

Aspectos controvertidos en el estilo de vida de estudiantes de pregrado en enfermería

Aspectos controversos no estilo de vida de estudantes da graduação em enfermagem

Controversial aspects in the lifestyle of undergraduate Nursing students

Jussara Regina Martins^I; Glaucia Valente Valadares^{II}; Adriana Tavares Hang^{III}; Esther Suelem Rocha Silva^{III}

^IUniversidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, RJ, Brasil; ^{II}Universidade Federal de Rondônia. Porto Velho, RO, Brasil;

^{III}Hospital e Maternidade Terezinha de Jesus. Juiz de Fora, MG, Brasil

RESUMEN

Objetivo: comprender los aspectos controvertidos relacionados con la vida universitaria y el estilo de vida de los estudiantes de pregrado en enfermería. **Método:** estudio de enfoque cualitativo, basado en la teoría fundamentada en los datos y en el interaccionismo simbólico. Participaron 18 estudiantes de enfermería de una institución pública de Minas Gerais, mediante recolección de datos en línea, con entrevistas semiestructuradas realizadas entre septiembre de 2021 y noviembre de 2022. **Resultados:** las condiciones intervinientes de la vida universitaria/estilo de vida de los estudiantes de enfermería y los aspectos que repercutieron negativamente estuvieron relacionados con cuestiones pedagógicas y financieras, mientras que los factores positivos incluyeron la red de apoyo, programas institucionales, entre otros. **Consideraciones finales:** se identificaron factores positivos y negativos —por lo tanto, controvertidos— entre las condiciones intervinientes relacionadas con el estilo y la calidad de vida de los estudiantes. Además, se evidenció la necesidad de revisar el Plan Pedagógico del Curso con el fin de hacerlo más humanizado y orientado al cuidado del estudiante de enfermería durante su formación, previniendo consecuencias negativas como problemas de salud mental derivados de las excesivas demandas del curso.

Descriptores: Enfermería; Estudiantes de Enfermería; Estilo de Vida; Teoría Fundamentada; Interaccionismo Simbólico.

RESUMO

Objetivo: compreender os aspectos controversos voltados para a vida universitária e para o estilo de vida dos estudantes da graduação em enfermagem. **Método:** estudo de abordagem qualitativa, sob referencial da teoria fundamentada nos dados e do interacionismo simbólico. Participaram 18 graduandos em enfermagem de instituição pública mineira, por coleta de dados online, com entrevistas semiestructuradas de setembro/2021 a novembro/2022. **Resultados:** as condições intervinientes da vida universitária/estilo de vida dos estudantes de enfermagem e aspectos que repercutiram negativamente foram questões pedagógicas, financeiras e positivamente rede de apoio, programas institucionais dentre outros. **Considerações finais:** identificou-se fatores positivos/negativos, portanto, controversos, das condições intervinientes relativas ao estilo e na qualidade de vida dos estudantes. Além disso, evidenciou-se a necessidade de revisão do Plano Pedagógico do Curso, com o intuito de ser mais humanizado e voltado ao cuidado do estudante de enfermagem durante a formação, prevenindo consequências negativas, como problemas de saúde mental por demandas excessivas do curso.

Descritores: Enfermagem; Estudantes de Enfermagem; Estilo de Vida; Teoria Fundamentada; Interacionismo Simbólico.

ABSTRACT

Objective: to understand the controversial aspects related to university life and the lifestyle of undergraduate Nursing students. **Method:** qualitative study based on grounded theory and symbolic interactionism. A total of 18 undergraduate Nursing students from a public institution in Minas Gerais participated through online data collection, with semi-structured interviews conducted from September/2021 to November/2022. **Results:** the intervening conditions of university life/lifestyle of Nursing students and negatively impacting aspects involved pedagogical and financial issues, while positive aspects included a support network, institutional programs, among others. **Final considerations:** positive and negative, and therefore controversial, factors were identified regarding the intervening conditions related to the lifestyle and quality of life of the students. Furthermore, the need to revise the Course Pedagogical Plan was highlighted, with the aim of making it more humanized and focused on the care of the Nursing student during training, preventing negative consequences such as mental health problems resulting from excessive course demands.

Descriptors: Nursing; Students, Nursing; Life Style; Grounded Theory; Symbolic Interactionism.

INTRODUCCIÓN

La salud se define como un conjunto que abarca el bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de enfermedad¹. A su vez, se entiende que el estilo de vida saludable es el manejo de los comportamientos que afectan la salud del individuo². El Estilo de Vida (EV) incluye diversos factores, como el sueño, el agotamiento generado por el estrés, los problemas de salud mental, las preferencias alimentarias inadecuadas, entre otros, que repercuten en las dimensiones mental, física y social de la salud³.

En lo que respecta al EV, este puede ser directamente influenciado por factores como los ingresos financieros, el género, el nivel de formación, el consumo de tabaco, las acciones de incentivo a la salud y la participación en eventos orientados al propio cuidado⁴. Entre los aspectos del estilo de vida de los universitarios, abordados en diversos estudios,

se destacan comportamientos que representan riesgos para la salud, tales como: menor compromiso con la realización de actividades físicas y con la alimentación, consumo de alcohol y alto nivel de sedentarismo, lo que se refleja en índices lipídicos alterados y en el aumento de peso de esta población⁵⁻⁹.

Los estudios sobre el EV de estudiantes universitarios han demostrado que los alumnos están adoptando comportamientos menos responsables, los cuales pueden acarrear riesgos para la salud^{5,8}. Un estudio de una universidad de São Paulo presenta datos sobre el consumo de alcohol, tabaco y narguile. En lo que se refiere al curso de Enfermería, el estudio evidencia que el 75% de los estudiantes entrevistados consume alcohol; el 17,86% consume tabaco; y el 87,7% de los fumadores utiliza narguile, siendo que el 10,71% refiere no ser fumador pero utiliza narguile¹⁰.

Por su parte, los estudiantes de enfermería de Bahía presentan una alimentación deficitaria en relación con el consumo de verduras/hortalizas (68,07%), consumo excesivo de dulces (25,21%) y refrescos (23,53%), con repercusión en el aumento de peso (29,06%), además de una baja práctica de actividad física/tiempo sentado elevado (96,64%)⁶. Al comparar el estilo de vida de 400 universitarios de diferentes turnos, se observó que el estilo de vida de los estudiantes que cursan estudios por la noche es de calidad inferior al de los estudiantes diurnos. Se sabe que el estilo de vida de estos estudiantes es inadecuado¹¹.

