

Estudio descriptivo de actividad física y consumo de drogas en el adulto-joven: una aproximación enfermera

Enedina Quiroga Sánchez^{1*}

Cristina Bernedo García²

Andrés Martínez Fernández³

TEMATICA: Determinación social de la salud y consumo de drogas.

SUBTEMA: Atención Primaria de Salud. Su rol en los estilos de vida saludables en la prevención de las drogodependencias.

Autor Principal: Enedina Quiroga Sánchez. Telf.: 987442000 ext. 2008. email equis@unileon.es

UNIVERSIDAD DE LEÓN

ESPAÑA

La etapa del adulto joven se sitúa entre los 18 y 35 años. Diversos autores señalan el prolongar este rango de edad hasta los 45 años, debido a la inestabilidad social a la que la población se ve sometida en la actualidad. Durante este periodo se adquiere la madurez biopsicosocial necesaria para afrontar con firmeza las etapas venideras. Sin embargo, también se caracteriza por la presencia de hábitos insanos, como el consumo de sustancias, que han sido iniciados en la adolescencia y que pueden continuar durante este periodo. Las investigaciones actuales definen la actividad física como un importante factor para generar estilos de vida saludables. Los profesionales de enfermería como agentes de salud tienen plena responsabilidad para fomentar hábitos saludables en la población. Nuestro objetivo fue estudiar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y la actividad física de la población adulta-joven, así como la implicación del personal de enfermería en el fomento y la prevención. Se realizó un estudio descriptivo transversal, en el cual participaron un total de 100 usuarios deportivos

de la comarca del Bierzo. La muestra quedó constituida por 82 participantes. Recogimos como el 20,70% de los encuestados eran consumidores de tabaco, el 76,80% de alcohol y el 53,30% de sustancias ilegales. El 19,50% de los participantes realizaban actividades de alta intensidad y con fines de bienestar (69,50%). Tan solo, el 32,90% de los participantes han recibido información por parte del personal de enfermería en relación al fomento de la actividad física y la prevención de los consumos.

Palabras clave: Tabaco, alcohol, drogas, prevención, actividad física, enfermería, adultos

Key Words: Tobacco, alcohol, drugs, prevention, physical activity, nursing, adults

1. Enfermera. Profesor Ayudante Doctor. Departamento de Enfermería y Fisioterapia. Grupo de Investigación SALBIS Universidad de León. Campus de Ponferrada
2. Enfermera. Hospital del Bierzo. GASBI. SACYL
3. Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor IES Guardo. Palencia