

RECIBIDO: 09 DE JULIO DE 2026. REVISADO: 24 DE JULIO DE 2026. ACEPTADO: 01 DE SEPTIEMBRE DE 2026.

ESTILOS DE VIDA SEGÚN SEMESTRE ACADÉMICO EN ADOLESCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR DE UNA INSTITUCIÓN RURAL DE GUERRERO

LIFESTYLES BY ACADEMIC SEMESTER IN UPPER SECONDARY SCHOOL ADOLESCENTS FROM A RURAL INSTITUTION IN GUERRERO

Juan José Sánchez García

Centro de Estudios Tecnológico Industrial y de Servicios No. 117 (CETIS 117)
juanjose.sanchez.ce117@dgeti.sems.gob.mx

ORCID: 0009-0009-2670-8721

Coyuca de Benítez, Guerrero

Hilda Moreno Hernández

Centro de Estudios Tecnológico Industrial y de Servicios No. 117 (CETIS 117)
hilda.moreno.ce117@dgeti.sems.gob.mx

ORCID: 0009-0002-7041-4789

Coyuca de Benítez, Guerrero

Jorge Medardo Galeana García

Centro de Estudios Tecnológico Industrial y de Servicios No. 117 (CETIS 117)
jorgemedardo.galeana.ce117@sems.gob.mx

ORCID: 0009-0009-2422-394X

Coyuca de Benítez, Guerrero

RESUMEN

La adolescencia constituye una etapa clave para la adopción de hábitos que influyen en la salud y el bienestar. El objetivo de este estudio fue identificar y comparar los estilos de vida de estudiantes de segundo y sexto semestre de una institución de Educación Media Superior pública del estado de Guerrero, mediante la aplicación de la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos.

Se realizó un estudio con enfoque cuantitativo, diseño transversal y alcance descriptivo. La muestra estuvo integrada por 65 estudiantes seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. El instrumento utilizado consta de 40 ítems tipo Likert que evalúan seis dimensiones: alimentación, actividad física, estado emocional, relaciones sociales, toxicomanías y salud (prevención de enfermedades y sexualidad).

El análisis estadístico se realizó con Jamovi versión 2.7 e incluyó estadísticos descriptivos, alfa de Cronbach, prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, prueba U de Mann-Whitney y correlación Rho de Spearman.

Los resultados mostraron una adecuada consistencia interna del instrumento ($\alpha = .812$). Se identificaron diferencias estadísticamente significativas entre estudiantes de segundo y sexto semestre en las dimensiones de toxicomanías ($U = 347$, $p = .014$), salud ($U = 367$, $p = .038$) y en el puntaje total de estilos de vida ($U = 348$, $p = .020$). Asimismo, se observó una correlación negativa y significativa entre el semestre académico y el puntaje total de estilos de vida ($p = -0.292$, $p = .018$).

En conclusión, los estudiantes de sexto semestre presentaron puntuaciones menores en el total de estilos de vida, así como en las dimensiones de salud y toxicomanías, en comparación con los de segundo semestre. Estos hallazgos aportan evidencia sobre las diferencias en los estilos de vida de adolescentes de un contexto rural y resaltan la importancia de fortalecer las estrategias de promoción de la salud en el ámbito escolar.

Palabras clave: Adolescencia; Estilos de vida; Promoción de la salud; Medio rural.

ABSTRACT

Adolescence is a key stage for adopting habits that influence health and well-being. The aim of this study was to identify and compare the lifestyles of second- and sixth-semester students at a public upper-secondary school in the State of Guerrero, using the Lifestyle Scale for Mexican Adolescents.

A quantitative, cross-sectional, descriptive study was conducted. The sample consisted of 65 students selected through non-probability convenience sampling. The instrument used comprises 40 Likert-type items evaluating six dimensions: diet, physical activity, emotional state, social relationships, substance use, and health (disease prevention and sexuality).

Statistical analysis was performed using Jamovi version 2.7 and included descriptive statistics, Cronbach's alpha, the Shapiro-Wilk normality test, the Mann-Whitney U test, and Spearman's rho correlation.