Actualmente, los cursos de pregrado en el área de la salud vienen promoviendo momentos de reflexión orientados a la formación en salud, con miras a la promoción y prevención de enfermedades. El objetivo es mejorar la percepción de que la universidad genera desgaste o enfermedades en los estudiantes¹².

Otro factor que interfiere en el estilo de vida de los estudiantes de enfermería es la propia vida universitaria, puesto que, a lo largo de la carrera, estos estudiantes atraviesan una serie de emociones tanto positivas como negativas, así como la presión de adaptarse a nuevas informaciones, rutinas académicas, vínculos sociales y situaciones de muerte/morir, entre otros aspectos que repercuten en el individuo en su totalidad⁷. Es común que los estudiantes de enfermería cumplan actividades más allá de las clases teóricas y prácticas curriculares, incluyendo en este conjunto de responsabilidades las prácticas en diversos campos, donde se enfrentan a acontecimientos estresantes, cuentan con poco tiempo para realizar las tareas académicas y enfrentan cargas horarias intensas¹³.

Al considerar el EV de los estudiantes de enfermería, se evidenció que, en diferentes partes del mundo, estos se ven afectados por déficits principalmente en los dominios ambiental y psicológico (según el instrumento «Estilo de Vida Fantástico»), además de aspectos institucionales como las altas exigencias y la falta de espacios favorables al estudiante, lo que, en ocasiones, resulta en problemas de salud mental y física¹⁴.

Por otro lado, la universidad también se presenta como un ambiente generador de conocimiento, impulsora de aspectos sociales, culturales y políticos, que tiene el potencial de transformar positivamente al individuo tanto en lo personal como en lo profesional⁷.

Por ello, se considera relevante abordar de manera contextualizada las situaciones relacionadas con la vida universitaria y con el EV de los estudiantes de enfermería, dada la existencia de lagunas en relación con estos temas.

En este sentido, la presente investigación tuvo como objetivo comprender los aspectos controvertidos relacionados con la vida universitaria y el estilo de vida de los estudiantes de pregrado en enfermería.

MÉTODO

Estudio de enfoque cualitativo, basado en el referencial teórico del Interaccionismo Simbólico¹⁵ y en el método de la Teoría Fundamentada en los Datos (TFD) en la vertiente straussiana¹⁶ y fundamentado en la directriz del *Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research* (COREQ)¹⁷. Se trata de un recorte de la tesis doctoral titulada: Significados atribuidos por los estudiantes de pregrado en enfermería al estilo de vida y su relación con la salud.

El Interaccionismo Simbólico permite comprender las conductas humanas y la forma de actuar de los sujetos durante el desarrollo de la interacción social a partir de los significados. Dicho referente fue seleccionado para la discusión de la temática del EV de los estudiantes de pregrado de enfermería por favorecer la comprensión de sus experiencias¹⁵.

La TFD se define como un método para la construcción de teoría basada en los datos investigados en una determinada realidad¹⁸. Se operacionaliza de manera cíclica, de forma que los datos permitan la construcción de conceptos y teorías que, a su vez, facilitan la aparición de un nuevo fenómeno¹⁶.

Se entrevistó a 18 estudiantes de pregrado en enfermería, seleccionados por medio de la técnica de bola de nieve.

Estos estudiantes cursaban del 5.º al 8.º período en una universidad pública de Minas Gerais. Este número de participantes se estableció mediante el muestreo teórico¹⁶, que se refiere a la posibilidad de que el investigador busque sus datos a partir de los testimonios de personas que poseen conocimiento sobre la realidad estudiada, hasta agotar al máximo la obtención de informaciones inéditas¹⁶.

Como criterios de inclusión se aplicaron la edad mayor de 18 años y cursar los períodos más avanzados de la carrera de enfermería (del 5.º al 8.º período). Como criterios de exclusión, los casos de alejamiento o presentación de certificados médicos durante el período de recolección de datos.

Tras la aceptación para participar en la investigación y la firma digital del Término de Consentimiento Libre e Informado (TCLI) mediante un documento en Google Forms®, se inició la recolección de los datos.

Se realizaron entrevistas individuales semiestructuradas, además de la caracterización de los participantes del estudio mediante preguntas estructuradas. Las entrevistas se llevaron a cabo por videollamadas a través de WhatsApp, debido a la imposibilidad de contacto directo por las medidas de distanciamiento social impuestas durante la pandemia de Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*). Los audios de las videollamadas fueron grabados y almacenados por la investigadora en un lugar seguro. Cada entrevista tuvo una duración media de 44 minutos. La recolección de los datos se realizó entre septiembre de 2021 y noviembre de 2022. Los estudiantes fueron identificados con la consonante D para garantizar el anonimato.

Se destaca que, en la aplicación de la TFD, la recolección y el análisis de los datos ocurren de manera simultánea. El análisis siguió las etapas de codificación abierta, axial e integración. Cabe resaltar que todo el análisis de los datos fue realizado de forma manual. Tras la transcripción de cada entrevista, se llevó a cabo un análisis minucioso línea por línea: la codificación abierta. En esta etapa emergieron los conceptos y códigos preliminares¹⁶.

En la codificación axial, con el surgimiento de las condiciones intervinientes, de acción-interacción y de las consecuencias, así como de los fenómenos relacionados, fue posible conectar las subcategorías y las categorías. Por último, se realizó la integración de los datos, momento en el cual se genera la teoría central del estudio¹⁶. En la presente investigación, en relación con las condiciones intervinientes, se abordará el fenómeno: *Determinación de las situaciones controvertidas relacionadas con la vida universitaria y el estilo de vida de los estudiantes de enfermería*.

Se cumplieron los criterios éticos y legales de investigación y la Ley General de Protección de Datos¹⁹. La presente investigación fue aprobada por los Comités de Ética en Investigación de la institución participante y de la institución coparticipante.

RESULTADOS

Entre los participantes, se identificó que la mayoría pertenecía al género femenino (14 estudiantes), con edades entre 21 y 23 años, egresados de escuelas privadas y dependientes económicamente de sus progenitores.

El fenómeno Determinando las situaciones controvertidas relacionadas con la vida universitaria y el estilo de vida de los estudiantes de enfermería retrató las condiciones intervinientes de la vida universitaria y del estilo de vida de los estudiantes de enfermería, abarcando los aspectos que repercuten negativa y positivamente en estos contextos durante el proceso de formación profesional.

