

Calidad de Vida en Estudiantes de Primer Ingreso a la USAC. (Encuesta de Opinión)

Castellanos J., Catalán C., Campos M., Guerra R., Morales D., Gómez A., López B., Batres G., Comparini V., Ramírez J., Guerra D., Rojas S., Alarcón F., Gutiérrez L.

INTRODUCCIÓN

La presente investigación se realizó mediante una encuesta que evaluó la opinión de una muestra de 200 estudiantes de primer ingreso a la Universidad de San Carlos de Guatemala. El criterio de “Calidad de Vida” y las circunstancias anexas a este, son el objeto de la investigación, cuya idea nace cuando al analizar el concepto de Salud se determina que el fin último de esta es “lograr la mejor calidad de vida posible”.

La calidad de vida, involucra elementos objetivos plenamente medibles tales como el pleno acceso a bienes y servicios esenciales, así también contiene otros elementos subjetivos como la afectividad en la vida de relación social o la percepción de los “valores” en especial de los valores morales; en ese sentido es importante determinar lo que diferentes grupos humanos según su cultura y forma de vida, piensan y sienten respecto a la subjetividad de la calidad de vida, además de evaluarse en que dimensión afecta a la calidad de vida el acceso a mas o menos satisfactores materiales.

Para los fines antes expuestos se estructuró un plan piloto de sondeo de opinión que permitió elaborar una boleta de encuesta que aunada a una pertinente adaptación del test de evaluación de calidad de vida de la Asociación de la Salud de la Organización Mundial de la Salud, de lo que surgió la herramienta fundamental que permitió realizar esta investigación que derivó importantes conclusiones que aclaran el panorama sobre lo que el estudiantado de la USAC. piensa y siente. Es esta una aportación en función del conocimiento del estudiante de la USAC. sus motivaciones, sus valoraciones

Objetivo General:

Determinar las nociones y opiniones que de Calidad de Vida tiene el estudiante de primer ingreso a la USAC.

Objetivos Específicos:

1. Verificar si lo conceptuado como calidad de vida por los estudiantes de primer ingreso a la USAC corresponde con lo generalmente aceptado.
2. Determinar si lo conceptuado como calidad de vida por los estudiantes de primer ingreso a la USAC. es compatible con el marco social de la USAC: y por ende con la realidad guatemalteca.

Definición del Problema:

Guatemala es un país saturado de conflictos que abarca todos los niveles, esto es especialmente cierto en lo concerniente al área social, tal como se acostumbra oír se están perdiendo todos los valores. La gran mayoría de la población padece algún grado de indigencia y, los que están en capacidad de satisfacer sus necesidades materiales, adolecen de falta de seguridad ciudadana, servicios básicos deficitarios (transporte público, agua potable, alcantarillas, drenajes etc.), corrupción administrativa, sistemas legales en venta al mejor postor y muchas otras deficiencias. Surgen entonces las interrogantes: ¿ es posible tener Calidad de Vida en un país con estas características? ¿ Se puede tener una concepción

aceptable de Calidad de Vida ?. ¿ los guatemaltecos pueden acceder a la Calidad de Vida o solo se restringen a adoptar una visión y actitud conformista?. Estas interrogantes planteadas indirectamente en la presente investigación derivaran en determinar si los universitarios de la Universidad de San Carlos de Guatemala tenemos o no la posibilidad de acceder a una vida cualitativa y si el mismo estudiante tiene conciencia de las metas que debe conquistar para lograrlo, por lo menos en lo concerniente a lo social y en lo tocante a la época que le toca vivir a la presente generación de estudiantes universitarios.

Justificación:

Uno de los fines primordiales de la Unidad de Salud es ayudar al estudiante universitario de la USAC. a mantener o recuperar la salud. La organización Europea de la Salud maneja el concepto de que salud es “El desarrollo del potencial personal para vencer los retos del ambiente y lograr la mejor calidad de vida posible”; el objetivo final de el logro y mantenimiento de la salud es el alcanzar Calidad de Vida; pero ¿Cómo conceptúa la calidad de Vida el estudiante universitario de la USAC.? ¿ Si se pretende obtener salud cuales son las circunstancias de vida que se deben lograr?.

Determinar qué entiende por Calidad de Vida el estudiante de primer ingreso a la USAC., es de fundamental importancia para saber cuales serán sus motivos de esfuerzo en la búsqueda de una existencia más plena y productiva, haciendo eco a las expectativas derivadas de los esfuerzos desarrollados por el personal de la Unidad de Salud en su misión de promover la salud, el bienestar y la calidad de vida dentro de la comunidad universitaria, sin excluir el hecho de que la formación educativa de la Universidad de San Carlos de Guatemala tiene los mismos fines, sin dejar de lado el extender los beneficios del saber y de las conductas adecuadas a toda la sociedad guatemalteca.

Marco Teórico:

Dentro de la conceptualización de calidad de vida se incluye un juego de experiencias, estados, percepciones y esferas de pensamiento relacionados a la vida de un individuo o de una comunidad. La calidad de vida puede incluir dimensiones culturales, físicas, psicológicas, interpersonales, espirituales , financieras, políticas, temporales y filosóficas, tanto objetivas como subjetivas. La calidad de vida supone un juicio de valor en las experiencias de comunidades, grupos o individuos. ().

Al evaluar la calidad de vida de una población se habrá de determinar si la salud está comprendida como prioridad dentro del sistema de valores de dicha población, en un mundo mercantilista, para mi, ¿es más importante la obtención de dinero aun a costa de mi salud?.

