor tendencia con un 36.24%, y que la tendencia del mismo es a edades más tempranas registrando una edad promedio para empezar a fumar de 17.8 años para ambos sexos. En cuanto al consumo de alcohol se encontró un 53.85% de estudiantes que lo consumían. El 22.22% de los participantes tenían sobrepeso, y el 3.29% obesidad. Es importante mencionar que estos factores se relacionan más a la inadecuada alimentación que a la práctica de actividad física, ya que en el estudio se evidencio que los participantes tenían como factor protector la realización de esta.

Los datos anteriormente descritos guardan relación con los datos proporcionados en Colombia donde el consumo de alcohol y tabaco con tendencia.

En Venezuela dentro de los factores de riesgo cardiovascular documentados en 2 artículos se encuentra el sobrepeso e inadecuados hábitos alimenticios.

Augusto y Corvos, en el estudio “Índices antropométricos como predictores de riesgo cardiovascular en universitarios”, documentó el sobrepeso y obesidad, como factores de predominio en el género masculino con un 32.9%, más que en el sexo femenino 15.5%; relaciona el aumento de la obesidad con la disminución de actividad física y la presencia de inadecuados hábitos alimenticios, ricos en calorías, lo que hace que el factor aparezca tempranamente en adolescentes, conduciendo a la enfermedad cardiovascular en la adultez(22).

Este contexto guarda relación con el perfil de comportamiento de países como Chile donde el sobrepeso como se mencionó anteriormente es un factor de riesgo importante en su población universitaria.

Coronel et al, menciona en su estudio “Riesgos cardiovasculares en estudiantes de quinto año de Medicina de la Universidad de Carabobo”(19), que el consumo de comidas ricas en grasas de los estudiantes universitarios fue del 83.75%, que realizan poca actividad física, el sobrepeso y la obesidad con un 38.46% y 15.38% respectivamente, fueron los factores de riesgo más prevalentes, datos que caracterizan en la presente monografía el comportamiento de este país en cuanto a FRCV. Otro factor prevalente que menciona el este estudio es el estrés con un 53.8%, donde los estudiantes lo relacionaban a la carga académica y de igual forma documenta, el consumo de alcohol con un 27.5% y tabaquismo un 3.8%, como factores presentes en el comunidad estudiantil universitaria, que aumentan la probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares tipo hipertensión arterial, dado los daños producidos a nivel endotelial, lo que marcaría las bases fisiopatológicas para el desarrollo de las diferentes etapas de la aterosclerosis y sus enfermedades asociadas.

Los valores que se evidencian en este estudio de Venezuela se encuentran por debajo de los porcentajes que tiene Colombia, Chile y Honduras, en cuanto al consumo de alcohol y tabaco.

3.3.3 Capítulo 3. Factores de Riesgo Cardiovascular más Prevalentes en Universitarios a Nivel de Latinoamérica

Dentro del análisis que se realizó para conocer cuáles eran los factores de riesgo cardiovascular más prevalentes en América latina según los artículos revisados, se encontró que el factor de riesgo que más prevalece y que genera alto impacto en los diferentes países es el tabaquismo estando presente en todos los estudios registrados para el periodo 2012-2018 en la región, aunque es importante resaltar que es más prevalente en países como Colombia, Chile y Argentina.

El sobrepeso y la obesidad registran el 2do lugar de prevalencia, evidenciado en 15 de los artículos del presente trabajo, dentro de los países que mayores índices de obesidad y sobrepeso registran, se encuentran Venezuela, Chile y Argentina, sin embargo es un factor de riesgo presente en varios estudios, con mayor frecuencia en unos países más que otros y está ligado directamente a los inadecuados hábitos alimenticios que adquieren los estudiantes universitarios que también logra ser evidenciado en los estudios encontrados en los países anteriormente nombrados, y a el sedentarismo que es un factor con alta incidencia en Chile y Argentina.

El consumo de alcohol se registra tercer lugar de frecuencia, registrado en 12 artículos participantes en el estudio, con un alto porcentaje de incidencia, Colombia, Brasil, Honduras y Chile, los cuales registran una alta tendencia en consumo de alcohol.

Cabe resaltar que en todos los países se registra la presencia de todos los factores de riesgo cardiovascular descritos por la OMS, en mayor o en menor frecuencia, pero estos siguen siendo los pilares para dirigir las estrategias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, dado que todos los

estudios, de todos los países, hacen mención que las enfermedades cardiovasculares se encuentran en el primer lugar de causas de muerte y lo preocupante de esto es que estos factores se presenta a edades cada vez más tempranas, lo que conllevaría a tener un población que cada vez más joven se enfrente a eventos cardiovasculares que modifican su calidad de vida y conllevarían a un deterioro progresivo de su salud.

Otros de los factores que se encontraron descritos en algunos artículos hacen mención a el estrés, escasos periodos de descanso y sueño, que son factores que afectan directamente a los estudiantes universitarios, importantes a considerar dada la dinámica de la vida universitaria y que deben empezar a ser tomados en cuenta a nivel general para ser estudiados con mayor juicio dentro de los causales que exponen a los estudiantes a un evento cardiovascular.

4. CONCLUSIONES

La población universitaria está constituida principalmente por jóvenes que se encuentran en la última etapa de la adolescencia y adulto joven; los datos sociodemográficos de los estudios que participaron en el presente trabajo, registran la mayoría de las edades entre los 18 y 29 años, y es ampliamente conocido que estas etapas donde se adquieren estilos de vida que en la mayoría de los casos se mantienen en la edad adulta, son las mejores para promover la salud y generar hábitos saludables que permitan prevenir el desarrollo de diferentes enfermedades, entre las que se encuentran las enfermedades crónicas no transmisibles, como son las enfermedades cardiovasculares, este contexto compromete a las Instituciones de educación superior (IES) a robustecer las compañías y estrategias que conduzcan a la adopción de mejores hábitos y a mejorar la calidad de vida de los estudiantes universitarios.

Dentro de los estudios revisados, el género femenino tuvo mayor prevalencia y las carreras universitarias de mayor participación fueron las carreras de la Facultad de Salud, como Enfermería, odontología, sin embargo, es el género masculino el que registra mayor exposición a factores de riesgo como consumo de alcohol y tabaquismo.

Dentro de los factores de riesgo identificados en los países de América latina existen factores en común, el consumo de alcohol, el tabaquismo, sedentarismo y obesidad, en mayor porcentaje unos más que otros, son los factores que más resaltan en la población universitaria Latinoamérica, estos resultados pueden orientar y guiar las políticas de salud que cada país articula para las IES, para mitigar la presencia de estos factores de riesgo en los estudiantes y garantizar que la población que será el pilar productivo del país tenga mejores condiciones de salud y por consiguiente mejor calidad de vida.

Con los registros de los factores de riesgo de los diferentes estudios, se pudo identificar la importancia de empezar a estudiar y considerar otros factores de riesgo que pueden afectar la salud de la comunidad estudiantil universitaria que no fueron contemplados en la mayoría de los estudios, pero que están presentes en esta población, como es el estrés, escasos periodos de descanso y sueño y más en la carreras del área de la salud, donde se registra cada vez más la tendencia de combinar estudio y trabajo, sumado al rol que desempeñan en su núcleo familiar, lo que supondría que los periodos de descanso y sueño son menores, aumentando el estrés y la ansiedad por cumplir con las responsabilidades adquiridas exponiendo a estos estudiantes a la probabilidad de padecer de una enfermedad cardiovascular más tempranamente, de igual forma es importante caracterizar por facultades o ampliar más los estudios en otras carreras en relación a estos factores de riesgo, dado que posiblemente las características de los estudiantes de otras ciencias puedan ser muy diferentes en cuanto a su dinámica académica.

