

# Relación entre el estilo de vida y sexo en jóvenes universitarios

## Relationship between lifestyle and sex in young university

## Relação entre estilo de vida e sexo na universidade jovem

**Laura Elizabeth Castro Jiménez<sup>1</sup>**  
**Yenny Paola Argüello Gutiérrez<sup>1</sup>**  
**Isabel Adriana Sánchez Rojas<sup>1</sup>**  
**Diana Marcela Aguirre Rueda<sup>2</sup>**

1. Universidad Santo Tomás, seccional Bogotá. Colombia.  
[laura.castro@usantotomas.edu.co](mailto:laura.castro@usantotomas.edu.co) , [yenniarguello@usantotomas.edu.co](mailto:yenniarguello@usantotomas.edu.co) ,  
[Isabel.sanchez@usantotomas.edu.co](mailto:Isabel.sanchez@usantotomas.edu.co)
2. Universidad Santo Tomás, seccional Bucaramanga. Colombia.  
[diana.aguirre01@ustabuca.edu.co](mailto:diana.aguirre01@ustabuca.edu.co)

### Resumen

La Organización Mundial de la Salud define el estilo de vida como “la interacción entre las condiciones de vida, en un sentido amplio, y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales” que pueden medirse con cuestionarios validados para diferentes poblaciones en distintas etapas del ciclo vital. Para el caso específico de la población estudiantil, se reconoce que la etapa universitaria conlleva cambios relevantes que pueden afectar la salud y calidad de vida de los estudiantes. Por lo tanto, el objetivo de este estudio es establecer la relación entre el estilo de vida y el sexo en estudiantes de una universidad privada colombiana.

**Palabras Clave:** conducta; estilo de vida; estudiantes; sexo.

### Abstract

The World Health Organization defines lifestyle as “the interaction between living conditions, broadly considered, and individual patterns of behavior shaped by sociocultural factors and personal characteristics” that can be measured with validated questionnaires for



different populations at different stages of the life cycle. In the particular case of the student population, university stage entails relevant changes that can affect the health and quality of life of students. The purpose of this study, then, is to determine the relationship between lifestyle and sex in students of a private Colombian university.

**Keywords:** Behavior; lifestyle; students; sex.

## Resumo

Segundo a Organização Mundial da Saúde o estilo de vida é definido como “a interação entre as condições de vida, em sentido amplo, e padrões individuais de comportamento determinados por fatores socioculturais e características pessoais” que podem ser medidos por questionários validados para diferentes populações em diferentes estágios do ciclo de vida. No caso particular da população estudantil, a fase universitária envolve mudanças relevantes que podem afetar a saúde e a qualidade de vida dos estudantes. Neste sentido, o propósito deste estudo é estabelecer a relação entre estilo de vida e sexo nos estudantes de uma universidade privada da Colômbia.

**Palavras chave:** comportamiento; estilo de vida; estudiantes; sexo.

## Referencias

1. Aragón Macías, L.; Arras Vota, A. M. de G.; Mendoza Meras, G. (2019). Análisis psicosocial de la cultura de género en estudiantes universitarios. *La ventana.*, 6(49), 248-282. <https://doi.org/10.32870/lv.v6i49.6994>
2. Cockerham, W. C. (2005). Health Lifestyle Theory and the Convergence of Agency and Structure. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(1): 51-67. <https://doi.org/10.1177/002214650504600105>

3. Domínguez García, L. (2014). La formación de valores en jóvenes universitarios. *Universidad de La Habana*, (278), 108-118.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0253-92762014000200007](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0253-92762014000200007)
4. Guerrero Montoya, L. R.; León Salazar, A. (2010). Estilo de vida y salud. *Educere*, 14(48), 13-19. <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/educere/article/view/13433>
5. Práxedes, A.; Moreno, A.; Sevil, J.; Del Villar, F.; García-González, L. (2016). Niveles de actividad física en estudiantes universitarios: diferencias en función del género, la edad y los estados de cambio. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 123-132.  
<https://www.riped-online.com/articles/levels-of-physical-activity-in-university-students-differences-by-gender-age-and-states-of-change.pdf>
6. Rodríguez, L. M.; Moreno, J. E. (2016). Posturas éticas y empatía, predictores de prosocialidad y de penalización de faltas y delitos. *Acción Psicológica*, 13(2), 43-56.  
<https://doi.org/10.5944/ap.13.2.17809>
7. Santiago-Bazán, C.; Carcausto, W. (2019). Validez y fiabilidad de un cuestionario de estilo de vida saludable en estudiantes universitarios. *Peruvian Journal of Health Care and Global Health*, 3(1):23-28. <http://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/33>
8. Varela-Arévalo, M.; Ochoa-Muñoz, A.; Tovar-Cuevas, J. (2016). Tipologías de estilos de vida en jóvenes universitarios. *Universidad y Salud*, 18(2), 246-256.  
<https://doi.org/10.22267/rus.161802.35>
9. Villavicencio Guardia, M. del C., Deza y Falcón, I., Falcón, I.; Dávila Soto, R. del P. (2020). Estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de una facultad de enfermería en Perú. *Conrado*, 16(74), 112-119.  
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1340>