

## GRUPOS DE AMIGOS Y COMPORTAMIENTO SALUDABLE: "DIME CON QUIÉN ANDAS Y TE DIRÉ QUIÉN ERES"

Group of Friends and health behavior: "Show me who your friends are, and I'll tell you who you are"

Grupo de amigos e comportamiento de saúde: "Mostre-me quem são seus amigos e eu lhe direi quem você é"

**Carlos Mario Arango Paternina**<sup>1</sup>  
**Jason Cardona**<sup>2</sup>  
**Diana Isabel Muñoz Rodríguez**<sup>3</sup>  
**Víctor Hugo Arboleda**<sup>4</sup>  
**Sandra Milena Hincapié**<sup>5</sup>  
**Fredy Alonso Patiño**<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Universidad de Antioquia, [carlos.arangop@udea.edu.co](mailto:carlos.arangop@udea.edu.co)

<sup>2</sup> Universidad de Antioquia, [jason.cardona@udea.edu.co](mailto:jason.cardona@udea.edu.co)

<sup>3</sup> Universidad CES, [dmunoz@ces.edu.co](mailto:dmunoz@ces.edu.co)

<sup>4</sup> Universidad de Antioquia, [victor.arboleda@udea.edu.co](mailto:victor.arboleda@udea.edu.co)

<sup>5</sup> Universidad CES, [shincapie@ces.edu.co](mailto:shincapie@ces.edu.co)

<sup>6</sup> Universidad de Antioquia, [fredy.patino@udea.edu.co](mailto:fredy.patino@udea.edu.co)

### Resumen

El grupo de amigos puede ejercer cierta influencia en los comportamientos. En el presente estudio se analizó la asociación de parámetros de redes con comportamientos relacionados con la salud. Se utilizó un estudio transversal en población estudiantil universitaria. Los resultados muestran que algunas características de la red de amigos se asocian a comportamientos de actividad física, sedentarismo y consumo de cigarrillo. Estos hallazgos podrán servir para orientar intervenciones de promoción de la salud en población universitaria.

**Palabras clave:** Red social; actividad física; sedentarismo; consumo de cigarrillo

### Abstract

The group of friends may exert some influence on behaviors. In the present study, the association of social network parameters with health-related behaviors was analyzed. A cross-sectional study was used in a sample of university students. Results show that some characteristics of the network of friends are associated with practices of physical activity, sedentary lifestyle and smoking. These findings may serve to guide health promotion interventions in a university's population.

**Keywords:** *Social network; physical activity; sedentary behavior; cigarette consumption*

### Resumo

O grupo de amigos pode exercer alguma influência sobre os comportamentos. No presente estudo, a associação de parâmetros de rede com comportamentos relacionados à saúde foi analisada. Um estudo transversal foi utilizado na população de estudantes universitários. Os resultados mostram que algumas características da rede de amigos estão associadas a comportamentos de atividade física, estilo de vida sedentário e consumo de cigarros. Esses achados podem servir para orientar intervenções de promoção da saúde na população universitária.

**Palavras-chave:** *Rede social; atividade física; sedentarismo; consumo de cigarros*

### 1. Introducción

Al ingresar a la universidad, el estudiante inicia nuevos roles, desarrolla nuevas amistades, se separa de la familia y antiguos amigos, enfrenta más opciones y demandas académicas, incrementa su independencia, y el apoyo, guía y monitoreo parental pierde intensidad (Maggs, 1997; Schulenberg & Maggs, 2002). Estas condiciones pueden llevar a la adopción de comportamientos que afectan

negativamente la salud y el desempeño académico de los estudiantes. El grupo de amigos representa una fuente de influencia para la adopción y mantenimiento de comportamientos que se relacionan con la salud. El objetivo del estudio fue indagar sobre la relación entre características de los grupos de amigos con comportamiento relacionados con la actividad física, sedentarismo, consumo de alcohol y de cigarrillo.

## 2. Método

El estudio se enmarca en un diseño observacional, de tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 475 estudiantes universitarios, quienes diligenciaron cuestionarios para capturar información del grupo de amigos y medir actividad física, sedentarismo, consumo de alcohol y cigarrillo. El análisis se llevó a cabo mediante técnicas de análisis de redes sociales. Las asociaciones se analizaron con modelos de regresión logística, en los que se incluyeron las variables de densidad de la red de amigos, comportamiento de los amigos, popularidad y clúster de amigos.

## 3. Resultados y discusión

Se encontraron asociaciones entre diferentes variables del grupo de amigos y los comportamientos estudiados. Comparados con universitarios miembros de conglomerados de amigos, aquellos universitarios que no hacen parte de conglomerados de amigos fueron más propensos a ser físicamente activos (OR: 0.5; 95% CI 0.24–1.02), y el incremento en la proporción de amigos activos se asoció al incremento en los niveles de actividad física (OR: 1.01; 95% CI 1.0–1.01), a ver menos de 2 horas diarias de televisión (OR: 0.99; 95% CI 0.997–1.0) y menor probabilidad de fumar (OR: 0.99; 95% CI 0.997–1.0). Igualmente, aquellos universitarios inmersos en redes más densas tuvieron 80% menos probabilidad de no fumar comparados con aquellos inmersos en redes menos densas (OR: 0.22; 95% CI 0.61–0.80).

#### 4. Conclusiones

Las características del grupo de amigos se asocian a los niveles de actividad física, sedentarismo y consumo de cigarrillos. Estos hallazgos resaltan la importancia del entorno social para la adopción y mantenimiento de conductas relacionadas con la salud y representan un referente para el diseño e implementación de iniciativas orientadas a promoción de la salud en población universitaria.

#### 5. Referencias

- Maggs, J. L. (1997). Alcohol use and binge drinking as goal-directed action during the transition to postsecondary education. In J. J. Schulenberg, J. L. Maggs, & K. Horrelmann (Eds.), *Health risks and developmental transitions during adolescence* (pp. 345-371). New York: Cambridge University Press.
- Schulenberg, J. E., & Maggs, J. L. (2002). A developmental perspective on alcohol use and heavy drinking during adolescence and the transition to young adulthood. *J Stud Alcohol Suppl* (14), 54-70