

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Producción científica sobre conductas de salud en
adolescentes en tiempos de COVID-19: Una revisión
narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional
en Psicología Clínica y de la Salud

Autores:

Rita Cordova Soncco
Santos Armandina Farceque Huancas

Asesor:

Magister Julio Cesar Cjuno Suni

Lima, noviembre de 2024

DECLARACIÓN JURADA

Yo. Julio Cesar Cjuno Suni, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Conductas de salud en adolescentes en tiempos de COVID-19: Una revisión narrativa”**, de los autores **Rita Cordova Soncco** y **Santos Armandina Farceque Huancas** tiene un índice de similitud de 15% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima a los 19 días del mes de noviembre del año 2024.



Mg. Julio Cesar Cjuno Suni

Asesor

**Producción científica sobre conductas de salud en
adolescentes en tiempos de COVID-19: Una revisión
narrativa**

TRABAJO ACADÉMICO

**Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional de Segunda Especialidad en Psicología Clínica
y de la Salud**



Mg. Jania Elizabeth Jaimes Soncco
Dictaminador

Lima, noviembre del 2024

Producción científica sobre conductas de salud en adolescentes en tiempos de COVID-19: Una revisión narrativa

Scientific production on health behaviors in adolescents in times of COVID-19: A narrative review

Autores

Rita Cordova_Soncco¹, Santos Armandina Farceque-Huancas²

Filiación

¹ Universidad Peruana Unión, Escuela Profesional de Posgrado Psicología, Tarapoto, Perú

ORCID

Rita Cordova-Soncco: 0000-0003-1880-4560

Santos Armandina Farceque-Huancas: 0000-0002-6055-8634

CORREOS

Rita Cordova-Soncco: priya@upeu.edu.pe

Santos Armandina Farceque-Huancas: alfita@upeu.edu.pe

Corresponsal

Rita Cordova-Soncco: priya@upeu.edu.pe

Santos Armandina Farceque-Huancas: alfita@upeu.edu.pe

Jr. Los Girasoles 479 Juliaca

RESUMEN

Objetivo:

El objetivo de la investigación es examinar cómo la pandemia ha impactado en las conductas de salud de los adolescentes en tiempos de COVID-19, abordando aspectos como la salud mental, el bienestar emocional, la actividad física, la alimentación y otros comportamientos relacionados con la salud. Se busca identificar patrones, tendencias y posibles factores de riesgo o protectores que influyan en las conductas de salud de esta población en un contexto de crisis sanitaria.

Metodología:

El presente es un estudio de revisión narrativa con la intención de sintetizar a nivel descriptivo (Siddaway et al., 2019).

Resultados:

Hasta diciembre del 2023, se encontraron 27 estudios en PUBMED, 21 en SCOPUS y 25 WEB OF SCIENCE logrando una cantidad de $n=73$. Tras cruzar los documentos, se eliminaron aquellos que estuvieron duplicados y se evaluaron según los criterios de inclusión, logrando una muestra de $n=12$ estudios, de estos resultados, 8 fueron de estudio transversal, 01 longitudinal, 2 observacional y 01 de diseño secuencial y explicativo. Los objetivos de los estudios fueron analizar las conductas de salud en los adolescentes en tiempos de COVID-19.

Conclusiones:

Se da conocer los resultados alcanzados en la investigación realizada, con las conclusiones siguientes: El presente estudio de revisión narrativa se realizó con la intención de sintetizar información a nivel descriptivo sobre las conductas de salud en los adolescentes en los tiempos de COVID-19, lo cual se consideró tres buscadores, 7 estudios en PUBMED, 2 estudios en SCOPUS, 3 estudios WEB OF SCIENCE, logrando una cantidad de $n=12$ investigaciones. Tras cruzar los documentos, se eliminaron los que estuvieron duplicados y se evaluaron según los criterios de inclusión. En relación al objetivo, se encontraron investigaciones relacionados con nuestra variable en conductas de salud en adolescentes, abordando aspectos de la salud mental, actividad física, alimentación y otros comportamientos relacionados con la salud.

Palabras Clave:

Conductas, salud, adolescentes, COVID 1

ABSTRACT

Objective:

The objective of the research is to examine how the pandemic has impacted the health behaviors of adolescents in times of COVID-19, addressing aspects such as mental health, emotional well-being, physical activity, nutrition and other behaviors related to health. health. The aim is to identify patterns, trends and possible risk or protective factors that influence the health behaviors of this population in a context of health crisis.

Methodology:

This is a narrative review study with the intention of synthesizing at a descriptive level (Siddaway et al., 2019).

Results:

Until December 2023, 27 studies were found in PUBMED, 21 in SCOPUS and 25 WEB OF SCIENCE, achieving a number of n=73. After crossing the documents, those that were duplicated were eliminated and evaluated according to the inclusion criteria, achieving a sample of n=12 studies. Of these results, 8 were cross-sectional studies, 01 longitudinal, 2 observational and 01 sequential design. explanatory. The objectives of the studies were to analyze health behaviors in adolescents in times of COVID-19.