The results showed adequate internal consistency for the instrument ($\alpha = .812$). Statistically significant differences were identified between second- and sixth-semester students in the dimensions of substance use ($U = 347$, $p = .014$) and health ($U = 367$, $p = .038$), as well as in the total lifestyle score ($U = 348$, $p = .020$). Additionally, a significant negative correlation was observed between the academic semester and the total lifestyle score ($p = -0.292$, $p = .018$).

In conclusion, sixth-semester students showed lower scores in the total lifestyle measure, as well as in the health and substance use dimensions, compared to second-semester students. These findings provide evidence regarding lifestyle differences among adolescents in a rural context and highlight the importance of strengthening health promotion strategies within the school setting.

Keywords: *Adolescence; Lifestyle; Health Promotion; Rural Setting.*

INTRODUCCIÓN



La adolescencia constituye una etapa crítica del desarrollo humano. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que durante esta etapa los hábitos de vida adquieren un papel determinante para la salud presente y futura (OMS, 2025). En México, diversos estudios han señalado la presencia de problemas emergentes asociados con estilos de vida no saludables, entre los que destacan la alimentación deficiente, la baja actividad física, el manejo inadecuado del estado emocional, las relaciones sociales frágiles, el consumo de sustancias y la limitada práctica de conductas preventivas en salud (Bazán-Riverón et al., 2019). Estos factores, considerados dimensiones esenciales del bienestar integral, requieren ser evaluados de manera sistemática para orientar estrategias de promoción de la salud en población adolescente (Hernando et al., 2013).

El contexto rural añade particularidades que influyen en la formación de hábitos. En instituciones de educación media superior ubicadas en zonas de alta marginación y con un grado de rezago social medio, como una institución de Educación Media Superior ubicada en una zona rural del estado de Guerrero, los estilos de vida de los estudiantes pueden estar relacionados con las condiciones sociales, económicas y culturales de su entorno (CONEVAL, 2025). La identificación de estas características resulta indispensable para comprender los factores de riesgo y las áreas de oportunidad que inciden en el rendimiento académico y el desarrollo integral de los jóvenes.

La aplicación de instrumentos validados, como la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos propuesta por Bazán-Riverón et al. (2019), ofrece evidencia psicométrica confiable que permite describir y analizar los hábitos de vida en diferentes dimensiones. Contar con este tipo de diagnósticos facilita la planeación de estrategias institucionales ajustadas a las necesidades reales, fortalece la mejora continua de los programas escolares y promueve la reflexión de los propios adolescentes sobre su autocuidado y motivación hacia cambios positivos en sus hábitos de acuerdo con la Secretaría de Educación Pública (Gobierno de México, 2024).

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La salud de los adolescentes es reconocida como un tema prioritario a nivel mundial. La Organización Mundial de la Salud enfatiza que esta etapa del desarrollo humano está marcada por cambios físicos, emocionales y sociales que influyen en la adopción de estilos de vida, y que las conductas de riesgo como el consumo de sustancias, la mala alimentación y el sedentarismo representan desafíos para los sistemas de salud (OMS, 2025).

En Europa, investigaciones han mostrado que los hábitos alimentarios y la actividad física en adolescentes se relacionan directamente con la prevención de enfermedades crónicas y con la calidad de vida futura (Marques et al., 2019). Asimismo, estudios realizados en España destacan la influencia de factores sociales y familiares en la adopción de conductas saludables (Hernando et al., 2013) y subrayan la necesidad de programas escolares que refuercen la educación para la salud (Lima-Serrano et al., 2018).

En América Latina, la literatura científica ha documentado que los adolescentes enfrentan desigualdades en el acceso a servicios de salud y programas de prevención, especialmente en contextos rurales. Investigaciones en Chile señalan que los estilos de vida juveniles se ven condicionados por el entorno socioeconómico, lo que incrementa la vulnerabilidad frente a problemas como obesidad, consumo de alcohol y tabaquismo (Tala et al., 2020).

En México, estudios recientes han evaluado la calidad nutricional de los refrigerios escolares (Cerdán et al., 2018) y el estado de salud de los estudiantes Sánchez-Vega y Espinoza-Ortega (2024), encontrando deficiencias que requieren atención institucional. Además, investigaciones en Veracruz han evidenciado que los adolescentes presentan hábitos heterogéneos influenciados por el contexto rural y las condiciones de marginación (Cerdán et al., 2018).

