

## Resultados obtenidos por dos proyectos comunitarios que apuestan por el bienestar y la salud

### *Results obtained by two community projects that are committed to well-being and health*

MARÍA TERESA DÍAZ SOTO<sup>1</sup>, LOIRA HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ<sup>2</sup>,  
MARÍA ELENA LICEA SUÁREZ<sup>1</sup>, JOSÉ MIGUEL CALDERÍN MIRANDA<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Instituto Farmacia y Alimentos de La Universidad de La Habana (IFAL-UH), La Habana, Cuba.

<sup>2</sup>Universidad Tecnológica de la Habana (UTH) José Antonio Echeverría, La Habana, Cuba.

#### Cómo citar este artículo:

Díaz Soto MT, Hernández Rodríguez L, Licea Suárez ME, Calderín Miranda JM. Resultados obtenidos por dos proyectos comunitarios que apuestan por el bienestar y la salud. *Rev Panorama. Cuba y Salud [Internet]*. 2020 [citado ]; 15(3):7-11. Disponible en: <http://www.revpanorama.sld.cu/index.php/rpan/article/view/>

#### RESUMEN

**Objetivo:** demostrar los resultados obtenidos por el proyecto comunitario: Salud y calidad de vida, del Instituto de Farmacia y Alimento de la Universidad de La Habana y el proyecto comunitario: Estilos de vida y salud, de la Facultad de Ingeniería Química de la Universidad Tecnológica de la Habana.

**Método:** se realizó un estudio descriptivo de corte transversal teniendo en cuenta los participantes en cada proyecto. Consistió en una muestra de 194 estudiantes universitarios, las actividades desarrolladas, la presentación de trabajos en eventos y los premios de cada proyecto en el período comprendido desde diciembre de 2014 hasta diciembre de 2018, para mostrar los resultados obtenidos ambos proyectos.

**Resultados:** se evidenció un aumento del número de participantes en cada proyecto durante el tiempo analizado y el elevado alcance de las actividades realizadas, aspectos que se pueden constatar en el creciente número y nivel de los eventos, tanto nacionales como internacionales en los que se han presentado los trabajos realizados y los premios obtenidos.

**Conclusiones:** los resultados obtenidos por estos proyectos comunitarios evidencian la importante repercusión que tienen en el contexto universitario y fundamentalmente en las comunidades en las que se han desarrollado los mismos.

**Palabras clave:** calidad de vida; estilos de vida; proyectos comunitarios; hábitos tóxicos.

#### ABSTRACT

**Objectives:** demonstrate the results obtained by the community project: Health and quality of life, of the Institute of Pharmacy and Food of the University of Havana and the community project:

Styles of life and health, of the Faculty of Chemical Engineering of the Technological University from Havana.

**Method:** a descriptive cross-sectional study was carried out taking into account the participants in each project. It consisted of a sample of 194 university students, the activities developed, the presentation of work at events and the awards for each project in the period from December 2014 to December 2018, to show the results obtained from both projects.

**Results:** there was an increase in the number of participants in each project during the time analyzed and the high scope of the activities carried out, aspects that can be verified in the increasing number and level of events, both national and international in which they have been presented the work done and the awards obtained.

**Conclusions:** the results obtained by these community projects show the important repercussion that they have in the university context and fundamentally in the communities in which they have been developed.

**Keywords:** quality of life; lifestyles; community projects; toxic habits.

#### INTRODUCCIÓN

Los estilos de vida han sido objeto de estudio de diferentes disciplinas, entre ellas la sociología, la antropología médica y la epidemiología, aunque con significados diferenciados.<sup>(1,2,3,4,5)</sup> Es imposible hablar de estilo de vida sin enmarcarlo dentro del concepto de modo de vida, ya que ambos determinan la forma como se desarrolla el hombre dentro de la sociedad y su relación con el proceso salud-enfermedad.<sup>(6,7,8,9)</sup>