Conclusions:

The results achieved in the research carried out are disclosed, with the following conclusions: The present narrative review study was carried out with the intention of synthesizing information at a descriptive level about health behaviors in adolescents in times of COVID-19, which which were considered three search engines, 7 studies in PUBMED, 2 studies in SCOPUS, 3 WEB OF SCIENCE studies, achieving a number of n=12 investigations. After crossing the documents, those that were duplicated were

eliminated and evaluated according to the inclusion criteria. In relation to the objective, research was found related to our variable on health behaviors in adolescents, addressing aspects of mental health, physical activity, nutrition and other health-related behaviors.

Keywords:

Behaviors, health, adolescents, COVID 19

Introducción

En el 2020 la pandemia del COVID-19 generó desafíos que han cambiado la vida de las personas de todo el mundo, términos como "distanciamiento social" y "autoaislamiento" se han convertido en una realidad (Kumari et al., 2020). El encierro y el distanciamiento social causado por el COVID-19 han influido en el comportamiento de salud en las personas (Castañeda et al., 2020).

Las conductas de salud, no sólo mejoran la salud física, también tienen efectos protectores sobre la salud mental. Un estudio transversal reveló que el bienestar mental durante la pandemia de COVID-19 podría mejorarse manteniendo comportamientos de salud como la actividad física y una dieta equilibrada (Kilani et al., 2020). Sin embargo, los comportamientos adversos para la salud pueden afectar negativamente la salud mental. Por ejemplo, se demostró que el consumo de alcohol y cigarrillos como estrategia de afrontamiento durante los confinamientos por COVID-19 predice negativamente la calidad de vida y el bienestar, y predice positivamente el estrés, la depresión, la ansiedad y el insomnio percibidos (Budimir, Probst, & Pieh, 2021). Por lo tanto, monitorear los comportamientos de salud de los adolescentes durante la pandemia en el año 2020 al 2021, fue importante no solo para comprender la salud física, sino también para identificar comportamientos de riesgo para la salud mental.

Algunas investigaciones dieron datos importantes sobre el efecto del aislamiento social en niños, adolescentes y adultos, existiendo un aumento de prevalencia de ansiedad, depresión, comportamientos sedentarios, falta de actividad física, posible aumento del suicidio por estrés y soledad (Lavielle-Sotomayor et al., 2014).

En la región de Medio Oriente y África del Norte, realizaron una encuesta sobre el comportamiento de estilo de vida en adolescentes teniendo como resultado 38,4% de los participantes dejaron de practicar cualquier actividad física durante el encierro. También hubo un aumento asociado en las horas dedicadas a ver televisión y redes sociales, estos resultados mostraron una reducción en las horas de sueño entre los expuestos a la infección por COVID-19 (Abouzid et al., 2021).

La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de conductas de salud, la cual se asocia con la salud en la edad adulta. El cierre de escuelas y colegios provocado por la pandemia de la enfermedad del coronavirus 2020 (COVID-19) ha expuesto a los adolescentes a un mayor riesgo de obesidad debido a la falta de actividad física. Un estudio realizado en China después del cierre de las escuelas, obtuvo como resultado un aumento significativo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adolescentes, con un mayor aumento en las niñas que en los niños (Zhang, Xioa & He, 2022).

Las conductas de salud se consideran como un conjunto de comportamientos saludables (Mitra et al., 2020) que están influidas por el entorno social, político y económico en el que viven (Appelhans et al., 2021). A su vez, dan lugar a acciones que incluyen una amplia gama de conductas, como pueden ser dejar de fumar, perder peso, hacer ejercicio o adoptar hábitos adecuados de alimentación, con la finalidad de reducir los patógenos conductuales y practicar las conductas que actúan como inmunógenos conductuales (León, 2002).

Para la variable conductas de salud la teoría de la acción razonada intenta integrar factores actitudinales y comportamentales para explicar conductas de salud. Este modelo fue introducido por Fishbein (1975, como se citó en Arrivillaga & Salazar, 2005) desarrollado y evaluado por Fishbein & Ajzen (1980, como se citó en Arrivillaga & Salazar, 2005), el planteamiento del modelo es que una conducta de salud es resultado directo de la intención comportamental, que depende a su vez, de las actitudes que se tengan respecto al comportamiento concreto y de las valoraciones o normas subjetivas respecto a lo apropiado de la acción comportamental. Es decir, las conductas de salud son un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas, estas se caracterizan en algunas ocasiones por ser conductas saludables y otras nocivas para la salud (Acosta & Rodríguez, 2012, como se citó en Ortiz & Ruiz, 2016).

De las investigaciones que anteceden a la presente, podemos analizar que en la gran mayoría están enfocadas en una población adulta y una mínima investigación en adolescentes. La variable conducta de salud existe una carencia de abordaje hacia esta, ya que la mayoría de las investigaciones dan énfasis a hábitos saludables, calidad de vida o estilos de vida.

Por tanto, debido a la extensión de los problemas relacionados a las conductas de salud en varios países en tiempos del COVID-19, resulta importante conocer los estudios realizados y poder entender las conductas de salud y sus consecuencias. Por ello, el objetivo del presente es describir la producción científica de las conductas de salud en los adolescentes en tiempos de COVID-19.

MÉTODOS:

Diseño Metodológico

El presente es un estudio de revisión narrativa con la intención de sintetizar a nivel descriptivo (Siddaway et al., 2019), los resultados de estudios sobre las conductas de salud en los adolescentes.

