

Estudiar y trabajar como factores de riesgo en estudiantes de enfermería, Universidad Nacional Formosa, 2022.

Study and work as risk factors in nursing students, National University of Formosa, 2022.

Estudar e trabalhar como fatores de risco para estudantes de enfermagem, Universidade Nacional de Formosa, 2022.

Autores:

Perdomo, Clara Denisse ⁽¹⁾,
Jara, Gladys Alicia ⁽²⁾,
Molina, Elizabeth Amada ⁽³⁾,
Somoza, Susana Nélide ⁽⁴⁾.



RESUMEN

Objetivo: Correlacionar la variable principal sostén del hogar con las variables género, edad, horas de trabajo, horas de sueño y factores de riesgo cardiovascular (índice de masa corporal, hipertensión arterial, dislipemia y diabetes mellitus), en estudiantes de 3º, 4 y 5º año de la Licenciatura en Enfermería, Universidad Nacional de Formosa. **Metodología:** estudio descriptivo, correlacional, transversal realizado en 214 estudiantes, durante el año 2022, utilizándose un cuestionario on-line autoadministrado, estructurado y medición de peso y talla. **Resultados:** el 76% fueron mujeres; 64%, principal fueron principal sostén del hogar, 57% refirió dormir menos de 6 horas al día, 15 % trabaja más de 41 horas semanales; 67% tuvo respuestas no saludables a la variable estrés, para la variable actividad física este valor ascendió a 71% y el 53,8% presentó exceso de peso. Se encontró asociación significativa entre ser el principal sostén del hogar con exceso de peso, trabajar 41 horas o más semanalmente, dormir menos de 6 horas al día y con la presencia de 3 o más factores de riesgo cardiovascular.

Conclusiones: Las condiciones de vida que afrontan los estudiantes que de manera simultánea estudian, trabajan y son principal sostén del hogar pueden generar estrés, el cual es un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Palabras clave: estudiantes de Enfermería, factores de riesgo, estrés laboral, factores de estilo de vida.

ABSTRACT

Objective: to correlate the main variable of primary income earner or primary breadwinner with gender, age, working hours, sleep hours, and cardiovascular disease risk factors (body mass index, hypertension, dyslipidemia, and diabetes mellitus) in 3rd, 4th, and 5th-year nursing students at the Nursing Program at the National University of Formosa. **Methodology:** The study was a descriptive, correlational, cross-sectional, conducted with 214 students during 2022 using a self-administered structured online questionnaire and measurement of weight and height. **Results:** 76% were women, 64% were the main breadwinner, 57% reported sleeping less than 6 hours a day, 15% working more than 41 hours per week; 67% had unhealthy responses to the stress variable, this value rose to 71% for the physical activity variable, and 53.8% were overweight. A significant association was found between the main variable of primary breadwinner and being overweight, working 41 or more hours weekly, and the presence of 3 or more cardiovascular risk factors. **Conclusions:** The living conditions faced by students who simultaneously study and work, and being the main breadwinner in the household can generate stress, which is a risk factor for cardiovascular diseases.

Keywords: Nursing students, risk factors, work stress, lifestyle factors.

DOI:

10.59843/2618-3692.v25.n43.45434

⁽¹⁾ Licenciada en Nutrición. Titular. Universidad Nacional de Formosa, Facultad de Ciencias de la Salud.
Correo: claradperdomo@gmail.com
ORCID: 0009-0006-5040-7054

⁽²⁾ Magister en Educación a Distancia. Titular. Universidad Nacional de Formosa, Facultad de Ciencias de la Salud.
Correo: gladysaliciajara@gmail.com
ORCID: 0009-0002-2887-284X

⁽³⁾ Licenciada en Enfermería. Titular. Universidad Nacional de Formosa, Facultad de Ciencias de la Salud.
Correo: aelimolina@gmail.com
ORCID: 0009-0003-244-6058

⁽⁴⁾ Doctora en Ciencias Cognitivas. Correo: snsomoza@gmail.com
ORCID: 0009-0008-1764-321X

