

Adherencia a Controles Médicos Preventivos en Estudiantes de Ciencias de la Salud: Un Análisis Basado en la asequibilidad de nuestro cuidado de la vitalidad

Grupo de Seminario de Tesis III Cuatrimestre 2024, Universidad Interamericana de Panamá, Panamá, República de Panamá.

Resumen—Como estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Interamericana de Panamá, hemos observado un gran compromiso en el cuidado de la salud, lo que se refleja en una sólida cultura preventiva entre el cuerpo estudiantil, algo que nos llena de orgullo. Estos conocimientos no se limitan a nuestro tiempo en la universidad, sino que nos convierten en una fuente de apoyo tanto para las generaciones anteriores como para las nuevas, influyendo positivamente en la salud de la comunidad. Hemos comprobado que las prácticas preventivas de los estudiantes están activas y, a través de este análisis, hemos identificado estas actitudes. Ahora, debemos determinar los factores que seguirán fomentando estos comportamientos saludables y diseñar estrategias para motivar cada vez más esta cultura de prevención. Nos alegra observar que los estudiantes revelaron un alto compromiso con la salud personal y preventiva, mostrando una respuesta positiva en el control de sus exámenes de rutina. Sin embargo, es importante señalar que aún hay áreas que requieren atención, y es ahí donde debemos reforzar nuestros esfuerzos, diseñando intervenciones efectivas para la prevención de enfermedades en Panamá. "Seamos líderes en la promoción de un estilo de vida saludable".

Palabras Clave- adherencia, servicios de salud preventiva, modelo de creencias de salud, atención primaria de salud, enfermedades crónicas, enfermedades no transmisibles

Abstract—As health care students at the Interamerican University of Panama, we have witnessed a deep dedication to health care, exemplified by a robust preventive culture among the student body, a fact that brings us immense pride. This knowledge extends beyond our time at the university, making us a source of support for both older and younger generations positively influencing community health. We have confirmed that students' preventive practices are active, and through this analysis, we have identified these attitudes. We must determine factors that will continue to promote these healthy behaviors and design strategies to further motivate this culture of prevention. We are pleased to observe that students revealed a high commitment to personal and preventive health, showing a positive response in routine check-ups. It is important to note areas that require attention, and it is there where we must reinforce our efforts by designing effective interventions for disease prevention in Panama. "Let us be leaders in promoting a healthy lifestyle."

Keywords- adherence, preventive health services, health belief model, primary health care, chronic disease, noncommunicable diseases

I. INTRODUCCIÓN

La promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles son esenciales en la práctica médica y en el ámbito de la salud pública. Los chequeos médicos regulares son una herramienta crucial para la detección temprana de patologías y la mejora de los pronósticos clínicos. Sin embargo, la adherencia a estos exámenes preventivos se ve afectada por múltiples factores, entre los cuales destacan las percepciones individuales sobre la salud y el acceso a los servicios sanitarios.

Este estudio se centra en examinar cómo las percepciones de los estudiantes de ciencias de la salud sobre las barreras para acceder a los servicios de salud, sus hábitos alimenticios y la frecuencia con la que se realizan chequeos médicos preventivos están interrelacionados.

Se plantea que existe una relación inversa entre la percepción de barreras y la frecuencia de los chequeos médicos; es decir, cuanto mayor es la percepción de barreras, menor es la probabilidad de realizar estos exámenes regularmente. Además, se sugiere que los estudiantes con hábitos alimenticios saludables tienden a adherirse más a los controles preventivos, lo que refleja una mayor conciencia sobre la importancia de la salud. Finalmente, se investigará la relación entre la percepción de buena salud y la frecuencia de los chequeos médicos, considerando que aquellos que se perciben a sí mismos como saludables podrían subestimar la necesidad de realizar estos exámenes.

Es importante resaltar que, a pesar de la relevancia de la prevención en el ámbito de la salud, la literatura científica ha tratado con menor frecuencia el tema de los cuidados de salud personales entre los propios estudiantes de ciencias de la salud. Los estudiantes de ciencias de la salud actúan como modelos a seguir para la comunidad, y su ejemplo puede influir de manera significativa en la promoción de hábitos saludables.