Según el Centro de Control de Enfermedades, el término calidad de vida se refiere a “La percepción de una persona o grupo de personas a través del tiempo sobre su salud física y o mental; ha sido utilizado el término relacionado con la salud o para medir enfermedades crónicas a fin de comprender mejor la forma en que una de esas enfermedades interfiere con la vida cotidiana de una persona”

En salud pública involucra el medir los efectos de numerosos desórdenes, discapacidades a mediano y largo plazo, como también enfermedades en diferentes poblaciones, pudiendo así ayudar a orientar las políticas o las intervenciones para mejorar la salud. ().

En el documento Salud Para Todos de la Organización Panamericana de la Salud, el mejorar la calidad de vida de una población empezando por promover la equidad social, debe derivar como mínimo en:

1. Aumentar la esperanza de vida saludable en una población.
2. Disminuir la mortalidad materno infantil de la misma.
3. Dar cobertura en materia de inmunizaciones al 100% de los pobladores.
4. Proporcionar servicios públicos cualitativos.
5. Dar servicios básicos de salud con posibilidades de ampliación.

Por otro lado existen acciones institucionales necesarias para mejorar la calidad de vida de los individuos y las comunidades, éstas básicamente comprenden:

- La reestructuración del enfoque de los sistemas de prestación de servicios de salud, ampliándolos en el aspecto preventivo.
- Implementar proyectos de desarrollo económico, estableciendo el vínculo prosperidad igual salud.
- Promover las políticas de cooperación internacional con el objetivo de nivelar la salud para todos según normas internacionales.

Manuel Viamonte, antes de analizar el concepto d Calidad de Vida define la vida misma, y parafraseando a Nikos Kazantzakis dice que “La vida es un misterio que hay que vivir no un problema que hay que resolver. Vivir es lo que hacemos mientras tenemos que enfrentarnos con la muerte”.

De las formas vivas la más importante que hay en nuestra tierra son los seres humanos y así como es nuestra obligación respetar todas las formas vivas existentes, con mayor razón debemos hacerlo con nuestros semejantes como parte de la búsqueda del significado de la vida, así “Debemos aceptar la vida como un gran regalo y un gran bien, no por lo que nos da, sino por lo que nos permite dar a los demás” que magnifica idea el vivir en función de amar y ser amado. (Thomas Morton)

Acerca la Calidad de Vida, comenta que si bien por tradición se venera la longevidad, es mejor dar mayor importancia a la forma en que se ha vivido, porque el tiempo transcurre y se va, y las lamentaciones no lo hacen regresar; el tiempo no tiene significado en si mismo, somos nosotros los que le damos sentido, se puede vivir más en un momento que lo que los otros viven n toda la existencia.

Al decir de Christian Barnard “No tiene sentido usar la tecnología médica disponible para postergar una muerte dolorosa o prolongar una vida vacía”

La salud y la calidad de vida son conceptos íntimamente ligados aunque con parámetros de medición diferentes: en la salud se tienen estándares de funcionamiento y bienestar definidos, mientras que en la calidad de vida existen complementos puramente subjetivos para su determinación; aún así existen cosas en común que pueden definirse, empezando por los hábitos negativos de pensamiento, porque la salud física y la calidad de vida comienzan con la paz mental. Una persona crónicamente enferma puede tener un deseo inconsciente de estar enferma y que el vigor físico se deriva de un pensamiento vigoroso, he allí el valor del optimismo y la paz mental .

En la búsqueda de la salud y la calidad de vida., en EEUU se hace énfasis en la responsabilidad individual recomendando cambios en el estilo de vida y en el evitar a toda costa:

- El tabaquismo
- El alcoholismo
- Las comidas “Chatarra”
- El sedentarismo
- La violencia en cualquiera de sus formas

- Los accidentes automovilísticos
- Las desigualdades sociales.

Las circunstancias de vida que deben ser fomentadas para obtener la anhelada calidad de vida pueden enumerarse así:

-La libertad, consistente en tener posibilidad de elección que trae como consecuencias los siguientes derechos.

- Escoger nuestro propio yo, nuestro sentir y compartir.
- Pensar, aprender, permanecer en silencio o expresar nuestros pensamientos.
- Producir y recibir los beneficios de nuestro trabajo.
- Disfrutar de la naturaleza y de otras personas.
- Evitar el daño y hacer resistencia al dolor.
- Experimentar el éxtasis antes de morir.

Como obligaciones de la libertad tenemos:

- El cuidarnos a nosotros mismos.
- No lastimar ni molestar a otros.
- Contribuir mediante nuestro esfuerzo a la felicidad y el mejoramiento de la humanidad.
- Respetar a la naturaleza y cualquier forma de vida.
- Conservar la belleza y pureza de nuestro entorno, del aire que respiramos y del agua que habremos de utilizar.
- No desear ni intentar controlar, poseer ni dominar a otras personas, al tiempo de no permitir que otros lo hagan con nosotros.
- Retribuir con gratitud por todo lo que hemos recibido.

-La Paz: No basta con evitar la guerra habremos de fomentar la paz, empezando con la paz interior que se irradia hacia el exterior.

- El conocimiento: El verdadero conocimiento no radica en el saber sino en la constante búsqueda de ese saber. La forma más eficiente de predecir nuestro futuro es conociendo nuestro presente

-La oportunidad de vivir en armonía: El estar bien con nosotros mismos, con otros y con la naturaleza puede verse seriamente dañado en las siguientes circunstancias:

- La pérdida de la comprensión, de la dignidad y la santidad del hogar, piedra angular de la sociedad humana.
- El ansia enajenante del placer y el fanatismo deportivo que fácilmente llevan a la amoralidad.
- La decadencia de la religión, el desvanecimiento de la fe y la pérdida del contacto con la vida, derivada de los fanatismos religiosos y la dificultad de poder comunicarnos con la gente.

-Resolución en el tiempo con un sentido de los valores, aprovechando correctamente la vida:

- Cuidémonos y cuidemos a los demás.