RESUMO

Objetivo: correlacionar a variável principal de sustento econômico do lar com as variáveis gênero, idade, horas de trabalho, horas de sono e fatores de risco cardiovascular (índice de massa corporal, hipertensão arterial, dislipidemia e diabetes mellitus) em estudantes do 3º, 4º e 5º ano do curso de graduação em Enfermagem, Universidade Nacional de Formosa. **Metodologia:** O estudo foi descritivo, correlacional e transversal, realizado em 214 estudantes durante o ano de 2022. Foi utilizado um questionário online autoadministrado e estruturado, e a medição de peso e altura dos estudantes foi realizada. **Resultados:** 76% dos estudantes eram mulheres; 64% eram o principal sustento econômico do lar; 57% relataram dormir menos de 6 horas por dia, 15% responderam que trabalham mais de 41 horas por semana; em relação aos fatores de risco cardiovascular, 67% tiveram respostas não saudáveis para a variável estresse, para a variável atividade física esse valor aumentou para 71% e 53,8% apresentaram excesso de peso. Foi encontrada uma associação significativa entre a variável principal de sustento econômico do lar com as variáveis excesso de peso, trabalhar 41 horas ou mais por semana, dormir menos de 6 horas al día e a presença de 3 ou mais fatores de risco cardiovascular. **Conclusões:** As condições de vida enfrentadas pelos estudantes que simultaneamente estudam, trabalham e são o principal sustento do lar podem gerar estresse, que é um fator de risco para doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Estudantes de Enfermagem, fatores de risco, estresse no trabalho, factores de estilo de vida.

INTRODUCCIÓN

Actualmente la existencia de estudiantes universitarios que trabajan es un fenómeno que crece mundialmente esto aumenta el tiempo de permanencia en la carrera ya que exige un mayor esfuerzo para sostener ambas prácticas, sin embargo, a nivel académico hay una interacción positiva da do que potencian el desarrollo profesional y personal^{1 2}.

Su realidad laboral se caracteriza por largas jornadas de trabajo, falta de insumos adecuados, junto a escasa cantidad de personal en relación al número de pacientes³. Las condiciones de trabajo del sector de enfermería son precarias debido, y se observa una persistente feminización de la ocupación^{4 5}.

En términos concretos, la enfermería experimenta dos problemáticas de larga data: los bajos salarios y una jornada laboral extenuante que dificulta el descanso y la organización de los tiempos familiares⁶. Para estos estudiantes, la sobrecarga de actividades significa equilibrar las aspiraciones propias de estudiar Enfermería con el cumplimiento de las demás responsabilidades, trabajo, familia e hijos.

Es un hecho que las trayectorias académicas de la mayoría de estudiantes de los últimos años de la carrera de Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de Formosa están atravesadas por la realidad que se ha descrito, a lo que se suma que, siendo un colectivo principalmente femenino tengan un rol fundamental en la atención de la familia, los hijos y de las tareas domésticas relacionadas; un porcentaje importante son el principal sostén del hogar (PSH) o contribuyen significativamente a la economía familiar, a lo que se suma el cumplimiento de las exigencias académicas que le demanda la carrera universitaria⁵. Estas condiciones de vida, en la que deben afrontar de manera simultánea el rol de estudiante, jefes de familia, conlleva exceso

de trabajo, turnos laborales extras y poco tiempo disponible para el descanso o para realizar actividades recreativas, potencialmente genera un alto nivel de estrés⁷. El estrés ha sido reportado extensamente por la literatura como desencadenante de muchas otras enfermedades; se ha reportado como precursor de enfermedades cardiovasculares, principal causa de muerte en el mundo⁸.

Se ha insistido en que el estrés o estresores particularmente nocivos para la salud cardiovascular se encuentran en áreas relativas al mundo del trabajo con alta carga psicosocial, tal como lo demuestra la investigación de factores psicosociales del trabajo realizada en Estados Unidos en los últimos 20 años⁹.

En este contexto, el presente trabajo asume que esta problemática de la simultaneidad entre las prácticas académicas y las laborales, requiere un análisis peculiar que indague su posible influencia en la salud de los estudiantes. Es por ello que se han seleccionado estos factores de riesgo en estudiantes de la Carrera de Enfermería que trabajan, a fin de conocer cómo inciden en su salud estas sobrecargas laborales, académicas y familiares en una población que además es el principal sostén del hogar.

Objetivo General

Analizar los estilos de vida de los estudiantes de 3º, 4º y 5º año de la carrera de Licenciatura en Enfermería de la UNaF, correlacionándolos con los datos sociodemográficos, laborales y factores de riesgo cardiovascular.

