

**ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL PROGRAMA “MODOS
CONDICIONES Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE” DE
BIENESTAR UNIVERSITARIO, EN LA UNIVERSIDAD
SIMON BOLIVAR, BARRANQUILLA, (2021-2023)**

Nombres y apellidos

CHAIRA WEBSTER CABARCAS

(20102102474)

MAURA LINETH DE LA HOZ REYES,

(2018153595237)

Trabajo de investigación presentado como requisito para optar el título de:
Magister en auditoria y sistemas de la calidad en servicios de salud

Tutor(es):

**PhD- Remberto De la Hoz Reyes,
Tutor principal**

**Enrique Melamed Varela
Cotutor**

RESUMEN

Introducción: El presente trabajo analiza la evaluación y estrategias aplicadas para la optimización del Programa Modos Condiciones y Estilos de Vida Saludable, que tiene como objetivo principal identificar las problemáticas actuales en las dimensiones de alimentación y actividad física de la comunidad educativa de la Universidad Simón Bolívar, con la finalidad de proponer acciones de mejora que incrementen el impacto del programa en la Institución. La evaluación se alinea a las exigencias normativas relacionadas con la calidad en la educación superior y pretender contribuir a la formación integral de los estudiantes, profesores y administrativos. **Objetivos:** Se realizó un Análisis y evaluación del programa “*Modos Condiciones y Estilos de Vida Saludable*” del área de Bienestar Universitario, dirigido a la comunidad académica de la Universidad Simón Bolívar de Barranquilla, (2021-2023); Por otro lado, se tuvo en cuenta de manera específica: Se recogió la línea de base resultante de la primera evaluación del Programa en el año 2021, a fin de tomarla como referente comparativo frente a la coyuntura actual; Se Consolidó y analizó en perspectiva comparada, los resultados de la implementación de la segunda evaluación de impacto del Programa MCEVS de Bienestar Universitario en las dimensiones de alimentación y actividad física; se determinaron las fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora del Programa MCEVS a fin de direccionar las acciones de Bienestar Universitario; se propuso aplicar la innovación al Programa, especificando estrategias para mejorar su impacto en la Comunidad Universitaria en un segundo período de la implementación. **Metodología:** La investigación se desarrolló evaluando los resultados obtenidos y considerando la descripción, de los mismos con base a los estudios ecológicos en el que parte de las observaciones realizadas del Programa MCEVS, con base a los sujetos agrupados, (Comunidad Académica); permitió hacer inferencias en las estimaciones. En este sentido, se recogieron los resultados de la aplicación del cuestionario de estilos de vida saludables utilizado en el diagnóstico inicial de 2021, la información recolectada fue tabulada y analizada utilizando técnicas estadísticas con el Software IBM SPSS, lo que facilitó la sistematización de los resultados. **Resultados:** En el análisis de la población participante se identificó una clara participación de la juventud dentro de la muestra, con un 61,98% en la categoría de estudiantes y un 70,75% entre funcionarios administrativos. Esto indica que la población joven es la más representativa en el contexto del Programa. Por otro lado, la representación de adultos y personas mayores es notablemente baja, con excepción del 93,02% de adultos en el grupo de profesores, pero escasa participación en otras categorías. **Conclusión:** Con base a los resultados obtenidos, el área de Bienestar universitario establecerá estrategias que fortalezcan las necesidades de los jóvenes, y reconsidere el fomento de la inclusión de los profesores adultos jóvenes y mayores, asegurando el enfoque integral en la promoción de estilos de vida saludables de la comunidad académica de la Universidad Simón Bolívar.

Palabras Clave: Bienestar Universitario, hábitos saludables, factores de riesgo, calidad en salud.

Abstract

Introduction: This paper analyzes the evaluation and strategies applied for the optimization of the Healthy Lifestyles and Conditions Program, whose main objective is to identify the current problems in the dimensions of nutrition and physical activity of the educational community of the Simón Bolívar University, in order to propose improvement actions that increase the impact of the program in the Institution. The evaluation is aligned with the regulatory requirements related to quality in higher education and aims to contribute to the comprehensive training of students, professors and administrators. **Objectives:** An analysis and evaluation of the program was carried out "*Healthy Lifestyles and Conditions Modes*" the area of University Welfare, aimed at the academic community of the Simón Bolívar University of Barranquilla, (2021-2023); On the other hand, the following were specifically taken into account: The baseline resulting from the first evaluation of the Program in 2021 was collected, in order to take it as a comparative reference against the current situation; The results of the implementation of the second impact evaluation of the MCEVS University Welfare Program in the dimensions of nutrition and physical activity were consolidated and analyzed in a comparative perspective; the strengths, weaknesses and opportunities for improvement of the MCEVS Program were determined in order to direct the actions of University Welfare; it was proposed to apply innovation to the Program, specifying strategies to improve its impact on the University Community in a second period of implementation. **Methodology:** The research was developed by evaluating the results obtained and considering the description of the same based on the ecological studies in which it is based on the observations made by the MCEVS Program, based on the grouped subjects, (Academic Community); allowed inferences to be made in the estimates. In this sense, the results of the application of the healthy lifestyles questionnaire used in the initial diagnosis of 2021 were collected, the information collected was tabulated and analyzed using statistical techniques with the IBM SPSS software, which facilitated the systematization of the results. **Results:** In the analysis of the participating population, a clear participation of young people within the sample was identified, with 61.98% in the student category and 70.75% among administrative officials. This indicates that the young population is the most representative in the context of the Programme. On the other hand, the representation of adults and older people is notably low, with the exception of 93.02% of adults in the group of teachers, but low participation in other categories. **Conclusion:** Based on the results obtained, the University Welfare area will establish strategies that strengthen the needs of young people and reconsider the promotion of the inclusion of young and older adult professors, ensuring a comprehensive approach to the promotion of healthy lifestyles of the academic community of the Simón Bolívar University.

