

La tesi doctoral de Miquel Bennasar Veny crea un qüestionari per avaluar els estils de vida i l'estat de salut dels alumnes de la UIB

La tesi doctoral de Miquel Bennasar Veny, defensada a la Universitat de les Illes Balears, ha dissenyat i validat un qüestionari per avaluar els estils de vida i l'estat de salut dels estudiants universitaris: el qüestionari ESVISAUN. L'estudi *Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la Universidad como entorno promotor de la salud* l'han dirigit els doctors Antoni Aguiló i Jordi Pericàs, del Departament d'Infermeria i Fisioteràpia, i el doctor Lluís Ballester, del Departament de Pedagogia i Didàctiques Específiques.

La recerca investiga els estils de vida de l'alumnat de la UIB. Amb aquest objectiu s'ha dissenyat el qüestionari ESVISAUN a partir de la revisió bibliogràfica dels indicadors de salut més utilitzats. L'eina recull dades sociodemogràfiques, socioeconòmiques, sobre l'estat de salut i qualitat de vida, l'activitat física, el consum de tabac, alcohol i altres drogues, els hàbits alimentaris, la conducta sexual, la seguretat vial, la higiene dental i l'entorn universitari. Per a la validació del qüestionari, s'ha fet un panell d'experts mitjançant la tècnica Delphi, una prova pilot i s'han analitzat les propietats de validesa i fiabilitat. El treball ha permès determinar que el qüestionari ESVISAUN és un instrument vàlid i fiable per identificar hàbits de vida saludables i problemes de salut amb l'objectiu de dissenyar intervencions en el marc de la promoció de la salut en l'entorn universitari.

Quant als estils de vida dels estudiants universitaris, la recerca ha determinat que hi ha diferències segons el gènere. Així, els homes consumeixen més alcohol i practiquen més esport, mentre les dones tenen una dieta més saludable. En canvi, no s'observen diferències segons la classe social. A més, la prevalença del consum de drogues és semblant a la població general, excepte en el cas del tabac, ja que es confirma una important tendència a la disminució d'aquest hàbit. A més, s'observa que fer exercici físic, no fumar, desdejunar tots els dies i fer un nombre més gran de menjades són indicadors determinants d'una dieta saludable.

Els resultats reafirmen la idea que els comportaments de salut no s'han de considerar de forma aïllada, ja que s'observa una tendència a la conglomeració de factors de risc com fumar, baixa adherència a la dieta mediterrània i inactivitat física en estudiants universitaris. Finalment, amb aquestes dades s'han plantejat una sèrie d'implicacions, tant en l'àmbit d'intervenció –amb l'aplicació d'un entorn saludable en el marc del Programa d'Universitats Saludables de l'Organització Mundial de la Salut– com en el de la recerca.



Miquel Bennasar, autor de la tesi. Foto: UIB

Fitxa de la tesi doctoral

Títol:

Estilos de vida y salud en estudiantes universitarios: la Universidad como entorno promotor de la salud

Autor:

Miquel Bennasar Veny

Programa de doctorat:

Ciències Biosociales

Departament:

Institut Universitari d'Investigació en Ciències de la Salut

Directors:

Antoni Aguiló Pons
Lluís Ballester Brage
Jordi Pericàs Beltran