Este fenómeno estuvo constituido por siete categorías, a saber: Repercutiendo en las actividades estudiantiles y sociales (pandemia); Revelando los factores que influyen en el estilo de vida de los estudiantes; Constatando los facilitadores de la vida universitaria; *Discutiendo los factores relevantes en el itinerario formativo*; *Entendiendo la diferencia que implica ser estudiante de enfermería*; *Percibiendo las diferencias en las relaciones sociales vividas por los estudiantes*; y *Señalando las situaciones controvertidas de identidad con la carrera* (Barreras para su inicio).

Repercutiendo en las actividades estudiantiles y sociales (pandemia)

Repercutiendo en las actividades estudiantiles y sociales (pandemia) fue la primera categoría que emergió de los datos y señaló las influencias de la pandemia de Covid-19 y sus repercusiones en las actividades estudiantiles y en las relaciones sociales de los estudiantes de enfermería. Dentro de esta categoría surgieron las siguientes subcategorías: Afectando las relaciones sociales (pandemia) y Modificando las actividades estudiantiles de la universidad.

El período pandémico propició diversas modificaciones en la vida de los estudiantes en lo que respecta a la interacción social, con el surgimiento de sentimientos como temor e intranquilidad frente al contacto social, así como el distanciamiento de la familia, de los amigos, de la comunidad y de los pacientes.

Yo aún no lo logro, ¿sabe? Me siento muy insegura, aunque estoy vacunada. Fui la primera entre mis amigos en vacunarme, pero no tengo ese coraje. Entonces, hay algunos roces del tipo: ah... si no quieres vernos, dilo no más. Y yo digo: chicos, no es por eso, es que realmente no me siento segura. (D1)

Creo que antes... las relaciones eran mucho más cercanas. Pero cuando llegó la pandemia... nos quedamos más aislados, y entonces algunas relaciones se fueron distanciando. Ahora que estamos intentando acercarnos de nuevo, mis amigos y yo, estamos intentando retomar el ritmo, pero creo que no es lo mismo. Es un proceso lento hasta retomar. (D2)

También se observó una interrupción de las actividades presenciales en la facultad debido a la suspensión de las clases teóricas y prácticas. Inicialmente, las clases teóricas fueron impartidas de forma en línea. El retorno de las actividades prácticas ocurrió solo posteriormente.

Entonces... hoy tengo pocas actividades en la universidad, a nivel, digamos, de pregrado [...]. (D1)

[...] generalmente mi clase es por la mañana. (D2)

Entonces..., en este momento estoy un poco alejado de la facultad de enfermería [...]. (D11)

En este mismo período, se crearon campañas de vacunación contra el Covid-19 y contra la gripe, realizadas por los estudiantes de enfermería de forma voluntaria en el campus de la universidad. La vacunación se llevó a cabo mediante el sistema de *Drive Thru*.

[...] yo dedico la mayor parte de mi tiempo, desde el inicio de la pandemia, a ser voluntaria en las campañas de vacunación contra la gripe y contra el covid. (D1)

[...] estos estudiantes nuevos que están llegando a la campaña como voluntarios [...]. (D1)

Revelando los factores que influyen en el estilo de vida de los estudiantes

La categoría Revelando los factores que influyen en el estilo de vida de los estudiantes se constituyó a partir de las subcategorías: Percibiendo los factores negativos que influyen en el estilo de vida de los estudiantes y Reconociendo los factores que influyen positivamente en el estilo de vida de los estudiantes. Se identificaron los elementos negativos y positivos del estilo de vida del estudiante de enfermería. Entre los elementos negativos, se destacaron: la amplia carga horaria del curso, que genera sobrecarga en los estudiantes; el factor financiero; la presión derivada de algunas asignaturas; el gran volumen de actividades, ocasionando estrés y, consecuentemente, el surgimiento de trastornos relacionados con la salud mental; además de la deficiencia en el autocuidado, debido a la falta de tiempo.

Creo que la propia carga horaria del curso en sí es muy pesada [...]. (D2)

Yo siento que la vida del estudiante, en general, es un estrés: quien no sufre de ansiedad tiene depresión, y cuando no tiene depresión, tiene ansiedad. Y todos están muy inestables y, al final, todos están hartos, y todo es una bomba a punto de explotar, y todo es muy escaso dentro de esa atención en sí, hacia uno mismo, ¿no? (D3)

[...] la dependencia de no tener una independencia financiera es algo, así, a considerar [...]. (D4)

Carga horaria, exceso de trabajo, es exceso de cosas por hacer [...]. (D7)

Tal vez problemas mentales, cuestiones de salud mental mismo. Me doy cuenta de que hay mucha gente que está pasando por mucho estrés, y también percibía que las personas que conozco están tomando antidepresivos; yo no tenía noción de que esto estaba en este nivel, ¿sabes? (D14)

Los puntos positivos que surgieron fueron: los conocimientos adquiridos durante el pregrado, los cuales incluyeron temas como la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, repercutiendo en el EV de estos estudiantes; la red de apoyo cerca al lugar de residencia; vivir cerca de la universidad; el *campus* con su amplia área verde, utilizada para la socialización de los estudiantes; la alimentación y la práctica de actividad física.

Los puntos positivos, principalmente para quienes viven cerca de la universidad, son el acceso a las cosas que la universidad ofrece, como el comedor universitario, el propio campus, vivir cerca de los colegas, de los amigos... nuestro barrio también es un barrio muy tranquilo. Entonces, ese sería uno de los puntos positivos que destaco, las buenas relaciones en general, algo que la facultad nos proporciona. (D4)

Creo que el conocimiento que vamos adquiriendo a lo largo del pregrado es un factor que influye positivamente. (D5)

Mi alimentación es ok, siempre estuvo compuesta por muchas, muchas frutas y legumbres. (D4)

La alimentación en sí la he mejorado; a veces me quedo sin comer dependiendo del día. Pero yo como: almuerzo, desayuno, ceno y, también, el ejercicio físico me abre mucho el apetito, entonces como bastante. No es una alimentación completamente saludable, pero lo estoy intentando. (D6)

Constatando los facilitadores de la vida universitaria

En la categoría Constatando los facilitadores de la vida universitaria y en sus subcategorías Considerando que los recursos ofrecidos por la universidad favorecen la vida universitaria y Juzgando como facilitadores de la vida universitaria: la vivienda y la locomoción, se expusieron los aspectos positivos e importantes para la vida universitaria, como el comedor universitario, que estimula a que los estudiantes mantengan una dieta más saludable, la comunicación existente en la facultad y en la universidad, las ayudas estudiantiles, el gusto por la facultad, la gratuidad del curso y los proyectos científicos y pedagógicos ofrecidos por la institución.