- Evitemos cualquier exceso.
- Seamos animosos, compasivos, comprensivos, pacientes, tolerantes y entusiastas.
- No dejemos de aprender, de orar y de tener esperanzas.(Viamonte)

DEFINICIÓN DE TERMINOS:

Examen Multifásico:

Consiste en la evaluación de la salud del estudiante universitario de primer ingreso a la USAC. y que abarca a el 20% de todos esos estudiantes seleccionados aleatoriamente según listado proporcionado por el departamento de registro y estadística; el examen se lleva a cabo en dos fases: en la primera cuando el estudiante solicita fecha para realizar el examen de salud obligatorio para su inscripción segundo año de la carrera, la secretaría de la unidad de salud constata que tipo de examen le corresponde, de ser el multifásico el alumno debe llenar un cuestionario indagatorio completo en el que se indagan aspectos del estado físico, mental y socioeconómico del estudiante. Completado el cuestionario al estudiante lo entrega en secretaría y si está correctamente llenado se le entrega una hoja informativa acerca del día de su cita para realizar el examen clínico y las condiciones y requisitos que debe llenar ese día.

El día del examen clínico el estudiante deberá registrarse en la secretaría en donde se constata si él ha cumplido con los requisitos, de ser así se le asigna un número que será correlativo pasa al área de laboratorio clínico en donde se le reciben sus muestras de heces y orina, además de proceder a extraerle una muestra de sangre, para efectuarle los análisis respectivos. De allí los estudiantes agrupados de 5 en 5, efectúan una rotación por las diferentes áreas de la unidad, en enfermería se le efectúa la antropometría, presión arterial, pulso, prueba de ojos y oídos; en el área de medicina se le efectúa la prueba de ejercicio, medición de la grasa corporal y examen clínico general, en el área de sicología se le efectúa una entrevista clínica diagnóstica; en la de odontología se le efectúa examen clínico de la cavidad bucal y sus estructuras adyacentes, se le da el diagnóstico y el plan educacional. Al finalizar todas las evaluaciones clínicas, los estudiantes en su totalidad reciben las charlas educativo motivacionales y su diagnostico final, lo que está a cargo del área médica.

Auto evaluación en Salud:

Es un examen masivo en salud que comprende un test que el estudiante de primer ingreso a la USAC en un 80% debe contestar y que tiene una hoja de interpretación de resultados la que le indica al estudiante de una forma aceptable su estado de salud general; además comprende charlas educativas explicativas acerca de a que se refieren las enfermedades a las que están expuestos los estudiantes, las causas que las provocan, como revertirlas y en especial la manera de prevenirlas. Es así una actividad educativa en el tema de prevención de la enfermedad y fomento de la salud.

Salud:

1. No es solo la ausencia de enfermedad, es el completo bienestar físico, mental y social de las personas. OMS.
2. Es el desarrollo de la potencialidades humanas para vencer los retos del ambiente y lograr la mejor calidad d vida posible. OES.

Bienestar:

Es el estado que se alcanza cuando se logra satisfacer las necesidades básicas del ser humano.

Alimentación:

Acto de consumir alimentos, que puede ser de manera natural o por vía oral voluntaria, artificial que comprende tanto la vía oral de forma forzada mediante el uso de sonda o por métodos tradicionales asistidos, como también por vía parenteral.

Nutrición:

Acto de consumir alimentos de buena calidad y que el cuerpo humano sea capaz de asimilarlos para llevar una vida sana; los requisitos en este caso de la alimentación son: debe ser suficiente en cantidad y calidad, satisfaciendo el apetito y las necesidades calóricas de la persona según su edad y actividad física; debe ser completa es decir que debe contener todos los nutrientes como proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas y minerales; también debe ser equilibrada con un 50 a 60% de carbohidratos, 30% de proteínas y 10 a 20% de grasas, y por último debe ser adecuada o estar de acuerdo con la edad, sexo, constitución física, actividad y todo aquello que sea característico de la persona y su hábitat, para esto existen tablas nutricionales.

Higiene:

Se define como el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para mejorar la salud, conservarla y prevenir las enfermedades. En el caso de la piel, cavidad oral, oídos, cabello y otras estructuras externas o en comunicación con el exterior se refiere a la limpieza corporal.

Higiene Mental:

Según la OMS. Higiene y salud mental pueden analogarse y se define como la capacidad de mantener relaciones armónicas con los demás individuos, satisfacer las necesidades instintivas potencialmente conflictivas sin lesionar a nadie y de participar en las modificaciones del ambiente físico y social.

Ejercicio Físico:

Acción de poner en movimiento el cuerpo o una parte de él, con un objetivo determinado; en el área de salud el objetivo es mantenerlo en buena forma o funcional.

Bienestar Social:

Término identificado con el de Desarrollo Social que es el perfeccionamiento de las condiciones de la vida en sociedad o el progreso social. Comprende aspectos como la distribución equitativa del ingreso nacional el cual debe estar en constante crecimiento, condiciones de saneamiento ambiental, seguridad social en o que respecta a servicios de salud y recreación, seguridad ciudadana, y la posibilidad garantizada de participación cívica. El objetivo principal del bienestar social es la salud para todos y la prolongación de la vida en general.

Relaciones Interpersonales Cualitativas:

Se dan cuando en nuestra existencia nos interesamos por el bienestar de nuestros semejantes y están directamente relacionadas con la habilidad de comunicarnos con los otros lo que fácilmente conduce a la amistad acompañada de afecto. La supervivencia humana depende de las buenas relaciones interpersonales o relaciones saludables.

Sexualidad:

Es la expresión corporal del amor y en su forma vital es el fundamento de la procreación.

Adicciones:

Se refiere a la dependencia tanto psicológica como fisiológica a diferentes fármacos o productos químicos que reaccionan con sustancias producidas por el cuerpo alterando el funcionamiento orgánico y o mental. Los criterios de las adicciones se basan en la necesidad creciente a la sustancia para conseguir intoxicación o el efecto deseado y se acompaña de aumento a la tolerancia.