Los estilos de vida son una preocupación, no solo para el mundo académico, sino también para los formuladores de políticas públicas en salud.<sup>(10)</sup> La constatación de que existe una relación entre algunos hábitos y la exposición a circunstancias riesgosas en un momento determinado o durante el transcurso de la vida, junto con el desarrollo de las enfermedades crónicas más prevalentes, ha favorecido la proliferación de investigaciones en este campo.<sup>(11,12)</sup>

Se plantea que, en la mayoría de las enfermedades crónicas, ha fallado la toma de precauciones adecuadas contra los riesgos identificados públicamente: un fracaso de control individual, la falta de auto-disciplina y un defecto moral intrínseco.<sup>(13,14,15,16,17,18)</sup> El consumo de tabaco y alcohol, la inactividad física y la dieta no saludable son ejemplos de los factores relacionados con el actuar individual que influye en el estado de la salud de la población.<sup>(19,20,21,22)</sup>

La calidad de vida es un concepto utilizado para referenciar al bienestar social general de los individuos y las sociedades, en el que se encierran elementos como las condiciones socioeconómicas, la salud física y mental, la educación, el empleo, la recreación, entre otras.<sup>(23,24,25,26,27,28,29)</sup>

Los estilos de vida son susceptibles a ser modificados y con ello contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de diferentes grupos poblacionales.<sup>(30,31,32,33,34,35)</sup> La vinculación de los estudiantes universitarios al desarrollo de proyectos comunitarios con la finalidad de educar en cuanto al trabajo de prevención de los inadecuados estilos de vida constituye una prioridad del Ministerio de Educación Superior cubano. Por esta razón el presente trabajo tiene como objetivo presentar los logros obtenidos por los proyectos comunitarios desarrollados por dos centros universitarios: Salud y calidad de vida, del Instituto de Farmacia y Alimento de la Universidad de La Habana (IFAL-UH) y el proyecto comunitario: Estilos de vida y salud, de la Facultad de Ingeniería Química de la Universidad Tecnológica de la Habana UTH).

## MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo, retrospectivo y de corte transversal, durante el período desde diciembre de 2014 hasta diciembre de 2018, en el que se analizaron como variables los participantes en cada proyecto, con una muestra de 194 estudiantes universitarios, los eventos en los que se presentaron trabajos fruto de estos proyectos, los premios obtenidos y las actividades realizadas por ambos. Se empleó un método estadístico para el trabajo con estas variables. La inclusión de los participantes de los proyectos comunitarios en estudio se realizó de manera voluntaria, teniendo como único criterio que fueran estudiantes de la Universidad de La Habana o de la UTH. El análisis de este período de tiempo se realizó dividiéndolo por cursos escolares, todos comprendidos desde septiembre hasta junio del año próximo.

### Procesamiento de la información

Se confeccionaron tablas y gráficos para la presentación de los resultados mediante el programa de Microsoft Excel y

Microsoft Word, realizando un análisis porcentual. El análisis estadístico se desarrolló mediante el software SPSS 15.0, 2006. El nivel de significación usado para todas las pruebas estadísticas fue 0.05, lo cual equivale a un intervalo de confianza del 95%.

## RESULTADOS

Desde el inicio de la investigación, ambos proyectos centraron sus objetivos en la incorporación y adiestramiento de los estudiantes a la realización de diagnósticos y, posteriormente a utilizar esa información como punto de partida para el diseño de las actividades educativas dirigidas a la comunidad.

La tabla 1 muestra la cantidad de participantes en ambos proyectos por curso escolar durante el último quinquenio.