En este contexto, nuestro estudio adquiere una relevancia especial. Al analizar los comportamientos y las percepciones de los estudiantes de ciencias de la salud en relación con los chequeos médicos preventivos, se busca identificar tanto fortalezas como debilidades en su práctica personal. Los resultados obtenidos permitirán diseñar estrategias de intervención más efectivas para fomentar la adopción de hábitos saludables dentro de este grupo poblacional y, en consecuencia, contribuir a la mejora de la salud pública.

II. METODOLOGÍA

A. Diseño de Investigación

Enfoque Mixto: Este enfoque nos permitirá comprender las actitudes y prácticas preventivas de los estudiantes. La estrategia consiste en personalizar, presentando preguntas relevantes. Las preguntas iniciales sobre la percepción de salud, hábitos alimenticios y actitudes hacia la salud preventiva servirán como base para construir una secuencia lógica de preguntas.

Estudios Cualitativos: Se centran en la comprensión profunda de fenómenos sociales y culturales, utilizando métodos como entrevistas, observaciones y análisis de documentos. Buscan explorar significados, experiencias y perspectivas.

Participantes Población: Estudiantes de las licenciaturas en Enfermería y Medicina de la Universidad Interamericana de Panamá.

Muestra: Se seleccionará una muestra por conveniencia, considerando a estudiantes de tercer cuatrimestre del año 2024. Tamaño de muestra: Se espera encuestar a un total de 319 estudiantes, distribuidos de la siguiente manera:

- **Enfermería: 163 estudiantes**
- **Medicina: 156 estudiantes**

B. Instrumentos

Cuestionario en línea: Se utilizará un cuestionario autoadministrado a través de una plataforma en línea. Este instrumento incluirá preguntas cerradas para recolectar datos tanto cuantitativos como cualitativos.

Escalas de medición: Se emplearán escalas validadas para medir variables como la percepción de salud, hábitos alimenticios, autoeficacia y actitudes hacia la prevención.

C. Procedimiento

Diseño del cuestionario:

- Se elaborará un cuestionario piloto para evaluar su claridad y consistencia.
- Se incluirá una sección de preguntas demográficas (edad, sexo, año de estudio).
- Se diseñarán preguntas cerradas para medir variables como la frecuencia de chequeos médicos, hábitos de vida y conocimientos sobre prevención.

D. Resultados

En este estudio, se evaluaron los hábitos y conocimientos sobre prevención en estudiantes de Medicina y Enfermería de la Universidad Interamericana de Panamá. Se realizaron encuestas para medir el estado de salud auto percibido, los hábitos alimenticios y el nivel de conocimiento sobre la importancia de los chequeos médicos preventivos. Los resultados obtenidos se presentan a continuación, organizados en secciones tituladas que representan cada hallazgo.

GRÁFICO 1 ESTADO DE SALUD AUTO-PERCIBIDO

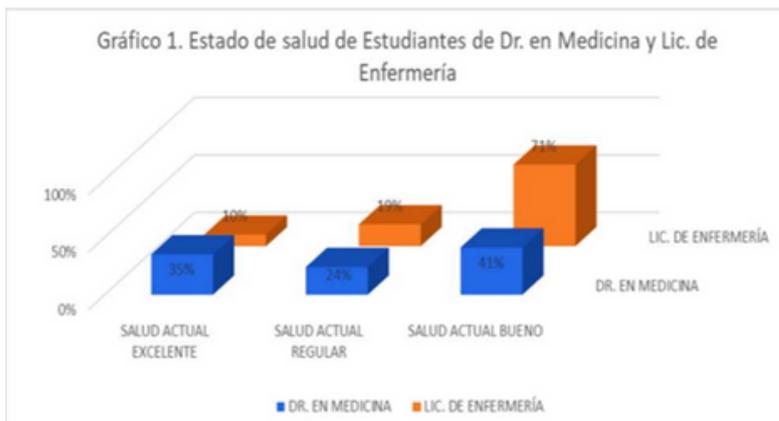


Gráfico 1. Se observa que un porcentaje mayor de estudiantes de Medicina reportaron una salud excelente (35%) en comparación con los estudiantes de Enfermería (24%). Por otro lado, un mayor porcentaje de estudiantes de Enfermería reportaron una salud regular (26%) en comparación con los estudiantes de Medicina (18%).