La estrategia nacional “Vida Saludable” impulsada por la Secretaría de Educación Pública (Delgado-Carrillo et al., 2024) reconoce la importancia de promover estilos de vida saludables desde la adolescencia, integrando

acciones de alimentación, actividad física y prevención de adicciones como parte de la política pública (Gobierno de México, 2024). En este marco, la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos desarrollada por Bazán-Riverón et al. (2019), constituye una herramienta validada que permite evaluar seis dimensiones clave: alimentación, actividad física, estado emocional, relaciones sociales, toxicomanías y salud preventiva. Su aplicación en instituciones de educación media superior ofrece evidencia estandarizada para el diseño de programas de promoción de la salud ajustados a las necesidades reales de los estudiantes.

La revisión de la literatura confirma que los estilos de vida en adolescentes son un campo de estudio indispensable para comprender los factores de riesgo y orientar estrategias de intervención.

Con base en lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué diferencias existen en los estilos de vida de los adolescentes de segundo y sexto semestre de una institución de Educación Media Superior pública del estado de Guerrero?

OBJETIVO GENERAL

Conocer y comparar los estilos de vida de los adolescentes de segundo y sexto semestre de la institución participante mediante la aplicación de la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos, con el propósito de generar evidencia que contribuya al diseño de estrategias institucionales de promoción de la salud.

METODOLOGÍA

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño transversal y descriptivo, ya que se buscó caracterizar los estilos de vida de los adolescentes en un momento específico, sin manipulación de variables (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

POBLACIÓN Y MUESTRA

La población de estudio estuvo conformada por los estudiantes inscritos en una institución de Educación Media Superior pública de sostenimiento federal, ubicada en una zona rural del estado de Guerrero. La muestra se integró por un total de 65 estudiantes, de los cuales el 66% fueron mujeres y el 34% hombres, con una edad promedio de 17 años. Predominó el grupo de 15 a 16 años (49.2%, $n = 32$). Los participantes pertenecían al segundo y sexto semestre y fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Criterios de inclusión

- Estar inscrito en la institución participante.
- Pertenecer al segundo o sexto semestre.
- Aceptar participar voluntariamente en el estudio mediante consentimiento informado.
- Responder de manera completa el instrumento aplicado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no se encontraban presentes el día de la aplicación.
- Participantes que manifestaron no estar de acuerdo en formar parte del estudio.

Criterios de eliminación

- Aquellos que no completaron el cuestionario en su totalidad.

TÉCNICA E INSTRUMENTO

La técnica de recolección de datos consistió en la aplicación grupal de la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos, desarrollada y validada originalmente por Bazán-Riverón et al. (2019). En su estudio psicométrico original, que incluyó una muestra homogénea de 523 adolescentes de 11 a 15 años en el Estado de México, el instrumento demostró propiedades sólidas de validez y confiabilidad.

La validez de constructo fue confirmada mediante un análisis factorial por el método de componentes principales

con rotación varimax, corroborando una estructura de seis dimensiones que explicaron el 70% de la varianza total. En cuanto a su consistencia interna, el estudio de validación original reportó un coeficiente Alfa de Cronbach global satisfactorio de .75, con valores dimensionales que oscilaron entre .68 (Salud) y .85 (Alimentación, Actividad física, Estado emocional y Relaciones sociales). La escala consta de 40 reactivos tipo Likert de 5 puntos (0 a 4) con un valor medio de 2, distribuidos en seis dimensiones esenciales: 1. Alimentación, 2. Actividad física, 3. Estado emocional, 4. Relaciones sociales, 5. Toxicomanías y 6. Salud.

Se precisa que la presente investigación no realizó un proceso de revalidación psicométrica, sino que se limitó a su aplicación en campo y al análisis de su consistencia interna. Con fines puramente descriptivos y de control interno para nuestra muestra específica ($N = 65$), se calculó de forma independiente el coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo un valor de .812.

PROCEDIMIENTO

La aplicación se llevó a cabo en el mes de junio de 2026, en las aulas del plantel, bajo supervisión de los investigadores y en horarios previamente acordados con las autoridades escolares. Se explicó a los estudiantes el propósito del estudio y se garantizó la confidencialidad de sus respuestas. Posteriormente, se distribuyó el cuestionario en formato impreso y se otorgó el tiempo necesario para su llenado.

