

Llegiu el text i, a continuació, exposeu la vostra opinió davant de les persones que examinen.

TEXT 1

Estils de vida i salut de l'estudiantat

El programa UJI Hàbitat Saludable ha coordinat enguany l'estudi *Estils de vida i salut en l'estudiantat de l'UJI*, una iniciativa que ha permés configurar una radiografia dels comportaments de l'estudiantat relacionats amb la salut que estan més vinculats amb les malalties o trastorns que tenen una major prevalença en l'actualitat: el consum de tabac i alcohol, l'alimentació o la sexualitat.

En aquesta investigació, en què van participar 2.601 estudiants i estudiantes de la Universitat Jaume I, s'observa, respecte a l'alimentació, com un 45% admet que la cuida poc o gens i assenyalen la rellevància de factors com la falta de temps, el desconeixement, el reforç a curt termini o la falta de motivació. A més, els resultats permeten apreciar com quasi la meitat dels participants reconeixen no realitzar exercici físic i, en cas que en facen, no sempre compleixen les recomanacions establides per l'Organització Mundial de la Salut (2010).

Quant al consum de substàncies, els resultats mostren com un 16% consumeix tabac, mentre que un 92,8% reconeix haver consumit alcohol, encara que presenta una freqüència molt minoritària d'ús diari. Entre les motivacions que els comporta es troben sentir eufòria, fer relacions socials i evadir problemes.

Uji.es