Por extensión la adicción se a diferentes formas de vida, en actualidad al uso de Internet, de celulares, a los juegos de azar y al sexo, con iguales daños orgánico mentales.

Autoestima:

Es el conocimiento, concientización y práctica de todo el potencial de cada individuo, porque “sólo se podrá respetar a los demás cuando se respeta uno a si mismo, sólo podremos dar cuando nos hemos dado a nosotros mismos y lo más importante sólo podremos amar cuando nos amemos a nosotros mismos. (A. Maslow).

INSTRUMENTOS:

La Asociación de la Salud de la OMS propone el siguiente cuestionario para evaluar el estado de salud y la calidad de vida de los individuos:

Estado de Salud

1. Usted diría que, en general, su salud es:

Favor de leer

- | | |
|--------------|---|
| a. Excelente | 1 |
| b. Muy buena | 2 |
| c. Buena | 3 |
| d. Regular | 4 |
| ó | |
| e. Mala | 5 |

No lea estas respuestas

No sabe/no está seguro	7
Se negó	9

2. Ahora piense acerca de su salud física, la cual incluye enfermedades físicas y accidentes: ¿Durante cuántos de los pasados treinta días no gozó de buena salud física?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

3. Ahora piense acerca de su salud mental, la cual incluye tensión, depresión y problemas emocionales: ¿Durante cuántos de los pasados treinta días no gozó de buena salud mental?

a. Número de días	— —
b. Ninguno Si la P. 2 también es "Ninguno" pasar a la P. 5 (pág. 5)	8 8
No sabe/no está seguro	7 7
Se negó	9 9

4. ¿Durante cuántos de los pasados treinta días, el mal estado de salud mental o física le impidieron realizar sus actividades, tales como cuidado personal, trabajo o recreación?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

Modulo: Calidad de Vida

Las próximas preguntas son acerca de las limitaciones que usted puede tener en su vida diaria.

1. ¿Está usted limitado en alguna manera en algunas actividades como resultado de algún impedimento o problema de salud?

- | | |
|--|---|
| a. Si | 1 |
| b. No Pasar a la P. 93 | 2 |
| No sabe/No está seguro Pasar a la P. 93 | 7 |
| Se negó Pasar a la P. 93 | 9 |

2. ¿Cuál es el impedimento o problema de salud significativo que limita sus actividades?

- | | |
|---|-----|
| a. Artritis/reumatoide | 0 1 |
| b. Problemas en la espalda o cuello | 0 2 |
| c. Fracturas, huesos/lesion en las articulaciones | 0 3 |
| d. Problemas al caminar | 0 4 |
| e. Problemas respiratorios o de los pulmones | 0 5 |
| f. Problemas de audición | 0 6 |
| g. Problemas de visión | 0 7 |
| h. Problemas con el corazón | 0 8 |
| i. Problema de ataque cardiaco | 0 9 |
| j. Hipertension/ alta presión | 1 0 |
| k. Diabetes | 1 1 |
| l. Cancer | 1 2 |
| m. Depresión/ansiedad/problema emocional | 1 3 |
| n. Otro problema | 1 4 |
| No sabe/No está seguro | 7 7 |
| Se negó | 9 9 |

3. ¿Durante cuánto tiempo han estado limitadas sus actividades como resultado de su impedimento o problema de salud significativo?

- | | |
|------------|---|
| a. Días | 1 |
| b. Semanas | 2 |
| c. Meses | 3 |
| d. Años | 4 |

No sabe/No está seguro	7 7 7
Se negó	9 9 9

4. Como resultado de algún impedimento o problema de salud, ¿necesita usted la ayuda de otras personas con sus necesidades de ATENCION PERSONAL, como comer, bañarse, vestirse o moverse por la casa?

a. Si	1
b. No	2
No sabe/No está seguro	7
Se negó	9

5. Como resultado de algún impedimento o problema de salud, ¿necesita usted la ayuda de otras personas para manejar sus necesidades de rutina, como las tareas domésticas, los trámites necesarios, las compras o movilizarse por otros motivos?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

6. Durante los últimos 30 días, ¿aproximadamente cuántos días el dolor le dificultó cumplir con sus actividades normales, como la atención personal, el trabajo o el entretenimiento?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

7. Durante los últimos 30 días, ¿aproximadamente cuántos días se ha sentido usted triste, melancólico o deprimido?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7

Se negó 9 9

8. Durante los últimos 30 días, ¿aproximadamente cuántos días se ha sentido usted preocupado, tenso o ansioso? (234-235)

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

9. Durante los últimos 30 días, ¿aproximadamente cuántos días ha sentido usted que no descansó o durmió lo suficiente?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

10. Durante los últimos 30 días, ¿aproximadamente cuántos días se ha sentido usted muy sano y lleno de energía?

a. Número de días	— —
b. Ninguno	8 8
No sabe/No está seguro	7 7
Se negó	9 9

MATERIAL Y METODOS:

PROYECTO PILOTO:

1. Como plan piloto de la investigación se encuestarán a 100 estudiantes de primer ingreso a la USAC. indagando si conocen el concepto Calidad de Vida y que les es esencial para lograr esa calidad de vida, listándolo por prioridades:

* Conoces el concepto de Calidad de Vida?. Sí_____ No_____.

- En orden de importancia escribe las cinco características principales básicas para tu Calidad de Vida.