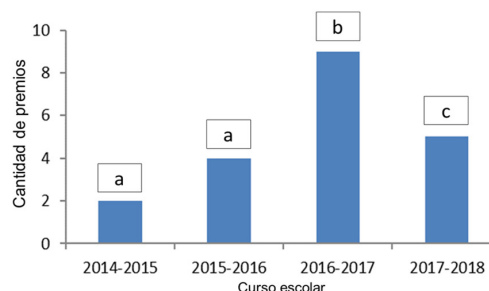
Se realizó una comparación por curso en cuanto al número de estudiantes que participaron en cada proyecto en el período analizado. Existió un aumento significativo en cuanto a la participación de estudiantes en ambos proyectos en los dos últimos cursos analizados con respecto al curso inicial. No existió diferencias significativas al comparar la cantidad de estudiantes en cada proyecto a pesar que los participantes de Estilos de vida y salud que cursan carreras de perfil tecnológico, las cuales, a diferencia de los estudiantes del otro proyecto, no están directamente relacionadas con las temáticas trabajadas.

**Tabla 1.** Participantes en cada proyecto comunitario según el curso escolar.

Períodos analizado	Proyecto comunitario	
	Estilos de vida y salud	Salud y calidad de vida
2014-2015	15 <sup>a</sup>	20 <sup>a</sup>
2015-2016	18 <sup>a</sup>	23 <sup>a</sup>
2016-2017	25 <sup>b</sup>	30 <sup>b</sup>
2017-2018	28 <sup>b</sup>	35 <sup>b</sup>

### Letras diferentes representan diferencias significativas $p < 0.05$

La figura 1 representa los eventos, tanto nacionales como internacionales, en que los resultados de ambos proyectos han sido expuestos. Se evidencia un aumento significativo en la participación en los eventos durante el curso 2016-2017 con respecto a los años anteriores. En el último curso analizado decreció el número de eventos, aunque se mantienen las diferencias significativas con respecto a los dos primeros años evaluados.

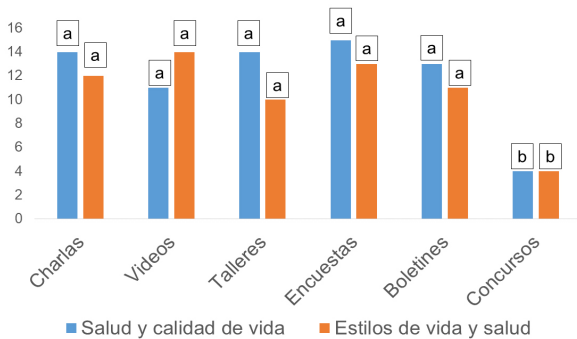


**Figura 1.** Participación en eventos nacionales e internacionales de ambos proyectos en el periodo analizado.

### Letras diferentes representan diferencias significativas $p < 0.05$

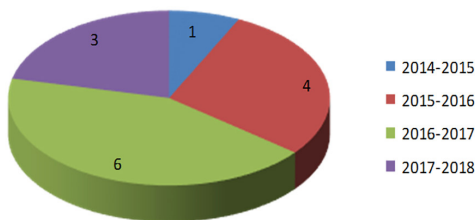
Las presentaciones de ambos proyectos en eventos se realizaron mediante conferencias, ponencias orales y póster.

Muchas y variadas han sido las acciones y actividades realizadas por los estudiantes, las cuales se presentan en la figura 2, en la que se observa similitud en las actividades realizadas entre ambos proyectos. La participación en concurso coincide en ser la actividad menos efectuada sin diferencias significativas entre estos proyectos.



**Figura 2.** Actividades realizadas por los proyectos comunitarios: Estilos de vida y salud y Salud y calidad de vida. 2014-2018. **Letras diferentes representan diferencias significativas p<0.05**

En la figura 3 se describen los premios obtenidos a partir de los resultados del trabajo conjunto de los proyectos objeto de análisis, se manifiesta una correspondencia en el desarrollo e impacto del trabajo y el reconocimiento en los eventos en que ha participado.