Los estudios analizados reflejan la necesidad de ser más contundentes en las políticas de universidad saludable, la cual busca transformar las universidades en promotoras de la salud; dado que varios estudios registraron un incremento en la presencia de factores de riesgo a medida que avanzan en su carrera universitaria y llama la atención que enfermería, disciplina, que más estudios ha realizado en esta área, que es la líder, promotora de la salud y prevención de la enfermedad, no se separe de esta tendencia; el deber ser es que las IES ofrezcan a su comunidad ambientes físicos, sociales que fomenten el bienestar, que les permita establecer relaciones constructivas, fortalecer sus potencialidades, crecer de forma integral, reduciendo la exposición a los diferentes factores de riesgo.

5. RECOMENDACIONES

Considerando que varios fueron los países latinoamericanos en los que no se encontró estudios recientes realizados en cuanto a la identificación de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios, es importante motivar a la comunidad académica latinoamericana a continuar investigando sobre el comportamiento de los factores de riesgo y estilos de vida de esta población, que permita comprender mejor perfil de salud de la población universitaria Latinoamérica y la exposición a agentes que puedan afectarla, generar alianzas y políticas como región, que conduzcan a mitigar estos factores.

Registrar estrategias exitosas que las diferentes instituciones universitarias han venido realizando en relación con la promoción de la salud, con el fin que se puedan extrapolar a otras universidades y así se sumen esfuerzos para fortalecer el cuidado de salud de los estudiantes universitarios.

Como autoras sensibles al impacto que la disciplina de enfermería produce en el cuidado de la salud de las comunidades y en congruencia con el reconocimiento que campañas como Nursing Now realiza, donde promueve el rol que tienen las enfermeras en mejorar la salud, es importante que los programas de enfermería tomen el rol de liderazgo en la promoción de la salud de la comunidad universitaria y apoyen el desarrollo de políticas saludables dentro de las universidades para empezar a registrar estas iniciativas, que fortalecen la disciplina en su eje principal que es el cuidado.

BIBLIOGRAFIA

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Enfermedades cardiovasculares. [Sitio en internet]. Prevención y control de las enfermedades cardiovasculares, 2017. Disponible en: https://www.who.int/cardiovascular_diseases/es/. Consultado en marzo de 2019
2. Delgado Floody P, Alarcón Hormazábal M, y Caamaño Navarrete F. Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional. NutrHosp. [En línea] 2015 [Consultado en marzo de 2019]; 32(4): 1820-1824. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v32n4/58originalotros07.pdf>
3. Tamayo JA, Rodríguez K, Escobar K, Mejía AM. Estilos de vida de estudiantes de odontología. Hacia promoc. Salud. [En línea] 2015 [Consultado en marzo de 2019]; 20(2): 147-160. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v20n2/v20n2a11.pdf>
4. Organización mundial de la salud. Factores de riesgo. [Sitio en internet]. Tema de salud, 2019. Disponible en: https://www.who.int/topics/risk_factors/es/. Consultado en marzo de 2019
5. Pérez Porto J y Merino M. Definición de carrera universitaria. [Sitio en internet] Definición de. Publicado: 2016. Actualizado: 2018. Disponible en: <https://definicion.de/carrera-universitaria/>. Consultado en febrero de 2019
6. Guerrero Montoya, LR, León Salazar, AR. Estilo de vida y salud. Educere [En línea]. 2010 [Consultado en marzo de 2019]; 14 (48):13-19. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35616720002>

7. Ecured. America Latina. [Sitio en internet] 2007. Disponible en: https://www.ecured.cu/Am%C3%A9rica_Latina. Consultado en marzo de 2019
8. Organización mundial de la salud. Tabaquismo. [Sitio en internet] 2019. Disponible en: <https://www.who.int/topics/tobacco/es/>. Consultado en marzo de 2019
9. Espriella Guerrero RA, Rodríguez V, Rincón CJ, Cabrera Morales D, Pérez Rodríguez SJ., Gómez Restrepo C. Consumo de alcohol en la población colombiana. Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. Revista Colombiana de Psiquiatría, [En línea]. 2016 [Consultado en marzo de 2019]; 45, 76-88. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v45s1/v45s1a11.pdf>
10. Organización mundial de la salud. Obesidad. [Sitio en internet]. 2019. Disponible en: <https://www.who.int/topics/obesity/es/>. Consultado en marzo de 2019
11. Valle Muñoz A. Falta de ejercicio – Sedentarismo. [Sitio en internet]. Fundación Española del Corazón. 2018. Disponible en: <https://fundaciondelcorazon.com/prevencion/riesgo-cardiovascular/falta-ejercicio-sedentarismo.html>. Consultado en marzo de 2019
12. Organización Mundial de la salud. Enfermedades cardiovasculares. [Sitio en internet]. 2019. Disponible en: https://www.who.int/topics/cardiovascular_diseases/es/. Consultado en marzo de 2019
13. Ministerio de salud. Manual de Universidades saludables. [Sitio en internet]. Argentina. 2012. Disponible en: http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000481cnt-2013-01_manual-universidades-saludables_2012.pdf. Consultado en marzo de 2019

14. Almonacid Urrego CC, Camarillo Romero MS, Gil Murcia Z, Medina Medina CY, Rebellón Marulanda JV, Mendieta Zerón H. Evaluación de factores de riesgo asociados a enfermedad cardiovascular en jóvenes universitarios de la Localidad Santafé en Bogotá, Colombia. Nova [En línea] 2016 [Consultado en marzo de 2019]; 14(25): 9-17. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/nova/v14n25/v14n25a04.pdf>
15. Delgado Floody P, Alarcón Hormazábal M, Caamaño Navarrete F. Análisis de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios según su estado nutricional. Nutrición Hospitalaria, [En línea] 2015 [Consultado en marzo de 2019]; 32(4), 1820-1824. Disponible en: <http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v32n4/58originalotros07.pdf>
16. Duque P. Colombia “Factores de riesgo cardiovascular asociados a estilos de vida en estudiantes de pregrado de una universidad católica de Manizales. Universidad Católica de Manizales. 2015 Disponible en: <http://repositorio.ucm.edu.co:8080/jspui/bitstream/handle/10839/1723/Ledy%20Tatiana%20Aristizabal%20M.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. García Gulfo MH., García Zea JA. Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes de una institución universitaria. Rev. salud pública. [En línea] 2012 [Consultado en marzo de 2019]; (5): 822-830. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rsap/2012.v14n5/822-830/es/>
18. Buitrago LM. Factores de riesgo cardiovascular en estudiantes del programa de enfermería de la Universidad Libre de Pereira. Cultura del cuidado, [En línea] 2012 [Consultado en marzo de 2019]; 9(1), 36-45. Disponible en: <http://repositorio.unilibrepereira.edu.co:8080/pereira/bitstream/handle/1234567>