Se realizó búsqueda de la literatura científica en octubre del 2021 a septiembre del 2022, en tres fuentes (base de datos o motores de búsqueda): SCOPUS, PUBMED, WEB OF SCIENCE, considerando estudios en inglés, español y portugués, sin limitar el período de búsqueda. Se utilizó una estrategia de búsqueda haciendo uso de descriptores para la variable de interés (conductas de salud) y población (adolescentes); también se utilizó ajustadores de campo para la búsqueda. En PubMed se utilizó ajustadores de campo para la búsqueda en el título, resumen y términos Mesh, en Web Of Science en el título y temática, mientras que en Scopus en los títulos, resumen y palabras clave (Ver Anexo A).

En la recolección de la información, se utilizó la ficha de recolección de datos en Microsoft Excel, una vez obtenida la base de datos se utilizó los criterios de inclusión con el fin de seleccionar los artículos con los que se trabajó según nuestra variable de estudio y el criterio de exclusión para descartar los artículos que no tengan relación con la variable de estudio y población. Finalmente, los datos se verificaron mediante el control de calidad y el cruce de datos para determinar los resultados finales a presentar.

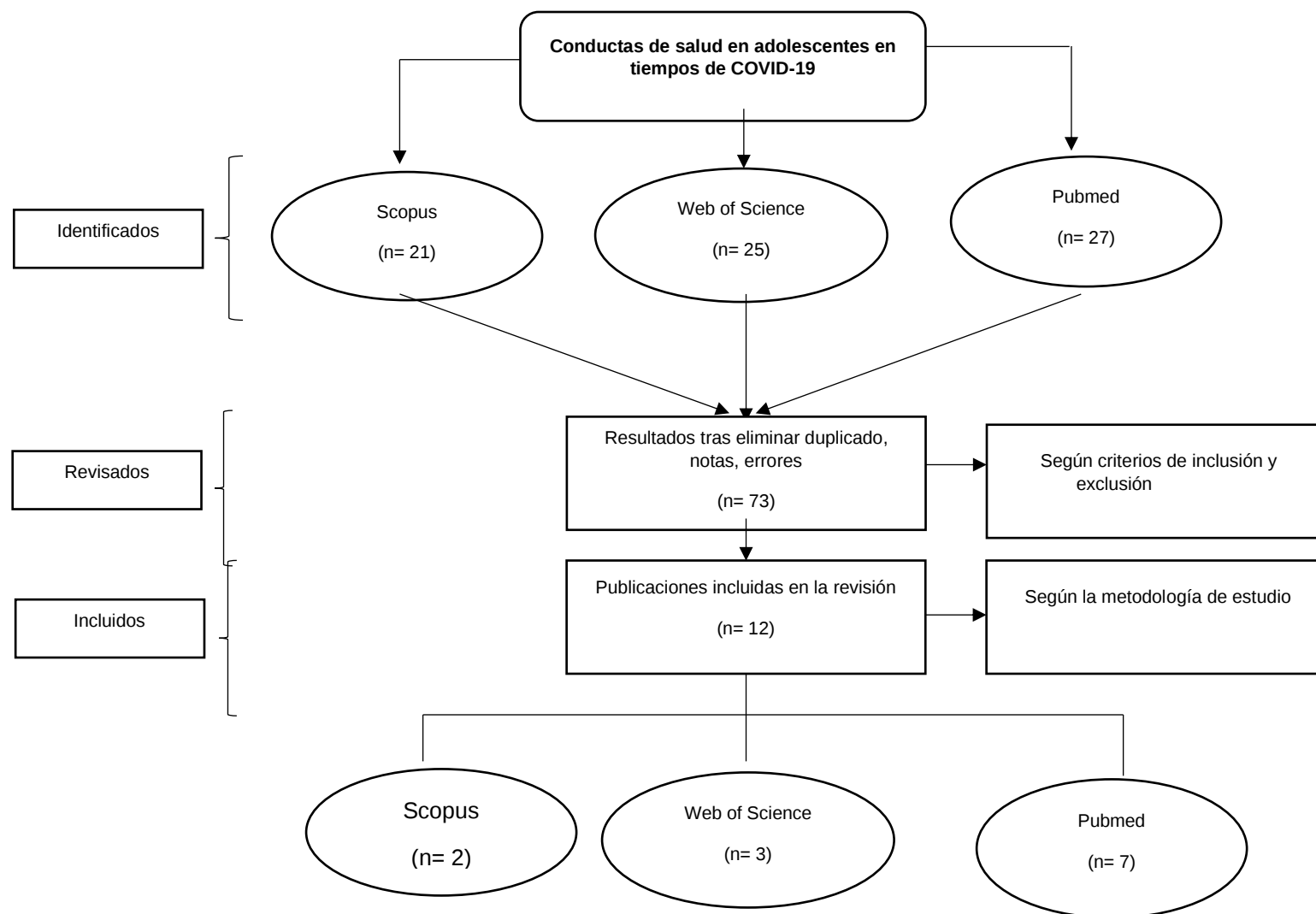
Se utilizó la herramienta Microsoft Excel donde se detalla la variable: Autores, año de publicación, tipo de artículo, lugar de estudio, diseño del estudio, objetivo, instrumento para evaluar las conductas de salud en adolescentes en tiempo de COVID 19. Asimismo, mediante Excel se realizó un análisis descriptivo de los estudios científicos seleccionados.