El procesamiento estadístico se llevó a cabo utilizando el software Jamovi versión 2.7. Conforme a las directrices metodológicas de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), la selección de los análisis estadísticos debe responder rigurosamente al nivel de medición de las variables y a la verificación previa de sus supuestos.

En primer lugar, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk con el objetivo de evaluar formalmente si las puntuaciones obtenidas en las dimensiones y en el puntaje total de los estilos de vida se distribuían de manera normal. Los análisis indicaron que las puntuaciones de dimensiones fundamentales como Actividad física,

Relaciones sociales y Toxicomanías se desviaron de forma significativa de la distribución normal ($p < .05$), por lo que se optó por emplear procedimientos estadísticos no paramétricos. En función de estos supuestos evaluados y reconociendo que las escalas Likert poseen un nivel de medición esencialmente ordinal, se fundamentó la selección de procedimientos no paramétricos.

Se justificó el empleo de la prueba U de Mann-Whitney para comparar los rangos promedio de las dimensiones de estilos de vida entre los estudiantes de segundo ($n = 35$) y sexto ($n = 30$) semestre, al tratarse de dos grupos independientes definidos por la variable semestre académico, la cual posee una naturaleza de nivel de medición ordinal al existir un orden jerárquico entre ambos niveles.

Se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para examinar la fuerza y dirección de las asociaciones monótonas entre la variable ordinal semestre académico y las puntuaciones de las dimensiones de los estilos de vida, al ser el coeficiente de elección idóneo frente a distribuciones libres de supuestos paramétricos y variables de escala ordinal.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA

La muestra estuvo constituida por 65 estudiantes (Tabla 1), con un predominio del sexo femenino (66.0%, $n = 43$). La mayor proporción de los participantes se ubicó en el rango de 15 a 16 años (49.2%, $n = 32$) y en el segundo semestre académico (53.8%, $n = 35$). En cuanto al estado de salud, la mayoría reportó no padecer enfermedades (86.2%, $n = 56$), identificándose las patologías respiratorias y alérgicas como la principal afección (12.3%, $n = 8$). Finalmente, la afiliación a IMSS-BIENESTAR representó la mayor cobertura de seguridad social (27.7%, $n = 18$), sobresaliendo que un 21.5% ($n = 14$) de los estudiantes refirió desconocer su tipo de derechohabiencia.

Tabla 1

Características sociodemográficas y de salud

Sexo	N = 65¹
Femenino	43 (66%)
Masculino	22 (34%)
Enfermedad	
Ninguna	56 (86%)
Respiratorias y alérgicas	8 (12%)
Gástricas	1 (1.5%)
Seguridad Social	
ISSSTE	15 (23%)
IMSS-BIENESTAR	18 (28%)
IMSS ORDINARIO	15 (23%)
No sabe	14 (22%)
Otro seguro	3 (4.6%)
Edad	
15-16 años	32 (49%)
17-18 años	19 (29%)
19-20 años	14 (22%)
Semestre	
2.º semestre	35 (54%)
6.º semestre	30 (46%)

¹ n (%)

Nota. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

Se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk a una muestra de 65 participantes (Tabla 2) para evaluar la normalidad de las puntuaciones obtenidas en las dimensiones y en el puntaje total de los estilos de vida. Los resultados indicaron que las variables Alimentación ($p = .201$), Estado emocional ($p = .118$), Salud ($p = .178$) y Total de estilos de vida ($p =$

$.708$) presentaron una distribución normal ($p > .05$). En contraste, Semestre ($p < .001$), Actividad física ($p = .041$), Relaciones sociales ($p = .005$) y Toxicomanías ($p < .001$) mostraron desviaciones significativas de la normalidad ($p < .05$). Por tanto, no todas las variables cumplieron el supuesto de normalidad.