**Figura 3.** Distribución de premios obtenidos por ambos proyectos en los periodos analizados.

**DISCUSIÓN**

Los procesos comunitarios requieren y cuentan con la existencia de Equipos Comunitarios como pieza clave para su desarrollo y sostenibilidad dependiendo de las condiciones locales de los territorios implicados. La inserción de estudiantes universitarios preparados en aspectos básicos y fundamentales de comunicación y con adecuada información sobre relación estilo-calidad de vida constituye un logro significativo tanto para el estudiante que realiza la actividad como para el medio social en que esta se desarrolle. Teniendo en cuenta esto y los resultados reportados en la tabla 1, en la que se refleja la correspondencia creciente entre el tiempo de desarrollo de los proyectos y el número de participantes al comparar los diferentes cursos escolares analizados, es posible afirmar

la relación directa de estos resultados con un incremento en la motivación de los estudiantes por las temáticas de interés comunitario, independiente del perfil tecnológico que caracterizan las carreras estudiadas en la UTH.

El resultado anterior se vincula de manera estrecha con los que se representan en la figura 2, en los que se describen las diferentes actividades y acciones realizadas en ambos proyectos objeto de estudio, dentro de las que se encuentran:

- Caracterizar los grupos de adolescentes pertenecientes a las provincias de La Habana y Artemisa
- Caracterizar grupos de ancianos institucionalizados y no institucionalizados
- Diseñar un sistema de actividades que contribuya a la promoción de estilos de vida adecuados en los grupos poblacionales caracterizados
- Desarrollar actividades educativas con los grupos poblacionales para promover estilos de vida adecuados
- Adiestrar a los estudiantes de las carreras de Ciencias Farmacéuticas, Alimentarias y de Ingeniería Química en las actividades de información sobre medicamentos, estilos y calidad de vida

El desarrollo de estas actividades permitió la preparación de numerosos trabajos y su presentación en eventos de carácter nacional e internacional que se muestran en la figura 1, entre los cuales están: IX Coloquio de Experiencias Educativas, VII y VIII Talleres Nacionales: Comunidades en la prevención del VIH/SIDA y TB, XX Fórum Nacional de Ciencias Sociales, Naturales y Exactas, Encuentro de Ciencias Farmacéuticas y Alimentarias, entre otros.

Los trabajos presentados en los diferentes eventos se caracterizaron por demostrar el impacto social de ambos proyectos en diferentes grupos poblacionales y tratando diferentes temáticas. Entre los temas más trabajados está la presencia de las adicciones en adolescentes y jóvenes con los que se han desarrollado disímiles actividades tanto de prevención como de orientación. Como resultado de la calidad de los trabajos presentados estos han recibido diferentes reconocimientos lo cual contribuye al incremento de la vinculación de estudiantes a los dos proyectos. Es de destacar la obtención de reconocimientos especiales (Gran Premio, Premios relevantes) en las Jornadas Científicas Estudiantiles del Instituto de Farmacia y Alimentos de la Universidad de La Habana y la Universidad Tecnológica de La Habana, Premio Relevante en el Evento de la Mujer Creadora, Premio de Extensión a nivel de Departamento, de Instituto y Premio del Rector de la Universidad de La Habana. (Figura 3)

**CONCLUSIONES**

Los proyectos comunitarios: Salud y calidad de vida y Estilos de vida y salud han obtenido numerosos e importantes resultados los que son una demostración del impacto social que pueden tener los proyectos comunitarios, fundamentalmente mediante la vinculación de los jóvenes