Se incluyeron estudios relacionados con la variable de conductas de salud en adolescentes; dichos estudios fueron artículos narrativos relacionados a la variable. Para ellos, los títulos y los resúmenes se compararon con los criterios de inclusión (población adolescente, investigaciones del año 2020 al 2023, estudios relacionados con la variable e investigaciones encontrados en los buscadores de SCOPUS, PUBMED, WEB OF SCIENCE) y exclusión. Sobre la base de los artículos obtenidos, se realizó una revisión cruzada de la base de datos hasta llegar a un consenso del 100%.

Una vez obtenida la lista preliminar de artículos incluidos, se procedió a la recopilación de los datos, se verificó las discrepancias entre los compañeros llegando a un consenso. Finalmente, los datos de ambos colaboradores se verificaron de forma cruzada, donde se verificó los resultados y aprobaron la tabla de la revisión narrativa. Los datos recolectados fueron autor, año de publicación, tipo de artículo, diseño de estudio, objetivo, instrumento para medir conductas de salud, muestra y resultados, lo cual se puede apreciar en la Figura 1.

Proceso de selección de estudios

Figura 1. Análisis de datos



Resultados

Hasta diciembre del 2023, se encontraron 27 estudios en PUBMED, 21 en SCOPUS y 25 WEB OF SCIENCE logrando una cantidad de $n=73$. Tras cruzar los documentos, se eliminaron aquellos que estuvieron duplicados y se evaluaron según los criterios de inclusión, logrando una muestra de $n=12$ estudios, de estos resultados, 8 fueron de estudio transversal, 01 longitudinal, 2 observacional y 01 de diseño secuencial y explicativo. Los objetivos de los estudios fueron analizar las conductas de salud en los adolescentes en tiempos de COVID-19.

Tabla 1. Características de los estudios seleccionados sobre las Conductas de salud

Autor (año)	Diseño de investigación	Población	País	Resultado
Saulle et al. (2022)	Estudio sistémico	Niños, adolescentes y jóvenes que asisten a todos los niveles educativos (incluidas universidades)	Italia, Suiza	Debido a la alta heterogeneidad de las medidas de resultado y los análisis estadísticos realizados entre los estudios incluidos, no fue posible realizar un metaanálisis de los resultados de las publicaciones consideradas. Sin embargo, la presente revisión mostró una señal clara de un aumento de los problemas de salud mental en relación con el cierre de escuelas o la instrucción virtual. En particular, los resultados sugieren evidencia de asociación entre el cierre de escuelas y el riesgo de intentos o pensamientos suicidas, síntomas de salud mental como ansiedad, depresión, trastornos emocionales y estrés psicológico. Los problemas de sueño y la adicción a las drogas y al alcohol fueron poco estudiados.
Zhang, Xioa & He (2022)	Diseño longitudinal	Estudiantes de secundaria (n = 234, 48% niñas)	China	Se encontró evidencia de diferencias de género en el impacto negativo de los cierres de escuelas relacionados con la COVID-19 que fueron influenciados con las redes sociales basadas en el comportamiento de salud de los adolescentes. Por otro lado, después del cierre de las escuelas, hubo un aumento significativo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adolescentes, con un mayor aumento en las niñas.
Humer et al. (2022)	Diseño transversal	Participaron N = 7201 adolescentes (14-20 años)	Austria	Los resultados de este estudio subrayan una vez más la asociación del uso de teléfonos inteligentes y la actividad física con los problemas de salud mental. Todos los indicadores de salud mental evaluados ocurren con mayor frecuencia en el grupo de alto uso de teléfonos inteligentes y con menor frecuencia en adolescentes físicamente activos. Las aplicaciones de teléfonos inteligentes también podrían usarse para detectar hábitos poco saludables mediante el seguimiento de la salud y los comportamientos relacionados con la salud, como el ejercicio, el sueño, la dieta y el estrés, entre otros.

O'Rourke et al. (2022)	Diseño transversal	1442 aprendices (mujeres: 53,5%, hombres: 45,4%)	Austria	Los estudiantes de secundaria en Austria mostraron más comportamientos de salud positivos y menos negativos, y además percibieron que su estado de salud era mejor durante la pandemia de COVID-19 que los aprendices. Los resultados resaltan que la educación parece ser un factor protector para los comportamientos de salud de los adolescentes y este efecto parece ser más pronunciado en las niñas. Los resultados además enfatizan la necesidad de intervenciones dirigidas a mejorar los comportamientos de salud para apoyar a los adolescentes y especialmente a los aprendices durante la pandemia de COVID-19 en curso, ya que todavía constituye un importante desafío de desarrollo para los adolescentes.
Chen et al. (2021)	Diseño transversal	Adolescentes 1316 (edad inicial $13,6 \pm 0,4$)	Suecia	Los hallazgos mencionan que en los adolescentes se encontraron niveles más altos de estrés y síntomas psicosomáticos y niveles más bajos de felicidad según el seguimiento en comparación con el valor inicial. Estos cambios ocurrieron en un grado similar tanto en el grupo de control como en el grupo expuesto a COVID-19. Asimismo, el grupo expuesto a COVID-19 no mostró ningún deterioro en las relaciones con sus pares o con sus padres en comparación con el grupo control. Así mismo no encontramos diferencias significativas entre los grupos con respecto a la duración del sueño y la actividad física.
Garcia et al. (2021)	Diseño observacional	9 adolescentes diagnosticados con TEA	Estados Unidos	Una disminución significativa en los días de actividad física (4,17 vs 2,27; $p = 0,0006$), y un aumento significativo en las horas de pantalla tanto entre semana (3,69 vs 6,25; $p = 0,007$) como durante el fin de semana (5,94 vs 7,39; $p = 0,004$) se observó durante la pandemia. No se observaron cambios con respecto a la duración del sueño.
Sevil et al. (2021)	Diseño transversal	225 estudiantes españoles de secundaria	España	Los adolescentes cumplieron con las cinco recomendaciones de comportamiento de salud (es decir, estado de peso, tiempo frente

