

Investigación en
Psicología *básica y*
aplicada:
avances y perspectivas

María Antonia Padilla Vargas
Sergio Galán Cuevas
Everardo Camacho Gutiérrez
Agustín Zárate Loyola
Coordinadores



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA
DE SAN LUIS POTOSÍ**



**Sistema Mexicano
de Investigación en Psicología**

DRA. MARÍA ANTONIA PADILLA VARGAS
Coordinadora



UASLP

Universidad Autónoma
de San Luis Potosí



ARQ. MANUEL FERMÍN VILLAR RUBIO
Rector

DR. AGUSTÍN ZÁRATE LOYOLA
Director de la Facultad de Psicología

La presente obra se editó con fondos del Plan Operativo Anual 2016 (POA) de la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí.

Contenido dictaminado por el siguiente comité científico:

Dr. Agustín Zárate Loyola (Universidad Autónoma de San Luis Potosí)
Dr. Omar Sánchez-Armass Capello (Universidad Autónoma de San Luis Potosí)
Dra. María Antonia Padilla Vargas (Universidad de Guadalajara)
Dr. Sergio Galán Cuevas (Universidad Autónoma de San Luis Potosí)
Dr. Leonardo Reynoso Erazo (UNAM)
Dr. Mario Amado Serrano Vargas (Universidad Veracruzana)
Dr. Jairo Ernesto Tamayo Tamayo (Universidad Veracruzana)
Dr. Alejandro León Maldonado (UNAM)
Dra. Guadalupe Acle Tomasini (UNAM)
Dra. María Marcela Castañeda Mota (Universidad Veracruzana)
Dr. Antonio López Espinoza (Universidad de Guadalajara)
Dr. Agustín Daniel Gómez Fuentes (Universidad Veracruzana)
Dra. Judith Salvador Cruz (UNAM)
Mtro. Enrique Zepeta García (Universidad Veracruzana)
Dra. Alma Gabriela Martínez Moreno (Universidad de Guadalajara)
Dra. Virginia Gabriela Aguilera Cervantes (Universidad de Guadalajara)
Dr. José Guadalupe Salazar Estrada (Universidad de Guadalajara)

© D. R. 2016, MARÍA ANTONIA PADILLA VARGAS
Centro de Estudios e Investigaciones en Comportamiento
Universidad de Guadalajara
Francisco de Quevedo 180, Col. Arcos Vallarta
Guadalajara, Jalisco, México
C. P. 44130
tony.padilla@academicos.udg.mx
<http://www.ceic.cucba.udg.mx/>

ISBN: 978-607-9453-688

Hecho en México
Made in Mexico

ÍNDICE GENERAL

Presentación	4
Agradecimiento	6

PARTE I

ÁMBITOS DE INVESTIGACIÓN BÁSICA

Capítulo 1. Investigación en Comportamiento Animal	7
Capítulo 2. Investigación en Comportamiento Humano	46
Capítulo 3. Investigación en Psicofisiología, Psicobiología y Neurofisiología	77

PARTE II

ÁMBITOS DE INVESTIGACIÓN BÁSICA, PUENTE Y APLICADA

Capítulo 4. Investigación en Conducta Alimentaria y Nutrición	111
Capítulo 5. Investigación en Psicología Educativa	325
Capítulo 6. Investigación en Procesos Psicosociales, Clínica y Salud ..	429

PARTE III

Capítulo 7. Conclusiones y prospectiva	774
Índice de autores, por área de conocimiento	777

ESTILOS DE VIDA Y PREVENCIÓN DE RIESGOS A LA SALUD (HIPERTENSIÓN Y DIABETES) EN UNIVERSITARIOS

Leonardo Reynoso Erazo¹, Ma. Del Consuelo Escoto Ponce de León², Esteban Jaime Camacho Ruiz³, Ma. Cristina Bravo González¹, Ana Leticia Becerra Gálvez¹ y Maetzin Itzel Ordaz Carrillo¹

¹ Residencia en Medicina Conductual, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México