Objetivos Específicos

- Caracterizar a los estudiantes de 3º, 4º y 5º año de la Carrera de LE – FCS – UNaF teniendo en cuenta las dimensiones estrés y actividad física del instrumento PEPS I de Nola Pender.
- Identificar las características de los estudiantes de enfermería de 3º, 4º y 5º año de la Carrera de LE – FCS – UNaF según su situación socioeconómica y laborales
- Identificar factores de riesgo de los estudiantes de enfermería de || 3º, 4º y 5º año de la Carrera de LE – FCS – UNaF
- Correlacionar las dimensiones estrés y actividad física de los estilos de vida con los datos sociodemográficos y factores de riesgo cardiovascular
- Analizar la evolución de las dimensiones actividad física y estrés de los estilos de vida en los estudiantes en el transcurso de la carrera.

METODOLOGÍA

Se realizó un estudio descriptivo correlacional de corte transversal en el que participaron estudiantes de 3º a 5º año de la Carrera de Licenciatura en Enfermería; durante los meses de abril y mayo del año 2022.

Sobre un total de 341 cursantes que constituían la población de estudio, la muestra estuvo compuesta por 214 estudiantes (63%).

Se incluyeron en el estudio todos aquellos alumnos que aceptaron participar de forma voluntaria y respondieron la encuesta, previa aceptación del consentimiento informado; implementándose las medidas de seguridad adecuadas para garantizar la privacidad de los sujetos y proteger la información confidencial, respetaron los principios de la Declaración de Helsinki: Autonomía o respeto por las personas, Beneficencia, Equidad o Justicia.

La institución universitaria donde se llevó a cabo el estudio no dispone actualmente de un comité de ética en investigación, ni existe la posibilidad de acceder a otro en las cercanías, frente a esta

situación es importante destacar que el equipo de investigación ha adoptado medidas rigurosas para asegurar que cada etapa del proceso de investigación cumpla con los principios éticos, entre ellas la autorización de la máxima autoridad del cuerpo ejecutivo de la Facultad de Ciencias de la Salud- UNaF, y el consentimiento informado de los participantes. (Disposición N° 020/2020 Secretaría de Ciencia y Tecnología de la Universidad Nacional de Formosa 10 de agosto del 2020).

Se utilizó un cuestionario on-line autoadministrado, estructurado, anónimo que incluía el cuestionario estilo de vida promotor de salud (PEPS II) de Nola Pender¹⁰ y una encuesta ad-hoc, que fue enviada a través de los grupos de WhatsApp en forma presencial; una vez que el estudiante completaba la encuesta, se procedía a medir su peso y talla.

Para las mediciones antropométricas se utilizaron la técnica propuesta por Habitch¹¹ y Braguinsky et al¹².

Datos sociodemográficos y factores de riesgo cardiovascular:

Se utilizó una encuesta ad hoc para describir los factores sociodemográficos y factores de riesgo cardiovascular. Las variables fueron: género (femenino, masculino, no binario), principal sostén de hogar (si, no), HTA diagnosticada (si, no, no sé), DM II diagnosticada (si, no, no sé), dislipidemia diagnosticada (si, no, no sé). Cabe destacar que estas variables son cualitativas nominales

Las variables: horas de trabajo semanales (≤ 40 horas, ≥ 40 horas), horas de sueño (< 8 horas, ≥ 8 horas), año que cursa de la carrera (3, 4 y 5 año de la carrera), IMC (bajo peso, peso normal, sobrepeso, obesidad), son cualitativas ordinales y la variable edad en años es cuantitativa discreta.

Para la determinación de las variables estrés y ejercicio físico se utilizó el cuestionario PEPS II de Nola Pender que clasifica el estilo de vida de los individuos en saludable y no saludable, la cual es una variable compleja y posee 6 dimensiones: alimentación, actividad física, estrés, autorrealización personal, interrelaciones personales, responsabilidad en salud. las variables estrés y actividad física son variables cualitativas nominales (saludable, no saludable).

Algunos datos cuantitativos fueron descritos en medidas de tendencia central (promedio) y dispersión (desviación estándar) y en frecuencias absolutas y relativas.