a la pantalla, desayuno, actividad física y duración del sueño). Estos resultados sugieren la importancia de abordar Múltiples comportamientos de salud simultáneamente, considerando un enfoque integrador para aumentar los niveles de actividades físicas y duración del sueño y disminuir el tiempo de pantalla sedentaria.

Guerrero et al. (2022)	Diseño longitudinal	4362 adolescentes entre 13 a 17 años de España	España	Los resultados afirman que son muy similares entre chicos y chicas, con una mayor proporción de participantes con problemas de sobrepeso y obesidad (28% en total). También, se ha encontrado que las mujeres presentan una mayor insatisfacción y preocupación con el cuerpo que los hombres. Los cuestionarios EAT-40 y BSQ siempre puntúan más elevado en las chicas. En el primer caso un 12.4% de las chicas superan el criterio frente al 5.2% de los chicos; y en el BSQ un 23% de chicas superan el criterio frente al 4.9% de los chicos, cifras que aproximadamente coinciden con otros estudios.
Mi Sun & Hooyeon (2023)	Estudio transversal en línea	Se compararon datos de 57.048 y 54.948 adolescentes	Corea	El sobrepeso, obesidad e imagen corporal percibida subjetivamente como grasa fue mayor en la muestra de 2020 en comparación con la muestra de 2019. El consumo de comida rápida fue mayor en 2020 que en 2019. Sin embargo, la actividad física, el consumo de alcohol y la experiencia de fumar fueron menores en 2020 que en 2019. Además, durante la COVID-19, los adolescentes tenían menos probabilidades de haber

				percibido estrés severo, estados de ánimo depresivos e ideas suicidas.
Kim, Lee, & Yoo (2022)	Estudio transversal	Adolescentes	Corea	El estudio examinó los cambios en la actividad física, la obesidad, el sueño y la salud mental de los adolescentes coreanos debido al COVID-19. La tasa de obesidad aumentó un 0,9% en el año 2019 en comparación con 2018 y un 1,8% en 2020 en comparación con 2019. Aunque la tasa de obesidad aumentó de manera constante, se encontró que se aceleró debido a la COVID-19. Por otro lado, la satisfacción del sueño de los adolescentes coreanos, en 2019 fue un 0,1% menor que en 2018, mientras que, en 2020, cuando comenzó el COVID-19, aumentó un 3,5% en comparación con 2019. Se encontró que la satisfacción con el sueño aumentó después del COVID-19. Finalmente, las características de salud mental de los adolescentes coreanos por año se dividieron en estrés y depresión. El estrés disminuyó un 1% en comparación con 2019 y 2018 y un 6,2% en comparación con 2020 y 2019. La depresión aumentó un 1% en 2019 en comparación con 2018 y disminuyó un 3,4% en 2020 en comparación con 2019. En otras palabras, el estrés y la depresión disminuyeron después COVID-19. En 2020, cuando ocurrió el COVID-19, se confirmó que hubo un cambio en el comportamiento de salud de los adolescentes en comparación con 2018 y 2019, por lo que se requieren respuestas activas de las escuelas, familias y comunidades para

				fomentar hábitos de vida saludables en los cambios sociales. como el COVID-19.
Borges, Munhoz, Jorge, & Bortolini (2022)	Métodos mixtos, con diseño secuencial y explicativo	Adolescentes brasileños con edades entre 15 y 18 años	Brasil	Se verificó una asociación entre el estilo de vida y la adicción a los teléfonos inteligentes autoreportada por los adolescentes ($p < 0,01$), con un efecto de gran tamaño ($d=0,98$). Todos los dominios relacionados con el estilo de vida se asociaron con la adicción a los teléfonos inteligentes autoinformada, con mayores efectos evidenciados en los siguientes aspectos: alto efecto para el sueño, el cinturón de seguridad, el estrés y el sexo seguro ($d=0,85$); y efecto moderado para insight ($d=0,74$) y carrera ($d=0,71$). Posteriormente, el análisis cualitativo resultó en una categoría que describe cómo los adolescentes entienden esta relación ante la pandemia de COVID-19.