GRÁFICO 2 HÁBITOS ALIMENTICIOS

Gráfico 2. Hábitos alimenticios de Estudiantes de Dr. en Medicina y Lic. de Enfermería

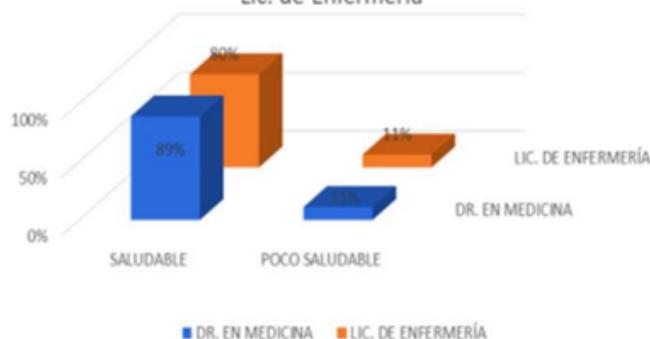


Gráfico 2. Discrepancia significativa en los hábitos alimenticios auto percibidos entre los estudiantes de Medicina y Enfermería. Los estudiantes de Medicina muestran una mayor tendencia hacia hábitos alimenticios saludables, mientras que los estudiantes de Enfermería reportan una proporción significativamente mayor de hábitos poco saludables.

GRÁFICO 3 IMPORTANCIA DE LA SALUD PREVENTIVA

Gráfico 3: Comparación entre estudiantes de Lic. Enfermería y Lic. Doctor en Medicina sobre la salud preventiva y su importancia para mantener una buena calidad de vida

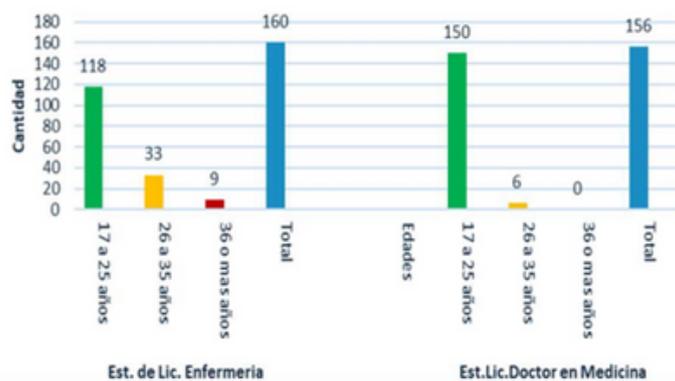


Gráfico 3. Reconocimiento de la importancia de la salud preventiva para mantener una buena calidad de vida por parte de los futuros enfermeros y médicos.

GRÁFICO 4 CONOCIMIENTO SOBRE CHEQUEOS MÉDICOS PREVENTIVOS

Gráfico 2: Comparación de Encuestas sobre que informados están los estudiante de Lic. Enfermería vs Lic. Doctor en Medicina y que tanto consideras sobre la importancia de los chequeos médicos preventivos

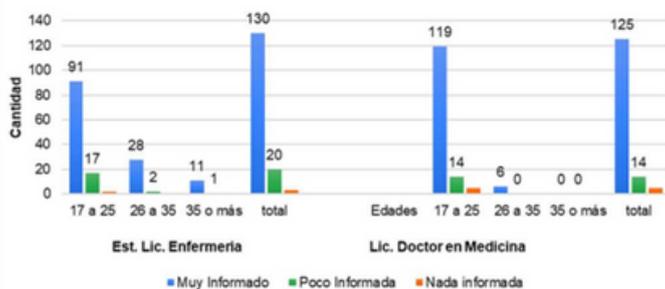


Gráfico 3. Reconocimiento de la importancia de la salud preventiva para mantener una buena calidad de vida por parte de los futuros enfermeros y médicos.