89/176/Articulo%20No%204%20Factores%20de%20riesgo%20cardiovascular.
pdf?sequence=1

19. Coronel AF, Colon DJ, Cortez LA, Contreras TE. Riesgos Cardiovasculares en Estudiantes de Quinto año de Medicina de la Universidad de Carabobo. [Tesis de Licenciatura]. Valencia: Universidad de Carabobo. Facultad de Ciencias de la Salud. Escuela de Medicina Departamento de Salud Pública; 2012. Disponible en:
<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/2731/cocococo.pdf?sequence=1>
20. Morales G, Guillen-Grima F, Muñoz S, Belmar C, Schifferli I., Muñoz A, Soto A. Factores de riesgo cardiovascular en universitarios de primer y tercer año. Rev Med Chile. [En línea] 2012 [Consultado en marzo de 2019]; 145: 299-308. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v145n3/art03.pdf>
21. Fortino, M., Modini, L., & Zurbriggen, F. D. Estudio comparativo de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios Rev Fed Arg Cardiol. [En línea] 2012 [Consultado en marzo de 2019]; 41 (4): 269-276. Disponible en: <https://docplayer.es/4853110-1995-2010-estudio-comparativo-de-factores-de-riesgo-cardiovascular-en-jovenes-universitarios.html>
22. Corvos Hidalgo CA; Corvos Hidalgo A. Índices antropométricos como predictores de riesgo cardiovascular en universitarios. Multiciencias, [En línea] abril-junio, 2014 [Consultado en marzo de 2019]; 14(2): 196-202. Disponible en:
23. García Gulfo MH.; García Zea JA. Prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes de una institución universitaria. Rev. Salud Pública, [En línea] 2012 [Consultado en marzo de 2019]; 14(5): 822-830 Universidad

Nacional de Colombia Bogotá, Colombia. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42229127009>

24. Zea Robles AC.; León-Ariza, Henry H.; Botero-Rosas, Daniel A.; Afanador-Castañeda, Hugo D.; Pinzón-Bravo, Lelio A. Factores de riesgo cardiovascular y su relación con la composición corporal en estudiantes universitarios Revista de Salud Pública, [En línea] agosto, 2014 [Consultado en marzo de 2019]; 16(4) 505-515 Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=42235721002>
25. Suescún Carrero SH., Sandoval Cuellar C., Hernández Piratoba FH, Araque Sepúlveda ID., Fagua Pacavita LH., Bernal Orduz F., Corredor Gamba SP. Estilos de vida en estudiantes de una universidad de Boyacá, Colombia. 2016 Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfmun/v65n2/0120-0011-rfmun-65-02-227.pdf>
26. Barrios, C. C. Estilo de vida de estudiantes universitarios de enfermería de Santa Marta, Colombia. Rev. Colombiana de Enfermería, [En línea] 2017 [Consultado en marzo de 2019]; 12(14), 23-32. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/320341678_Estilo_de_vida_de_estudiantes_universitarios_de_enfermeria_de_Santa_Marta_Colombia
27. Barreto Niño AM, Bonilla Reyes PA, Calderón Bonilla JF, Cantillo Avilez MA, Viña Lopera JA, Quitián Reyes H. Factores asociados al inicio del hábito de fumar en estudiantes universitarios en Bogotá, Colombia. Univ Med. [En línea] agosto, 2018 [Consultado en marzo de 2019]; 59(2): 1-7. doi: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.umed59-2.ihdf>
28. Hernández A, Singh P, Andino C, Ulloa C, Daneri A, Flores ZE. Caracterización de hábitos relacionados con enfermedades crónicas en población universitaria

- de Honduras. Rev Cubana Salud Pública [Sitio en Internet]. Junio de 2015 [Consultado en abril de 2019]; 41(2): 324-334. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662015000200011&lng=es.
29. Padilla García C, Jaimes Valencia M, Fajardo-Nates S, Ramos-Franco A. Factores de riesgo cardiovascular y estilos de vida de estudiantes universitarios. MedUNAB [Internet]. 21sep.2015 [citado 28abr.2019];17(2):81-0. Available from: <https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/2171>
30. Varela Arévalo MT, Ochoa Muñoz AF, Tovar Cuevas JR. Tipologías de estilos de vida en jóvenes universitarios. Univ. Salud [En línea]. Agosto 2016 [Consultado en 2019 Apr 28]; 18(2): 246-256. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072016000200006&lng=en.
31. Rodríguez Rodríguez FJ, Espinoza Oteiza LR, Gálvez Carvajal J, Macmillan Kuthe NG, Solis Urra P. Estado nutricional y estilos de vida en estudiantes universitarios de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso. Univ. Salud [En línea]. 2013 Dec [Consultado en abril 2019]; 15(2): 123-135. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072013000200004&lng=en.
32. da Silva Gasparotto G; Renó Gasparotto LP; Miranda Rossi LB., Moreira, N; de Siqueira Bontorin M.; de Campos W. Associação entre o período de graduação e fatores de risco cardiovascular em universitários. Rev. Latino-Americana de Enfermagem, [En línea]. mayo-junio, 2013 [Consultado en abril 2019]; 21(3): Tela 1-Tela 8 Universidade de São Paulo São Paulo, Brasil. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2814/281427949006.pdf>

33. Brais, K. B., Bonilla, P. U., & Vargas, J. C. G. Fortalezas Personales y Hábitos de Salud en Estudiantes Universitarios de Ciencias del Movimiento Humano. *MHSalud: Movimiento Humano y Salud*, [En línea]. 2015 [Consultado en abril de 2019]; 11(2), 2. Disponible en: <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/mhsalud/article/view/6452>
34. Pinilla Vásquez C; Angarita Fonseca A. Conocimientos y actitudes asociadas al inicio del hábito de fumar durante la vida universitaria *Rev. Hacia la Promoción de la Salud*, [En línea]. julio-diciembre, 2015 [Consultado en abril de 2019]; 17(2), pp. 25-39 Universidad de Caldas. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126826003.pdf>
35. Góngora Vanesa C.; Casullo MM. Conductas y Cogniciones Relacionadas con los Trastornos de la Conducta Alimentaria en Estudiantes Universitarios. *Rev. Argentina de Clínica Psicológica*, [En línea]. Noviembre, 2008, [Consultado en abril de 2019]; 17(3): 265-272 Fundación Aiglé Buenos Aires, Argentina. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921795007.pdf>
36. González Ceballos AG., Palacios Lenis J. Estilos de vida y salud percibida en estudiantes de un programa de odontología de una universidad de Santiago de Cali. [Tesis Maestría en psicología de la salud] Santiago de Cali; Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales: Febrero 3 de 2017. Disponible en: http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7984/Estilos_vida_salud.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo A. Matriz de Análisis