Bueno, como facilidad yo considero que... me gusta el entorno universitario, creo que ayuda mucho. Me gusta estar allí, me gusta estudiar. (D2)

Creo que mi mayor facilidad en mi vida universitaria es la comunicación; siempre valoré mucho el control de mi vida académica y profesional en la parte de la comunicación. (D3)

Creo que las facilidades... para quien estudia en una universidad pública es el hecho de no pagar, ¿no? [...]. (D13)

Cabe aclarar que muchos estudiantes provienen de otras ciudades y optan por vivir cerca de la universidad, lo que facilita la locomoción. Además, viven con compañeros del mismo curso o de otros cursos.

Creo que el hecho de vivir aquí... creo que quien vive aquí... creo que es mucho más fácil porque tiene padre y madre para hacerle las cosas. (D3)

Las facilidades, como mencioné anteriormente, serían... vivir cerca, tener una persona que hace el mismo curso viviendo conmigo; por cualquier cosa, ella está ahí a mi lado para ayudarme, en fin... ya hablé de la distancia, vivir cerca. (D4)

Discutiendo los factores relevantes en el itinerario formativo

La otra categoría revelada *Discutiendo los factores relevantes en el itinerario formativo*, junto con las subcategorías *Detectando las discrepancias del proceso de enseñanza-aprendizaje*, *Diferenciando los procesos metodológicos de la enseñanza* y *Repercutiendo en el aspecto psicológico del estudiante de enfermería* (examen práctico), abordaron los aspectos que repercuten de forma positiva y negativa en la vida académica y en el proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo predominantes las adversidades. Como puntos negativos, pueden mencionarse el bajo valor de las becas estudiantiles, la metodología empleada por los profesores —considerada desactualizada por los estudiantes de enfermería— y la relación de los docentes y de la institución con los discentes.

Asimismo, se señalaron como aspectos negativos el hecho de que el curso sea de dedicación exclusiva, lo que ocasiona agotamiento y sobrecarga entre los estudiantes; la exigencia de mantener un buen Índice de Rendimiento Académico (IRA); las clases prácticas, especialmente debido a la distancia; los trastornos mentales que surgieron durante el curso o que ya existían; y la dificultad para sistematizar las actividades universitarias frente a las múltiples demandas.

Creo que una dificultad que tengo es en la parte de la planificación, porque cuanto más involucrado estás, más demandas te asignan, y... la facultad te ofrece muchas oportunidades, pero también exige mucho. (D3)

Creo que algunos factores como nuestro curso, por ser de dedicación exclusiva, como dije, por ser tanto por la mañana como por la tarde, creo que es un factor que interfiere [...]. (D5)

Creo que la metodología que se emplea en la universidad en la que estudio es una metodología algo anticuada. (D3)

Entonces, siempre hay algún problema en relación con la coordinación, o con el profesor, o con la asignatura [...]. (D7)

Quizás problemas mentales... cuestiones de salud mental, realmente. Percibo que hay mucha gente que está pasando por mucho estrés, y también me di cuenta de que varias personas que conozco están tomando antidepresivos... no tenía noción de que esto estuviera en ese nivel, ¿sabes? (D14)

Es posible mencionar como aspectos positivos el IRA (Índice de Rendimiento Académico), las metodologías empleadas en la realización de los exámenes prácticos, como el OSCE (Objective Structured Clinical Examination), los casos clínicos, el uso de POEs (Procedimientos Operativos Estandarizados) y el cumplimiento de habilidades, entre otros.

Al priori, en una asignatura, por ejemplo, utilizábamos el examen práctico como la realización completa del POE, sin poder equivocarnos. Y actualmente, con el uso de una especie de OSCE, se emplean casos clínicos para evaluarlos. (D4)

Entonces, cuando llegamos allí, hay un caso clínico con varios elementos y tenemos que ejecutar un procedimiento. Estoy hablando más específicamente de una asignatura. (D8)

Hay algunas personas a mi alrededor que se preocupan con eso, porque puede ser importante para el historial universitario más adelante, ya sea por el currículo, por la selección de monitoría o por ingresar a alguna liga académica que nos interese. Entonces, tenemos esa preocupación con el IRA. (D9)

Otro aspecto señalado como influyente en el proceso formativo fue la repercusión del examen práctico en el estado psicológico del estudiante, a través de sentimientos como preocupación, ansiedad y nerviosismo, además de sentirse presionados independientemente de la pandemia. Cabe añadir que, para algunos estudiantes, esto intensificó la dificultad para realizar el examen práctico.

Yo tenía dificultad en los exámenes prácticos cuando eran en laboratorio; me ponía muy nervioso, y existe mucho ese asunto de no querer hacer la prueba. (D2)

Yo me pongo muy... tengo mucha dificultad, me pongo nerviosa en los exámenes prácticos. Cuando voy a hacer una prueba práctica, siempre salgo temblando, ansiosa, llorando, porque me pongo... me pongo nerviosa, así. Me siento presionada y no me gusta sentirme presionada. (D7)

Comprendiendo la diferencia que implica ser estudiante de enfermería

La categoría *Entendiendo la diferencia que implica ser estudiante de enfermería*, junto con sus subcategorías *Constatando la importancia del perfeccionamiento para la formación profesional* y *Siendo una referencia para la sociedad por ser estudiante de enfermería* expresaron cuánto estos estudiantes están enfocados en perfeccionar el perfil profesional de

enfermero durante o curso de enfermería, buscando constantemente conocimiento a través de bases de datos confiables y evidencias científicas para convertirse en profesionales de excelencia. Asimismo, evidenció cómo son considerados una referencia para la comunidad por ser estudiantes de enfermería y del área de la salud, principalmente por poseer conocimientos y por ser futuros profesionales enfermeros. Se identificó que la facultad de enfermería fue considerada un factor impulsor del aprendizaje.