2. En base a las repuestas obtenidas se elaboró un cuestionario que indagará los objetivos de la presente investigación, el cual será pasado a una muestra de 200 estudiantes de primer ingreso a la USAC, durante el examen obligatorio de salud, sea este multifásico o auto evaluación.
-

Los resultados de la evaluación inicial fueron:

Conoces el concepto de calidad de Vida

Sí: 76%

No: 24%

Orden de importancia de las características principales , básicas para tu Calidad de Vida:

Estudiantes que respondieron por lo menos una opción 76 estudiantes y designaron en primer lugar:

Salud	29	=	38.0%
Alimentación	16	=	21.0%
No problemas	14	=	18.4%
Bienestar Personal	9	=	11.84%
Dinero	6	=	7.9%
No vicios	6	=	7.9%
Ejercicio	6	=	7.9%
Otras	14	=	18.4%

Que dieron 2 respuestas, 50 estudiantes y designaron en segundo lugar:

Alimentación	11	=	22%
Ejercicio Físico	8	=	16%
Dinero	7	=	14%
No Problemas	5	=	10%
Higiene Corporal	4	=	8%
Felicidad	4	=	8%
Educación	3	=	6%
Otras	8	=	16%

Que dieron 3 respuestas 28 estudiantes y designaron en tercer lugar:

Ejercicio Físico	7	=	25.0%
No drogas, no vicios	6	=	21.4%
No tener problemas	4	=	14.3%
Alimentación	2	=	7.1%
Relaciones interpersonales	2	=	7.1%
Familia	2	=	7.1%
Otros	5	=	17.9%

INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS:

En base al estudio piloto se creó el cuestionario detallado a continuación, el cual fue complementado con una modificación del test de la Asociación de la Salud de la OMS., que sirvió para contrastar las respuestas dadas sobre conceptualización de calidad de vida.

CUESTIONARIO SOBRE CALIDAD DE VIDA (Concepto del Estudiante de la USAC.)

1. Conoces el concepto de “Calidad de Vida”_Sí _____No _____.

2. Tu calidad de vida la catalogarías como:

Excelente:_____ Buena:_____ Regular:_____ Mala:_____ Pésima:_____

3. Qué es lo Más importante en tu vida personal:_____.

4. En tu opinión para tener calidad de vida, numera de 1 a 10 en orden de importancia , los siguientes ítemes (10 al más importante y 1 al menos importante):

Salud	()
Felicidad	()
Educación	()
Dinero	()
Ejercicio Físico	()
Placer sexual	()
No tener vicios	()
Buena Alimentación	()
Higiene Corporal	()
Relaciones Sociales	()

5. El hecho de ser profesional universitario representa para ti, numera de 1 a 7 en orden de importancia (7 para el más importante y 1 para el menos importante):

Tener más dinero	()
Prestigio Social	()
Ser más educado	()
Ayudar al prójimo	()
Servir a la Patria	().
Ser más atractivo	()
Tener muchos conocimientos	()

6. Estás limitado de alguna manera en alguna de tus actividades rutinarias como resultado de algún impedimento o problema de salud? Sí._____ No._____

7. Durante los últimos 30 días ¿ aproximadamente cuántos días los problemas o molestias te dificultaron cumplir con tus actividades como el trabajo, el estudio o la recreación?: _____ días

8. Durante los últimos 30 días ¿ aproximadamente cuántos días te has sentido triste, melancólico o deprimido?: _____ días.

9. Durante los últimos 30 días ¿ aproximadamente cuántos días te has sentido preocupado, tenso o ansioso?: _____ días.

10. Durante los últimos 30 días ¿aproximadamente cuántos días has sentido que no has dormido o descansado lo suficiente?: _____ días.

11. Durante los últimos 30 días ¿aproximadamente cantos has perdido el control de tus actos debido a la ira o cólera?: _____ días.

12. Durante los últimos 30 días ¿aproximadamente cuántos días te has sentido muy sano y lleno de energía?: _____ días.

METODOLOGÍA:

El cuestionario se aplicó a 200 estudiantes de primer ingreso a la USAC. carné 2004, durante el examen obligatorio tanto multifásico

como en la auto evaluación.

ESTADÍSTICA:

MUESTRA DE LA POBLACIÓN A EVALUAR.

Universo: Todos los estudiantes de primer ingreso a la USAC carné 2004.

Muestra: 200 estudiantes de primer ingreso USAC.

ANÁLISIS DE RESULTADOS:

La tabulación de resultados se efectuó mediante un programa propio del grupo de investigadores.

RUTA CRITICA

Protocolo de la Investigación

Septiembre-Octubre

Trabajo de Campo

Noviembre

Informe Final

29 Noviembre 2004.

INVESTIGADORES:

PRINCIPALES:

Licda. Juana A. Catellanos.

Dr. Gustavo Pacheco.

Lic. Jorge Ramírez.

Dr. Francisco Alarcón.