Se realizó el cálculo de odds ratio (OR) para evaluar la fuerza de asociación entre las variables estudiadas

RESULTADOS

Han participado del estudio 214 estudiantes de la carrera Licenciatura en Enfermería, el 65% (n=138) corresponde a estudiantes de 3° año; el 21 % (n=45) a 4° año y 14% (n=31) a 5° año. El 63% (n=135) de los estudiantes encuestados corresponden al grupo etario de 19 a 28 años de edad, la edad promedio fue de 27,9 +/- 7,4 años. El 76% (n=163) de la población fueron mujeres. El 64% (n=136) de encuestados fueron el principal sostén del hogar. En cuanto a los factores asociados a las condiciones de vida y trabajo el 57% (n=122) refirió dormir menos de 6 horas al día. El 15% (n=32) respondió que trabaja más de 41 horas semanales; si se considera solo los estudiantes del 5to año, este porcentaje asciende a 48,3% (n=15).

Los FRCV consultados: el 6% (n=13) refirió tener HTA, el 2 % (n=5) diabetes mellitus, el 3% (n=7) dislipemia, el 67% (n=143) tuvo respuestas no saludables respecto a la variable estrés, mientras que para la variable actividad física este valor ascendió a 71% (n=153) y finalmente en cuanto al IMC, el promedio fue de 27,3 +/- 6,63. Cabe destacar que 18 estudiantes no se pesaron ni midieron.

En la Tabla 1 presenta resultados obtenidos de IMC, si se reagrupan estos datos encontramos que el 58,6 % (n= 115) presenta exceso de peso y que, a medida que avanzan en la carrera es mayor la proporción de personas con sobrepeso y obesidad. En 5° año el 80 % tiene exceso de peso (35% sobrepeso y 45% obesidad) mientras que los que cursan el 4° año este valor es de 58% (29% sobrepeso y 29% de obesidad) y en 3° año el porcentaje desciende a 46% (27% sobrepeso y 19% obesidad). En la Tabla 2 se puede observar que a medida que se avanza en la carrera los estudiantes comienzan a trabajar, y aumenta su carga laboral, según el rango de horas trabajadas, llegando a 5° año donde casi la mitad de los estudiantes trabajan 41 hs. o más.

Tabla 1: Índice de masa corporal de los estudiantes de enfermería evaluados según el año que cursan.

AÑO QUE CURSA	ÍNDICE DE MASA CORPORAL									
	Bajo Peso IMC <18,5		Normal IMC 18,5 - 24,5		Sobrepeso IMC 25 -29,9		Obesidad IMC >30		TOTAL	
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%
3er año	6	5	60	46	38	29	26	20	130	100
4to año	1	3	8	23	13	37	13	37	35	100
5to año	0	0	6	19	11	35	14	45	31	100
TOTAL	7	3,6	74	37,8	62	31,6	53	27	196	100

Tabla 2: Horas semanales que trabajan los estudiantes de Enfermería encuestados, según el año de la carrera que cursan.

AÑO QUE CURSA	HORAS DE TRABAJO SEMANAL							
	No trabajan		≤ 40 hs		41 hs o más		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%
3er año	42	30,5	88	63,7	8	5,8	138	100
4to año	10	22,2	26	57,8	9	20	45	100
5to año	4	13	12	38,7	15	48,3	31	100
TOTAL	56	26,2	126	58,87	32	14,9	214	100

En la Tabla 3 teniendo en cuenta que a medida que se avanza en la carrera aumentan las horas trabajadas, es esperable que lo que más se afecta son las horas de sueño, llegando a niveles poco saludables. Considerando a la población en su conjunto casi la mitad de la población duerme entre 4-6 hs., rango poco saludable que puede afectar tanto su rendimiento laboral como académico. Existe un porcentaje llamativo de estudiantes que oscila entre 6,5 a 10,2% de los estudiantes que refieren dormir entre 2 y 4 horas diarias.