E. Análisis Comparativo con Estudios Previos

Nuestro estudio se realizó con estudiantes universitarios, y aunque esperábamos que los resultados reflejaran las tendencias observadas en el análisis de ASIS (Análisis de Situación de Salud) realizado por el Ministerio de Salud de Panamá, encontramos diferencias significativas. El análisis de ASIS indica que la población adulta en Panamá está padeciendo de enfermedades crónicas a edades cada vez más jóvenes y que los jóvenes adultos no asisten regularmente a controles médicos. Sin embargo, nuestros hallazgos muestran que los estudiantes de Medicina y Enfermería tienen una mayor adherencia a los controles médicos preventivos y hábitos saludables.

III. IMPLICACIONES Y APLICACIONES

Estos hallazgos positivos sugieren que los futuros profesionales de la salud están bien preparados para convertirse en líderes en salud pública, promoviendo una mayor esperanza de vida en sus comunidades. Nuestro estudio se realizó con estudiantes universitarios, y aunque esperábamos que los resultados reflejaran las tendencias observadas en el análisis de ASIS realizado por el Ministerio de Salud de Panamá, encontramos diferencias significativas. El análisis de ASIS indica que la población adulta en Panamá está padeciendo de enfermedades crónicas a edades cada vez más jóvenes y que los jóvenes adultos no asisten regularmente a controles médicos (MINSA, ASIS, 2024). Sin embargo, nuestros hallazgos muestran que los estudiantes de Medicina y Enfermería tienen una mayor adherencia a los controles médicos preventivos y hábitos saludables. Queríamos descubrir la importancia de estos controles para los estudiantes y conocer su estado de salud, llevándolos a un análisis introspectivo, creando conciencia y modelando comportamientos saludables. De un total de 319 respuestas, los resultados indican un punto positivo: a pesar de la falta de tiempo y las responsabilidades diarias, los estudiantes de Enfermería y Medicina presentan un estado de salud muy bueno. Ambas facultades encuestadas estuvieron a favor de que la salud preventiva ayuda a la prevención de enfermedades y a mantener una mejor calidad de vida. Nuestra misión como futuros profesionales de la salud es la prevención y el cuidado de cada uno de los pacientes.

La postergación de las visitas médicas regulares, especialmente entre los jóvenes, puede tener consecuencias significativas para la salud a largo plazo. A diferencia de los adultos mayores, los jóvenes a menudo subestiman la importancia de cuidar su salud, sin darse cuenta de que muchos factores de riesgo para enfermedades crónicas se desarrollan silenciosamente durante la juventud. Al no realizarse controles médicos regulares, se pierden oportunidades para detectar de manera temprana enfermedades como la diabetes o la hipertensión, lo que puede conducir a complicaciones graves y costos de atención médica elevados. Además de las consecuencias físicas, la falta de atención médica puede generar ansiedad y depresión en los jóvenes, afectando su bienestar emocional y calidad de vida. A nivel poblacional, la detección tardía de enfermedades contribuye al aumento de la carga de enfermedad crónica y a una mayor demanda de servicios de salud especializados.

Las causas principales de mortalidad y pérdida de salud constituyen un indicador esencial para evaluar el estado de salud de una población y orientar las acciones de salud pública. Al analizar las tendencias de mortalidad y discapacidad, los países pueden identificar los patrones de enfermedad que predominan, reconocer los desafíos emergentes y evaluar la efectividad de las intervenciones implementadas. Las enfermedades no transmisibles (ENT), como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes y las enfermedades respiratorias crónicas, representan una de las principales causas de muerte a nivel mundial. Estas afecciones, a diferencia de las enfermedades infecciosas, se desarrollan gradualmente y a menudo sin síntomas evidentes en sus etapas iniciales. La detección temprana es crucial para mejorar el pronóstico y la calidad de vida de los pacientes. Numerosos estudios han demostrado que la detección precoz de enfermedades como el cáncer y la diabetes permite iniciar tratamientos más efectivos y reducir la morbilidad y mortalidad asociadas.