Keywords: Welfare University, healthy habits, risk factors, quality of health.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arguello, M., Bautista, Y., Carvajal, J., et al. (2009). Estilos de Vida en Estudiantes del Área de la Salud de Bucaramanga. En: Revista de Psicología de la Universidad de Antioquia. Vol. 1. No.2. Julio-Diciembre de 2009.
- Ayuntamiento de Alicante – Concejalía de Sanidad y Consumo (s.f.). Programa de Educación para la Salud: Hábitos de Vida Saludable en Familia. España: El Autor.
- Borges-Silva, F.; Prieto-Vaello, A.; Alias, A. & Moreno-Murcia, J. A. (2015). Predicción del Motivo Salud en el Ejercicio Físico en Centros de Fitness. RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte, 40(11), 163-172. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2015.04005>
- De la Hoz Reyes, M., Webster Cabarcas, C. & Ardila Berdugo, Y. (2022). Gestión del Mejoramiento del Impacto del Programa de Modos Condiciones y Estilos de Vida Saludable de Bienestar Universitario de la Universidad Simón Bolívar. Trabajo de investigación, Tomado de: <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/10166>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008). Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development and Health. Canadian Psychology, 49(3), 183-185. doi: 10.1037/a0012801
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. En L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 39-80). New York: Academic Press. doi:10.1016/s0065-2601(08)60130-6.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour. New York: Plenum. doi:10.1007/978-1-4899-2271-7
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Perspectives on motivation* (pp. 237- 288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Kinnafick, F. E., Thogersen-Ntoumani, C., & Duda, J. L. (2014). Physical Activity Adoption to Adherence, Lapse and Dropout: A Self-Determination Theory Perspective. *Qualitative Health Research*, 24, 706-718. doi: 10.1177/1049732314528811
- Lange, I. & Vio, F. (2006). *Guías para Universidades Saludables y otras Instrucciones de Educación Superior*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Leyton, M., Lobato, S., Batista, M. Aspano, M. I., Jiménez, R. (2018). Validación del Cuestionario de Estilo de Vida Saludable (EVS) en una Población Española. En: *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte* Vol. 13. España: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

- Melamed-Varela, E., Olivero-Vega, E., De la Hoz-Reyes, R. & Blanco-Ariza, A. (2021). Innovación en la Gestión Universitaria: Reto para la Educación Superior. RISTI, E45(10), 241-254.
- Mora, S. L. & Múnera, F. A. (2015) Evaluación de Estilos de Vida Saludable en La Facultad de Medicina de La Fundación Universitaria de Ciencias de La Salud. En: Repertorio de Medicina y Cirugía, Vol. 24, No. 4. Bogotá: Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud – FUCS.
- Municipio de Medellín (2018). Guía Estilos de Vida Saludables. Medellín: El Autor.
- Organización Mundial de la Salud – OMS. Alimentación Sana – Datos y Cifras. Consultado el 1 de abril de 2022 en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/healthy-diet>
- Organización Mundial de la Salud (2010). Recomendaciones Mundiales sobre Actividad Física para la Salud. Suiza: El Autor.
- Organización Panamericana de la Salud. Alimentación Saludable. Consultado el 1 de abril de 2022 en: <https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>
- Páez Cala, M. L. & Castaño Castrillón, J. J. (2010). Estilos de Vida y Salud en Estudiantes de una Facultad de Psicología. En: Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte. No. 25: 155- 178, 2010.
- Prochaska J. & DiClemente, C. (1982). Transactional Therapy: Toward a More Integrative Model of Change. En: Psicoterapia: Theory, Research and Practice; 19:276-288.
- Servicio de Salud del Estado de Puebla. (s.f.). Estrategia Estatal para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes. Puebla: El Autor.
- Suescún-Carrero, S. H., Sandoval-Cuellar, C., Hernández-Piratoba, H., Araque-Sepúlveda, I. D., Fagua-Pacavita, L. H., Bernal-Orduz, F., et al. (2017). Estilos de Vida en Estudiantes de una Universidad de Boyacá, Colombia. Revista Facultad de Medicina 2017; 65:227-31. doi: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v65n2.58640>
- Universidad Simón Bolívar – Sala General (2023). Acuerdo No. 60 de 2023 “Reglamento de Bienestar Universitario”. Barranquilla: El Autor.
- Vallerand, R. (2015). The Psychology of Passion. A Dualistic Model. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Valmayor Safont, S. (2018). Elaboración de un Instrumento de Evaluación del Estilo de Vida Relacionado con la Salud en Población Joven con Discapacidad Intelectual Leve y Moderada [Tesis Doctoral]. Barcelona: Universidad Autónoma