Tabla 3: Distribución de la frecuencia de horas de sueño diario de los estudiantes de Enfermería encuestados, según el año de la carrera que cursan. UNaF 2022

Año que cursa	Horas que duermen en 24 hs									
	2 a 4 hs		4 a 6hs		6 a 8hs		+ de 8 hs		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
3er año	14	10,2	68	49,3	50	36,2	6	4,3	138	100
4to año	4	8,9	18	40	23	51,1	0	0	45	100
5to año	2	6,5	16	51,5	11	35,5	2	6,5	31	100
TOTAL	20	9,3	102	47,8	84	39,2	8	3,7	214	100

Para evaluar la carga de FRCVA a cada estudiante se le asignó un puntaje correspondiente a la sumatoria de los factores presentes (sedentarismo, estrés, dislipemia, DBT, HTA y exceso de peso), dicho valor osciló entre 0 (ausencia de FRCV) y 6 (presencia de todos los factores medidos). La Tabla N° 4 muestra las frecuencias absolutas y relativas de los puntajes observados. Esta tabla muestra que el 73 % (n=142) de los estudiantes tienen 2 o más FRCV.

Tabla 4: Distribución de las frecuencias absolutas y relativas de FRCV presentes en los estudiantes encuestados de la carrera de Enfermería. UNaF 2022.

N° de FRCV	n	%
0	10	5,1
1	44	22,4
2	80	40,8
3	53	27,0
4	7	3,6
5	2	1,0
6	0	0,0
Total	196	100

Tabla 5: Asociación entre el factor de riesgo principal sostén económico del hogar con daños a la salud (exceso de peso, horas de trabajo y FRCV) en la población en estudio. UNaF 2022.

FACTOR DE RIESGO	DAÑO A LA SALUD			
	SI	NO	OR	IC (95%)
Principal sostén económico del hogar	Exceso de peso			
	45	62	3,19	1,61 - 6,30
	Trabajar más de 41 horas semanales			
	19	49	4,00	1,80 - 8,87
	3 o más FRCV			
	29	28	3,34	1,74 - 6,41
	Dormir menos de 6 horas diarias			
48	20	2,47	1,34 - 4,57	

Tratándose de un estudio transversal se calcularon los odds ratio, encontrándose valores estadísticamente significativos (ver Tabla 4) entre el Factor de Riesgo; “ser principal sostén económico del hogar” y:

- **Exceso de peso**, hallándose que la probabilidad de desarrollar exceso de peso es 3 veces mayor en las personas que son el principal sostén económico del hogar que aquellas que no lo son. (OR) 3,19 IC: 1,61-6,30 (p= 0,0006).
- **Horas de trabajo**, si el estudiante es el principal sostén de hogar tiene cuatro veces más posibilidad de trabajar 41 hs o más horas semanales. (OR) 4,00: IC: 1,80 - 8,87 (p= 0,0003)
- **Tener 3 o más FRCV** (OR) 3,34 IC 1,74 – 6,41 p=0,0002, lo que indica que si el estudiante es el principal sostén económico de hogar tiene casi de tres veces y media más posibilidad de tener 3 o más FRCV.
- **Horas de sueño** (OR) 2,47 IC: 1,34 – 4,57 (p=0,0038) lo que indica una correlación estadísticamente significativa entre ser el principal sostén económico del hogar y dormir menos de 6 hrs diarias.

No se encontró asociación estadísticamente significativa entre ser principal sostén económico del hogar y las variables de edad y género.

DISCUSIÓN

El 74 % (n=158) de los estudiantes del presente estudio trabaja, mientras que los resultados del Follow up research Study on Health professionals (FRESH)¹³ indicaron que en un estudio realizado en la Universidad Francisco Xavier de Chuquisaca, Bolivia el 30.8% de los estudiantes de enfermería trabajaban; por su parte una investigación realizada en 50 estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de una Universidad Pública de México determinó que el 83,3% de los estudiantes estudian y trabajan y el resto solo se dedica a estudiar¹⁴.

En cuanto a las horas de trabajo en la profesión de enfermería, el 15% (n=32) de los alumnos trabajó 41 horas o más a la semana; si bien es un dato similar al 11% reportado por Silvia Foria et al¹⁵ este estudio fue realizado en una población de 107 profesionales de enfermería de una Institución privada de la Ciudad de Buenos Aires y por Salazar et al¹⁶ en una población de 35 enfermeros de un hospital público de Mendoza.

Con relación a los factores de riesgo cardiovascular, en este estudio el 2 % manifestó ser diabético, valores superiores a los reportados por un estudio realizado en una universidad santafecina de Argentina¹⁷ que informó que el 1,2% de los estudiantes de nutrición presentó diabetes.