AUTOR	OBJETIVO	METODO	RESULTADO	CONCLUSION
<p>Urrego C. (2016) Colombia (14)</p>	<p>Estimar la frecuencia de los factores de riesgo asociados a la enfermedad cardiovascular en adultos jóvenes (747 estudiantes) universitarios de tres universidades localizadas en la localidad de Santafé de Bogotá, Colombia</p>	<p>Investigación de tipo epidemiológica, de campo, descriptiva transversal, desarrollada en estudiantes con edades comprendidas entre los 16y 29 años, adscritos a tres universidades ubicadas en la Localidad de Santafé de Bogotá, Colombia: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca (UCMC), Universidad Incca de Colombia y Universidad Distrital Francisco José de Caldas.</p>	<p>Se estudiaron 747 estudiantes de los cuales 74.6% (557) de los participantes fueron mujeres y 23.4% (190) hombres; la mediana en edad fue 20 años. Las variables analizadas fueron: edad, genero, índice de masa muscular (IMC), obesidad, actividad física, niveles de lípidos (colesterol total, lípidos) y lipoproteínas sanguíneas: alta densidad (HDL), baja densidad (LDL) y muy baja densidad (VLDL), niveles séricos de glucemia, presión arterial, tabaquismo y alcoholismo; de las cuales se encontró que la prevalencia más alta de factores de riesgo estuvo dada por el consumo de alcohol (96.1%), Las prevalencias de sedentarismo 63.8% y tabaquismo (48.1%) no presentaron diferencias marcadas con otros estudios.</p>	<p>Los estudiantes universitarios de la Localidad de Santafé de Bogotá tienen como factores preponderantes de riesgo cardiovascular al consumo de alcohol, el tabaquismo y el sedentarismo.</p>
<p>Delgado P (2015) Chile (15)</p>	<p>Analizar el estado nutricional de jóvenes universitarios y su asociación con los</p>	<p>La muestra es de tipo no probabilístico, elegidos de manera no aleatoria y por conveniencia. El primer</p>	<p>Se evaluaron 153 estudiantes universitarios, 51 hombres y 102 mujeres, entre 17 y 33 años, pertenecientes a una Universidad</p>	<p>El estado nutricional y los niveles de obesidad se asocian con los factores de riesgo cardiovascular: mayores niveles de contorno</p>

	factores de riesgo cardiovascular.	análisis fue de corte exploratorio para depurar la información, se procedió a determinar prevalencia (9) de las principales variables de estudio en conjunto con un análisis descriptivo.	Santo Tomás, Temuco, Chile. El 3,27% de los estudiantes presentó bajo peso, el 61,44 % normo peso, el 27,45% sobrepeso y el 7,84% obesidad; al relacionar el estado nutricional con las variables plasmáticas y la presión arterial, este presentó asociación positiva con los niveles de colesterol LDL.	cintura, presión arterial elevada, LDL mayor, HDL menor y glicemia aumentada en comparación con los sujetos normo peso. Más de la mitad de los adultos jóvenes de 18 a 24 años tiene al menos 1 factor de riesgo cardiovascular, por lo que la detección temprana es fundamental para identificar a las personas en situación de riesgo y promover cambios de estilo de vida antes de que ocurra una progresión de la enfermedad.
Duque P (2015) Colombia (16)	Describir la presencia de factores de riesgo cardiovasculares relacionados con los estilos de vida, identificar los principales factores que influyen en el riesgo cardiovascular de la población de estudiantes de la Universidad Católica de Manizales	Estudio descriptivo de corte transversal, la población total fue de 384 estudiantes la cual se obtuvo mediante muestreo aleatorio simple. El instrumento aplicado fue construcción propia el cual fue revisado por dos docentes de la Universidad Javeriana, este instrumento consta de 21 preguntas en donde hay variables sociodemográficas, variables de riesgo cardiovascular y hábitos de vida; algunas preguntas son de múltiple respuesta y otras abiertas.	De los 384 estudiantes encuestados la población que más participo en el estudio fue el género femenino de los diferentes programas de pregrado de la universidad con 61,2% y del género masculino el 38,8%; para la edad los estudiantes tienen una proporción entre los 19-23 años teniendo como media 22 años; el estrato socioeconómico quien obtuvo mayor proporción con un porcentaje de 37,2% fue el nivel socioeconómico 3. Los antecedentes familiares tienen suma importancia a la hora de indicar probabilidad de llegar a padecer en un futuro presión arterial alta ya que fue uno de los sub-ítems que arrojó más proporción con un porcentaje del 25,5% seguido de azúcar en la sangre con el 19,6%.	La presencia de factores de riesgo cardiovasculares relacionados con los estilos de vida está asociado a los antecedentes familiares como único hallazgo que indica riesgo, dado que los estudiantes no mostraron riesgo por sus antecedentes personales, evidenciaron ser personas saludables en cuanto a su presión arterial fue normal, el peso estaba en condiciones óptimas de acuerdo a la talla y el IMC no presento alteraciones en ninguno de los estudiantes de pregrado que participaron en la investigación. Los estilos de vida de los estudiantes de la Universidad católica de Manizales, evidenciaron como factor de riesgo el consumo de alcohol, sin embargo es una población donde

				se evidencia interés por el deporte, refieren tener una alimentación saludable.
García M (2012) Colombia (17)	Determinar la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes de una institución universitaria de Medellín	Se realizó un estudio descriptivo en 112 estudiantes que cursaba segundo semestre de carrera, a los cuales se le determinó perfil lipídico y aplicó una encuesta para evaluar los hábitos de vida y antecedentes familiares. Los resultados por sexo se analizaron mediante prueba de Chi cuadrado y regresión logística binaria simple.	El 82,1 % de los individuos eran mujeres. Se encontró al menos la presencia de un factor de riesgo modificable en el 99,1 % de la población, sedentarismo (79,5 %), tabaquismo (17 %), consumo de alcohol (75,0 %), dieta aterogénica (78,6 %), hipertensión arterial (1,8 %), alguna forma de dislipidemia: 48,3 %, índice de masa corporal >25 (4,5%). En el 77,7 % de los casos se encontró al menos la presencia de un factor de riesgo no modificable.	Teniendo en cuenta el porcentaje importante de la población que presenta factores de riesgo para enfermedad cardiovascular y la edad promedio (± 19), es necesario formular nuevas estrategias de intervención y encaminar a los jóvenes, hacia el desarrollo de hábitos de vida más saludables para reducir la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular.
Buitrago L (2012) Colombia (18)	Describir los factores de riesgo cardiovasculares presentes en los estudiantes de primero a octavo semestre del programa de Enfermería de la Universidad Libre de Pereira, logrando identificar las conductas y factores de riesgo cardiovasculares de los adolescentes y adultos jóvenes de esta manera crear propuestas para la	Se diseñó un estudio descriptivo con abordaje cuantitativo de corte transversal, 358 estudiantes decidieron participar de manera voluntaria realizando un cuestionario auto aplicado que evaluaba los factores de riesgo para enfermedad cardiovascular.	El 89,0% eran mujeres y el 65,9% entre 16 y 20 años. Según el índice de masa corporal el 62,6% de los participantes presentó bajo peso 31,0% reportó 6 antecedentes de morbi-mortalidad por enfermedades cardiovasculares en familiares y una elevada frecuencia en el consumo de alimentos con alto contenido calórico, energético y grasas saturadas. El 65.4% de la población no se habían practicado exámenes para determinar niveles sanguíneos de colesterol y triglicéridos.	Permitió al profesional de salud actuar como agente promotor de estilos de vida saludable, fomentado el autocuidado dentro de este grupo poblacional y sus familias; iniciando actividades de promoción de la salud y así participar activamente en la construcción personal y comunitaria haciendo de los espacios universitarios sitios más saludables para convivir.

