

## Casi uno de cada cinco estudiantes universitarios está en riesgo medio de alcoholismo y un 14% es fumador

- El 19,7% de los universitarios españoles presenta riesgo medio de **adicción** al **alcohol** y un 4,4% riesgo alto...



<https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-casi-mitad-universitarios-espanoles-viven-padres-estudio...>  
infosalus

Martes, 18 octubre 2022

MADRID, 18 Oct. (EUROPA PRESS) -

El 19,7% de los universitarios españoles presenta riesgo medio de **adicción** al **alcohol** y un 4,4% riesgo alto o posible **adicción**, mientras que un 14% es fumador. Además, dos de cada tres no siguen la dieta mediterránea, según el estudio 'Móvil, estilo de vida y bienestar psicológico en estudiantes universitarios' presentado este martes por la Red española de universidades promotoras de salud (REUPS) y la Fundación Mapfre.

Se trata de un estudio observacional, transversal, descriptivo-analítico, con una muestra de 16.574 personas (67% mujeres; 32 % hombres), con una edad media de 22,9 años pertenecientes a alumnado de 18 universidades españolas. La muestra se ha recogido desde junio del 2021 hasta julio del 2022.

A la gran mayoría (73,6%) no le afectó la pandemia en el consumo de **alcohol** y un 8,9% refirió beber más. Las mujeres presentan un menor riesgo de **adicción** medio-alto que los hombres, un 20% frente a un 23,4%, mientras que, por áreas de conocimiento, el alumnado de Ciencias Sociales y Jurídicas destaca por tener un riesgo medio-alto del 25,5% frente al área de Arte y Humanidades y de Ciencias de la Salud, que tienen un porcentaje similar al 20,8 %.

En cuanto al consumo de **tabaco**, el 14,20% es fumadora en la actualidad y un 12,4% son exfumadores. El 13,2% y el 14,5% de las mujeres son exfumadoras o fuman en la actualidad respectivamente, frente al 11,0% y 13,5% de los hombres; y la pandemia ha influido en que un 8,1% ha empezado a fumar o fuma más. El consumo de sustancias, especialmente de **cannabis**, es ocasional o frecuente en un 7,7% (6,5% en mujeres; 10,1% en hombres).

## ALEJADOS DE LA DIETA MEDITERRÁNEA

Respecto a la alimentación, el 64,3% tienen baja adherencia a la dieta mediterránea y son las mujeres las que presentan una mejor adherencia a esta dieta que los hombres un 36,7% frente a un 33,7%. El 27,8% ha mejorado su dieta como consecuencia de la pandemia, con un porcentaje superior en mujeres (28,9%).

Durante el confinamiento, el 48,5% del alumnado realizó actividad física tres o más veces a la semana y la pandemia ha producido un incremento de la actividad física en un 39% de las mujeres y en un 34,5% de los hombres. En general, les ha producido una mejora del bienestar emocional y físico en un 61,2% del alumnado.

En cuanto a otros indicadores de salud, destaca que un 16,6% y un 4,7% presentan sobrepeso u obesidad, mientras que, por sexos, un 9,7% de las mujeres presenta bajo peso frente al 3,5% de los hombres. El alumnado de Ciencias de la Salud presenta los índices de sobrepeso y obesidad más bajos (18,3%).

La mayoría de alumnos presentan valores del estado de salud percibido bueno o muy bueno (74%), pero el 51,2% refiere que con la pandemia ha ido a peor. Algo parecido ocurre con la calidad de vida percibida, un 76% refiere que la considera buena o muy buena y un 47,4% considera que ha empeorado con la pandemia. En las mujeres los índices de percepción del estado de salud son un 7,3% peores y la pandemia les ha influido a peor un 9% más.

En cuanto al uso del teléfono móvil, destaca que el 30,9% del estudiantado se ha gastado más de 500 euros en la adquisición del teléfono móvil; en mujeres, el porcentaje es del 34% frente al 24,5% en hombres. El 29,5% de los estudiantes usan el móvil más de cinco horas al día en días laborales y el 34% en fines de semana, un porcentaje que es superior en mujeres (31,2%) que en hombres (35,8%). La pandemia, con respecto al tiempo empleado en el teléfono móvil, influyó aumentando el número de horas en el 54,6% de las personas encuestadas.

En este contexto, el estudio indica que un 62,8% responden que usan el móvil para sentirse mejor, un 74,1% cuando se sentían solos y el 59% está más enganchando de lo que le gustaría.

## UNO DE CADA 10 HA TENIDO MIEDO A MORIR POR LA PANDEMIA

Respecto a la Covid-19, el informe también subraya que un 10,7% de los estudiantes han tenido bastante o mucho miedo a morir a causa de la Covid-19. En las mujeres, el porcentaje de mucho miedo a morir ha sido del 13,1% y, en los hombres, del 5,7%. El 56,4% de las mujeres han tenido miedo de que muera un familiar o ser querido, frente al 34% de los hombres.

En concreto, un 44,4% han declarado que se han contagiado por el virus y el 0,7% han sido hospitalizados; y un 10,2% de los estudiantes han señalado que ha fallecido un familiar o ser querido.

Por otra parte, casi la mitad de los estudiantes universitarios españoles viven con sus padres (48,7%) y el 30,1% viven con compañeros de piso. Por sexo, los hombres universitarios que viven con sus padres son el 51,6% frente a las mujeres que lo hacen en un 47,3%.

También señala que el 24,7% del alumnado trabaja, aunque la mayoría lo hace 20 o menos horas a la semana. Los hombres trabajan un 10% más que las mujeres cuando la jornada supera las 35 horas y, por áreas de conocimiento, el alumnado más empleado es el de Ciencias Sociales y Jurídicas (26,5% trabajaba), lo que constituye un porcentaje mayor que la puntuación global y, el menos empleado, el de Ciencias.