² Centro Universitario Ecatepec, Universidad Autónoma del Estado de México,

³ UAP Nezahualcóyotl, Universidad Autónoma del Estado de México

En los últimos años ha existido una disminución de las enfermedades infectocontagiosas en México, debido a que éstas pueden ser tratadas médicamente y realizar acciones preventivas encaminadas a la protección específica de la población; el panorama epidemiológico ha cambiado y las principales causas de mortalidad son ocupadas por las enfermedades crónico-degenerativas. Esta transición epidemiológica ha alentado el desarrollo de investigaciones que relacionan comportamiento y la aparición de enfermedad y se ha establecido que las cifras de morbilidad y mortalidad de algunas enfermedades tienen relación con el estilo de vida (Frenk, Lozano y Bobadilla, 1991; García et al., 2009).

Desde edades tempranas existen segmentos de la población que se encuentran en riesgo para la salud, por lo que las acciones preventivas encaminadas a buscar alternativas de estilo de vida saludable se tornan de capital importancia. La Encuesta Nacional de Salud 2012 mostró que cerca de 8% de los adultos mayores de 20 años sufren de diabetes tipo 2 y aproximadamente 30%, de hipertensión arterial. La prevalencia de dislipidemia es cercana a 30% y además señala que siete de cada diez personas adultas presentan sobrepeso y obesidad (Gutiérrez et al., 2012). Aunado a ello, el consumo de tabaco y el ingerir alcohol en cantidades excesivas son dos comportamientos no saludables que pueden favorecer la aparición y el desarrollo tanto de la diabetes como de la hipertensión, de allí la importancia de incidir en esta área de trabajo a través de acciones preventivas que posibiliten el mantenimiento de estilos de vida saludables tanto a nivel individual como grupal.

Las cifras de mortalidad cruda en nuestro país han oscilado entre 400 y 500 mil por año (SINAIS, 2013); las enfermedades crónico degenerativas como la diabetes y las cardiovasculares son las más frecuentes en nuestro país. La tendencia en la

mortalidad para diabetes e hipertensión ha sido ascendente, la edad de aparición de las mismas ha disminuido.

Dado que la prevención se considera la forma de cambiar la tendencia hacia el decremento en este tipo de problemas crónico-degenerativos, trabajaremos con estudiantes universitarios que se encuentren en riesgo de padecer alguno de estos dos problemas; la forma de demostrar que son sujetos de riesgo será a través de los siguientes indicadores:

1. Evidencia de que un familiar directo (padre, madre o algún abuelo) padece o falleció por hipertensión o diabetes mellitus
2. La demostración de que el estudiante se encuentra por arriba de su peso corporal ideal (evidenciar un índice de masa corporal correspondiente a sobrepeso u obesidad).
3. La medición de cifras de tensión arterial iguales o mayores que 120/80 mm Hg.
4. La medición por glucometría de cifras de glucosa mayores que 100 mg/dl.
5. Evidencia de sedentarismo.

El proyecto tiene como objetivos generales, inicialmente la elaboración de un perfil general de estilo de vida y factores de riesgo en estudiantes universitarios asumiendo la existencia de similitudes y diferencias entre los mismos, para posteriormente ofrecer programas conductuales enfocados a combatir el sedentarismo, cambiar los patrones alimentarios, reducir el estrés y aprender a resolver problemas como alternativas de prevención. Como objetivos específicos se pretende:

- Identificar la existencia de factores de riesgo (sobrepeso u obesidad, sedentarismo y herencia) en estudiantes universitarios.
- Buscar la frecuencia de hipertensión a través de mediciones de tensión arterial.
- Buscar la frecuencia de hiperglucemia a través de la medición con glucómetro.
- Buscar relaciones entre estas variables.
- Ofrecer alternativas conductuales para combatir el sedentarismo.

