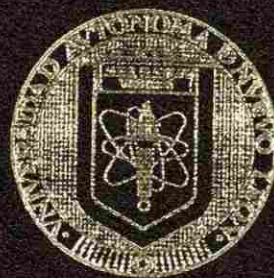


# UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS  
DIVISION DE ESTUDIOS DE POSGRADO



LOS JOVENES Y LOS HABITOS DE SALUD:  
INVESTIGACION E INTERVENCION EDUCATIVA

POR  
JAVIER ALVAREZ BERMUDEZ  
COMO REQUISITO PARCIAL PARA OBTENER EL  
GRADO DE MAESTRIA EN ENSEÑANZA SUPERIOR

AGOSTO DEL 2001

TM

Z7125

FFL

2001

A4



1020146964



# UANL

---

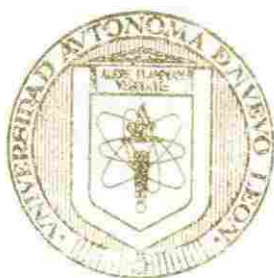
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

# UNIVERSIDAD AUTONOMA DE NUEVO LEON

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS  
DIVISION DE ESTUDIOS DE POSGRADO



# UANL

LOS JOVENES Y LOS HABITOS DE SALUD:

INVESTIGACION E INTERVENCION EDUCATIVA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

POR

JAVIER ALVAREZ BERMUDEZ

COMO REQUISITO PARCIAL PARA OBTENER EL  
GRADO DE MAESTRIA EN ENSEÑANZA SUPERIOR

AGOSTO DEL 2001



0151-08960

TH  
Z 7125  
FFL  
2001  
A4



# UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

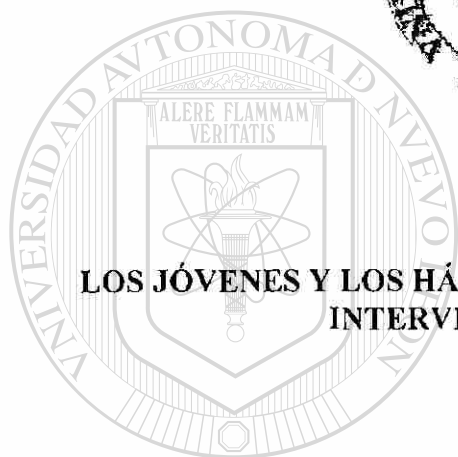


FONDO  
TESIS

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**

**FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS**

**DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO**



**LOS JÓVENES Y LOS HÁBITOS DE SALUD: INVESTIGACIÓN E INTERVENCIÓN EDUCATIVA.**

Por

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**

**JAVIER ÁLVAREZ BERMÚDEZ**  
DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS

Como requisito parcial para obtener el Grado de  
**MAESTRÍA EN ENSEÑANZA SUPERIOR**