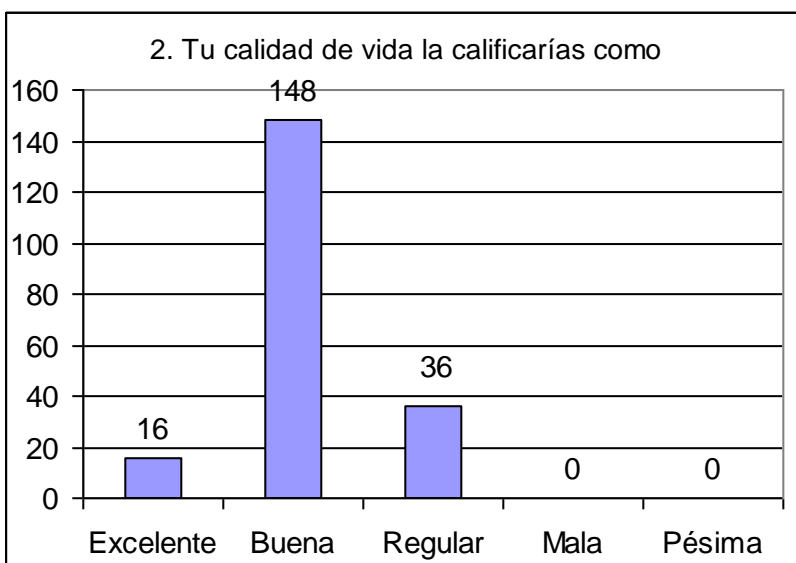
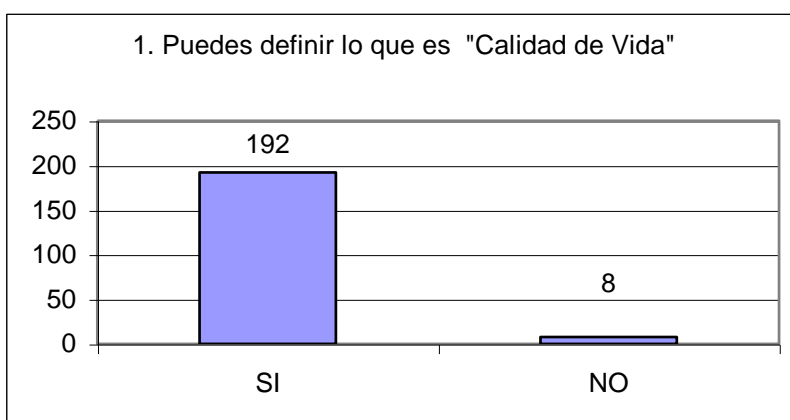
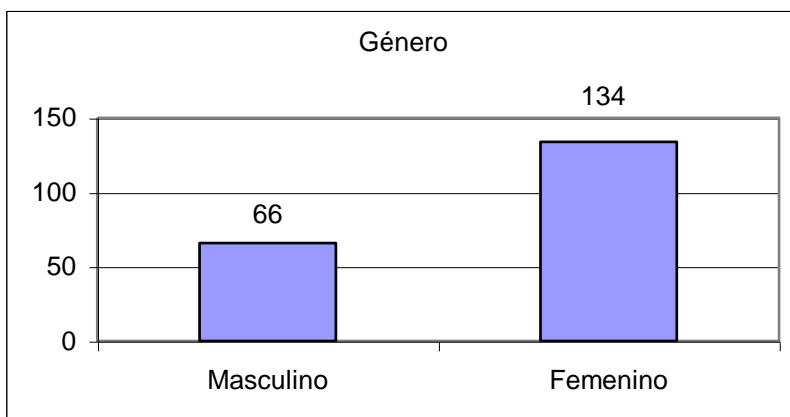
AUXILIARES:

Licda. Guadalupe Pérez Batres

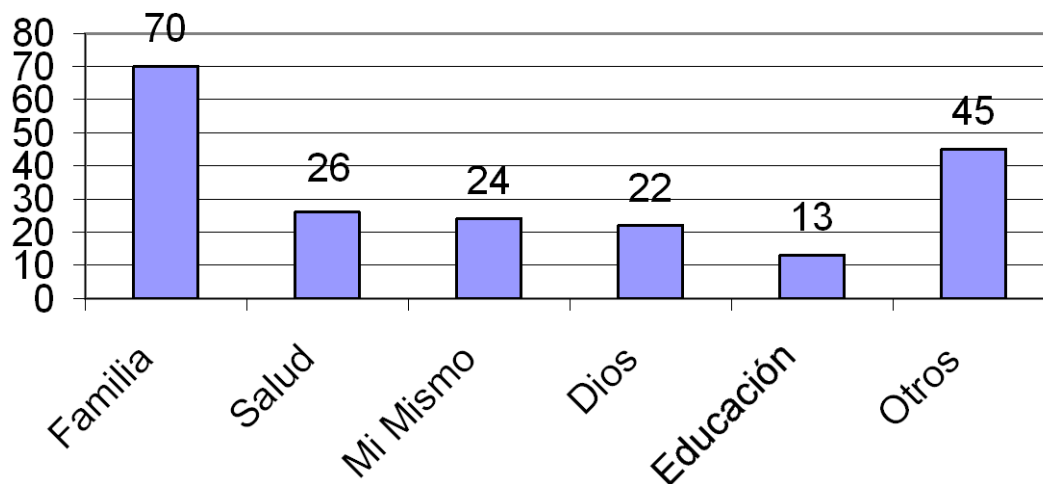
Licda. Milvia Solares.

Licda. Martha Campos.
Licda. Brenda López.
Lic. Victor Comparini.
Dr. Saul Rojas.
Dr. Roderico Guerra.
Dr. Danilo Morales.
Dr. Luis Wantland .

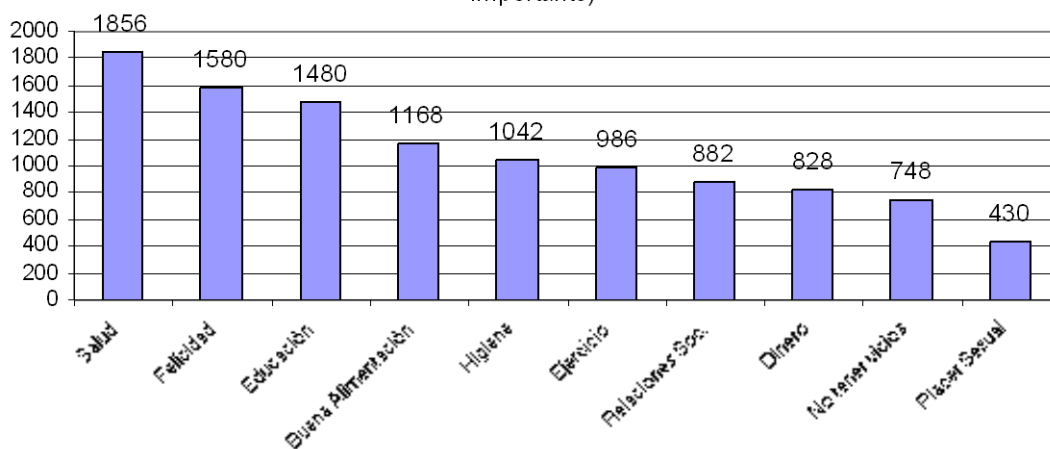
Gráficas Estadísticas:



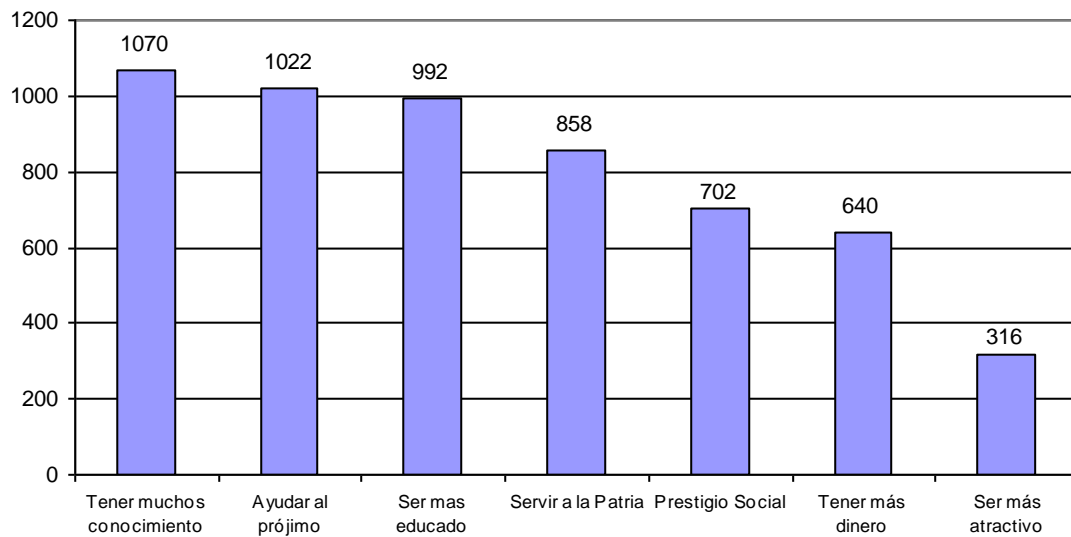
3. Qué consideras como lo más importante en tu vida personal



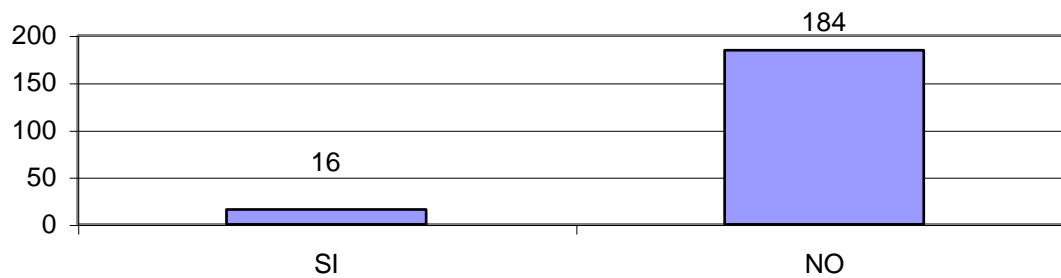
4. En tu opinión para tener calidad de vida, de los siguientes ítems cuales son los mas importantes, ordenalos de 1 a 10 (10 al más importante y 1 al menos importante)



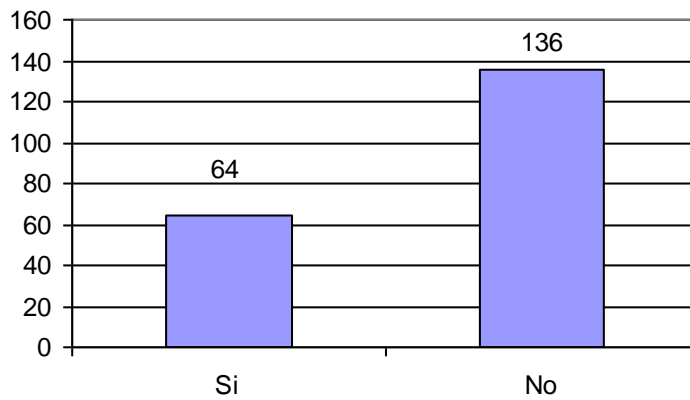
5. Qué representa para ti el ser profesional universitario, numera de 1 a 7 en orden de importancia (7 para el más importante y 1 para el menos importante)



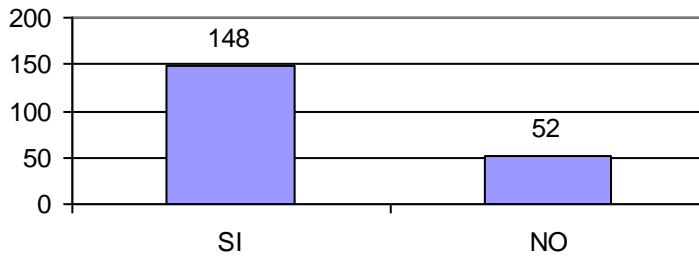
6. Estas limitado de alguna manera en alguna de tus actividades rutinarias como resultado de un impedimento o problema de salud



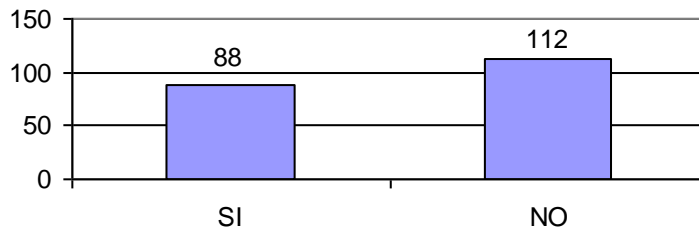
7. Durante los últimos 30 días aproximadamente cuantos días los problemas molestias te dificultaron cumplir con tus actividades como el trabajo, el estudio o la recreación?