En cuanto a la variable dislipemia, los resultados arrojaron que el 3% de los estudiantes de Enfermería sufre esa condición, mientras que Bueno Brito et al¹⁸ quienes analizaron 222 estudiantes universitarios de Licenciatura en Enfermería de Guerrero, México, informaron que el 7,7% de los estudiantes tenía triglicéridos elevados y el 0,5% colesterol superior al valor óptimo. Otro estudio en una universidad argentina¹⁷ estimó la prevalencia de FRCV en una muestra de 185 estudiantes de nutrición encontrando que el 21,1% tuvo colesterol elevado, 46,9% LDL altos y 7,1% TG por encima de los valores normales.

En cuanto a la variable HTA, el 6% de los estudiantes refirió ser hipertenso por su parte Suárez Landazábal et al¹⁹ encontraron que la prevalencia de hipertensión entre estudiantes universitarios de Barranquilla, Colombia fue de 4.6%; mientras que Souza Urbanetto et al²⁰ estudiaron una población de 95 estudiantes de enfermería

de una universidad brasilera encontrando un 25,5% de estudiantes hipertensos.

El IMC de la población del presente estudio arrojó los siguientes resultados: 32% tuvo sobrepeso; 27% obesidad; siendo mayor el porcentaje de sobrepeso y menor el porcentaje de obesidad reportado por Hauman-Carhuas et al²¹ quienes informaron un 31,7% y 14,1% de sobrepeso y obesidad respectivamente en estudiantes peruanos de la misma carrera; por su parte Souza Urbanetto et al²⁰ estudiaron 95 estudiantes de 1° a 4° año de la Carrera de Enfermería de Brasil encontrando que el 35,8% tenía sobrepeso y el 16,8% era obeso.

En el presente trabajo el 57% de los alumnos refiere dormir menos de 6 horas al día; por su parte, Vera Dávila²² reporta que el 100% de los 50 estudiantes de 4° año de Enfermería de una universidad peruana duerme menos de 6 horas por día, datos superados por los reportes de Corredor Gamba et al²³ quienes estudiaron la calidad del sueño de 388 estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad de Boyacá, Colombia, encontrando que 62,1% de los estudiantes duermen 6 horas o menos.

El 71% de la población encuestada reporta no realizar suficiente actividad física como para ser considerada saludable; por su parte Vera Dávila²² y López Neyra²⁴ en sendos estudios indicaron que el 64% de los alumnos de 4to año y 53,9% de alumnos de carreras de Enfermería no realizaban actividad física, por su parte Souza Urbanetto et al²⁰ en 95 estudiantes de enfermería de una universidad brasilera reportó que el 82,1% de la población estudiada no realizaba o solo a veces realizaba actividad física.

En cuanto a la variable estrés, este estudio arroja que el 67% de los estudiantes tenían una situación catalogada como no saludable; por su parte García Chumacero y Medina Muñoz²⁵ determinaron el nivel de estrés académico de estudiantes de la Carrera de Enfermería (VII ciclo) en una Universidad de Lima, Perú utilizando el inventario SISCO se podía calificar como medio; resultados similares a los informados por Silva-Ramos et al²⁶ quienes utilizando el mismo instrumento encontraron que el 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado.

CONCLUSIONES

Los estudiantes de los últimos años de la carrera de Licenciatura en Enfermería que en su mayoría son mujeres, tienen que equilibrar las exigencias académicas con sus responsabilidades familiares, además, muchos de estos estudiantes son el principal sostén económico de su hogar o contribuyen significativamente a la economía familiar.

Este estudio ha identificado algunos estresores para los estudiantes de enfermería de esta universidad, que suman a la tarea académica, largas y extenuantes jornadas laborales y el cuidado del hogar, la familia e hijos.

Se ha logrado demostrar una correlación positiva entre la variable principal sostén económico del hogar con el exceso de peso, las horas de trabajo, horas de sueño y tener 3 o más FRCV; esto lleva a concluir que la mayoría de los estudiantes de enfermería no pueden tener un estilo de vida saludable.