DISCUSIÓN

Los principales resultados de la presente revisión muestran que el encierro y el distanciamiento social causado por el COVID-19 han influido en el comportamiento de salud en las personas (Castañeda et al., 2020). La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo de conductas de salud, durante la pandemia del COVID-19 han estado expuestos a un mayor riesgo de obesidad debido a la falta de actividad física (Zhang, Xiao, & He, 2022). Por tal motivo es importante conocer los estudios realizados y poder entender e identificar las consecuencias sobre las conductas de salud en tiempos de COVID-19 en los adolescentes.

Efectos de la pandemia en las conductas de salud en los adolescentes

Algunas investigaciones dieron datos importantes sobre el efecto del aislamiento social en las conductas de salud en los adolescentes durante el COVID-19.

Según Zhang, Xiao & He (2022) mencionan que después del cierre de las escuelas, hubo un aumento significativo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los adolescentes, con un mayor aumento en las niñas que en los niños, también, se ha encontrado que las mujeres presentan una mayor insatisfacción y preocupación con el cuerpo a diferencia que los hombres (Guerrero et al. 2022). Así mismo, Humer et al. (2022) observó un fuerte aumento en el uso de teléfonos móviles, así como una disminución de la actividad física en comparación con los datos anteriores a la pandemia.

Por otro lado, Sevil et al. (2021) dio a conocer sobre las cinco recomendaciones del comportamiento de salud (es decir, estado de peso, tiempo frente a la pantalla, desayuno, actividad física y duración del sueño), donde los resultados sugieren la importancia de abordar múltiples comportamientos de salud simultáneamente, considerando un enfoque integrador para aumentar los niveles de actividad física, duración del sueño y disminuir el tiempo de pantalla sedentaria. Es importante

considerar que los comportamientos adversos para la salud pueden afectar negativamente la salud mental. Por ejemplo, se demostró que el consumo de alcohol y cigarrillos como estrategia de afrontamiento durante los confinamientos por COVID-19 predice negativamente la calidad de vida y el bienestar, y predice positivamente el estrés, la depresión, la ansiedad y el insomnio percibidos (Budimir, Probst, & Pieh, 2021).

Es importante mencionar que la pandemia ha tenido un impacto significativo en los hábitos de los adolescentes. O'Rourke et al. (2022) menciona que las conductas de salud son factores importantes que se relacionan con el bienestar de la salud mental y físico. Factores como la actividad física, la dieta y los patrones de sueño se asociaron con el bienestar mental durante el confinamiento por COVID-19 (Kilani et al., 2020). Por otro lado, Mi Sun & Hooyeon (2023) dan a conocer que el consumo de alcohol y la experiencia de fumar fueron menores en 2020 que en 2019. Además, durante la COVID-19, los adolescentes tenían menos probabilidades de haber percibido estrés severo, estados de ánimo depresivos e ideas suicidas.

Por lo tanto, monitorear los comportamientos de salud de los adolescentes durante la pandemia es importante no solo para comprender la salud física, sino también para identificar comportamientos de riesgo para la salud mental (O'Rourke et al., 2022)

Enfoques que explican las conductas de salud

Desde una perspectiva teórica el modelo de creencias en salud, es un modelo teórico que puede utilizarse para orientar los programas de promoción de la salud y prevención de enfermedades. No obstante Harris & Guten (1979, como se citó en Morrison & Bennett, 2008) plantean que independientemente de la percepción del estado de salud que el individuo posea, una conducta es realizada con el fin de proteger, promover o mantener la salud, expresando así que la conducta de salud podría incluir la conducta de personas con mala salud.

En este sentido Matarazzo (1894, como se citó en Morrison & Bennett, 2008) elabora una definición más concisa de la conducta de salud distinguiendo entre lo que denominaba patógenos conductuales e inmunógenos conductuales, dando a entender que las conductas de salud son los esfuerzos de una persona por reducir sus patógenos conductuales y practicar conductas que sirvan como inmunógenos conductuales. Dentro de la definición de conductas de salud se considera a la alimentación saludable y la actividad física como enfoques no farmacológicos eficaces para estimular la función inmunológica y contener la pandemia (Nguyen et al., 2021).

De acuerdo a los modelos teóricos de conductas de salud se puede incluir el modelo de creencias de salud de larga data (Rosenstock, 2005), la teoría de la motivación de protección (Rogers, 1975) y la teoría de comportamiento planificado (Ajzen, 1991). Tomando la teoría del modelo de habilidades de información motivación conducta (IMB), existen evidencias de que estas puedan ser utilizadas como una estrategia que permite clasificar los factores que inciden en la ocurrencia y cambios de la conducta preventiva en tres componentes de habilidades de información, motivación y conducta (Fisher, 1992). IMB es un método bien probado que puede predecir y promover comportamientos saludables (Luo et al., 2020).

Por tanto, los adolescentes para que se adhieran a medidas como el distanciamiento social puede ser un desafío, ya que se ven relativamente más afectados (Preusting et al., 2021). La medida en que las conductas relacionadas con la salud de los adolescentes han cambiado durante la pandemia, teniendo implicaciones para su bienestar a corto y largo plazo (Chaffee et al., 2021). En términos de salud mental, los adolescentes han enfrentado desafíos significativos debido al estrés, la ansiedad y la incertidumbre asociados con la pandemia.