Tabla 2*Prueba de normalidad*

	N	Perdidos	Media	Mediana	DE	RIC	Shapiro-Wilk	
							W	p
Semestre	65	0	1.923	1	1.005	2.000	0.634	<.001
Alimentación	65	0	2.109	2.100	0.414	0.400	0.975	.201
Actividad física	65	0	1.702	1.800	0.593	0.600	0.961	.041
Estado emocional	65	0	1.962	2.000	0.702	0.750	0.970	.118
Relaciones sociales (familia, amigos, escuela)	65	0	2.274	2.400	0.629	1.000	0.943	.005
Toxicomanías	65	0	0.638	0.250	0.852	1.000	0.760	<.001
Salud (prevención de enfermedades y sexualidad)	65	0	1.721	1.875	0.638	1.000	0.974	.178
Total, estilos de vida	65	0	10.406	10.450	1.872	1.975	0.987	.708

Nota. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

En la presente investigación, la escala obtuvo una consistencia interna de $\alpha = .812$ (Tabla 3), lo cual coincide con la fiabilidad reportada en el estudio original de validación de Bazán-Riverón et al. (2019).

Tabla 3*Análisis de fiabilidad*

Estadísticas de Fiabilidad de Escala	
	Alfa de Cronbach
Escala	0.812
N elementos	40

Nota. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

Debido a que algunas variables no cumplieron el supuesto de normalidad, se utilizó la prueba U de Mann-Whitney (Tabla 4) para comparar a los estudiantes de 2.º y 6.º semestre. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los estudiantes de segundo y sexto semestre en las dimensiones de Toxicomanías ($U = 347$, $p = .014$), Salud ($U = 367$, $p = .038$) y en el puntaje total de estilos de vida ($U = 348$, $p = .020$).

De acuerdo con los estadísticos descriptivos (Tabla 4.1), los estudiantes de segundo semestre presentaron puntuaciones superiores en estas variables que los de sexto semestre. Por otro lado, no se encontraron diferencias significativas en Alimentación ($p = .247$), Actividad física ($p = .100$), Estado emocional ($p = .942$) ni Relaciones sociales ($p = .801$), lo que indica comportamientos similares entre ambos grupos en dichas dimensiones.

Tabla 4
Prueba de comparación Mann-Whitney U

		Estadística	p
Alimentación	Mann-Whitney U	437	.247
Actividad física	Mann-Whitney U	401	.100
Estado emocional	Mann-Whitney U	519	.942
Relaciones sociales (familia, amigos, escuela)	Mann-Whitney U	506	.801
Toxicomanías	Mann-Whitney U	347	.014
Salud (prevención de enfermedades y sexualidad)	Mann-Whitney U	367	.038
Total, estilos de vida	Mann-Whitney U	348	.020

Nota. U = estadístico de Mann-Whitney. H_a : existen diferencias entre los estudiantes de segundo y sexto semestre. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

Tabla 4.1
Estadísticos descriptivos de las variables analizadas en estudiantes de segundo y sexto semestre

	Grupo	N	Media	Mediana	DE	EE
Alimentación	2.º semestre	35	2.180	2.100	0.404	0.0682
	6.º semestre	30	2.027	2.00	0.418	0.0764
Actividad física	2.º semestre	35	1.811	1.800	0.511	0.0864
	6.º semestre	30	1.573	1.70	0.662	0.1208
Estado emocional	2.º semestre	35	1.964	2.000	0.619	0.1046
	6.º semestre	30	1.958	2.00	0.800	0.1460
Relaciones sociales (familia, amigos, escuela)	2.º semestre	35	2.291	2.400	0.637	0.1076
	6.º semestre	30	2.253	2.30	0.630	0.1150
Toxicomanías	2.º semestre	35	0.814	0.500	0.854	0.1443
	6.º semestre	30	0.433	0.00	0.817	0.1492
Salud (prevención de enfermedades y sexualidad)	2.º semestre	35	1.879	1.875	0.604	0.1020
	6.º semestre	30	1.538	1.44	0.637	0.1162
Total, estilos de vida	2.º semestre	35	10.940	10.850	1.913	0.3233
	6.º semestre	30	9.783	9.90	1.642	0.2998

Nota. N = tamaño de la muestra; DE = desviación estándar; EE = error estándar. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

La correlación de Spearman (Tabla 5) evidenció asociaciones significativas entre algunas de las dimensiones evaluadas. El semestre mostró correlaciones negativas con Toxicomanías ($\rho = -0.307$, $p = .013$), Salud

($\rho = -0.261$, $p = .036$) y el Total de estilos de vida ($\rho = -0.292$, $p = .018$), lo que indica que los estudiantes de sexto semestre tendieron a presentar puntuaciones menores en estas variables.