	intervención, evitando así complicaciones irreversibles.			
Coronal A (2012) Venezuela (19)	Determinar los Factores de Riesgo Cardiovasculares con base a los estilos de vida de los Estudiantes de Medicina de 5to año de la Universidad de Carabobo, adscritos al departamento Clínico Integral del Sur, Periodo Lectivo-1 del 2012.	Se realizó un estudio cuantitativo de campo, descriptivo de corte transversal-prospectivo, conformado por 140 estudiantes. La muestra no probabilística fue de 80 alumnos, la cual representó el 57% de la población que aceptaron realizarla, previo consentimiento informado.	El 67,5% fueron de sexo femenino y 32,5% fueron masculinos; con edades comprendidas entre los 20 y 28 años, con un promedio de 24 años; se observó obesidad (6,25%); en los hábitos y estilos de vida se encontró un alto consumo de grasas (94,44% de la mujeres y 61,53% de los hombres); el sedentarismo se apreció en 53,8% a diferencia del 46,3% que practica actividad física tipo ejercicio; mientras que los masculinos 42,30%; con respecto al del estrés generado por los estudios, reportaron mucho estrés 53,8%, estrés moderado 40% y poco 5%.	Los factores de riesgo cardiovascular se encuentran con una alta prevalencia en cuanto a la existencia de factores no modificables (genéticos, familiares y raciales), y en mayor proporción factores de riesgos modificables que desencadenan la aparición acelerada de estas enfermedades.
Morales G (2017) Chile (20)	Comparar la prevalencia de la enfermedad cardiovascular factores de riesgo (CVRF) en estudiantes de primer y tercer año en la Universidad de La Frontera, Temuco-Chile, según facultad, género y estatus socioeconómico.	Estudio de corte transversal, con componente analítico. La población fue de 2.812 estudiantes matriculados el año 2014 en primer y tercer en la UFRO, de las facultades de Medicina, de Educación Ciencias Sociales y Humanidades y de Ingeniería, Ciencias y Administración.	La muestra quedó conformada por 326 estudiantes universitarios (n = 163 en primer y en tercer año), con un promedio de edad de 19,2 años. El 32.4% de los estudiantes tenían prehipertensión, 30.6% obesidad abdominal, 26.3% resistencia a la insulina, 25.7% de dislipidemia y 8.9% de síndrome metabólico. Estudiantes de tercer grado tuvieron mayor prevalencia de colesterol total y LDL elevado y mayor alcohol alumnos de secundaria, especialmente entre alumnos de nivel socioeconómico	Los estudiantes de tercer año presentaron las mayores prevalencias de CT elevado y C-LDL elevado en comparación con el primer año. Los resultados del estudio también permiten hacer visibles las elevadas prevalencias de FRCV en estudiantes de una universidad pública, diferenciadas según facultad, curso y género estos datos pueden ser un aporte en la toma de decisiones de políticas de salud pública. Se sugiere fortalecer los programas educativos de promoción y prevención en salud, focalizados

			<p>medio y alto. Nivel, en comparación con los estudiantes de la Escuela de Medicina, los estudiantes de la Facultad de Educación tenían 3.9, 3.3 y 2.7 veces más probabilidades de ser obesa, tener colesterol LDL elevado y ser fumadores, respectivamente. Las mujeres tuvieron la mayor prevalencia de estilos de vida sedentarios y dislipidemia. Los hombres tenían la más alta Prevalencia de prehipertensión y tabaquismo.</p>	<p>en los grupos de mayor riesgo cardio-metabólico, además de integrar los estilos de vida saludables en el currículum de las carreras, así como en cursos electivos sobre los FRCV, según la estrategia de Universidades Promotoras de la Salud.</p>
<p>Fortino María (2012) Argentina (21)</p>	<p>Analizar los factores de riesgo cardiovascular en una población de jóvenes universitarios y compararla con otros semejantes evaluados 15 años atrás (1995-2010) puesto que los estilos de vida desacertados junto a los factores genéticos son los principales generadores de enfermedad cardiovascular.</p>	<p>Se estudiaron en la Universidad Nacional del Litoral (Santa Fe, Argentina), 337 alumnos (1995: n=185. 2010: n=152) de ambos sexos y edades 20-25 años. Se evaluó: peso, talla, tensión arterial, perfil lipídico y glucemia. Se encuestó sobre hábitos (cigarrillo y actividad física) y antecedentes familiares (enfermedad cardiovascular, diabetes y dislipemias).</p>	<p>Al analizar comparativamente 2010 vs 1995, el grupo actual mostró niveles significativamente inferiores de glucemia, colesterol total y fracciones; superiores de triglicéridos; relación triglicéridos/lipoproteína de alta densidad e índice de masa corporal, y semejantes de tensión arterial. El sedentarismo disminuyó (61% vs 85%; y el hábito tabáquico aumentó (23% vs 13%; mientras los antecedentes familiares permanecieron elevados (86% vs 89%).</p>	<p>Aunque existen cambios positivos en algunos factores de riesgo, otros no se modifican o incluso empeoran. Resulta indispensable incrementar los esfuerzos destinados a diseñar e implementar estrategias para la prevención de enfermedad cardiovascular en jóvenes.</p>
<p>Corvos Hidalgo (2014) Venezuela (22)</p>	<p>Analizar el índice de masa corporal (IMC), el índice cintura-cadera (ICC) y el índice cintura-altura (ICA) como predictores de riesgo de alteraciones</p>	<p>La muestra la conformaron 223 participantes, 90 mujeres y 133 varones siendo promedio de edad de 18, ±24 años para ambos sexos. Todos los estudiantes pertenecientes a la Facultad de Ingeniería de la</p>	<p>Referente al IMC, las mujeres obtuvieron un promedio de 21,5 kg/m², donde el 13,3 y 2,2% presentó sobrepeso y obesidad; así mismo, los varones alcanzaron un IMC de 23,9 kg/m², y, el 25,5 y 7,7% presentó sobrepeso y obesidad. En</p>	<p>La grasa corporal como uno de los aspectos más importantes en la valoración física (siendo este parámetro un importante indicador de salud) por que el exceso de grasa se encuentra directamente relacionado con patologías coronarias, embolia y</p>