Estudiar en profundidad cómo estas condiciones de vida convergen resultará fundamental para proponer alternativas que permitan mejorar la situación del estudiante/trabajador, no solo desde la institución universitaria, quien podría brindar herramientas para el manejo del estrés, proponer horarios de clases adecuados a los horarios de trabajo, brindar espacios de contención como guarderías para los hijos de los estudiantes, sino también acordar

a través de convenios con las entidades públicas y privadas de salud donde trabajan los estudiantes políticas de apoyo para aquellos trabajadores que desean progresar en su vida profesional completando su formación universitaria; estos convenios podrían incluir la reducción de las horas de trabajo, reconocer como prácticas pre profesionales las que los estudiantes realizan en su lugar de trabajo, a fin de disminuir la carga horaria de las prácticas resultando todo ello no sólo en beneficio del estudiante sino también para la institución universitaria y la empresa pública o privada donde labora el estudiante quien contaría con personal mejor capacitado.

La universidad, debe asumir su responsabilidad en temas de salud y calidad de vida de los estudiantes y constituirse en promotor de la misma, por lo que se sugiere que futuros trabajos continúen investigando y ahondando en patologías como el estrés crónico y el síndrome de burnout entre otras. Conocer el estado de situación en que se encuentran los estudiantes permitirá diseñar políticas institucionales a nivel académico y laboral de promoción de la salud que contribuyan a mejorar las posibilidades de desarrollar un estilo de vida más saludable en los estudiantes. Financiado por UNaF- SECYT 54- S 023.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cueva de la Garza JF y De Ibarrolla Nicolin M. *Vidas cruzadas. Los estudiantes que trabajan: un análisis de sus aprendizajes*. Rev. Educ. Sup 2013; 42 (165): 125-148. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-27602013000100007&lng=es&nrm=iso
2. Nessier AF, Pagura MF, Pacifico AM y Zandomeni N. *Estudiantes universitarios que trabajan: desafíos de la simultaneidad*. Esc. Contab. Adm. 2017, 8 (2):57-78. Disponible en: http://bibliotecadigital.uns.edu.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1853-20552017002200004&lng=pt&nrm=iso
3. Aspiazu E. *Las condiciones laborales de las y los enfermeros en Argentina: entre la profesionalización y la precariedad del cuidado en la salud*. *Trabaj y Soc.* 2017;28; 11-35. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1514-68712017000100002&lng=es&nrm=iso. ISSN 1514-6871.
4. Ortega J. *Trabajos de(s)cuidados: reformas neoliberales, feminización y precarización de las condiciones de trabajo en enfermería*. *Athenea Digital. Revista de Pensamiento e Investigación Social.* 2019; 19(3). Disponible en: <https://atheneadigital.net/article/view/v19-3-ortega>
5. Ministerio de Salud de la Nación Argentina. *Estado de situación de la formación y el ejercicio profesional de enfermería, año 2020*. Fecha de consulta 14 de diciembre de 2022. Disponible en: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/estado_de_situacion_de_la_formacion_y_el_ejercicio_profesional_de_enfermeria_ano_2020.pdf
6. Malleville S. y Noguera D. *¿Situación de emergencia o problemática histórica? Salarios, pluriempleo y organización cotidiana en el trabajo de cuidado de enfermería*. *Ensayo sobre Economía y Género 1a ed.* Ciudad Autónoma de Bs As. Biblioteca Nacional. Ministerio de Economía. 2021. Disponible en: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/180350>
7. Rivas E. y Barraza Macías A. *Síndrome de Burnout en el personal de enfermería y su relación con cuatro variables laborales*. *Enfermería Universitaria.* 2018; 15(2):136-146. Disponible en: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2018.2.65171>
8. Herrera-Covarrubias, D et al. *Impacto del estrés psicosocial en la salud*. *Neurobiología, revista electrónica.* 2017; 8(17). Disponible en: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:148729680>
9. Juárez García A. *Factores psicosociales laborales relacionados con la tensión arterial y síntomas cardiovasculares en personal de enfermería en México*. *Salud Pública de México.* 2007; 49(2). Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10649205>
10. León Reyna PL. *Estilo de vida y estrés laboral en el personal de enfermería en tiempos del COVID-19*. *Hospital III-E, Es Salud – La Libertad. Tesis para obtener el grado académico de programa académico de maestría en gestión de los servicios de la salud, Trujillo - Perú Universidad Cesar Vallejos.* 2020. Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4043>
11. Habicht JP. *Estandarización de métodos epidemiológicos cuantitativos sobre el terreno*. *Bol Of Sanit Panam.* 1974;76(5):375-84. Disponible en: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/10766>
12. Braguinsky J et al. *Obesidad: patogenia, clínica y tratamiento*. 2nd ed. Buenos Aires; El Ateneo 1996.
13. Solís Soto MT. *FRESH Follow up Research Study on Health professionals. Inserción laboral, condiciones de trabajo y salud en estudiantes de último año de carreras de la salud*. *Universidad Mayor, Real y Pontificia de San Francisco Xavier de Chuquisaca;* 2019. [Online]. Acceso 15 de octubre de 2022. Disponible en: <http://ohtarget.usfx.bo/wp-content/uploads/2022/06/Final-Report-FRESH-I.pdf>.
14. Morales Rodríguez MC; Nájera Gutiérrez G, Tlalpan Hernández RM; Resendiz Maldonado B y Luna Gracia A. *Autoestima de estudiantes de enfermería de una universidad pública*. *Rev Latinoam de Desarrollo, Curitiba.* 2022; 4(2): 388-394. Disponible en: 10.46814/lajdv4n2-008
15. Foria Silvia AP y González Argote J. *La relación del pluriempleo con el desempeño en profesionales de enfermería en Argentina*. *INFODIR.* 2022: 1-14. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_