Agosto, 2001

**APROBACIÓN DE MAESTRÍA**

Director (a) de Tesis: Dr. José María Infante Bonfiglio

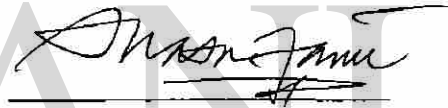
**Sinodales**

**Firma**

Dr. José María Infante Bonfiglio

MC. Arturo Delgado Moya

MC. Guadalupe Chávez Glez



DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



**Mtro. Rogelio Cantú Mendoza**  
Subdirector de Posgrado de Filosofía y Letras

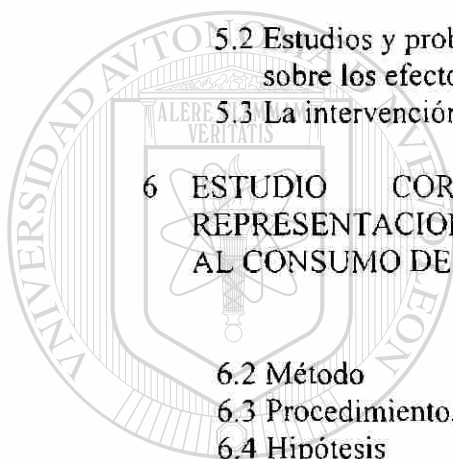
# LOS JÓVENES Y SUS ESTILOS DE VIDA

## TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO	PÁGINA
INTRODUCCIÓN	5
1 EL CONCEPTO DE ESTILOS DE VIDA	10
1.1 Las Actitudes y Los Estilos de Vida	13
1.2 La Psicología Cognitiva y su Explicación Respecto a los Estilos de Vida y las Actitudes	16
1.3 La Teoría de las Representaciones Sociales y los Estilos de Vida	18
2 ESTUDIO ACERCA DE LOS HáBITOS DE SALUD DE LOS JÓVENES	25
2.1 Método	25
2.2 Definición de variables	26
2.3 Procedimiento	27
2.4 Hipótesis	28
2.5 Análisis de datos	28
2.6 Resultados	29
2.7 Discusión	40
3 ESTUDIO ACERCA DE LAS EXPLICACIONES DEL PORQUÉ LAS MUJERES CUIDAN MÁS LA ALIMENTACIÓN Y LOS HOMBRES HACEN MÁS EJERCICIO	42
3.2 Método	42
3.3 Definición de variables	43
3.4 Procedimiento	43
3.5 Hipótesis	44
3.6 Análisis de datos	44
3.7 Resultados	45
Conclusiones de los dos primeros estudios	49



4	LOS PROBLEMAS DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA RESPECTO A LOS HÁBITOS DE SALUD Y EL PAPEL DE LAS REPRESENTACIONES SOCIALES EN EL MISMO	54
	4.2 El contexto de la cultura del alcohol	57
	4.3 Hábitos sociales de los jóvenes referentes al consumo de alcohol	59
5	ESTUDIOS ACERCA DE LAS CREENCIAS SOCIALES DEL ALCOHOL Y LA PERSPECTIVA DEL PARADIGMA DE LAS REPRESENTACIONES SOCIALES	60
	5.2 Estudios y problemas metodológicos respecto a las expectativas sobre los efectos del alcohol	66
	5.3 La intervención frente al consumo de alcohol	68
6	ESTUDIO CORRELACIONAL ACERCA DE LAS REPRESENTACIONES Y COMPORTAMIENTOS RESPECTO AL CONSUMO DE ALCOHOL	72
	6.2 Método	72
	6.3 Procedimiento, variables e instrumentos de medición	73
	6.4 Hipótesis	74
	6.5 Resultados	75
7	ESTUDIO EXPERIMENTAL ACERCA DE LA MODIFICACIÓN DE REPRESENTACIONES RESPECTO AL CONSUMO DE ALCOHOL	79
	7.2 Método	79
	7.3 Procedimiento, variables e instrumentos de medición	79
8		
	8.2 Hipótesis	83
	8.3 Resultados	84
	8.3 Conclusiones	88
	BIBLIOGRAFÍA	96



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



## LISTA DE TABLAS

Tabla	PÁGINA
1 Sexo por hace ejercicio en forma regular	33
2 Sexo por cuida su alimentación	34
3 Sexo por consume alcohol	36
4 Sexo por consume tabaco	37
5 Sexo por toma y/o fuma	39
6 Sexo por qué los hombres prefieren hacer ejercicio	46
7 Sexo por qué las mujeres prefieren cuidar su alimentación	48
8 ¿Consume bebidas alcohólicas?	75
9 Análisis factorial de creencias sobre el alcohol	76
10 Consumo de alcohol en el ultimo mes	77
<hr/>	
11 Consumir alcohol en fiestas y/o con los amigos	78
12 Creencias positivas x condición	84
13 Creencias negativas x condición	85
14 Actitudes x condición	86
15 Percepción de riesgo x condición	87

