

Nivel y características del ambiente enriquecido en estudiantes universitarios: Un estudio transversal.

Martínez Rojas Carlos Emiliano, Flores Ramos Mónica, Vega Rosas Andrés.

INTRODUCCIÓN

Un Ambiente Enriquecido (AE) comprende un complejo de estímulos físicos, sociales y cognitivos que han demostrado efectos beneficiosos en cuanto a la sintomatología depresiva, ansiosa y funciones cognitivas.

El concepto de AE incluye múltiples actividades validadas en adultos que podrían no ser realizadas por la población juvenil. Sin embargo la población joven universitaria dichas actividades pudieran ser diferentes.

OBJETIVO

Explorar el nivel de AE con el que cuentan estudiantes universitarios de un centro privado, a través del Indicador de AE (IAE); describiendo las actividades más y menos realizadas por dominios cognitivo, social y de actividad física.

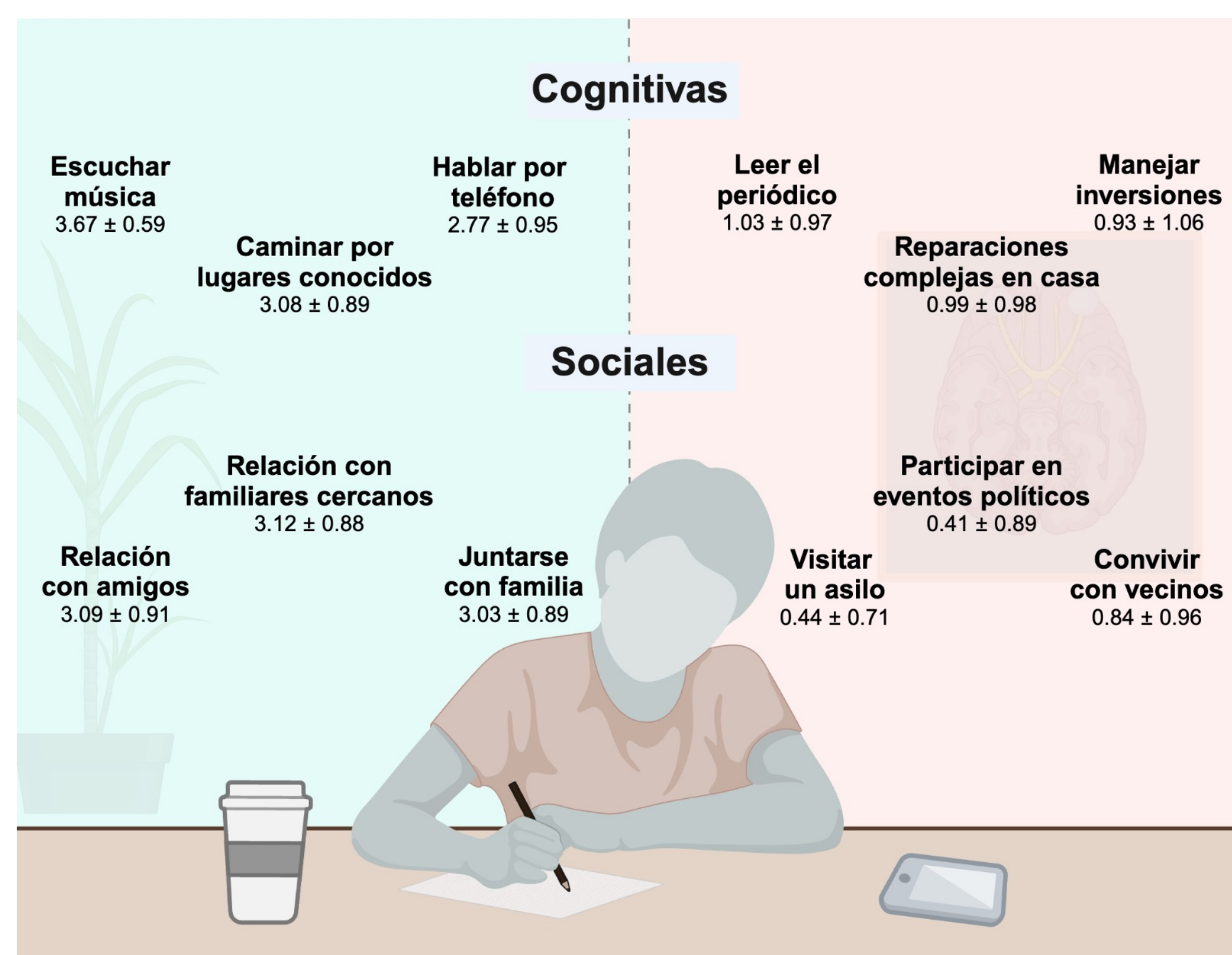
MÉTODOS

Se reclutaron 93 participantes de un centro privado a quienes se les realizaron los cuestionarios AMAI e IAE, de los cuales solo 62 los completaron, se realizó estadística descriptiva de las características sociodemográficas y promedio de puntaje obtenido en cada ítem del IAE.

RESULTADOS

Presentaron una edad de 23.31 ± 6.25 años, siendo hombres el 41.93% (n=26) y 58.06% mujeres (n=36). El 87.09% (n=54) fueron originarios de Ciudad de México, el 19.35% (n=12) son empleados, viviendo en un hogar de 4.31 personas, con un nivel socioeconómico de 42.63 ± 4.52 puntos de acuerdo a la AMAI.

El 41.93% (n=26) tuvieron un AE alto, el 43.54% (n=27) uno medio y el 14.51% (n=9) uno bajo; no se encontraron diferencias por sexo o por nivel socioeconómico.



CONCLUSIÓN

La mayoría de los estudiantes universitarios evaluados cuentan con un nivel medio o alto de AE, independientemente al sexo o nivel socioeconómico, además de que este grupo etario realiza todas las actividades del IAE.

DISCUSIÓN

Escuchar música y relacionarse con familiares cercanos fue una de las actividades más frecuentes, lo cual coincide con hallazgos previos que han demostrado que son fuentes accesibles y efectivas de estimulación cognitiva y regulación emocional entre jóvenes; en contraste, actividades como manejar inversiones o asistir a eventos políticos fueron las menos realizadas, lo cual puede reflejar una falta de acceso, interés o percepción de relevancia en la etapa universitaria.