Estos hallazgos positivos sugieren que los futuros profesionales de la salud están bien preparados para convertirse en líderes en salud pública, promoviendo una mayor esperanza de vida en sus comunidades. Es fundamental que se continúe fomentando la educación en salud preventiva a nivel universitario, para que estos estudiantes puedan influir positivamente en la salud pública de Panamá. La alta frecuencia de realización de chequeos médicos preventivos y la adopción de hábitos saludables entre los estudiantes de Medicina y Enfermería sugieren que estos futuros profesionales están bien preparados para promover la salud preventiva en sus comunidades. Este compromiso con la salud preventiva puede tener un impacto significativo en la salud pública, contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de la población. Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones de nuestro estudio. La muestra se limitó a estudiantes de una única universidad, lo que puede no ser representativo de todos los estudiantes de ciencias de la salud en Panamá. Además, la autoevaluación de la salud y los hábitos alimenticios puede estar sujeta a sesgos de percepción. Futuros estudios podrían ampliar la muestra y utilizar métodos de evaluación más objetivos para validar nuestros hallazgos.

La teoría del cuidado humano de Jean Watson enfatiza que los seres humanos no pueden ser tratados como objetos y que no pueden separarse de sí mismos, de los demás, de la naturaleza y de la fuerza laboral en general. Esta perspectiva holística es fundamental para la formación de profesionales de la salud que no solo se enfoquen en la curación de enfermedades, sino también en la promoción de la salud y el bienestar integral. Por otro lado, la teoría de la enfermería como cuidado de Anne Boykin plantea que el cuidado es una característica fundamental del ser humano y que todas las personas son cuidadas. Estas teorías subrayan la importancia de la empatía, la conexión humana y el cuidado integral en la práctica de la enfermería y la medicina.

La educación en salud es una estrategia esencial para la promoción y prevención. Se define como la disciplina que orienta y organiza procesos educativos con el objetivo de influir positivamente en los conocimientos, prácticas y hábitos de individuos y comunidades en relación con su salud (Universidad Pontificia Bolivariana, Colombia, 2020). La medicina preventiva es un concepto que no recibe la atención que merece, sin embargo, es crucial entender la importancia de la promoción y prevención en la salud del paciente y en el curso de las enfermedades. Parte importante de esto radica en la educación en salud que se brinda, que debería convertirse en un eje fundamental en la práctica médica. Para esto se requiere de un diálogo abierto y constructivo entre instituciones y profesionales que trabajen en diferentes sectores, con el objetivo de construir redes de trabajo y políticas más articuladas comprometidas con la salud de la población. Las estrategias de promoción de la salud no se limitan a las acciones del sector de la salud, sino que involucran una gama amplia de actores estatales y no estatales, en tanto, los factores que inciden en la salud son variados y necesitan de una atención integral y coordinada. Los individuos deben desarrollar capacidades y competencias que faciliten su adaptación a las diversas etapas de su ciclo vital y a sus procesos de salud y enfermedad de una forma efectiva.

La Atención Primaria en Salud (APS) es una estrategia que ha demostrado resultados costo-efectivos sobre las condiciones y calidad de vida de la población. Están orientadas hacia actividades dispuestas a disminuir la exposición hacia un factor deletéreo contra la salud, evitando así la aparición de una patología específica. Existen otras estrategias de más fácil implementación, pero que en la actualidad tienen poca adherencia por parte de la población respecto a su cumplimiento, como lo son los programas de nutrición y salud, que pretenden disminuir el consumo de tabaco, alcohol, evitar el sedentarismo, mejorar el estado nutricional infantil, entre otros. No obstante, todas las estrategias en salud pública respecto a la promoción y prevención en salud deben, en un futuro, hacer parte de una integración más efectiva entre disciplinas que le permitan a la población acceder a todas las actividades y poder cumplir con los objetivos. Es una tarea de la intersectorialidad que, en Colombia, apenas se ha intentado mejorar.