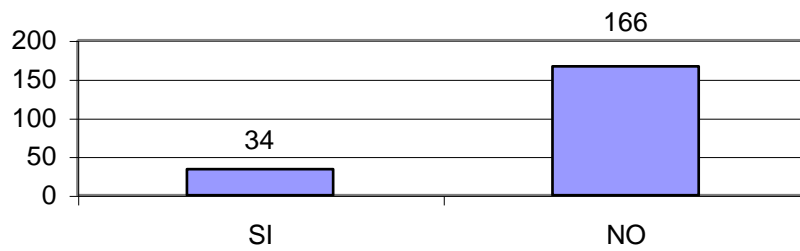
8. Durante los últimos 30 días aproximadamente cuántos días te has sentido triste, melancólico, deprimido, preocupado, tenso o ansioso?



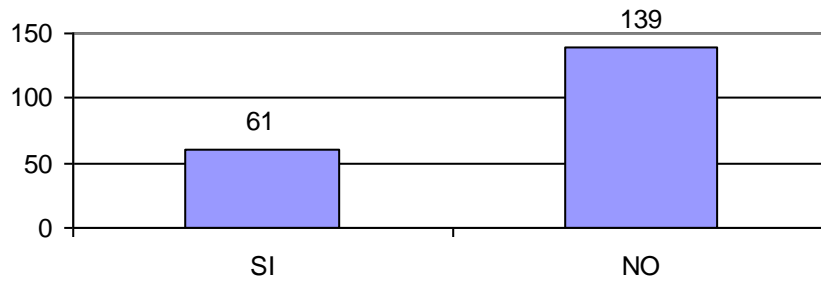
9. Durante los últimos 30 días aproximadamente cuántos días has sentido que no has dormido o descansado lo suficiente?



10. Durante los últimos 30 días aproximadamente cuántos días has perdido el control de tus actos debido a la ira o cólera?



11. Durante los últimos 30 días aproximadamente cuantos días te has sentido muy sano y lleno de energía?



CONCLUSIONES: Según se muestra en las gráficas de la 1 a la 11.

1. El estudiante de primer ingreso en la USAC. sí maneja el concepto de calidad de vida a pesar de lo complejo del mismo.
 2. El 74% de los entrevistados consideran como “Buena” su calidad de vida; en tanto ninguno la considera como mala o pésima. Esto como resultado del estatus socio económico de la población estudiantil de la USAC.
 3. Lo considerado como más importante en la vida personal de los entrevistados corresponde en orden de importancia: La Familia con 35%, la Salud con 13%, Ellos mismos con 12%, Dios con 11% y la Educación con 6.5%. La anterior priorización está en consonancia con los “Valores” propios de un grupo social culto.
 4. Lo considerado como más importante para tener calidad de vida según prioridades de los entrevistados, de 11,000 puntos posibles: La Salud con 1,856 puntos, Felicidad con 1,580 puntos, Educación con 1,480 puntos, Buena Alimentación con 1,168 puntos, Higiene Corporal con 1,040 puntos, Ejercicio Físico con 986 puntos, Relaciones Sociales con 882 puntos, Dinero con 828 puntos, No tener Vicios con 748 puntos y Placer Sexual con 430 puntos. Esta clasificación corrobora que los estudiantes entrevistados sí tienen una visión acorde a la realidad en lo que a calidad de vida corresponde.
 5. Lo que representa ser profesional universitario en orden de importancia según los entrevistados, de 5600 puntos: Tener Muchos Conocimientos con 1070 puntos, Ayudar al prójimo con 1022 puntos, Ser más Educado con 992 puntos, Servir a la Patria con 858 puntos, Prestigio Social con 702 puntos, Tener más dinero con 640 puntos y Ser más atractivo con 316 puntos. Este ordenamiento revela que los estudiantes entrevistados están claros y sintónicos con los fines de la Universidad de San Carlos y las necesidades sociales de Guatemala.
 6. De los problemas que aquejan al ser humano en general los relevantes entre los entrevistados son: Problemas Afectivos o del ánimo, afectando al 74% de los mismos; Problemas de Sueño (insomnio), afectando al 44%. Estos problemas están en consonancia con las circunstancias tanto de edad como de las exigencias académicas de los entrevistados.
-

RECOMENDACIONES:

1. Que todo el personal docente de la Unidad de Salud de la USAC. utilice el concepto de “Calidad de Vida” como complemento del plan educativo, al explicar el fomento de la salud y la prevención de la enfermedad.
 2. Que en los planes docentes elaborados en la Unidad de Salud, se tome en cuenta las valoraciones positivas del estudiante universitario y que funcionen como motivaciones en la búsqueda o mantenimiento de la salud.
 3. Poner más atención a los problemas afectivos y del sueño señalados por los estudiantes en la encuesta y estructurar cursos talleres que los ayuden a solucionarlos.
-

BIBLIOGRAFÍA:

1. Asociación de la Salud, órgano de la Asociación Mundial de la Salud, “Calidad de Vida”, New York, Estados Unidos, 2,001.
 2. Higashida Hirose Bertha, “Educación Para la Salud”, Ed. Interamericana, McGraw Hill, 2ª. Ed., México, 1,995.
 3. UNICEF, “Para la Vida”, Ed. UNICEF House, Nueva York, Estados Unidos, Ed en español: J & J Asociados, Barcelona, España, Ed. Revisada 1,996.
 4. Viamonte Manuel, “Salud, Felicidad y Longevidad”, Ed. Trillas, 1ª. Ed. México, 1,993.
-
-