## LISTA DE GRÁFICAS

GRÁFICA	PÁGINA
1 Importancia del ejercicio	29
2 Importancia del cuidado alimenticio	30
3 Hace ejercicio	30
4 Cuida su alimentación	31
5 Disposición al ejercicio	31.
6 Disposición al cuidado alimenticio	32
7 ¿Consume alcohol?	35
8 ¿Consume tabaco?	35
9 Distribución de hábitos negativos	38
10 Explicaciones del por qué los hombres hacen ejercicio	45
11 Explicaciones del por qué las mujeres prefieren cuidar su alimentación	47

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE BIBLIOTECAS



# LOS JÓVENES Y SUS ESTILOS DE VIDA

## INTRODUCCIÓN

Las realidades presentes son elocuentes, las políticas neoliberales características de estos tiempos han dado como resultado un mecanismo estructural de la sociedad cuyo sello más evidente es la constitución de áreas marginales donde se multiplican las familias, muchas de ellas sin padre, los analfabetos funcionales, las bandas, el aumento de las adicciones, las violencias entre los jóvenes, el aumento de las violaciones y los asesinatos, etc., hechos que generan retroceso de la higiene urbana, y a la par de ello la “nueva” exclusión profesional y que necesariamente todos ellos se vinculan con la estructura social capitalista. Asimismo, dichos fenómenos ponen en entredicho el papel de las instancias tradicionales de control social como son la familia, la escuela, la iglesia y sobre todo una marcada desconfianza en los gobiernos (Ingelhart, Basañez y Nevitte, 1994). Todo esto marcado distintivamente por el fomento a una cultura que tiende cada vez más a ser global y que celebra el presente puro, estimulando el egoísmo, la vida libre, el cumplimiento inmediato de los deseos (Lipovetsky, 1994).

La filosofía que sustenta al sistema cuyo pilar, entre otros, es el individualismo, el mismo que gana terreno en todas partes y que se caracteriza por dos perfiles claramente delineados: para la ideología del sistema, integrado, autónomo, gestor y móvil; para la mayoría desheredada, “perdedor”, energúmeno, sin porvenir.

En estos últimos años de fin de un siglo e inicio de otro, la cultura de la diversión se ha establecido. Es una época marcada por una cultura hedonista, “al cuerpo lo que pida y

rápido”, la cual es creada y estimulada constantemente por los medios de comunicación, que cumplen así con su papel de potenciadores de los valores estructurales de consumo (Bell, 1990). Todo ello nos habla de que se ha producido un cambio en las motivaciones y recompensas de las personas, de consecución de lo básico para la creación de hábitat confortables hasta mediados de siglo, al consumo desmesurado y la ostentación como una forma de hacer evidente el estatus y el éxito.

Así el neoliberalismo moral fomenta determinados estilos de vida como efectos lógicos de la organización estructural y las prioridades que ésta establece. De la gratificación postergada, pilar de la ética protestante, a la promoción del placer y goce del momento e inmediato. Lo que ha llevado a que las personas se vuelvan competitivas en la prosecución de mercancías, sobre todo de aquellas que indiquen placer y estatus.

Las invenciones de los medios electrónicos de comunicación trajeron innovaciones sociales como la propaganda, el crédito y descrédito, así como las modas y la obsolescencia planificada. Las mismas que trajeron cambios en los estilos de vida tradicional imponiendo un nuevos modelos de los mismos. De ahí que es evidente que la televisión, el cine y la publicidad en general se han convertido en los “nuevos” guías de los grupos sociales, entre ellos los jóvenes.

En cuanto a éstos, se consideran jóvenes a todas aquellas personas comprendidas entre los 15 y 29 años, sin dejar de ser una división arbitraria es la usualmente aceptada en la comunidad científica (INEGI, 1993).

En México los jóvenes representan, según cifras de 1990, casi el 30 por ciento de la población, siendo un poco más las mujeres (51.7%) que los hombres (48.3). Nuestra entidad (el estado de Nuevo León), es una de las entidades con mayor proporción de jóvenes en nuestro país, de ahí el interés en el estudio de este grupo social.