Asimismo, el Total de estilos de vida se correlacionó de manera positiva y significativa con Alimentación ($p = 0.360$, $p = .003$), Actividad física ($p = 0.497$, $p < .001$), Estado emocional ($p = 0.474$, $p < .001$), Toxicomanías ($p = 0.518$, $p < .001$) y Salud ($p = 0.628$, $p < .001$), destacando esta última como la asociación de mayor magnitud.

Además, se observó una correlación positiva entre Estado emocional y Toxicomanías ($p = 0.347$, $p = .005$), y una correlación negativa entre Relaciones sociales y Toxicomanías ($p = -0.304$, $p = .014$). No se encontraron asociaciones estadísticamente significativas entre las demás variables ($p > .05$).

Tabla 5
Prueba de asociación Rho de Spearman

Matriz de correlación									
		Semestre	Alimentación	Actividad física	Estado emocional	Relaciones sociales (familia, amigos, escuela)	Toxicomanías	Salud (prevención de enfermedades y sexualidad)	Total estilos de vida
Semestre	Rho de Spearman	—							
	df	—							
	p-valor	—							
	N	—							
Alimentación	Rho de Spearman	-0.145	—						
	df	63	—						
	p-valor	.248	—						
	N	65	—						
Actividad física	Rho de Spearman	-0.207	-0.007	—					
	df	63	63	—					
	p-valor	.099	.953	—					
	N	65	65	—					
Estado emocional	Rho de Spearman	0.010	-0.007	0.105	—				
	df	63	63	63	—				
	p-valor	.938	.956	.407	—				
	N	65	65	65	—				
Relaciones sociales (familia, amigos, escuela)	Rho de Spearman	-0.032	0.203	0.099	-0.208	—			
	df	63	63	63	63	—			
	p-valor	.798	.105	.431	.096	—			
	N	65	65	65	65	—			

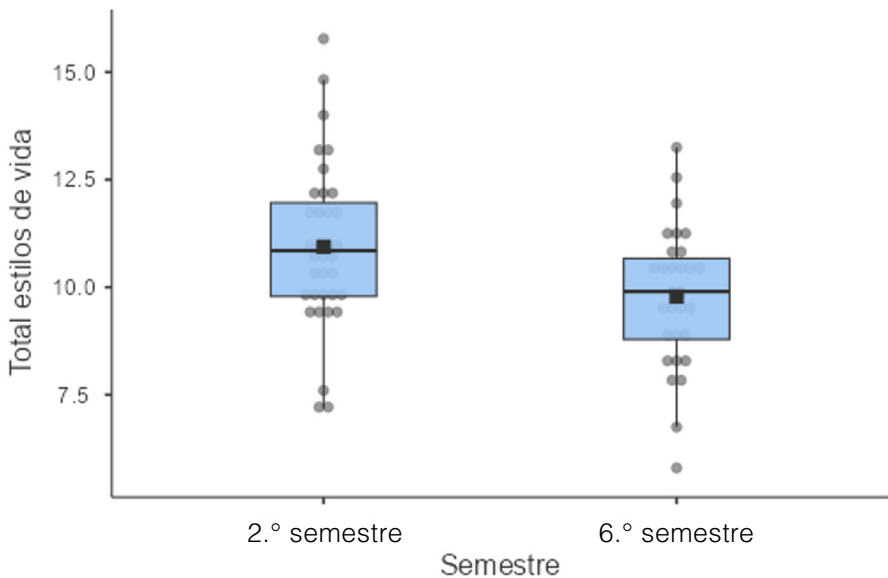
Toxicomanías	Rho de Spearman	-0.307*	-0.007	0.140	0.347**	-0.304*	—		
	df	63	63	63	63	63	—		
	p-valor	.013	.955	.266	.005	.014	—		
	N	65	65	65	65	65	—		
Salud (prevención de enfermedades y sexualidad)	Rho de Spearman	-0.261*	0.167	0.193	0.035	0.179	0.163	—	
	df	63	63	63	63	63	63	—	
	p-valor	.036	.183	.124	.779	.154	.195	—	
	N	65	65	65	65	65	65	—	
Total estilos de vida	Rho de Spearman	-0.292*	0.360**	0.497***	0.474***	0.209	0.518***	0.628***	—
	df	63	63	63	63	63	63	63	—
	p-valor	.018	.003	<.001	<.001	.095	<.001	<.001	—
	N	65	65	65	65	65	65	65	—

Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

Los resultados evidenciaron una relación inversa y estadísticamente significativa entre el semestre académico y el puntaje total de estilos de vida ($p = -0.292$; $p = .018$; $N = 65$) (Tabla 5). Esto indica que los estudiantes de sexto semestre tendieron a presentar puntuaciones más

bajas en estilos de vida que los estudiantes de segundo semestre. El coeficiente negativo refleja una asociación inversa entre ambas variables, sugiriendo que el mayor nivel académico se relaciona con menores puntuaciones en el total de estilos de vida (Figura 1).

Figura 1
Comparación de las puntuaciones globales de estilos de vida entre estudiantes de segundo y sexto semestre



Nota. Elaboración propia con Jamovi versión 2.7.

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio mostraron una adecuada consistencia interna de la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos, con un alfa de Cronbach de 0.812. Este valor es semejante al reportado por Bazán-Riverón et al. (2019) durante la validación original del instrumento, lo que indica que la escala presentó una adecuada homogeneidad interna en la muestra analizada. Sin embargo, es importante precisar que en la presente investigación no se realizó una nueva validación psicométrica del instrumento, sino que se evaluó su consistencia interna en una población específica de adolescentes pertenecientes a un contexto rural del estado de Guerrero.

En cuanto a las diferencias entre grupos, los estudiantes de sexto semestre presentaron puntuaciones significativamente menores en las dimensiones de salud, toxicomanías y en el puntaje total de estilos de vida en comparación con los de segundo semestre.

Cabe precisar que, debido al diseño transversal de la presente investigación, los datos recopilados reflejan diferencias observadas entre dos cohortes independientes de estudiantes evaluados en un único momento temporal y no permiten establecer cambios individuales a lo largo del tiempo.

Bajo esta perspectiva, los resultados permiten reconocer la relevancia de considerar las particularidades del contexto rural al analizar los estilos de vida de los adolescentes.

En esta línea, la literatura científica en América Latina documenta que las poblaciones juveniles en zonas rurales marginadas enfrentan marcadas desigualdades, caracterizadas por un acceso limitado a los servicios de salud preventiva y a programas de intervención (Tala et al., 2020).

De acuerdo con Tala et al. (2020), el entorno socioeconómico adverso en el contexto latinoamericano actúa como un determinante que condiciona los estilos de

vida e incrementa la susceptibilidad de los jóvenes ante problemas de salud pública como el consumo de alcohol y el tabaquismo.

Asimismo, en el medio rural mexicano, Cerdán et al. (2018) confirman que las condiciones de marginación territorial influyen de manera directa en la adopción de hábitos de vida heterogéneos y vulnerables durante el desarrollo juvenil.

Por lo tanto, la discrepancia en las puntuaciones observadas entre las cohortes escolares evaluadas es consistente con las observaciones de Hernando et al. (2013), quienes señalan que los componentes del estilo de vida de los adolescentes tienden a diferir significativamente según el nivel académico y la edad de los grupos comparados.

La principal aportación de esta investigación radica en generar evidencia empírica sobre los estilos de vida de adolescentes pertenecientes a un contexto rural del estado de Guerrero, grupo poblacional escasamente representado en la literatura nacional. Adicionalmente, los hallazgos permiten identificar áreas prioritarias para el desarrollo de estrategias de promoción de la salud, particularmente en los componentes relacionados con salud y prevención de toxicomanías.

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió cumplir el objetivo planteado al identificar y comparar los estilos de vida de estudiantes de segundo y sexto semestre de la institución participante, aportando evidencia sobre una población adolescente de contexto rural poco representada en la literatura científica nacional.