	cardiovasculares.	Universidad de Carabobo. Se consideraron las variables e índices tales como la altura (cm) y el peso (kg) para la obtención del IMC, la circunferencia de la cintura y de la cadera (cm) para obtener el IICC y se calculó el ICA dividiendo la circunferencia de la cintura (cm) entre la altura (cm)	relación con el ICC, el 96,7% de las mujeres y el 98,7% de los varones presentaron valores inferiores a los considerados de riesgo	diabetes mellitus tipo 2, la cual, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS).
García Gulfo María (2012) Colombia (23)	Determinar la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes de una institución universitaria de Medellín.	Se realizó un estudio descriptivo en 112 estudiantes, a los cuales se les determinó perfil lipídico y aplicó una encuesta para evaluar los hábitos de vida y antecedentes familiares. Los resultados por sexo se analizaron mediante prueba de Chi cuadrado y regresión logística binaria simple.	El 82,1 % de los individuos eran mujeres. Se encontró al menos la presencia de un factor de riesgo modificable en el 99,1 % de la población, sedentarismo (79,5 %), tabaquismo (17 %), consumo de alcohol (75,0 %), dieta aterogénica (78,6 %), hipertensión arterial (1,8 %), alguna forma de dislipidemia: 48,3 %, índice de masa corporal >25 (4,5 %). En el 77,7 % de los casos se encontró al menos la presencia de un factor de riesgo no modificable.	Teniendo en cuenta el porcentaje de la población que presenta factores de riesgo para enfermedad cardiovascular y la edad promedio (\pm 19), es necesario formular nuevas estrategias de intervención y encaminar a los jóvenes, hacia el desarrollo de hábitos de vida más saludables para reducir la prevalencia de los factores de riesgo cardiovascular.
Zea - Robles AuraC et al (2014) Colombia (24)	Evaluar la prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en una población de jóvenes universitarios y su relación con la composición corporal.	Se realizó un estudio de prevalencia, con muestreo aleatorio en 193 jóvenes (94 mujeres y 99 hombres) entre 16 y 26 años. Se midió: colesterol total, lipoproteínas de baja y alta densidad (LDL-C y HDL-C), triglicéridos (TG) y glucosa, presión arterial en reposo, perímetro abdominal, talla, peso, porcentaje de grasa y masa muscular, se	Los factores de riesgo cardiovascular más relevantes encontrados en hombres fueron: valores de LDL-C \geq 100 mg/dl (60,6 %), porcentaje de grasa >20 % (50,0 %) y valores de HDL-C <40 mg/dl (39,4 %); en mujeres: porcentaje de grasa >33 % (63,0 %), LDL-C \geq 100 mg/dl (39,4 %) y HDL-C <50 mg/dl (91,5 %). 12,1 % de los hombres y 21,3 % de las mujeres reunieron criterios de	Existe una alta prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios, dados por alteraciones del perfil lipídico y cambios antropométricos relacionados, esto sugiere la necesidad de modificaciones en sus hábitos de vida y la composición corporal.

		aplicó una encuesta para evaluar hábitos nutricionales, de vida y estrés.	síndrome metabólico, 19,2 % de los hombres y 27,7 % de las mujeres tienen riesgo aterogénico alto. Se encontraron correlaciones significativas con la composición corporal.	
Sandra Helena Suescún (2016) Colombia (25)	Identificar estilos de vida saludables en estudiantes universitarios.	Estudio en 109 estudiantes, donde se aplicó un instrumento sobre hábitos de vida saludables y medidas antropométricas, de las cuales se obtienen medidas de magnitud, tendencia central y asociación.	El 38.5% presentó estilo de vida saludable. Sus promedios fueron: edad de 20.75 años, talla de 1.59cm, peso de 56.34kg e índice de masa corporal (IMC) de 22.16 m/t2. Los comportamientos frente a la presencia o no de un estilo de vida saludable fueron estadísticamente significativos: p=0.019 para realizar 30 minutos de actividad física al menos tres veces por semana; p=0.050 si le gustaría realizar más o mejor actividad física regularmente; p=0.046 si ingiere frutas, verduras, granos y alimentos sin procesar; y p=0.008 al dormir entre 7 y 8 horas.	Hubo un alto porcentaje de participantes sin estilos de vida saludables, según factores como abandono del domicilio familiar, interacción con personas de diferentes sitios de origen, cambio en hábitos nutricionales, actividades académicas y patrones de sueño y descanso, los cuales interfieren en el intento por mantener una vida saludable.
Carlos Canova (2017) Colombia (26)	Describir los comportamientos asociados a los estilos de vida de estudiantes de enfermería (Santa Marta, Colombia) a partir de las dimensiones: Familia y amigos, Asociatividad y actividad física, Nutrición, Tabaco, Alcohol y otras	Participaron 199 universitarios (de los cuales 81,4 % eran mujeres) estudiantes de la carrera de Enfermería de una institución de educación superior de la ciudad de Santa Marta, de entre 16 y 33 años, con edad promedio de 21,6 años (DE = 3,35 años). Estas personas diligenciaron el cuestionario Fantastic de Wilson y Ciliska en su versión en español.	Los resultados obtenidos muestran un predominio de prácticas saludables en la mayoría de las dimensiones, con excepción de Asociatividad y actividad física, Nutrición, Sueño y estrés, y Control de salud y conducta sexual.	La dimensión mejor evaluada fue la concerniente al consumo de Tabaco, y la de menor puntaje, Asociatividad y actividad física. El sexo femenino presentó mejores puntuaciones en la mayoría de las dimensiones, salvo en Asociatividad y actividad física, en la cual el sexo masculino tuvo mayor puntaje. El estilo de vida en general se caracteriza como Bueno (Buen trabajo, en el camino correcto) con un puntaje de 93 (DE = 10).

	drogas, Sueño y estrés, Trabajo y tipo de personalidad, Introspección, Control de la salud y conducta sexual, y Otras conductas.			
Barreto Niño 2018 Colombia (27)	Identificar factores asociados al inicio del consumo de tabaco en los estudiantes de la Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá.	Muestra no probabilística Se identificaron los sitios de congregación de fumadores dentro del campus, y la franja horaria de mayor congestión Se utilizó como herramienta de recolección una encuesta auto diligenciada de 26 preguntas, 15 tomadas de la Encuesta del consumo de tabaco entre los hispanos/latinos de 18 años de edad más, y las restantes fueron creadas por los autores de este artículo para caracterizar la población estudiantil objeto de estudio. Fue voluntaria y realizada solo a fumadores mayores de edad que fueran estudiantes activos. Se dividieron los sujetos en dos categorías: quienes han intentado abandonar el cigarrillo, y quienes no lo han intentado.	Se recolectaron 176 encuestas completas. El 28.4% de los fumadores entrevistados fueron mujeres, el promedio de edad fue de 20.3 años. El 82.5% se encontraba en estrato 4 o superior y el 14.8% contaba con algún trabajo remunerado. El 75% ha intentado o se encuentra en el proceso de dejar de fumar, el 22.7% reporto nunca haberlo intentado. Las fiestas (48.5%) o los ambientes recreacionales (24.2%), fueron los espacios donde se iniciaron. La principal causa para empezar el consumo de cigarrillo fue la presión social (39.1%), seguida de la curiosidad (24.6%) y el estrés (22.5%). Se evidencio que la primera vez que fumaron lo hicieron estando alegres o emocionados.	Los factores psicológicos y la vulnerabilidad ante el entorno crean la propensión del adolescente a iniciar el consumo de tabaco. Los datos sugieren que quienes inician el consumo más que por su propia curiosidad que por la presión social tienden adoptar el hábito sin plantearse la posibilidad de dejarlo. El aporte más importante del estudio fue que no encontraron grandes diferencias entre el comportamiento frente al consumo del cigarrillo de los estudiantes de la Pontificia y la población joven del resto del país e incluso otras latitudes.
Hernández, Adriana 2015 Honduras (28)	Caracterizar los principales hábitos relacionados con las enfermedades crónicas no	Estudio descriptivo y transversal. Muestra de 248 estudiantes de diferentes grupos indígenas, afro hondureños y mestizos.	De los 284 estudiantes encuestados, el 56.28% eran hombres. Promedio de edad fue de 21.5 años, con un rango entre 18 a 42	La población estudiada posee factores protectores importantes como el bajo consumo de tabaco y la práctica de la actividad física. Pero así también limitantes como

