

Estrategia metodológica para la reducción de factores de riesgo aterogénicos en estudiantes de Ciencias Médicas de Holguín

•Autore(a)s: MSc.Dra. Antonia Miladys González Rodríguez¹ Dr. Erik Díaz González², MSc Gisel Fernández Martínez.³ MSc Niurka Labañino Mulet⁴ MSc Mildred Labrada Garcaí⁵

INTRODUCCIÓN / INTRODUCTION

En poblaciones universitarias, especialmente en estudiantes de Ciencias Médicas, los factores de riesgo aterogénicos suelen estar presentes debido al estrés académico, cambios en el estilo de vida y acceso limitado a entornos saludables. Desde el trabajo metodológico propone una estrategia metodológica basada en intervenciones educativas y participativas para modificar conductas de riesgo en los estudiantes de primer año de la Universidad de Ciencias Médicas de Holguín.

OBJETIVOS / OBJETIVES

Implementar una estrategia para reducir la prevalencia de factores de riesgo aterogénicos en estudiantes de primer año de Ciencias Médicas de Holguín, desde el trabajo metodológico.

RESULTADOS / RESULTS

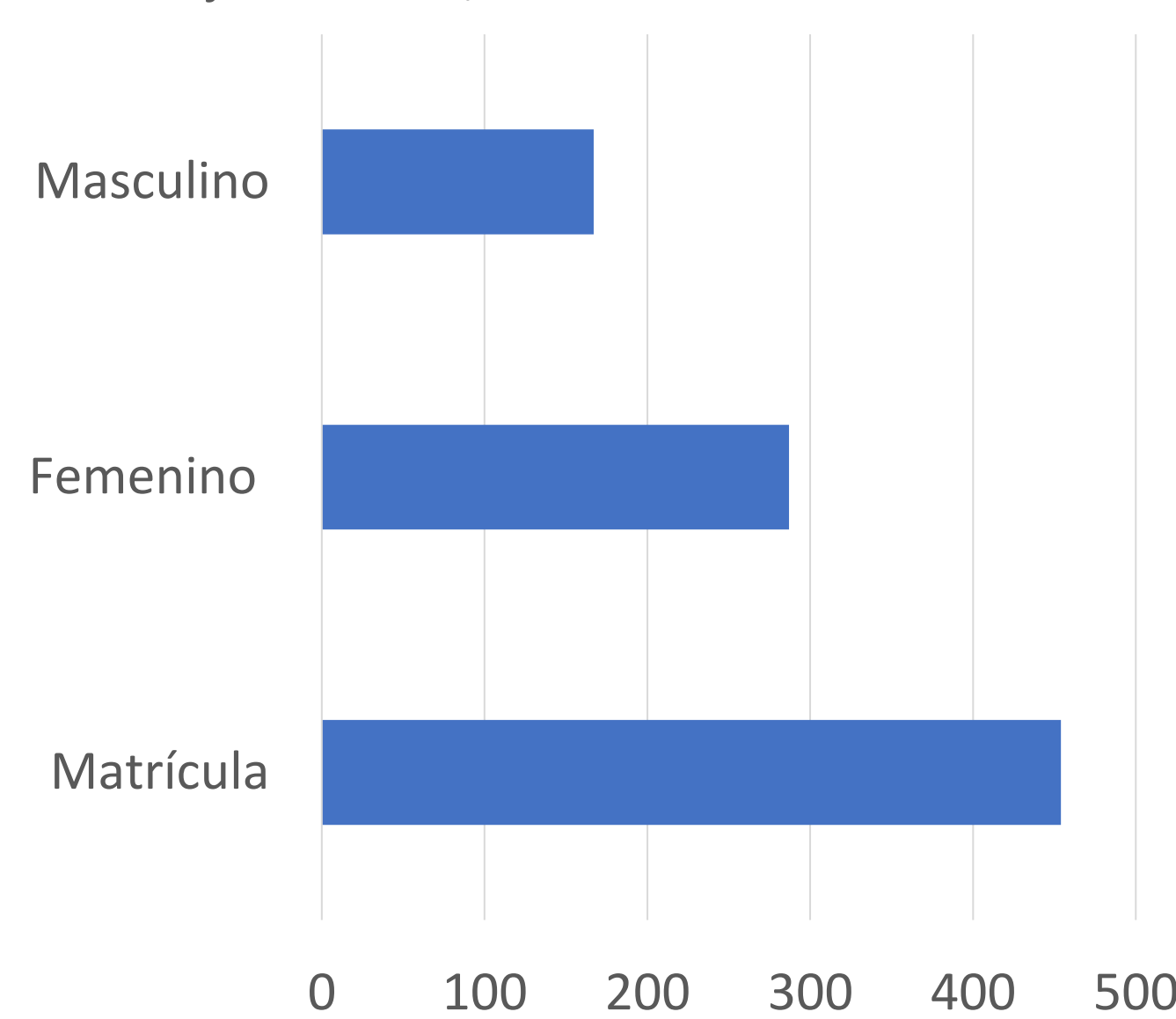
La estrategia metodológica propuesta se fundamenta en el aprendizaje experiencial y la participación activa, elementos clave para modificar conductas en jóvenes. Estudios recientes destacan que las intervenciones basadas en pares y el uso de redes sociales aumentan la adherencia a hábitos saludables en universitarios [1]. Además, la integración curricular garantiza que los futuros profesionales de la salud repliquen estos conocimientos en su práctica clínica, impactando a largo plazo [2-3]. Se deben considerar barreras como la resistencia al cambio y la carga académica, mitigadas mediante acciones metodológicas bien estructuradas y horarios accesibles. La estrategia prioriza la sostenibilidad mediante la formación de multiplicadores (estudiantes y docentes) y la articulación con políticas institucionales de salud universitaria