Estos hallazgos positivos sugieren que los futuros profesionales de la salud están bien preparados para convertirse en líderes en salud pública, promoviendo una mayor esperanza de vida en sus comunidades. Es fundamental que se continúe fomentando la educación en salud preventiva a nivel universitario, para que estos estudiantes puedan influir positivamente en la salud pública de Panamá. La alta frecuencia de realización de chequeos médicos preventivos y la adopción de hábitos saludables entre los estudiantes de Medicina y Enfermería sugieren que estos futuros profesionales están bien preparados para promover la salud preventiva en sus comunidades. Este compromiso con la salud preventiva puede tener un impacto significativo en la salud pública, contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de la población. Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones de nuestro estudio. La muestra se limitó a estudiantes de una única universidad, lo que puede no ser representativo de todos los estudiantes de ciencias de la salud en Panamá. Además, la autoevaluación de la salud y los hábitos alimenticios puede estar sujeta a sesgos de percepción. Futuros estudios podrían ampliar la muestra y utilizar métodos de evaluación más objetivos para validar nuestros hallazgos.

Aunque este estudio no representa la población y problemática del país en general, mantiene un valor único ya que no se habían realizado estudios exclusivamente con estudiantes universitarios. La educación superior debe garantizar profesionales con sólida formación teórico-práctica según necesidades sociales. El objetivo es fundamentar el rol que juegan las universidades en la promoción de salud y autocuidado en la atención. Las universidades juegan un papel protagónico y tienen el potencial para influir en la adopción de estilos de vida saludables. Los egresados pueden ser capaces de fomentar modificaciones para lograr el bienestar

VI. ANÁLISIS

Realizamos un análisis basado en la recolección de encuestas a estudiantes de Medicina y Enfermería de la Universidad Interamericana de Panamá, buscando medir los niveles de adherencia a los controles médicos, incluyendo exámenes de laboratorio regulares y especializados. Queríamos descubrir la importancia que representan estos controles para los estudiantes y conocer su estado de salud, llevándolos a un análisis introspectivo, creando conciencia y modelando comportamientos saludables.

Los resultados obtenidos de un total de 319 respuestas indican un punto positivo: a pesar de la falta de tiempo y las responsabilidades diarias, los estudiantes de Enfermería y Medicina presentan un estado de salud muy bueno. Destacan en comer saludable, hacer ejercicio y realizar actividades que favorecen la higiene mental, con un 50% de los encuestados mostrando estos hábitos.

Ambas facultades encuestadas estuvieron a favor de que la salud preventiva ayuda a la prevención de enfermedades y a mantener una mejor calidad de vida. Nuestra misión como futuros profesionales de la salud es la prevención y el cuidado de cada uno de los pacientes. Concluimos que los estudiantes de Enfermería y Medicina conocen su estado de salud, poseen hábitos saludables y mantienen exámenes de control anualmente. Esto es beneficioso, ya que entre más hábitos saludables poseamos, incluyendo un adecuado control médico, podemos marcar un antes y un después en nuestra salud y estar capacitados con las herramientas necesarias para brindar un servicio de calidad, empezando desde la base: “Nosotros Mismos”.

En esta investigación, centrada en futuros profesionales de la salud y basada en el Modelo de Creencias de Salud, se observó que los estudiantes mantienen buena salud y buenos hábitos alimenticios. Las consideraciones encuestadas sobre la salud preventiva y la realización de controles médicos anuales en la población estudiantil de la Licenciatura de Enfermería tienen un porcentaje del 34.2%, lo que muestra la conciencia sobre su calidad de vida. Sin embargo, debemos evaluar otras constantes que pueden afectar llevar un registro anual de exámenes.