LIMITACIONES

Esta revisión narrativa presenta estudios que no se incluyeron en publicaciones de revistas indexadas en otras bases de datos o de la literatura. Sin embargo, al buscar

en Scopus, Web of Science y PubMed, se ha incorporado la mayor literatura arbitrada sobre las conductas de salud en adolescentes en tiempos de COVID-19.

CONCLUSIÓN

Se da conocer los resultados alcanzados en la investigación realizada, con las conclusiones siguientes:

El presente estudio de revisión narrativa se realizó con la intención de sintetizar información a nivel descriptivo sobre las conductas de salud en los adolescentes en los tiempos de COVID-19, lo cual se consideró tres buscadores, 7 estudios en PUBMED, 2 estudios en SCOPUS, 3 estudios WEB OF SCIENCE, logrando una cantidad de n=12 investigaciones. Tras cruzar los documentos, se eliminaron los que estuvieron duplicados y se evaluaron según los criterios de inclusión.

En relación al objetivo, se encontraron investigaciones relacionados con nuestra variable en conductas de salud en adolescentes, abordando aspectos de la salud mental, actividad física, alimentación y otros comportamientos relacionados con la salud.

REFERENCIAS

- Abouzid, M., El-Sherif, D. M., Elteuacy, N. K., Dahman, N. B. H., Okasha, S. A., Ghazy, S., & Islam, S. M. S. (2021). Influence of COVID-19 on lifestyle behaviors in the Middle East and North Africa Region: A survey of 5896 individuals. *Journal of Translational Medicine*, 19, 129. <https://doi.org/10.1186/s12967-021-02767-9>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Appelhans, B. M., Thomas, A. S., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., & Bleil, M. E. (2021). Preexisting Executive Function Deficits and Change in Health Behaviors During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Behavioral Medicine*, 28(6), 813-819. <https://doi.org/10.1007/s12529-021-09974-0>
- Arrivillaga, M., y Salazar, I. (2020). Creencias relacionadas con el estilo de vida de jóvenes latinoamericanos. Esta investigación fue realizada por el Grupo de Investigación Psicología, Salud y Calidad de Vida. Colombia. doi:10.20453/RHR.V1I2.3205
- Borges, B., Munhoz, M., Jorge, P., & Bortolini, J. (2022). Relación entre el estilo de vida y la adicción a los teléfonos inteligentes autoinformada en adolescentes durante la pandemia de COVID-19: un estudio de métodos mixtos. *National Library of Medicine*. doi:10.1016/j.pedn.2022.03.001
- Budimir, S., Probst, T., & Pieh, C. (2021). Estrategias de afrontamiento y salud mental durante el confinamiento por COVID-19. *National Library of Medicine*. doi:10.1080/09638237.2021.1875412
- Castañeda-Babarro, A., Arbillaga-Etxarri, A., Gutiérrez-Santamaría, B., & Coca, A. (2020). Physical Activity Change during COVID-19 Confinement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), E6878. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186878>
- Chaffee, B. W., Cheng, J., Couch, E. T., Hoeft, K. S., & Halpern-Felsher, B. (2021). Adolescents' Substance Use and Physical Activity Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Pediatrics*, 175(7), 715-722. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.0541>

- Chen, Y., Osica, W., Henriksson, G., Dahlstrand, J., & Peter, F. (2021). Impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental y las conductas de salud de los adolescentes suecos. National Library of Medicine. doi:10.1177/14034948211021724
- Garcia, J., Lawrence, S., Brazendale, K., Leah, N., & Fukuda, D. (2021). El impacto de la pandemia de COVID-19 en las conductas de salud en adolescentes con Trastorno del Espectro Autista. National Library of Medicine. doi:10.1016/j.dhjo.2020.101021
- Guerrero, B., Aguayo, L., Solano, D., Perea, A., Afan, A & Molero C. (2022). Problemas alimentarios en adolescentes y su relación con la dieta en horario escolar. Centro ABB de Málaga-Sevilla España, Facultad de Psicología de la Universidad de Málaga, España, Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de Mijas, España. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v15i1.13679>
- Humer, E., Probst, T., Wagner-Skacel, J., & Pieh, C. (2022). Association of Health Behaviors with Mental Health Problems in More than 7000 Adolescents during COVID-19. National Library of Medicine. doi:10.3390/ijerph19159072
- Kilani, H., Bataieh, M., Nawayseh, A., Atiyat, K., Obeid, O., Abu-Hilal, M., Alzeer, F. (2020). Los comportamientos de estilo de vida saludables son importantes predictores del bienestar mental durante el confinamiento pandémico de COVID-19: un estudio sobre árabes adultos en instituciones de educación superior. National Library of Medicine. doi:10.1371/journal.pone.0243524
- Kim, N. H., Lee, J. M., & Yoo, E. (2022). Cómo la pandemia de COVID-19 ha cambiado la salud de los adolescentes: actividad física, sueño, obesidad y salud mental. National Library of Medicine. doi:10.3390/ijerph19159224
- Kumari, A., Ranjan, P., Vikram, N. K., Kaur, D., Sahu, A., Dwivedi, S. N., Baitha, U., & Goel, A. (2020). A short questionnaire to assess changes in lifestyle-related behaviour during COVID 19 pandemic. Diabetes & Metabolic Syndrome, 14(6), 1697-1701. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.08.020>
- Lavielle Sotomayor, P., Pineda Aquino, V., Jáuregui Jiménez, O., & Castillo Trejo, M. (2014). Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente. Revista de Salud Pública, 16(2), 161-172. <https://doi.org/10.15446/rsap.v16n2.33329>