- Ofrecer alternativas educativas de alimentación saludable
- Ofrecer un programa de reducción de estrés
- Ofrecer un programa para la solución de problemas
- Comparar las cifras de TA, peso, IMC y glucosa entre un grupo control y experimental.
- Comparar los resultados entre distintas poblaciones de estudiantes universitarios

En esta ocasión se presenta el reporte de la primera etapa, consistente en la evaluación del estilo de vida de sujetos de tres distintas instituciones educativas.

Método

Escenario:

Salones de clase de tres distintas instituciones educativas de nivel superior localizadas en Tlalnepantla, Ecatepec y Nezahualcóyotl.

Sujetos:

466 Estudiantes universitarios de nivel licenciatura.

Instrumentos:

Cuestionario sobre estilos de vida en estudiantes universitarios (FR, Reynoso, 2006)

Aparatos:

Estetoscopio, Esfigmomanómetro de mercurio con brazaletes de adulto, Báscula, Estadímetro, Glucómetro y lancetas.

Resultados y Discusión

Los datos de edad, peso, talla e índice de masa corporal nos permiten señalar que en esta muestra el 3 % presenta peso bajo, el 29 % sobrepeso, 8 % obesidad y peso normal en el 60 %

Con relación a las cifras de tensión arterial (TA), los datos muestran dispersión; hay sujetos con cifras de TA fuera de rango: 33 con sistólicas anormales, 36 con diastólicas anormales y 9 con ambas. Se identificaron a 36 participantes con valores de glicemia por arriba de la norma.

Los antecedentes hereditarios de diabetes mellitus son positivos en 61% de los participantes, los de cáncer 27 % y de obesidad 31 %. 52 % reporta no tener visión

normal, 51% no usa lentes y existe una variedad de alteraciones visuales (ver Figura 1).

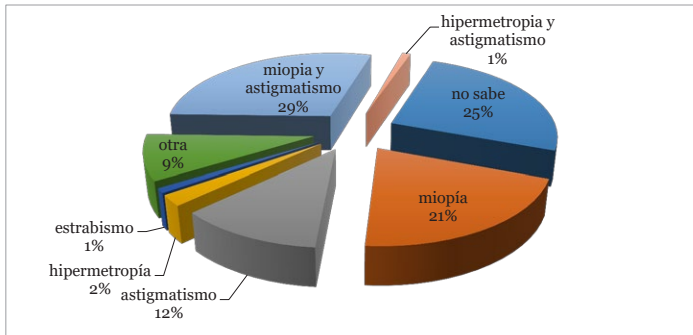


Figura 1.- Muestra las alteraciones visuales más frecuentemente reportadas.

Con relación a conductas de riesgo a la salud, 66% reporta ingerir bebidas alcohólicas, 25% reporta ser fumador activo; en lo relativo al uso de condón, 5% reporta no utilizarlo nunca y 10% no por tener una sola pareja. 9% utiliza algún método anticonceptivo.

En el área de alimentación, ésta es diversa en cantidad, composición y horario.

Al indagar sobre actividad física/ejercicio, 28% reporta no realizar y 17% indican la realización constante de esta actividad; las principales actividades reportadas fueron: caminar, jugar futbol, ir al gimnasio y realizar aerobics.

El acudir al cine fue la actividad recreativa más frecuente; los participantes reportan ver televisión entre una o dos horas y además escuchan música.

Con relación al dormir, la Figura 2 presenta la distribución de horas de sueño; la Figura 3 muestra los medios de transporte que utilizan para ir a la escuela y la Figura 4 el número de piezas dentales con problemas.