MÉTODO / METHOD

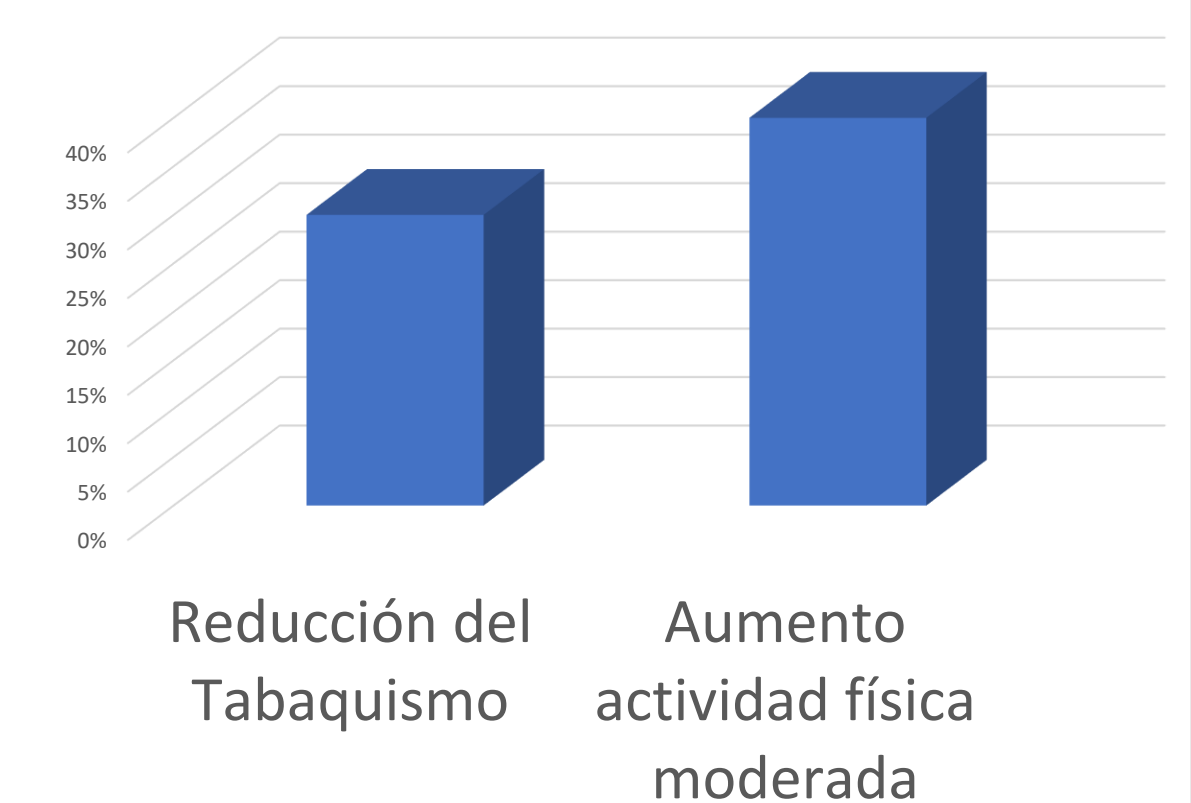
Estudio descriptivo, transversal. Universo: 454 estudiantes del 1er año de la carrera de medicina de la Facultad. Muestra 404 (88.9 %), femenino 262 (64.9%), masculino 142 (35.1 %) de ambos sexos, que cumplieron los criterios de inclusión. que no referían algún síntoma o enfermedad. Se aplicó encuesta validada CIRAH (ATECOM), por el equipo que trabaja en el diseño y la implementación de la estrategia de para reducir la prevalencia de factores de riesgo aterogénicos, desde el trabajo metodológico . Las variables estudiadas : sexo, tabaquismo, hábitos dietéticos, actividad física.

Gráficos y tablas / Graphs and Tables

Distribución de la población estudiada por grupos de edad y sexo .FCM Mariana Grajales Coello, curso 2024-2025



Impacto de acciones metodológicas implementadas. I Periodo curso 2024-2025



CONCLUSIONES / CONCLUSIONS

- La efectividad de la estrategia metodológica permitió la reducción significativa de hábitos tóxicos como tabaquismo y alcoholismo, así como aumento de la actividad física a moderada en el periodo evaluado.
- La integración curricular como herramienta sostenible ha fortalece la formación de los estudiantes como futuros profesionales , contribuyendo a la prevención primaria en la comunidad, alineadas con las demandas de la educación médica contemporánea

REFERENCIAS / REFERENCES

1-Pérez m a. Promoción de estilos de vida saludables entre estudiantes universitarios. Rev. Fac. Med. Hum. 2022; 22(2):434-43. ISSN versión online:2308-0531

2-Smith A, Jones B. *University-based interventions for cardiovascular risk reduction: A systematic review*. J Am Coll Health. 2021;69(5):521-530. doi:10.1080/07448481.2020.1752698

3-. García-Rodríguez M, Pérez-Fernández R. *Efectividad de las estrategias educativas en la promoción de hábitos saludables en estudiantes de medicina*. Rev Panam Salud Pública. 2022;46:e112. doi:10.26633/RPSP.2022.112