[...] porque yo ya vengo de una generación que está acostumbrada a actualizarse a todo momento. (D1)

[...] pero al mismo tiempo, la facultad de enfermería es buena en el sentido de realmente lograr más aprendizaje, adquirir más conocimiento y desarrollar habilidades. (D11)

Entonces, creo que sí, que uno sirve de influencia para otras personas. (D12)

Percibiendo las diferencias en las relaciones sociales vividas por los estudiantes

En la categoría *Percibiendo las diferencias en las relaciones sociales vividas por los estudiantes* y en las subcategorías *Presentando dificultades en las relaciones sociales* y *Experimentando una buena interacción social* se observaron las interacciones sociales vividas por los estudiantes de enfermería y una contrariedad en lo que respecta a dichas interacciones. Se evidenció un impasse en la relación social con los docentes, con los pacientes —principalmente en el primer contacto—, con los compañeros de la facultad de enfermería y con los familiares.

[...] Entonces, el primer contacto en sí (contacto con el paciente) para mí también es muy difícil, pero después termino soltándome y me quedo más tranquilo. (D2)

Creo que mi mayor dificultad es la falta de humanización por parte de los profesores y, a veces, de los propios alumnos, porque genera una distancia muy grande entre nosotros mismos y los compañeros. (D8)

Por otro lado, algunos estudiantes manifestaban una interacción social agradable con sus familiares, amigos y colegas, y pertenecían a diversos círculos de amistad: universitarios, religiosos, originados en la infancia y en los campos de práctica

Pero igualmente interactúo con mis amigos [...]. Pero con mis amigos creo que interactúo bien. (D2)

Últimamente he conversado más con el personal de la facultad, es imposible que no ocurra; generalmente los amigos de las clases prácticas y los amigos de las ligas académicas. (D3)

La convivencia con mi familia es bastante tranquila. (D6)

Señalando las situaciones controvertidas de identidad con el curso (barreras para el inicio)

La categoría *Señalando las situaciones controvertidas de identidad con el curso (barreras para el inicio)* evidenció las barreras experimentadas por los estudiantes de enfermería para iniciar un *start*, como la visión antagónica sobre la generación actual del estudiante de enfermería—considerada por algunos como una generación mimada—, la dificultad de identificarse con el curso y el impasse vivido durante la facultad por haber realizado la educación secundaria en escuelas públicas. Emergieron las siguientes subcategorías: *Repensando la idea de una generación mimada vs. no mimada*, *Teniendo dificultad o no para identificarse con el curso de enfermería* y *Afrontando dificultades en la facultad por haber realizado la educación secundaria en escuelas públicas*.

Pocos estudiantes consideraban que la generación fuera mimada, que no se esforzara y que mostrara poco compromiso. Sin embargo, la mayoría la reconoció como una generación victoriosa, transformadora, movilizadora, comprometida con sus principios y en progreso, especialmente en el ámbito tecnológico

Desde el punto de vista de los estudiantes de enfermería, los problemas de salud mental están muy presentes en esta generación. En este contexto de ser mimado vs. no mimado, surgió la percepción errónea de la sociedad de que los problemas de salud mental son una tontería, y, en consecuencia, los estudiantes son etiquetados como mimados a lo largo de los discursos de los entrevistados.

Creo que nosotros somos un poco... creo que sí, somos mimados... (D17)

Sí. Porque si no es de la manera que quieren, se enfadan o piensan que es injusto, pero esperan demasiado que las cosas simplemente caigan del cielo, ¿sabes?, en vez de esforzarse por conseguir. Esas personas se quejan mucho sin razón. (D18)

Entonces, creo que es una generación que está aprendiendo mucho; es una generación de cambio y de aprendizaje, una generación que está aprendiendo. No creo que sea una generación mimada. (D15)

Creo que eso genera un problema en la sociedad, porque hoy en día digo en broma que nuestra generación es una generación con muchos problemas psicológicos, está basada en problemas psicológicos, y mucha gente lo descuida. (D15)

También se evidenció tanto la facilidad como la dificultad de identificarse con el curso. La facilidad está muy relacionada con el hecho de que el curso haya sido una elección del propio estudiante. Y la dificultad fue detectada en los primeros semestres de la carrera y disminuyó a lo largo del curso.

Y dificultad, quizá esa sea hoy mi mayor dificultad... aún no, tal vez no haberme identificado con el curso en sí, con la carrera. Creo que... falta ese amor por el curso. Creo que esa sería, sí, mi mayor dificultad. (D2)

Al inicio de la facultad yo la tenía; hoy ya consigo verme en el área, entonces ya no, ¿no? Pero al principio la tenía bastante. (D17)

No, yo no tengo esa dificultad de sentirme en el curso. Es el curso que elegí, así medio de repente, pero no tengo esa dificultad. (D15)

Los estudiantes de enfermería relataron los impasses que experimentaron en la universidad por haber estudiado en una escuela pública en la enseñanza secundaria y no haber realizado un curso preparatorio antes del pregrado. Según estos estudiantes que consideraron bajo el nivel de conocimiento, no hubo exigencia en la escuela pública.

Entonces, creo que si vienes de una escuela pública... no fui muy exigido durante mi formación desde el inicio. Quieras o no, cuando entras en la escuela pública estás allí para obtener tu diploma y eso es todo. Entonces, como no tuve esa exigencia, salí directamente de la escuela pública a la universidad sin pasar por un curso preparatorio y es un gran impacto, y sigue siendo un gran impacto [...]. (D3)

Tuve dificultades al comienzo de la carrera, sí, por haber estudiado en una escuela pública, y trabajé un poco antes. Entonces, sí, tuve dificultades para comprender las asignaturas, porque es un curso que exige un poco más. (D15)

No, porque yo hice un curso preparatorio, pero si no lo hubiera hecho, creo que sí habría tenido dificultades, porque la exigencia en la escuela pública es diferente de la de la escuela privada [...]. (D18)

DISCUSIÓN

De acuerdo con los hallazgos de esta investigación, se puede afirmar que diversos aspectos influyen en el estilo de vida de los estudiantes de enfermería, como una alimentación inadecuada —generalmente con el consumo de alimentos no saludables y más calóricos—, la carga horaria de la facultad, la falta de disponibilidad para la vida social y para sí mismos, entre otros²⁰.

La pandemia de covid-19 también fue un factor que influyó en el estilo de vida de los estudiantes. Tuvo repercusiones directas en las actividades académicas de enfermería y en las relaciones sociales, tal como se identificó en este estudio. Con la pandemia, la enseñanza se transformó en modalidad en línea; las clases teóricas pasaron a ser asincrónicas y/o sincrónicas con el uso de diversas metodologías, y las clases prácticas fueron suspendidas²¹.