en actividades educativas, lo que no solo constituye un logro sino un incentivo imprescindible en el eslabón de la formación de las nuevas generaciones, en cuanto a estilos de vida saludable, en medios sociales frecuentemente adversos y evidencia la necesidad del trabajo en conjunto y desarrollo de proyectos comunitarios con objetivos afines.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez C Luz S. Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto. *Rev. Facultad. Nacional. Salud Pública*. 2012 Apr; 30(1): 95-101.
2. Vives Iglesias AE. Estilo de vida saludable. *Revista Psicología científica*. 2007; 9(44): 48-56
3. Jaiberth A. y col. Consumo de riesgo, síntomas de dependencia y consumo perjudicial de alcohol en estudiantes de la Universidad de Medellín *Archivos de Medicina Vol.10 No.1:9, 2014*
4. Álvarez Álvarez G, Sorís Moya Y, Rodríguez Álvarez G. Alcoholismo y registro de la presión arterial. *Medicentro*. 2011; 15(2).
5. Esquivel Solís V, Jiménez Fernández M. Aspectos nutricionales en la prevención y tratamiento de la hipertensión arterial. *Rev. costarric. salud pública [revista en la Internet]*. 2010[citado 2013 mayo 08]; 19(1).
6. Cervera F, Serrano R, Vico C, Milla M, Garcia MJ. Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. *Nutr Hosp* 2013; 28(2):438-446.
7. Bernárdez M, Castro L, Collins A, De la Montaña J. Variaciones en la dieta de universitarios gallegos (campus de Ourense) con relación al patrón cardioprotector de la dieta mediterránea. *Nutr Hosp* 2013;28(6):2099-2106.
8. Rizo MM, González NG, Cortés E. Calidad de la dieta y estilos de vida en estudiantes de ciencias de la salud. *Nutr Hosp* 2014;29(1):153-157.
9. Badir A, Tekkas K, Topan S. Knowledge of cardiovascular disease in Turkish undergraduate nursing students. *Eur J Cardiovasc Nurs* 2014;1-9.
10. Calonge S, Casajús J, González-Gross M. La actividad física en el currículo universitario español de los grados de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte como recurso en la prevención y tratamiento de las enfermedades crónicas. *Nutrición Hospitalaria* 2017;34(4):961-968
11. Campo Y, Pombo L, Teherán A. Estilos de vida saludable y conductas de riesgo en estudiantes de medicina. *Revista de la Universidad Industrial de Santander* 2016;48(3):301-309
12. Canova-Barrios C. Estilo de vida de estudiantes universitarios de Santa Marta, Colombia. *Rev Colomb Enferm* 2017;14:23-32
13. Elorriaga N, Colombo M, Hough G, Watson D, Vázquez M. ¿Qué factores influyen en la elección de alimentos de los estudiantes de ciencias de la salud? *Diaeta* 2012;30(141):16-24
14. Fuentes E. Prevalencia de consumo de drogas en alumnos del último semestre de la carrera de medicina y su repercusión académica. *RIDE. Rev. Iberoam. Investig. Desarro. Educ*, 2016;7(13):423-434
15. Gárciga O, Surí C, Rodríguez J.R. Consumo de drogas legales y estilo de vida en estudiantes de medicina. *Rev Cub de Salud Pública* 2015;41(1):4-17
16. Herruzo B, Martín J, Molina G, Romero M, Sanz J, Moreno R. Promoción de la salud en el lugar de trabajo. Hábitos de vida saludable y factores de riesgo cardiovascular en trabajadores de ámbito sanitario en atención primaria. *Rev Asoc Esp Espec Med Trab.* 2017;26(1):9-21
17. Loch M, Porpeta R, Brunetto B. Relação entre a prática de atividade física no lazer dos pais e a dos filhos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte* 2015;37(1):29-34
18. Magalhães L.S.P, Vernaglia T.V.C, Souza F.A.M, Chagas S.V, Cruz, M.S. The drugs phenomenon from the perspective of nursing students: patterns of consumption, attitudes and beliefs. *Esc. Anna Nery* 2018;22(1):201-205
19. Medina J, Ortiz L. Prevalencia y conocimientos de estudiantes de enfermería de una universidad pública sobre el cuidado a la persona que consume drogas lícitas. *Enfermería Actual de Costa Rica* 2017;32: 66-78
20. Moreno J, Cruz H. Percepción de la actividad física en estudiantes de enfermería frente a fisioterapia. *Enf Glob.* 2015;14(40):192-200
21. Muñoz G, Lozano M, Romero C, Pérez J, Veiga P. Evaluación del consumo de alimentos de una población de estudiantes universitarios y su relación con el perfil académico. *Nutrición Hospitalaria* 2017;34(1):134-143
22. Navarrete-Muñoz E, Valera-Gran D, González-Palacios S, García M, Giménez-Monzo D, Torres-Collado L, et al. The DiSA-UMH Study: a prospective cohort study in health science students from Miguel Hernández University. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2016;20(1):69-76
23. Pérez-Gallardo L, Mingo T, Bayona I, Ferrer M, Márquez E, Ramírez R, et al. Calidad de dieta en estudiantes universitarios con distinto perfil académico. *Nutrición Hospitalaria*, 2015;31(5):2230-2239
24. Pérez-López I, Rivera E, Delgado-Fernández M. Mejora de hábitos de vida saludables en alumnos universitarios mediante una propuesta de gamificación. *Nutrición hospitalaria*, 2017;34(4):942-951