	transmisibles en estudiantes universitarios.	Estudiantes de 18 años en adelante, del segundo ciclo de ingreso del 2012 en la Universidad Nacional de Agricultura, no se incluyen mujeres embarazadas, ni estudiantes menores de 18 años de edad. Herramienta cuestionario estandarizado "STEPS". Se realizó examen físico que incluyo: perímetro de la cintura, peso, talla, presión arterial, glucosa en sangre y estado nutricional. Se tomó como referencia cortes internacionales para IMC, la glucemia se clasifico de acuerdo a la OMS, y la presión arterial se definió según el Séptimo informe del Comité Nacional sobre prevención, detección, evaluación y tratamiento de la hipertensión.	años. La estatura promedio fue de 168.7 cm para hombres y 157.8 cm para mujeres. Estado nutricional, normal en el 70% de los estudiantes, 22.22% presentaron sobrepeso, 4.12% bajo peso, y 3.29% obesidad. En la medición del perímetro de la cintura las mujeres tenían significativamente más riesgo que los hombres. El 5.74% de los participantes tuvo la glucemia alterada o pre-diabetes, y el 0.8% tuvieron presión alta. Los varones fueron cuatro veces más propensos a haber fumado. La edad promedio del inicio del consumo de tabaco fue de 17.8 años para ambos sexos. El 61.5% que consumieron tabaco en los últimos 30 días trataron de dejar de fumar, el 54.29% se expusieron al tabaquismo pasivo. El 53.85% consumió alcohol en los últimos 30 días. El 94.7 refirió realizar ejercicio, usaba bicicleta o caminaba durante al menos 10 min, el 72% de los estudiantes está sentado entre 4, 5 a 8 horas al día. Las frutas y verduras no llegan a cubrir tres porciones diarias entre el consumo que realizan hombres y mujeres.	el consumo de alcohol, el bajo consumo de frutas y verduras, y el incremento en el perímetro de la cintura, que colocan en riesgo la salud de los estudiantes.
Padilla, Clara Inés	Determinar los factores de riesgo	Estudio descriptivo observacional de carácter	La edad media de la población estudiada fue de 20 años, siendo	Existen factores de riesgo cardiovascular presentes en los

<p>2014 Colombia (29)</p>	<p>cardiovascular y los estilos de vida en estudiantes de una universidad privada de Bucaramanga, Colombia.</p>	<p>transversal. La muestra fue no asignada al azar sino por conveniencia, constituida por 323 estudiantes que participaron de una jornada de salud en una universidad privada de la ciudad de Bucaramanga, Colombia. Se administró un cuestionario que permitió valorarlas. Características sociodemográficas, factores de riesgo cardiovascular y estilos de vida de los estudiantes universitarios.</p>	<p>el 73.7% mujeres y el 26.3% hombres. En general, el 13.8% de los estudiantes se encontraron con sobrepeso y el 5% en obesidad. El 1.9% presentó pre hipertensión sistólica y el 2.2% pre hipertensión diastólica. Por género, el 24.8% de las mujeres y 7.3% de hombres presentaron circunferencia abdominal en riesgo. De los estudiantes, el 49.8% tenían antecedentes familiares de enfermedad crónica. El 13% de los estudiantes señalaron haber sufrido de enfermedad crónica como diabetes, hipertensión y cardiopatía. Respecto a los estilos de vida, el 46.7% de los estudiantes refirieron consumir alcohol, el 9.28% tenían el hábito del consumo de tabaco y el 41.8% refirieron no tener actividad física durante la semana.</p>	<p>estudiantes universitarios. Dentro de los más relevantes riesgos modificables están la obesidad y el sedentarismo que con un adecuado acompañamiento podrían disminuir. A pesar de que la mayoría de los jóvenes universitarios entran en el rango de adulto joven, se encuentran casos de hipertensión.</p>
<p>Varela, María Teresa 2016 Colombia (30)</p>	<p>Identificar agrupaciones según los hábitos de salud y comportamientos de alto riesgo para la salud entre los jóvenes matriculados en una universidad privada de Cali, a partir de ocho dimensiones relacionadas con sus estilos de vida.</p>	<p>Se realizó un estudio transversal de corte descriptivo donde se aplicó el Cuestionario de Estilos de Vida de Jóvenes Universitarios, que permitió clasificar las prácticas de los jóvenes en saludables y no saludables a 370 estudiantes con edades entre 18 y 25 años. De las cuales solo se pudieron tener en cuenta 228 estudiantes. La construcción</p>	<p>Los resultados muestran que, en general, las prácticas menos saludables se presentaron en la dimensión de actividad física, reflejando un alto porcentaje de jóvenes sedentarios que no cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física. Fue posible establecer tres conformaciones tipológicas: 1) hombres sin pareja, que no trabajan, con prácticas no</p>	<p>Las tipologías encontradas permitirán a la universidad realizar intervenciones focalizadas que consideren las características propias de diferentes tipos de jóvenes, logrando mejores resultados y optimizando los recursos disponibles.</p>

		de tipologías o grupos de universitarios con ciertas características asociadas a sus estilos de vida partió de una selección de variables de caracterización. Se utilizaron modelos de regresión para respuesta binaria y una combinación de métodos factoriales con análisis de conglomerados para obtener tipificación de estilos de vida.	saludables en actividad física; 2) mujeres sin pareja, que no trabajan, con prácticas no saludables de actividad física y alto nivel de estrés; 3) mujeres sin pareja, que no trabajan, con prácticas no saludables de actividad física.	
Rodríguez, Fernando 2013 Chile (31)	Determinar el estado nutricional y algunos componentes que definen el estilo de vida en este grupo de estudiantes.	Se evalúan 323 estudiantes universitarios pertenecientes a 27 carreras y asistentes a los cursos de "Autocuidado y Vida Saludable" dictados durante el año 2012. Se determina el IMC, la masa grasa a través de la ecuación de Yuhasz de 1974, se aplica el instrumento para determinar el nivel de actividad física, el test de Kidmed para la adherencia a la dieta mediterránea y la prueba Adimark para el nivel socioeconómico.	El bajo nivel de ejercicio físico y la baja calidad alimentaria de estos estudiantes, tienen efectos negativos en su estado de salud. No se pudo establecer el nivel socioeconómico como factor preponderante en el desarrollo de los malos hábitos, pero al parecer los conocimientos sobre nutrición afectan la calidad alimentaria.	Se apreció en este grupo que dos de los principales componentes del estilo de vida saludable, el ejercicio y la alimentación, se encuentran deteriorados y podría proyectarse un empeoramiento de estos factores, transformándose el "ciclo universitario" en un periodo de transición que influye en el desarrollo de ECNT en la adultez.
Tamayo, Julián Andrés 2015 Colombia (3)	Identificar y describir los estilos de vida de estudiantes universitarios de una Facultad de Odontología de la ciudad de Cali.	Investigación descriptiva transversal, en la que se contó con la participación de un total de 205 estudiantes seleccionados aleatoriamente. Se utilizó el Cuestionario de Estilos de Vida de Jóvenes Universitarios; evalúa ocho dimensiones del estilo de vida: actividad física, tiempo de ocio, alimentación, consumo	La práctica más saludable de los estudiantes de odontología fue actividad física (indicador = 30,8%). Las prácticas más riesgosas fueron: habilidades interpersonales (indicador = 73,5%), sueño (indicador = 72,2%) y consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales (indicador = 70,6%). Se evidencia una diferencia significativa entre	Las mujeres presentan prácticas de actividad física más saludables que los hombres, sin embargo, presentan prácticas más riesgosas en el consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales y la alimentación. Estudiantes de mayor edad presentan un tiempo de ocio más saludable. Estudiantes que trabajan/estudian y que están