Con esta modificación de la rutina y la restricción social, se observó una fuerte influencia en la salud psicológica de los estudiantes de enfermería durante la pandemia. Hubo un aumento de trastornos del sueño, ansiedad y depresión²². Además, el covid-19 también perjudicó las relaciones sociales de los estudiantes universitarios, especialmente con los amigos y con la familia. Se identificó un cambio en este ámbito social²³.

Al analizar esta modificación social derivada de la pandemia desde la perspectiva del interaccionismo simbólico, se puede afirmar que esta adhesión al mundo virtual experimentada por los estudiantes generó consecuencias en el *self* y en la remodelación del arreglo social resultante de la comunicación²⁴. Esto se justifica por el hecho de que el *self* es un producto concebido a partir del proceso comunicacional²⁵.

Incluso antes de la pandemia, los estudiantes de enfermería ya percibían adversidades en las relaciones sociales. Se observa una deficiencia/dificultad por parte de los estudiantes en el proceso de comunicación con el paciente. Necesitan un mayor desarrollo de habilidades comunicacionales y relacionales, como por ejemplo el uso del lenguaje verbal y no verbal²⁶.

Otra relación que involucra este proceso y que contribuye al desarrollo del estudiante de enfermería es la relación discente/docente, pues cuando ocurren los diálogos —ya sea dentro del aula, en los campos de práctica, entre otros espacios—, se considera que constituyen una forma de ejercitar y perfeccionar la comunicación, mejorando así el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este tipo de relación social influye considerablemente en el proceso de formación de estos estudiantes²⁶.

También se observó una buena interacción social entre los estudiantes de enfermería, con sus amigos y con sus familiares. Es fundamental que durante la graduación estos estudiantes aprendan más sobre comunicación, con el fin de contribuir al perfeccionamiento de sus relaciones sociales²⁷.

Las perspectivas sobre la vida universitaria fueron destacadas por los estudiantes de enfermería. Un estudio nacional, realizado con universitarios, reforzó la importancia del incentivo por parte de la universidad en relación con la práctica de actividad física y la realización de deportes en el *campus*. Incluso, dicho estudio afirmó que los estudiantes universitarios que practicaban ejercicios físicos percibían un progreso físico y mental²⁸. Es posible afirmar que las asociaciones deportivas universitarias pueden considerarse como un factor que favorece la vida universitaria.

En relación con el itinerario formativo, en el presente estudio se constató la necesidad de actualización por parte de los docentes de la institución investigada. Sin embargo, se percibió una contradicción respecto a este tema, ya que actualmente todavía existen docentes que son reacios a las transformaciones y al uso de nuevas metodologías, como las activas, en el

campo de la enfermería. Por otro lado, también se observa a otros docentes más involucrados e interesados en emplear estas metodologías en favor del crecimiento y desarrollo del estudiante²⁹.

Se identificó que los docentes de la facultad en la cual se realizó el estudio utilizaban diversas metodologías para aplicar los exámenes prácticos. Uno de los métodos empleados en el pregrado en enfermería es el *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE), considerado muy eficaz para evaluar las competencias clínicas de los estudiantes en cuestión³⁰.

El 33,1 % de los estudiantes de enfermería de Oriente Medio consideró las pruebas prácticas, como el OSCE, como un factor desencadenante de estrés en comparación con la prueba práctica tradicional, debido al tiempo limitado y al entorno en el que se llevan a cabo³¹. En otro estudio internacional, el OSCE desencadenó, durante su realización, sentimientos como estrés, nerviosismo y ansiedad, lo que confirma que las pruebas prácticas generan estrés en los estudiantes y pone de manifiesto la necesidad de mejorar estos procesos evaluativos³².

A lo largo de este estudio surgieron algunas situaciones controversiales de identidad en lo que concierne al curso de enfermería, por lo que se hace necesaria la inclusión de asignaturas identitarias orientadas a la enfermería en los primeros semestres de la graduación, con el fin de ayudar a los estudiantes a identificarse más fácilmente con el curso.

Otro aspecto que conviene analizar es la dificultad experimentada por estos estudiantes, especialmente durante los primeros semestres y a lo largo de la carrera, por haber estudiado en escuelas públicas en la educación secundaria. En este sentido, tal vez sea necesario implementar un curso de nivelación para estos estudiantes y, posiblemente, una asistencia por parte del Núcleo de Atención al Discente en la Facultad de Enfermería.

La educación superior debe estructurarse mediante la puesta en marcha de estrategias institucionales fundamentadas en políticas de promoción de la salud estudiantil. Es relevante la creación de un Núcleo de Atención al Discente que ofrezca apoyo al estudiante en varios aspectos: académicos, de salud mental y otros. Esa iniciativa favorece un ambiente universitario acogedor³³.

Otra opción son los grupos de *mentoring*, que representan una estrategia pedagógica de apoyo continuo, promoviendo apoyo académico e intercambio de experiencias. Este enfoque ha demostrado impactos positivos en el compromiso estudiantil³⁴.

Además, las prácticas de Medicina Integrativa en el ámbito universitario, tales como acupuntura, Reiki, terapias florales, meditación y yoga, permiten ampliar el repertorio de cuidados disponibles para los estudiantes, articulando ciencia, tradición e innovación. La Organización Mundial de la Salud ha reconocido estas prácticas como recursos complementarios eficaces, recomendando su utilización en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y el mejoramiento de la calidad de vida³⁵. Siendo así, la asociación de estas iniciativas fortalece una mejor visibilidad del proceso de enseñanza-aprendizaje, centrado en la formación de profesionales más conscientes, críticos y preparados

Limitaciones del estudio

Como limitaciones, se puede mencionar la dificultad en la recolección de datos, ya que los estudiantes agendaban el horario de las entrevistas, pero lo cancelaban en el momento establecido. Además, el presente estudio fue realizado en un contexto específico, en una única institución pública, lo que requiere una futura generalización y ampliación mediante la realización de nuevos estudios sobre el tema.