25. Rangel Caballero L.G, Gamboa Delgado E.M, Murillo López, A.L. Prevalencia de factores de riesgo comportamentales modificables asociados a enfermedades no transmisibles en estudiantes universitarios latinoamericanos: una revisión sistemática. *Nutr Hosp.* 2017; 34:1185-1197
26. Rivera-Torres I, Floody-Munita M, Delgado-Floody P, Schifferli-Castro I, OsorioPoblete A, Martínez-Salazar C. Nutritional status, cardiovascular health, VO2 max and habits in university students: a comparison between two health promotion careers. *Rev.fac.med*, 2017;65(3):447-451
27. Sánchez V, Aguilar A, González F, Esquius L, Vaqué C. Evolución en los conocimientos sobre alimentación: una intervención educativa en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición* 2017;44(1):19-27
28. Sawicki W.C, Barbosa D.A, Fram D, Belasco A. Alcohol consumption, Quality of Life and Brief Intervention among Nursing university students. *Rev. Bras. Enferm*, 2018;71(Suppl 1):505-512
29. Rebolledo-García D, Granados-Moreno DL, González-Vargas PO. Perspectivas del síndrome de supresión etílica: tratamiento a la mexicana. *Med Int Méx.* 2018 julio-agosto;34(4):582-593. DOI: <https://10.24245/mim.v34i4.2086>
30. Schmidt KJ, Doshi MR, et al. Treatment of severe alcohol withdrawal. *Ann Pharmacother* 2016;50(5): 389-401.
31. Weintraub SJ. Diazepam in the treatment of moderate to severe alcohol withdrawal. *CNS Drugs* 2017; 31: 87-95.
32. Brotherton AL, Hamilton EP, et al. Propofol for treatment of refractory alcohol withdrawal syndrome: a review of the literature. *Pharmacotherapy* 2016;36(4):433-442.
33. Liu J, Wang LN. Baclofen for alcohol withdrawal. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017. DOI: 10.1002/14651858.CD008502.pub5
34. Jesse S, Bråthen G, Ferrara M, et al. Alcohol withdrawal syndrome: mechanisms, manifestations, and management. *Acta Neurol Scand* 2017; 135: 4-16.
35. Lucyk SN, Wadowski B, Qian E, et al. Comment: evaluation of adjunctive ketamine to benzodiazepines for management of alcohol withdrawal syndrome. *Ann Pharmacother* 2015; 49: 370.

---

**Conflicto de intereses:** Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses.

**Contribución a la teoría:** Todos los autores participamos en la discusión de los resultados y hemos leído, revisado y aprobado el texto final del artículo.

---

**Dirección para la correspondencia:** Dra. María Teresa Díaz Soto. Instituto Farmacia y Alimentos –Universidad de La Habana (IFAL-UH), La Habana, Cuba.

**Correo electrónico:** [teresads@ifal.uh.cu](mailto:teresads@ifal.uh.cu)

Licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-Compartir Igual 4.0

