

**UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN
ESCUELA DE GRADUADOS
CONCEPCIÓN - CHILE**



**ESTILO DE VIDA PROMOTOR DE SALUD EN ESTUDIANTES DEL ÁREA DE
SALUD DE LA INSTITUCIÓN EDUCACIONAL SANTO TOMÁS, TALCA**

**TESIS PARA OPTAR AL GRADO
DE MAGISTER EN ENFERMERÍA**

**NOMBRE TESISTA: MARTA LEMP PAREDES
PROFESORA GUÍA: VERÓNICA BEHN THEUNE**

**FACULTAD DE MEDICINA
DEPARTAMENTO DE ENFERMERÍA**

CONCEPCIÓN NOVIEMBRE 2006

RESUMEN

La contingencia actual en salud exige personal preparado y capacitado para trabajar principalmente en promoción de la salud. En concordancia la Institución Educacional Santo Tomás ha estado formando profesionales y técnicos en esta área, coincidiendo con la misión institucional. Es por ello que esta investigación pretendió hacer un diagnóstico de los estilos de vida de sus estudiantes en su Sede de Talca.

La investigación tuvo como objetivo general analizar el estilo de vida promotor de salud y algunos factores de riesgo que condicionan la salud de los estudiantes de las carreras de Kinesiología, Enfermería, Técnico en Enfermería de Nivel Superior y Laboratorista Dental, de la Institución Educacional Santo Tomás, Talca. Basando la investigación en el Modelo de Promoción de la Salud de Pender, se trabajaron las dimensiones: responsabilidad en salud, nutrición, actividad física, crecimiento espiritual, relaciones interpersonales, manejo del estrés. Entre los factores de riesgo de la salud de los estudiantes se incluyó: obesidad, sedentarismo, conducta sexual desprotegida y consumo de drogas lícitas e ilícitas. Estas dimensiones y factores se relacionaron con variables biodemográficas y psicosociales de los estudiantes: edad, sexo, carrera, tiempo de permanencia en Sto. Tomás, nivel socioeconómico, autoestima, autoeficacia, uso de tiempo libre, nivel educacional de la madre y del padre.

La unidad de análisis de esta investigación fue el estudiante de las carreras del área de la salud del Centro de Estudios Superiores Santo Tomás, Talca. El grupo de trabajo comprendió un universo, 712 alumnos de los cuales se entrevistaron a 498 estudiantes que fueron los que asistían a clases presenciales.

Se utilizó información de fuente primaria, recolectada mediante la aplicación de una encuesta. Se analizaron los datos mediante el uso de estadística descriptiva, análisis de correlación, tablas de contingencia y análisis de la varianza.

Los resultados señalan que los alumnos tienen un buen estilo promotor de salud, sin ser óptimo. Sus deficiencias se identificaron en el manejo del estrés, actividad física y responsabilidad en salud. La mayoría de los alumnos presenta un estado nutricional normal, un 3.2% fue clasificado como obeso, un 19.1% sobrepeso y un 10.4% enflaquecido. Duermen en promedio 7.51 horas. Prefieren ver televisión o escuchar música, actividades domésticas, visitar amigos y dormir. Según la distribución de tiempo libre y género, los resultados muestran que los hombres dedican más tiempo a la práctica de deportes que las mujeres. Más de la mitad de los estudiantes fuman, y un 23.1% es fumador diario. Más de la mitad afirma no beber alcohol, 32.7% dice ser bebedor normal, 2.8% dice beber más de dos vasos diarios y el 1.2% se declara bebedor problema. Menos de la mitad de los estudiantes declara mantener prácticas sexuales y el 51% de los encuestados dice tener pareja estable. Referente al uso de preservativo sólo el 35.1% de los estudiantes que tiene actividad sexual dice usar preservativo. El 5.4% de los alumnos consume drogas, y un 36.5% consume medicamentos sin prescripción medica.

Al analizar las seis dimensiones que componen el estilo de vida promotor de salud se observa que el promedio mayor obtenido es en crecimiento espiritual, seguido por las relaciones interpersonales, nutrición, responsabilidad en salud y los puntajes más bajos están en el desarrollo de actividad física y manejo del estrés. Un 25% de los estudiantes encuestados tiene baja autoestima. Los alumnos de las carreras técnicas demostraron tener significativamente más alta autoestima que los de las carreras universitarias. Según estratos socioeconómicos, el grupo de extrema pobreza resultó ser el que tiene más alta autoestima. En cuanto a la autoeficacia esta se correlaciona positivamente con el estilo de vida promotor de salud y, a mayor edad se observa una mayor autoeficacia.

Estos resultados podrán orientar programas promotores de salud y de apoyo a los estudiantes con mayor vulnerabilidad en salud, haciendo intervención en los focos identificados con déficit, de tal modo de conseguir el objetivo propuesto. Además se está aportando al conocimiento de la realidad del ambiente de formación de futuros integrantes del equipo de salud y con ello, elementos que den sustento a la gestión enmarcada en el enfoque estratégico participativo.

PALABRAS CLAVES: Estilo de vida, Promoción de la Salud, Educación Superior