Los resultados mostraron una asociación inversa y estadísticamente significativa entre el semestre académico y el puntaje total de estilos de vida, observándose puntuaciones menores en los estudiantes de sexto semestre en comparación con los de segundo semestre. Asimismo, se identificaron diferencias significativas en las dimensiones de

salud (prevención de enfermedades y sexualidad) y toxicomanías, mientras que alimentación, actividad física, estado emocional y relaciones sociales no presentaron diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos.

La dimensión de salud destacó por presentar las diferencias más consistentes entre los grupos evaluados, lo que resalta la importancia de fortalecer acciones de promoción y educación para la salud dirigidas a los estudiantes de educación media superior. De igual manera, los hallazgos relacionados con la dimensión de toxicomanías sugieren la conveniencia de implementar estrategias preventivas orientadas a la identificación temprana de conductas que puedan afectar el bienestar de los adolescentes.

Por otra parte, la ausencia de diferencias significativas en alimentación y actividad física sugiere que estos hábitos presentan un comportamiento similar entre los estudiantes evaluados. No obstante, se requieren investigaciones adicionales que permitan comprender los factores individuales, familiares, escolares y socioculturales relacionados con estos resultados.

Finalmente, la adecuada consistencia interna de la Escala sobre Estilos de Vida para Adolescentes Mexicanos ($\alpha = .812$) respalda su utilidad como herramienta para la evaluación de estilos de vida en población adolescente. Se recomienda que futuras investigaciones incorporen diseños longitudinales, así como variables psicológicas, familiares y académicas, con la finalidad de profundizar en la comprensión de los factores asociados a los estilos de vida en estudiantes de Educación Media Superior.

REFERENCIAS

- Bazán-Riverón, G. E., Osorio-Guzmán, M., Torres-Velázquez, L. E., Rodríguez-Martínez, J. I., & Ocampo-Jasso, J. A. (2019). Validación de una escala sobre estilo de vida para adolescentes mexicanos. *Revista Mexicana de Pediatría*, 86(3), 112–118. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0035-00522019000300112&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Cerdán-Caballero, C., Medina-Portilla, I. del C., Salazar-Cervantes, S., & Morteo-Ortiz, E. (2018). Evaluation of the nutritional quality of refreshments and nutritional status of an elementary school student population in Veracruz, Mexico. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 38(3), 85–92. <https://doi.org/10.12873/383caballero>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social [CONEVAL]. (2025). *INFORME ANUAL SOBRE LA SITUACIÓN DE POBREZA Y REZAGO SOCIAL 2025, Guerrero, Coyuca de Benítez*. https://sisge.bienestar.gob.mx/sisge?cve_geo=12021
- Delgado-Carrillo, M., Juárez-Pérez, A. N., & Rojas, M. (2024). *Estrategia Nacional Vida Saludable Proyecto comunitario*. https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2025/02/Proyecto-comunitario-v07-170225_v2.pdf
- Gobierno de México. (2024). *Estrategia de Vida Saludable. Vive saludable, vive feliz | Vida Saludable*. <https://vidasaludable.gob.mx/>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana.

- Hernando, Á., Oliva, A., & Ángel Pertegal, M. (2013). Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes. *Psychosocial Intervention*, 22(1), 15–23. <https://doi.org/10.5093/IN2013A3>
- Lima-Serrano, M., Martínez-Montilla, J. M., Guerra-Martín, M. D., Vargas-Martínez, A. M., & Lima-Rodríguez, J. S. (2018). Factores relacionados con la calidad de vida en la adolescencia. *Gaceta Sanitaria*, 32(1), 68–71. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.06.016>
- Marques, A., Peralta, M., Santos, T., Martins, J., & Gaspar de Matos, M. (2019). Self-rated health and health-related quality of life are related with adolescents' healthy lifestyle. *Public Health*, 170, 89–94. <https://doi.org/10.1016/J.PUHE.2019.02.022>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2025). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- Sánchez-Vega, L., & Espinoza-Ortega, A. (2024). Estudios sobre los estilos de vida y su relación con la alimentación en México. Una revisión. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 34(63). <https://doi.org/10.24836/ES.V34I63.1403>
- Tala, Á., Vásquez, E., & Plaza, C. (2020). Estilos de vida saludables: Una ampliación de la mirada y su potencial en el marco de la pandemia. *Revista Médica de Chile*, 148(8), 1189–1194. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872020000801189>