- León, J. L. Medina, S. (2002). *Psicología social de la salud: fundamentos teóricos y metodológicos*. Sevilla, España: Comunicación Social, Ediciones y Publicaciones. <https://doi.org/10.15446/rsap.v16n2.33329>
- Luo, Y., Yao, L., Zhou, L., Yuan, F., & Zhong, X. (2020). Factors influencing health behaviours during the coronavirus disease 2019 outbreak in China: An extended information-motivation-behaviour skills model. *Public Health*, 185, 298-305. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.06.057>
- Mitra, R., Moore, S. A., Gillespie, M., Faulkner, G., Vanderloo, L. M., Chulak-Bozzer, T., Rhodes, R. E., Brussoni, M., & Tremblay, M. S. (2020). Healthy movement behaviours in children and youth during the COVID-19 pandemic: Exploring the role of the neighbourhood environment. *Health and Place*, 65. Scopus. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102418>
- Mi Sun, L., & Hooyeon, L. (2023). Una comparación de los cambios en el comportamiento de salud, la obesidad y la salud mental de los adolescentes coreanos antes y durante la pandemia de COVID-19: estudio transversal en línea. *National Library of Medicine*. doi:10.30773/pi.2023.0196
- Morrison, V., & Bennett, P. (2008). *Psicología de la salud*. PEARSON. <https://doi.org/10.3390/nu13093258>
- Nguyen, M. H., Pham, T. T. M., Vu, D. N., Do, B. N., Nguyen, H. C., Duong, T. H., Pham, K. M., Pham, L. V., Nguyen, T. T. P., Tran, C. Q., Nguyen, Q. H., Hoang, T. M., Tran, K. V., Duong, T. T., Yang, S.-H., Bai, C.-H., & Duong, T. V. (2021). Single and Combinative Impacts of Healthy Eating Behavior and Physical Activity on COVID-19-like Symptoms among Outpatients: A Multi-Hospital and Health Center Survey. *Nutrients*, 13(9), 3258. <https://doi.org/10.3390/nu13093258>
- Ortiz, M., & Ruiz, M. (2016). Predictores biosocioculturales y estilos de vida de los estudiantes universitarios de una universidad de Huánuco. *Revista Enfermería Herediana*, 9(2), 90. <https://doi.org/10.20453/RENH.V9I2.3011>
- O'Rourke, T., Dale, R., Humer, E., Probst, T., Plener, P., & Pieh, C. (2022). Comportamientos de salud en aprendices y estudiantes escolares austriacos durante la pandemia de COVID-19. *National Library of Medicine*. doi:10.3390/ijerph19031049
- Preusting, L. C., Raadsen, M. P., Abourashed, A., Voeten, H. A. C. M., Wagener, M. N., de Wit, E., van Gorp, E. C. M., & Doornekamp, L. (2021). COVID-19 related

stigma and health-protective behaviours among adolescents in the Netherlands: An explorative study. PLoS ONE, 16(6), e0253342.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253342>

Rogers, R. W. (1975). A Protection Motivation Theory of Fear Appeals and Attitude Change¹. The Journal of Psychology, 91(1), 93-114.
<https://doi.org/10.1080/00223980.1975.9915803>

Rosenstock, I. M. (2005). Why People Use Health Services. The Milbank Quarterly, 83(4), 10.1111/j.1468-0009.2005.00425.x. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0009.2005.00425.x>

Saulle, R., Sario, M., Bena, A., Capra, P., Culasso, M., Davoli, M., Minozzi, S. (2022). Cierre de escuelas y salud mental, bienestar y conductas de salud entre niños y adolescentes durante la segunda ola de COVID-19: una revisión sistemática de la literatura. National Library of Medicine. doi:10.19191/EP22.5-6.A542.089

Siddaway, A. P., Wood, A. M., & Hedges, L. V. (2019, enero 4). How to Do a Systematic Review: A Best Practice Guide for Conducting and Reporting Narrative Reviews, Meta-Analyses, and Meta-Syntheses. Annual Review of Psychology, 70, 747–770. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102803>

Sevil, J., Aibar, A., Abos, A., Antonio, J., & García, L. (2021). ¿Saludable o no saludable? El cóctel de Perfiles de comportamiento relacionados con la salud en Adolescentes españoles. Facultad de Ciencias Sociales y Humanidades, Departamento de Didáctica de la Música, Plástica y Corporal Expresión, Universidad de Zaragoza, Huesca, España.
<https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog21.11050909>.

Zhang, S., Xiao, T., & He, J. (2022). La influencia de una intervención de una red social escolar en los comportamientos de salud de los adolescentes: un modelo basado en agentes específicos de género. National Library of Medicine. doi:10.3389/fpubh.2022.861743

Zhang, Y., Zhang, H., Ma, X., & Di, Q. (2020). Mental Health Problems during the COVID-19 Pandemics and the Mitigation Effects of Exercise: A Longitudinal Study of College Students in China. National Library of Medicine. doi:10.3390/ijerph17103722

