

DETECCION Y ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS DE LA SALUD EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS

El presente proyecto fue realizado por alumnos que prestan servicio social en la Facultad de Ciencias Humanas. Con la finalidad de fomentar hábitos saludables en los estudiantes de dicha institución.

Baja California ocupa el primer lugar en problemas de nutrición (obesidad) en el país y en específico según algunas instituciones de salud nos indican que algunos de los riesgos de salud en los estudiantes universitarios son consecuencia de los hábitos inadecuados de los mismos.

Objetivos:

1. Conocer el estado actual de salud de la comunidad estudiantil de la facultad de Ciencias humanas.
2. Proponer actividades que promuevan hábitos saludables.
3. Motivar a la comunidad universitaria a practicar hábitos saludables.

Metodología.

- Se realizó un estudio descriptivo transversal, en las instalaciones de la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Autónoma de Baja California. Tomando una población de: 2406 alumnos, de los cuales se tomo una muestra del 30% equivalente a 722 alumnos de las diversas carreras. Se utilizo como instrumento un cuestionario aplicado individualmente.

Procedimiento:

- ✓ Capacitación y Asesorías con especialistas
- ✓ Aplicación de cuestionario
- ✓ Captura de la información. En programas Excel y Spss
- ✓ Análisis estadístico de resultados.
- ✓ Difusión de los resultados.

Resultados y Conclusiones.

El 38% del alumnado está en sobrepeso.

Solo el 51% indica realizar una actividad sistemática

El 53% cuenta con un antecedente de obesidad en su familia y el 71% con antecedente de diabetes familiar

Psic. Sandra Guadalupe Aispuro Flores. Profesora de la Facultad de Ciencias Humanas y Asesora del proyecto Universidad Saludable: Educación para la Salud, de la Universidad Autónoma de Baja California.

E-mail: psaispuro@uabc.edu.mx

Giovanna Guadalupe Palomera Medina. Estudiante de psicología de la Facultad de Ciencias Humanas de la universidad Autónoma de Baja California.

E-mail: giovanna.palomera@uabc.ed.mx

Omar Gerardo Limas Figueroa. Estudiante de psicología de la Facultad de Ciencias Humanas de la universidad Autónoma de Baja California.

E-mail: limaz-71@hotmail.com