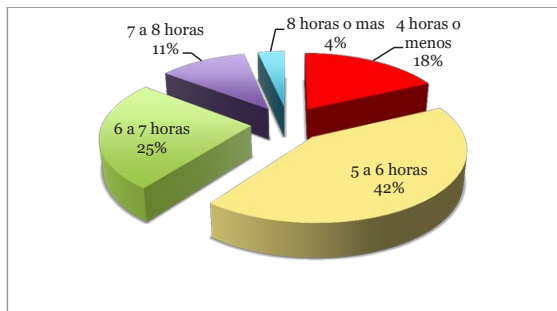


Figura 2.- Distribución porcentual de las horas de sueño

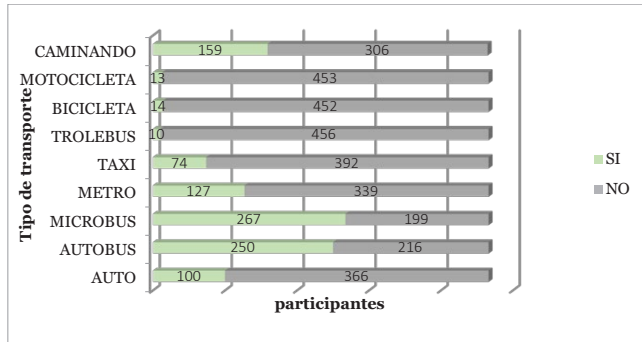


Figura 3.- Medio de transporte que utilizan para acudir a la escuela

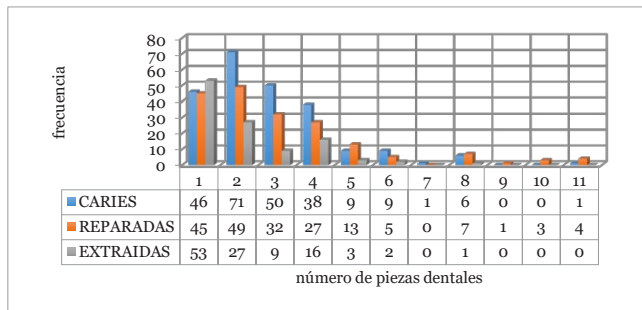


Figura 4.- Número de piezas dentales con caries, reparadas o extraídas.

El 71% de los participantes acude al médico ante síntomas de enfermedad, 88% sigue las indicaciones médicas y 42% de los participantes se automedica.

La importancia de realizar estudios descriptivos y exploratorios sobre las condiciones y estilos de vida de grupos de personas permite presentar de manera general un perfil de sus condiciones de salud-enfermedad y psicosociales. Al demostrar riesgos, es posible señalar la probabilidad de ocurrencia de problemas de salud que repercutirán de manera individual y familiar. Dichos estudios permiten además la recolección de evidencias referentes a las características comunes del estilo de vida de las personas de un determinado grupo para diseñar, desarrollar y ofrecer programas de prevención y de tratamiento para modificar aquél.

Referencias

Camacho Rábago, L.A., Echeverría, S. y Reynoso-Erazo, L. (2010). Estilos de vida y riesgos en la salud de trabajadores universitarios. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 2-1, 91-103 ISSN 2007-0780

- Frenk, J., Lozano, R. y Bobadilla, J.L. (1991). La transición epidemiológica en América Latina. *Boletín de la Oficina Sanitaria Panamericana*, 111, 485-496.
- García Hernández C, Ramos Estrada DY, Serrano Encinas DM, Sotelo Castillo MA, Flores Ivich LG. y Reynoso-Erazo L. (2009). Estilos de vida y riesgos a la salud en profesores universitarios: un estudio descriptivo. *Psicología y Salud*, 19-1, 141-149.
- Gutiérrez JP, Rivera-Dommarco J, Shamah-Levy T, Villalpando-Hernández S, Franco A, Cuevas-Nasu L, Romero-Martínez M, Hernández-Ávila M. (2012). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- Reynoso-Erazo, L.y Seligson, I.(2002)(coordinadores). *Psicología y Salud*. México: Ed. Facultad de Psicología-UNAM-CONACyT. (ISBN 968-36-9729-1)
- Reynoso-Erazo, L. y Seligson, I. (2005). *Psicología clínica de la salud: un enfoque conductual*. México: El Manual Moderno. (ISBN: 970-729-097-8)
- Reynoso-Erazo, L. (2006). Cuestionario de Evaluación de Factores de Riesgo. México: UNAM.
- SINAIS (2013) Estadísticas en salud. Descargado de: <http://sinais.salud.gob.mx/>