



HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA PROMOTORES DE SALUD EN UNA ESCUELA PRIMARIA DEL MUNICIPIO DE SAN SALVADOR.

ROSA MARÍA BALTAZAR TÉLLEZ¹, MARCO ANTONIO SERRANO LÓPEZ¹, ROSA MARÍA GUEVARA CABRERA¹, JOSE ARIAS RICO¹, REYNA CRISTINA JIMÉNEZ SÁNCHEZ¹ y MARIA LUISA SÁNCHEZ PADILLA¹

¹ Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. rbaltazartellez@yahoo.com.mx

Uno de los retos para la Organización mundial de la salud (OMS). El estilo de vida se basa en las reacciones habituales individuales y en pautas de conductas aprendidas, favorecidas por los hábitos, costumbres, modas, valores existentes y dominantes en cada comunidad.

Analizar los hábitos y estilos de vida promotores de salud de los estudiantes de nivel primaria.

Cuantitativo, exploratorio, descriptivo, correlacional y transversal, n= 66, los instrumentos utilizados fueron la Cedula de factores personales y la Encuesta de hábitos y estilos de vida relacionados con la salud con un alpha de cronbach aceptable de .862.

Edad promedio de 7.9 años, (DE=1.7 años), los hábitos y estilos de vida promotores de salud el 62% de los alumnos se lavan las manos antes de comer sus alimentos, 55% duermen más de ocho horas, 38% prefiere el ciclismo como deporte, 42% lo practica todos los días, 36% son susceptibles a ser fumadores y 45% a ser alcohólicos por imitación de los integrantes de su familia, 42% consume alimentos diferentes a dulces en el recreo, 29% no se considera muy sano de salud, 29% no se considera feliz, existe correlación positiva perfecta entre edad y grado escolar ($r=.955$, $p=0.00$), positiva media entre grado escolar y la encuesta de hábitos y estilos de vida relacionados con la salud ($r=.428$, $p=0.00$), y finalmente de acuerdo al modelo de regresión lineal los factores personales biológicos explican a los hábitos relacionados con la salud en un 14%. $F/cal(3.623)$ $p=0.018$, con R^2 ajustada= .108.

Las conductas y hábitos promotores de salud que practican los alumnos de nivel primaria comprenden las siguientes categorías; hábitos higiénico sanitarios, de sueño, actividad física, alimentación, tóxicos, sociales y de percepción de salud.