



PROYECTO UNIHCOS La Universidad de Alicante realiza un seguimiento a los estilos de vida durante la etapa universitaria y sus efectos en la salud

Investigan los hábitos de salud de los universitarios

ALICANTE

P.A. Con el objetivo de poner en marcha programas e intervenciones que faciliten la promoción de estilos de vida saludables, la Universidad de Alicante se suma a 'UniHcos', un proyecto de investigación que pretende conocer cómo influyen los estilos de vida en la etapa universitaria.

En este sentido, durante este período se adquieren y consolidan hábitos que van a condicionar el futuro de la salud de cada uno, por lo que conocer cuáles son y los factores que los determinan es una información más que valiosa.

'UniHcos' es una acción financiada por el Ministerio de Sanidad, Políticas Sociales e Igualdad, a través del Plan Nacional sobre Drogas, en la que participan las Universidades de Cantabria, Granada, Huelva, Jaén, León, Salamanca, Vigo y, desde finales de 2013, la Universidad de Alicante junto con la de Valladolid.

El proyecto está adscrito al Gabinete de Alimentación y Nutrición de la Universidad de Alicante (Alinua) de la mano de los investigadores del departamento de Enfermería, Rocío Ortiz y José Miguel Martínez, y de Aurora Isabel Norte, nutricionista de Alinua.

A lo largo de estas semanas, los estudiantes de primer curso de todos los grados de la UA están recibiendo una encuesta con distintas preguntas sobre sus características físicas, estado de salud, consumo de medicamentos, taba-



La Universidad de Alicante se suma al proyecto 'UniHcos'. U.A.

Las encuestas se dirigen sobre todo a los alumnos de primer curso

co, alcohol y otras sustancias, actividad física, horas de descanso, hábitos sexuales y alimenticios, entre otros.

El alumno recibe un correo electrónico en el que se le invita a participar en el estudio y a través de un enlace se le envía a un sistema de encuestas que recogen y alma-

cenan los datos de manera totalmente confidencial y anónima, separando los datos de contacto para futuras encuestas, del resto de respuestas de la encuesta inicial.

Para tener acceso a más información sobre los objetivos, la metodología y el desarrollo del 'Proyecto UniHcos', se puede visitar unihcos.blogspot.com. También se puede encontrar el 'Proyecto UniHcos' en las redes sociales Facebook, Tuenti y Twitter. Cuentan además con la web, www.unihcos.com.

«Cuanto más estudiantes rellenen la encuesta, que es totalmen-

te anónima y confidencial, mayor será la muestra representativa de esta Universidad y, por tanto, obtendremos datos más fiables», apunta Aurora Isabel Norte, quien anima a todo el alumnado a participar.

Algunos de los resultados obtenidos hasta el momento por las distintas universidades participantes es que un 25% de los encuestados en 'UniHcos' son fumadores. Esta prevalencia es mayor en mujeres (25,1%) que en hombres (23,3%). En el caso de consumo de alcohol, el 94% afirma haberlo consumido alguna vez en la vida.