El grupo de edad que más participó en la encuesta fue el de 17 a 25 años, estando de acuerdo con la participación activa anual en controles médicos. Según el análisis de las respuestas, el 79.9% de los estudiantes está totalmente de acuerdo y el 19.4% está de acuerdo en que se debe mantener una buena calidad de vida a través de programas de salud. Sin embargo, un pequeño porcentaje (1%) de ambas licenciaturas no está ni de acuerdo ni en desacuerdo, lo que podría deberse a diversos factores personales o contextuales.

Ambas escuelas están de acuerdo en que se deben incrementar los planes de salud pública, ferias de salud accesibles al público joven adulto, entre otras iniciativas. Los estudiantes de Enfermería tienen mejores hábitos alimenticios (89%) en comparación con los estudiantes de Medicina (80%). Sin embargo, un 11% de ambas carreras mantiene un estilo de alimentación poco saludable, siendo un índice menor del total de encuestados.

Se calcularán frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar para describir las características de la muestra y las variables de estudio. En los resultados, se observa una diferencia marcada en el estado de salud actual entre los estudiantes de Medicina y Enfermería, con un 10% de salud excelente en Enfermería y un 35% en Medicina. Otros valores muestran que la mayoría de los estudiantes de Enfermería consideran tener una salud buena (71%), mientras que en Medicina este porcentaje es más bajo (41%). Los índices de salud regular son bajos en ambas carreras, con un 19% en Enfermería y un 24% en Medicina.

Los resultados de nuestra investigación contradicen nuestra hipótesis inicial, que establecía que los jóvenes adultos universitarios no cuidan su salud y no se realizan controles médicos de rutina regularmente. Contrariamente, los datos indican que los estudiantes de las facultades de Medicina y Enfermería consideran muy importante realizarse controles médicos preventivos. Este hallazgo es alentador, ya que como futuros profesionales de la salud, es su deber convertirse en líderes y promover la atención primaria preventiva (APS), un enfoque que incluye la promoción de la salud y la atención preventiva, centrado en las necesidades de las personas.

Desde una perspectiva teórica, estos resultados apoyan el Modelo de Creencias de Salud (MCS), que explica los comportamientos de salud y la prevención de enfermedades. Según el MCS, la percepción de barreras y beneficios influye significativamente en la adopción de comportamientos preventivos. Nuestros hallazgos sugieren que los estudiantes con hábitos alimenticios saludables y una percepción positiva de la salud tienden a realizarse más chequeos médicos preventivos, lo que refleja una mayor conciencia sobre la importancia de la salud.

Además, podríamos promover la Teoría del Cuidado Humano de Jean Watson, especialmente en el ámbito de la enfermería, manteniendo una educación continua a través de programas de salud pública y la enseñanza de cuidados preventivos a la comunidad en general. Este enfoque teórico enfatiza la importancia de la empatía y el cuidado en la práctica de la enfermería, lo que puede fortalecer aún más la cultura de prevención entre los estudiantes.

Los resultados indican que la población adulta entre 45 y 50 años muestra un aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas prevenibles. Estas enfermedades pueden ser prevenidas o retrasadas con un buen cuidado preventivo, visitas regulares al médico de cabecera, estudios complementarios y un cambio de estilo de vida.

Consideramos que sería muy favorable para mejorar la calidad de vida de los panameños y extender la cantidad de años que una persona pueda vivir a plenitud. En cuanto al alcance de nuestros hallazgos, estos resultados tienen importantes implicaciones para la formación de futuros profesionales de la salud.

La alta frecuencia de realización de chequeos médicos preventivos y la adopción de hábitos saludables entre los estudiantes de Medicina y Enfermería sugieren que estos futuros profesionales están bien preparados para promover la salud preventiva en sus comunidades. Este compromiso con la salud preventiva puede tener un impacto significativo en la salud pública, contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de la población.

Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones de nuestro estudio. La muestra se limitó a estudiantes de una única universidad, lo que puede no ser representativo de todos los estudiantes de ciencias de la salud en Panamá. Además, la autoevaluación de la salud y los hábitos alimenticios puede estar sujeta a sesgos de percepción. Futuros estudios podrían ampliar la muestra y utilizar métodos de evaluación más objetivos para validar nuestros hallazgos. En resumen, este estudio destaca la importancia de fomentar una cultura de prevención y salud entre los estudiantes de ciencias de la salud. Al empoderar a estos futuros profesionales con conocimientos y prácticas preventivas, se puede asegurar un impacto positivo en la salud pública y en la calidad de vida de la comunidad. Los aportes teóricos de nuestros resultados, basados en el MCS y la Teoría del Cuidado Humano, proporcionan una base sólida para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas en el ámbito de la salud preventiva.

V. CONCLUSIONES

El estudio realizado sobre los hábitos y conocimientos sobre prevención en estudiantes de carreras de la salud de la Universidad Interamericana de Panamá revela resultados alentadores y significativos. Contrario a nuestra hipótesis inicial, los estudiantes de Medicina y Enfermería demuestran un alto nivel de compromiso con la salud preventiva, lo que es fundamental para su futuro rol como profesionales de la salud.

En primer lugar, los estudiantes encuestados consideran que la salud preventiva es crucial para mantener una buena calidad de vida. Este compromiso se refleja en la alta frecuencia de realización de chequeos médicos preventivos y en la adopción de hábitos saludables, como una alimentación balanceada y la práctica regular de ejercicio. Este hallazgo es alentador, ya que como futuros profesionales de la salud, es su deber convertirse en líderes y promover la atención primaria preventiva (APS), un enfoque que incluye la promoción de la salud y la atención preventiva, centrado en las necesidades de las personas.

Además, se observan diferencias notables en el estado de salud percibido entre los estudiantes de Medicina y Enfermería. Los estudiantes de Medicina reportan un mayor porcentaje de salud excelente en comparación con los de Enfermería. Sin embargo, ambos grupos muestran un alto nivel de conciencia sobre la importancia de mantener buenos hábitos de salud. La percepción de barreras para acceder a los servicios de salud y los hábitos alimenticios juegan un papel crucial en la adherencia a los controles médicos preventivos. Los estudiantes con hábitos alimenticios saludables tienden a realizarse más chequeos médicos, lo que indica una mayor conciencia sobre la importancia de la salud.

La promoción de la salud y la prevención de enfermedades deben ser pilares fundamentales en la formación de los futuros profesionales de la salud. Programas de educación continua y la implementación de la Teoría del Cuidado Humano de Jean Watson pueden fortalecer aún más esta cultura de prevención. Los estudiantes de ciencias de la salud actúan como modelos a seguir para la comunidad. Su ejemplo y liderazgo en la promoción de hábitos saludables pueden influir significativamente en la salud pública, contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas y mejorando la calidad de vida de la población.

III. IMPLICACIONES Y APLICACIONES

[1]G. Eason, B. Noble, and I.N. Sneddon, "On certain integrals of LipschitzHankel type involving products of Bessel functions," *Phil. Trans. Roy. Soc. London*, vol. A247, pp. 529-551, April 1955.

[2] J. Clerk Maxwell, *A Treatise on Electricity and Magnetism*, 3rd ed., vol. 2. Oxford: Clarendon, 1892, pp.68-73.

[3] I.S. Jacobs and C.P. Bean, "Fine particles, thin films and exchange anisotropy," in *Magnetism*, vol. III, G.T. Rado and H. Suhl, Eds. New York: Academic, 1963, pp. 271-350.

[4]K. Elissa, "Title of paper if known," no publicado.

[5] R. Nicole, "Title of paper with only first word capitalized," *J. Name Stand. Abbrev.*, en impresión.

[6] Y. Yorozu, M. Hirano, K. Oka, and Y. Tagawa, "Electron spectroscopy studies on magneto-optical media and plastic substrate interface," *IEEE Transl. J. Magn. Japan*, vol. 2, pp. 740-741, August 1987 [Digests 9th Annual Conf. Magnetics Japan, p. 301, 1982].

M. Young, *The Technical Writer's Handbook*. Mill Valley, CA: University Science, 1989.