arttext&pid=S1996-35212022000200009&lng=es&nrn=iso

16. Salazar S. Sobrecarga horaria. Tesis de grado. Mendoza. Universidad Nacional de Cuyo. 2014. Disponible en: <https://bdu.siu.edu.ar/bdu/Record/B-28-OMD011121>
17. Negro E, Gerstner C, Depetris R, Barfuss A, González, M y Williner MR. Prevalencia de factores de riesgo de enfermedad cardiovascular en estudiantes universitarios de Santa Fe (Argentina). *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2018. 22(2), 131-140. Disponible en: <https://doi.org/10.14306/renhyd.22.2.427>
18. Bueno Brito C et al. Predictores de riesgo antropométricos y bioquímicos para enfermedades no transmisibles en estudiantes de enfermería. *Dilemas contemp. educ. política valores*. (2020). 8(5). Disponible en: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2491>.
19. Suárez Landazábal O, Villarreal Sotomayor C, Parody Muñoz A, Rodríguez Delgado A y Rebolledo Cobos R. Prevalencia de hipertensión arterial y sus factores de riesgo en estudiantes universitarios de Barranquilla, Colombia. *Rev. Fac. Cienc. Salud Univ. Cauca* 2019, 21, 16-23. Disponible en: 10.47373/rfcs.2019.v21.1372
20. Souza Urbanetto JS, Rocha PS, Dutra RC, Maciel MC, Bandeira AG, Magnago TSBS. Estrés y sobrepeso/obesidad entre estudiantes de enfermería de una universidad privada, Rio Grande do Sul, Brasil. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2019; 27. Disponible en: 10.1590/1518-8345.2966.3177
21. Huaman-Carhuas N y Bolaños-Sotomayor L. Sobrepeso, obesidad y actividad física en estudiantes de enfermería pregrado de una universidad privada. *Enfermería Nefrológica*. 2020; 23(2). Disponible en: <https://dx.doi.org/10.37551/s2254-28842020018>
22. Vera Davila CJ. Prácticas de autocuidado en los estudiantes de enfermería del cuarto año de una universidad pública, Lima – 2019 [Tesis de grado]. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/18568>
23. Corredor Gamba S y Polanía Robayo A. Calidad de sueño en estudiantes de ciencias de la salud, Universidad de Boyacá (Colombia). *Rev Med*. 2020; 42(1): 8-18. Disponible en: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:253793519>
24. López Neyra SJ y Rodríguez Melquiades A. Riesgo de desarrollar diabetes mellitus tipo 2 en estudiantes de enfermería en la Universidad Nacional de Trujillo – Perú, año 2019. [Tesis de grado] Trujillo, Perú. Universidad Nacional de Trujillo; 2019. Disponible en: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:199041116>
25. García Chumacero SG, Medina Muñoz MR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de VII Ciclo de la Universidad María Auxiliadora, Lima 2022. [Tesis de grado] Lima – Perú Universidad María Auxiliadora, 2022. Disponible en: <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1108>
26. Silva Ramos MF, López Cocotle JJ, Sánchez de la Cruz O, González Angulo P. Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *RECIEN*, 2019 (18):25-39. Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/100448/1/RECIEN_18_03.pdf