		de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, sueño, habilidades interpersonales, afrontamiento y estado emocional percibido. La investigación fue aprobada por el Comité de Ética; se clasificó sin riesgo según la Resolución 8430/93-Ministerio de Salud. Se utilizó estadística descriptiva y el modelo de regresión multinivel para caracterizar los estilos de vida.	los semestres de estudio y las dimensiones del Cuestionario de Estilos de Vida en Jóvenes Universitarios ($p < 0,05$), excepto en la dimensión de afrontamiento ($p = 0,931$).	casados presentan prácticas de alimentación y de estado emocional saludables, estos últimos presentan mejores hábitos saludables en el consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales y en el sueño.
da Silva Gasparotto (2013) Brasil (32)	Asociar el riesgo cardiovascular con el estrés de la graduación en los universitarios	Entre 6.541 individuos elegibles se evaluaron mediante una encuesta 1.631 alumnos distribuidos entre tres áreas de estudio, se observa que después de retirados los cuestionarios que quedaron incompletos quedaron solo 1.599 encuestados. La Universidad Federal de Paraná contó el nivel de confianza del 95% y la capacidad de muestreo del 80%, además de la prevalencia de sobrepeso ($IMC \geq 25 \text{ kg / m}^2$) en universitarios activos e insuficientemente activos, publicado en un estudio similar (9). Se adoptó la corrección de la muestra (d_{eff}) de 1,5 (10), más el 10% para posibles pérdidas de datos, que totalizan el n necesario de 1.577 alumnos. Este valor fue distribuido proporcionalmente de acuerdo con el período de	Práctica insuficiente actividad física, consumo de tabaco y bebidas alcohólicas, hábitos alimentarios, exceso de peso corporal, circunferencia de cintura y presión arterial elevada. Información sobre la práctica de actividad física	El análisis sugiere que los estudiantes más cercanos al término de la graduación demuestran mayor probabilidad de presentar algunos factores de riesgo cardiovascular que los de edad. En ese sentido, se podría pensar en programas de prevención y promoción a la salud, durante la graduación.

		(en el caso de las mujeres) y el turno (diurno y nocturno). Se realizó, entonces, el sorteo de las clases, que fueron evaluadas en su totalidad.		
Barrantes-Brais, Kristy (2015) Costa Rica (33)	Caracterizar y relacionar las fortalezas personales y los hábitos de salud en estudiantes universitarios	Un total de 234 estudiantes (137 hombres y 97 mujeres) brindaron información sobre fortalezas personales	Predominan los hábitos saludables, los cuales se asocian con algunas fortalezas. Los estudiantes presentan fortalezas que denotan preocupación por los demás y posibilidades de expresar y ser sensibles a las emociones	Los hábitos saludables y su relación con algunas fortalezas parecen evidenciar coherencia con las características de la unidad académica a la que pertenecen.
Pinilla-Vásquez, Clemencia et al (2012) Colombia (34)	Determinar las actitudes frente al inicio del hábito de fumar en estudiantes universitarios	Estudio de corte transversal encuesta auto-diligenciada por 433 estudiantes	Los principales hallazgos de este estudio indican que el 28.2% de los estudiantes iniciaron su consumo de tabaco durante la realización de sus estudios de pregrado. Se encontró que ser hombre (RP = 1,62; IC95%: 1,21-2,18) y conocer la legislación colombiana sobre tabaco (RP = 1,75; IC95%: 1,25-2,45) aumenta la probabilidad de inicio del hábito tabáquico durante la carrera	El conocimiento sobre los efectos de fumar disminuye el inicio de este hábito durante la carrera.
Góngora, Vanes (2018) Argentina (35)	Evaluar conductas, cogniciones específicas relacionadas con los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y creencias básicas en estudiantes universitarios	Participaron 449 estudiantes de Psicología (13.2% hombres y 86.8% mujeres). Se administraron: una encuesta sociodemográfica y de síntomas alimentarios, el cuestionario de esquemas SQ, el inventario ICA de conductas alimentarias y el cuestionario MAC-R de cogniciones	Las mujeres presentaron conductas y cogniciones específicas de los TCA más severas que los varones. Aquellos estudiantes que realizaron un tratamiento previo por TCA exhibieron mayores conductas y mayor severidad en las cogniciones que aquellos que no realizaron tal tratamiento.	Se encontró una fuerte asociación entre conductas y cogniciones específicas de los TCA en esta población. Es importante reconocer la terapia cognitiva para este trastorno de conducta alimentaria (TCA).
Angélica María González ,	Relacionar los estilos de vida de los estudiantes de	Investigación concebida desde el enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental	Las prácticas más saludables de los jóvenes universitarios se encuentran en las dimensiones	Este estudio revela que los estudiantes presentan Prácticas saludables en tres de

<p>J (2017) Colombia (36)</p>	<p>odontología en las dimensiones de alimentación, actividad física, sueño, consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, tiempo de ocio y afrontamiento con el auto reporte de salud física, salud mental y las sub escalas que las componen.</p>	<p>transicional correlacional, realizada con 313 estudiantes de odontología de una universidad de Santiago de Cali, en la cual se aplican los cuestionarios de estilos de vida en jóvenes universitarios CEVJU-R2 y salud percibida SF-36v2. El análisis de la información se realizó a través del programa estadístico SPSS versión 23 con análisis descriptivos e inferenciales.</p>	<p>de consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, seguido por afrontamiento y tiempo de ocio a diferencia de las dimensiones alimentación, actividad física y sueño. Con respecto al auto reporte de salud física y mental los jóvenes expresan una buena percepción especialmente de su salud física y para ambos componentes los hombres tienen una percepción más favorable de su salud a diferencia de las mujeres. Al momento de relacionar los estilos de vida y la salud percibida, se encuentra que estas variables correlacionan débilmente.</p>	<p>las seis dimensiones de los estilos de vida y además sugiere que las prácticas de los estilos de vida que tienen los jóvenes universitarios no predicen la percepción que tienen con respecto a su salud, es decir, la percepción de salud es independiente del estilo de vida.</p>
---	--	--	---	--

Anexo B. Consolidación de los factores de riesgo cardiovascular en estudiantes universitarios en América Latina

País	Estudios	Factor de Riesgo									
		Alcohol	Estrés	Sedentaris mo	Sobrepeso	Obesidad	Dieta	Tabaquismo	No Actividad Física	Antecedente Familiar	Antecedente Personal
Argentina	2			1	1	1	1	1			
Brasil	1	1			1			1			
Chile	3	1		2	2	2	1	1	1		1
Colombia	14	8	4	7	8	7	8	10	4	3	5
Costa Rica	1							1			
Honduras	1	1		1	1	1	1	1	1		
Venezuel a	2	1	1	1	2	2	1	1		1	1
Total general	24	12	5	12	15	13	12	16	6	4	7