Dividiendo el grupo de edad de los jóvenes en intervalos de cinco años, se encuentra que el grupo de edad de los 15 a los 19 años representa un 40%, el grupo de 20 a 24 representa el 33% y el de 25 a 29 el 27%.

En nuestros estudios quisimos investigar a los jóvenes debido a que son el grupo más numeroso en la población juvenil, porque son el grupo en que se inicia la adquisición de determinados estilos de vida y porque debido a lo anterior podemos educarlos para llevar a cabo estilos de vida sanos.

Los jóvenes que solo se han preparado a través de la experiencia de la infancia y envueltos en el arropaje protector típico que dan las familias y las sociedades a las personas en esa etapa del desarrollo, se ven expuestos a las múltiples dificultades sociales que se añaden a los conflictos propios de ese periodo. De ahí entonces que la adolescencia y la juventud se convierten en etapas de cambios constantes, algunos de ellos peligrosos por esa

tendencia típica a la exploración. Igualmente la búsqueda de identidad e independencia exponen a las personas en esa etapa del desarrollo a vivir nuevas experiencias, algunas de ellas de riesgo para su bienestar.

Por otra parte, el índice de morbilidad y mortandad ha cambiado radicalmente durante el siglo pasado, lo que ha traído un nuevo grupo de peligros para la salud conocidos como los padecimientos sociales nuevos, relacionados básicamente con causas psicosociales y que involucran problemas del tipo de: accidentes de todo clase, incluidos los automovilísticos; ingesta y abuso de sustancias; conductas sexuales de riesgo; trastornos relacionados con la ingestión de alimentos; intento de suicidio. Estos problemas tienen complicaciones graves debido a que producen riesgos físicos y de salud mental cada vez mayores, lo que trae como consecuencia una reducción en sus oportunidades sociales (Rickert, Jay & Gottlieb, 1990).

El gran interés que mueve al trabajo de investigar este tipo de nuevas problemáticas, es que una gran proporción de la misma puede prevenirse a través de la modificación de los estilos de vida. Lo que lleva al intento de creación de una cultura sobre los cuidados preventivos de salud (Álvarez y López, 1999).

En relación a éstos últimos, si queremos conocer, actuar e intervenir en ellos, debemos enterarnos primero cuales son sus características más específicas. Para contribuir en el conocimiento de los jóvenes debemos investigar cómo todos los cambios vertiginosos que se dan a finales de este milenio y a principios del siguiente impactan sus pensamientos y sus

conductas se van estructurando y manifestando en dinámicas específicas de este grupo social que los diferencia de los demás grupos sociales.

Nuestros estudios nos mostrarán una forma de investigar los estilos de vida de los jóvenes y sus hábitos de salud desde los aspectos más básicos a otros de nivel más complejo. También se encontrarán aquí datos concernientes al grupo de adolescentes y jóvenes respecto a los estilos de vida de esta generación que nos permitirá prever las posibles problemáticas que se darán en el cambio generacional.

Se investiga concretamente respecto a los llamados “grandes problemas” de salud referidos a los estilos de vida como son los hábitos alimenticios y de ejercicio, así como el consumo de alcohol y tabaco y el de las prácticas sexuales, así como varios aspectos la identidad social.

La perspectiva de género también es abordada en el sentido que se trata de percibir si existen rasgos particulares de ambos grupos en las problemáticas investigadas.

Creemos que este objeto de estudio puede ser interesante para quienes cotidianamente trabajan con los jóvenes ya sea en salud, educación, deporte, artes y en general en todas las actividades. porque puede ser visto como una guía para la investigación de los procesos psicológico-sociales subyacentes a este tipo de conductas. Asimismo puede ser ubicado como un trabajo que intenta aportar elementos para la educación de la salud en jóvenes en nuestro contexto.