CONSIDERACIONES FINALES

Se identificaron diversas condiciones intervinientes y controvertidas relacionadas con el estilo de vida y la vida universitaria, tanto en aspectos positivos como negativos de la formación de los estudiantes de enfermería. La pandemia tuvo repercusiones en la vida académica y social de los estudiantes, en su mayoría desfavorables, tales como la interrupción abrupta de las interacciones sociales, el distanciamiento de la familia, amigos, comunidad y pacientes, además de la suspensión de las actividades académicas en la universidad. Los datos mostraron que el estilo de vida del estudiante de enfermería tiene una influencia multifactorial, incluyendo cuestiones pedagógicas, financieras, de salud mental y de autocuidado, que fueron señaladas como negativas.

Como aspecto positivo, destacaron las campañas de vacunación que proporcionaron una vivencia significativa a los estudiantes por formar parte de ese proceso histórico. Entre los factores favorables que influyen en el estilo de vida de estos estudiantes, se pueden resaltar los conocimientos adquiridos relacionados con la salud, las redes de apoyo, el restaurante universitario (RU) y el área verde del campus, los cuales contribuyen al ocio y al fortalecimiento de los vínculos de apoyo. Esto evidencia que la gestión universitaria debe prestar atención e invertir en el ambiente universitario en beneficio del estudiante. La universidad fue vista como un espacio constructivo por los estudiantes debido al comedor universitario, que favorece una alimentación más saludable, a los incentivos estudiantiles, a las actividades de extensión y de iniciación científica, así como a la buena interacción social existente entre los estudiantes y la institución.

Al mismo tiempo, surgieron factores relacionados con el itinerario formativo, indicando la necesidad de revisar el Plan Pedagógico del Curso con el fin de cumplir la carga horaria mínima prevista en las directrices curriculares nacionales, y de

adoptar una mirada más humanizada hacia el cuidado del estudiante de enfermería durante su formación, previniendo consecuencias negativas como problemas de salud mental derivados de las demandas excesivas del curso.

Es importante resaltar la puesta en práctica de otras estrategias institucionales para respaldar el itinerario formativo, tales como: la creación de un Núcleo de Atención al Estudiante en la Facultad de Enfermería, el desarrollo de una asignatura orientada al autocuidado, la formación de un grupo de *mentoring*, y la oferta por parte de la universidad de actividades vinculadas a la medicina integrativa, como acupuntura, Reiki, terapias florales, meditación, yoga, entre otras.

REFERENCIAS

1. World Health Organization (WHO). Basic documents: forty-ninth edition (including amendments adopted up to 31 May 2019). Geneva: World Health Organization; 2020 [cited 2024 Nov 30]. Available from https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-en.pdf
2. Aşilar RH, Yıldırım A, Karakurt P, Çelebi F. TJFMPCTurkish Journal of Family Medicine and Primary Care. 2020 [cited 2024 Dec 09]; 14(1):72-81. DOI: <https://doi.org/10.21763/tjfmpe.693105>.
3. Mahfouz HA, Alhazmi NF, Almatrafi MK, Almeahmadi SS, Alharbi JK, Qadi LR, et al. The influence of lifestyle on academic performance among health profession students at Umm Al-Qura University. Cureus. 2024 [cited 2024 Dec 11]; 23;16(3):e56759. DOI: <https://doi.org/10.7759/cureus.56759>
4. Pires AMF. Evaluation of the risk behavior of medical students at a university in Alagoas. Rev. Bras. Educ; med. 2022 [cited 2024 Nov 20]; 46(1):e033. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.1-20210217>.
5. Çetinkaya S, Sert H. Healthy lifestyle behaviors of university students and related factors. Acta Paul Enferm. 2021 [cited 2024 Apr12]; 34:eAPE02942. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2021AO02942>.
6. Martínez-Royert JC, Peñate MP, Pájaro-Martínez MC. Lifestyle in undergraduate nursing students at a Colombian University. Int J Special Educ. 2022 [cited 2024 Dec 11]; 35(1):e1785. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Judith-Martinez-Royert-2/publication/362243400_Lifestyle_in_Undergraduate_Nursing_Students_at_a_Colombian_University/links/62df38484246456b55e72e2c/Lifestyle-in-Undergraduate-Nursing-Students-at-a-Colombian-University.pdf.
7. Peixoto LCP, Santos EKAD, Andrade LM, Carvalho PALD, Sena ELDS. Victim and villain: ambiguous experience of nursing students in the university context. Rev Gaúcha Enferm. 2021 [cited 2024 May 02]; 42:e20200365. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200365>.
8. Lesińska-Sawicka M, Pisarek E, Nagórska M. The health behaviours of students from selected countries—a comparative study. Nurs. Rep. 2021 [cited 2025 Dec 07]; 11:404-17. DOI: <https://doi.org/10.3390/nursrep11020039>.
9. Guerrero-Agenjo CM, López-Tendero J, López-González Á, Guisado-Requena IM, Laredo-Aguilera JA, Carmona-Torres JM, et al. Alcohol consumption in nursing students after the COVID-19 lockdown. Healthcare. 2023 [cited 2024 Nov 20]; 11(8):1185. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare11081185>.
10. Artiga LMS, Lefevre F, Medeiros D. Social representation of alcohol and tobacco in nursing undergraduate students. CES Psicol. 2023 [cited 2024 Dec 11]; 16(1):211-28. DOI: <https://dx.doi.org/10.21615/cesp.6424>.
11. Santos, AL, Prati SRA, Santos AS. University students' lifestyle of students in different shifts. RSD. 2021 [cited 2024 Oct 14]; 10(5):e54810515442. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i5.15442>.
12. Cardoso LGS, Ávila LK. Impacto do estilo de vida na qualidade de vida de estudantes de Ciências da Saúde. Rev Enferm Atenção Saúde. 2023 [cited 2024 Oct 14]; 12(2):e202380. Available from: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/enfer/article/view/6842>.
13. Chattu VK, Sahu PK, Seedial N, Seecharan G, Seepersad A, Seunarine M, et al. An exploratory study of quality of life and its relationship with academic performance among students in medical and other health professions. Med Sci. 2020 [cited 2024 Oct 14]; 8(2):23. DOI: <https://doi.org/10.3390/medsci8020023>.
14. Carvalho ALS, Valente GSC. O estilo de vida dos estudantes de enfermagem pelo mundo. Enfermagem Brasil. 2019 [cited 2024 Oct 14]; 18(5):69-9. DOI: <https://doi.org/10.33233/eb.v18i5.2753>.
15. Blumer H. Symbolic interactionism: perspective e method: Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall; 1969.
16. Corbin J, Strauss A. Basics of qualitative research: techniques and procedures for developing Grounded Theory. California: SAGE; 2015.
17. Buus N, Perron A. The quality of quality criteria: replicating the development of the Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research (COREQ). Int J Nurs Stud. 2020 [cited 2024 Apr 12]. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.103452>.
18. Turner C, Astin F. Grounded theory: what makes a grounded theory study? Eur J Cardiovasc Nurs. 2021 [cited 2024 Dec 11]; 20(3):285-9. DOI: <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvaa034>.
19. Ministério da Saúde (Br). Resolução n, 466, de 12 de dezembro de 2012. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. 2012 [cited 2019 Oct 21]. Available from: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>.
20. Ministério da Saúde (Br). Resolução Nº 510, de 7 de abril de 2016. 2016 [cited 2019 Oct 21]. Available from: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html.
21. Ministério da Saúde (Br). Lei Nº 13709, de 14 de agosto de 2018. 2018 [cited 2020 Mar 10]. Available from: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/l13709.htm.
22. Carvalhais M et. al. Promoting healthy lifestyles in nursing students. TIIS. 2020 [cited 2024 May 20]; 3(1):43-5. DOI: <https://doi.org/10.37914/tiis.v3i1.79>.
23. Fernandes JD, Silva RMO, Cordeiro ALAO, Teixeira GADS. Nursing internship programs in the pandemic covid-19 times. Esc. Anna. Nery. 2021 [cited 2024 Apr 21]; 25(spe):e20210061. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0061>.

24. Mulyadi M, Tonapa SI, Luneto S, Lin WT, Lee B. Prevalence of mental health problems and sleep disturbances in nursing students during the covid-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Nurse Educ Pract*. 2021 [Cited 2024 Apr 05]; 57:103228. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103228>.
25. Ruiz-Zaldibar C, García-Garcés L, Vicario-Merino Á, Mayoral-Gonzalo N, Lluesma-Vidal M, Ruiz-López M, et al. The impact of covid-19 on the lifestyles of university students: a Spanish online survey. *Healthcare*. 2022 [cited 2024 Apr 12]; 10(2):309. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare10020309>.
26. Cunha AV. George Herbert Mead e Herbert Blumer: a formação do self e a lógica da investigação científica no interacionismo simbólico. *Revista do Curso de Ciências Contábeis*. 2017 [cited 2022 Mar 22]; 16(1):25-39. Available from: <https://sopece.br/revistas/index.php/cont/article/view/14>.
27. Casagrande CA. Interacionismo simbólico, formação do self e educação: uma aproximação ao pensamento de GH Mead. *Educação e Filosofia*. 2016 [cited 2022 Mar 22]; 30(59):375-403. Available from: <https://pdfs.semanticscholar.org/f1fa/bc7dd7122ce3b47a8414db9a2c704f09b54c.pdf>.
28. <https://pdfs.semanticscholar.org/f1fa/bc7dd7122ce3b47a8414db9a2c704f09b54c.pdf>.
29. Soares AKF, Sá CHC, Lima RS, Barros MS, Coriolano-Marinus MWL. Communication in health care from the experience of nursing students and teachers: contribution to health literacy. *Ciênc saúde coletiva*. 2022 [cited 2024 May 20]; 27(5):1753–62. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232022275.21462021EN>.
30. Zhang T, Su D, Yang Y, Li S. Does interpersonal self-support matter for freshman nursing students' professional identity? Evidence from Mainland China. *Front Psychol*. 2023 [cited 2024 Jun 05]; 23(14):1123625. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123625>.
31. Vincent SC, Arulappan J, Amirtharaj A, Matua GA, Al Hashmi I. Objective structured clinical examination vs traditional clinical examination to evaluate students' clinical competence: a systematic review of nursing faculty and students' perceptions and experiences. *Nurse Educ Today*. 2022 [cited 2024 Oct 14]; 108:105170. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.105170>.
32. Alamri S, Al Hashmi I, Jamaan K, Al-Abri S, Alrahbi Z, Al Kaabi T. Nursing students' perception and attitude towards objective structured clinical examination in Oman. *Sultan Qaboos Univ Med J*. 2022 [cited 2024 Oct 14]; 22(3):343-50. DOI: <https://doi.org/10.18295/squmj.2.2022.012>.
33. Kirwan C, Szafranska M, Coveney K, Horton S, Carroll L. Midwifery students' experiences of objective structured clinical examinations: a qualitative evidence synthesis. *Nurs Educ Today*. 2022 [cited 2024 Oct 14]; 113:105381. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105381>.
34. Silva RM, Gouveia MTO, Pinheiro AKB, et al. Estratégias de promoção da saúde mental de estudantes universitários: revisão integrativa. *Rev Bras Enferm*. 2020 [cited 2025 Set 28]; 73:e20190425. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0425>.
35. Brondani PGM, Santos AH, Oliveira AM, Anunciação CE, Garcia-Zapata MTA, Pereira MAD. Um programa de mentoria para estudantes de Medicina de uma universidade do Centro-Oeste brasileiro. *Rev. Bras. Edu. med*. 2021 [cited 2025 Sep 28]; 45:e106. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.supl.1-20210105>.
36. Santos LMP, Monteiro EMLM, Almeida MCS. Autocuidado e saúde mental no ensino superior: perspectivas para a formação em saúde. *Interface (Botucatu)*. 2021 [cited 2025 Sep 28]; 25:e200641. DOI: <https://doi.org/10.1590/Interface.200641>.

Contribuciones de las autoras

Concepción, J.R.M. y G.V.V.; metodología, J.R.M. y G.V.V.; validación, J.R.M. y G.V.V.; análisis formal, J.R.M., G.V.V. y A.T.H.; investigación, J.R.M. y G.V.V.; curaduría de datos, J.R.M. y G.V.V.; redacción, J.R.M, G.V.V., A.T.H, E.S.R.S.; revisión y edición, J.R.M, G.V.V., A.T.H, E.S.R.S.; visualización, J.R.M, G.V.V., A.T.H, E.S.R.S.; supervisión, J.R.M. y G.V.V.; administración de proyectos, J.R.M. y G.V.V. Todas las autoras leyeron y aceptaron la versión final del manuscrito.

Uso de herramientas de inteligencia artificial

Las autoras declaran que no se utilizaron herramientas de inteligencia artificial en la composición del manuscrito *“Aspectos controvertidos en el estilo de vida de estudiantes de pregrado en enfermería”*.