

Universidad del Rosario



Impacto de los programas de bienestar universitario de la universidad CES sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado

Trabajo de grado para optar al título de magíster en Dirección

Autores

María Teresa Rivera Suárez

José Franklin Díaz Cárdenas

Medellín, Antioquia

Mayo, 2020

Universidad del Rosario



Impacto de los programas de bienestar universitario de la universidad CES sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado

Trabajo de grado para optar al título de magíster en Dirección

Autores:

María Teresa Rivera Suárez

José Franklin Díaz Cárdenas

Tutora

Ph. D. Merlin Patricia Gueso Hinestroza

Escuela de Administración Universidad del Rosario

Maestría en Dirección

Medellín, Antioquia

Mayo, 2020

DECLARACIÓN DE AUTONOMÍA

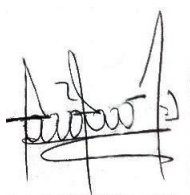
Declaramos bajo gravedad de juramento, que hemos escrito la presente tesis de maestría por nuestra propia cuenta, y que, por lo tanto, su contenido es original. Declaramos que hemos indicado clara y precisamente todas las fuentes directas e indirectas de información, y que esta tesis de maestría no ha sido entregada a ninguna otra institución con fines de calificación o publicación”.

Declaración de exoneración de responsabilidad: Declaramos que la responsabilidad intelectual del presente trabajo es exclusivamente de sus autores. La Universidad del Rosario no se hace responsable de contenidos, opiniones o ideologías expresadas total o parcialmente en él”.



MARÍA TERESA RIVERA SUÁREZ

Mayo de 2020.



JOSÉ FRANKLIN DÍAZ CÁRDENAS

Mayo de 2020.

CONTENIDO

1. RESUMEN	9
2. ABSTRACT	10
3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	11
3.1 Planteamiento del problema	12
3.2 Objetivos.....	19
4. MARCO TEÓRICO	20
4.1 La universidad como promotora de la calidad de vida	20
4.2 Calidad de vida y cultura	24
4.3 Estilos de vida saludable en la universidad y su relación con la calidad de vida	26
4.4 Bienestar universitario en Colombia.....	29
4.5 Marco contextual	31
4.5.1 El bienestar universitario en la Universidad CES	31
5. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN	39
5.1 Enfoque metodológico de la investigación	39
5.2 Tipo de estudio.....	39
5.3 Población.....	39
5.4 Criterios de inclusión y de exclusión de la investigación	40
5.4.1 Criterios de inclusión	40
5.4.2 Criterios de exclusión	40
5.5 Diseño muestral	40
5.6 Técnicas de recolección de información: fuentes de Información.....	42
5.6.1 Fuentes primarias	42
5.7 Instrumento de recolección de información.....	42
5.7.1 Diseño de la encuesta.....	42
5.8 Proceso de obtención de la información	45
5.8.1 Control de errores y sesgos	45
5.8.2 Técnicas de procesamiento de la información	46
6. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	47
6.1 Características de la población de estudiantes de pregrado que participan en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES	47
6.1.1 Participantes por programa académico	47
6.1.2 Participantes por semestre.....	48
6.1.3 Participantes por género.....	48
4.1.3 Participantes por estrato socioeconómico	49

4.1.5 Participantes por edad	50
6.2 Participación en los programas de bienestar universitario de la Universidad CES	50
6.3 Valoración de las acciones de bienestar universitario en la Universidad CES	51
6.4 Calidad de los servicios de bienestar universitario en la Universidad CES.....	54
6.5 Pertinencia de los servicios de bienestar universitario en la Universidad CES	54
6.6 Contribución de los servicios de bienestar universitario al desarrollo personal de los estudiantes de pregrado participantes en la Universidad CES	55
6.7 Puntuación y nivel de calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario	56
6.8 Salud física asociada a la calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario	56
6.9 Factores psicológicos asociados a la calidad de vida.....	58
6.10 Nivel de independencia del sujeto en relación a calidad de vida.....	59
6.11 Factores de las relaciones sociales asociados a la calidad de vida.....	61
6.12 Factores del medio ambiente y recursos disponibles asociados a la calidad de vida	62
6.13 Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar	63
6.14 Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar	64
7. DISCUSIÓN	69
8. CONCLUSIONES	77
9. RECOMENDACIONES.....	79
10. REFERENCIAS.....	82

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Distribución de estudiantes de pregrado participantes por programas específico en bienestar universitario a corte 2017. Tomado de Informe de gestión Universidad CES	41
Tabla 2. Distribución de estudiantes de pregrado por bloques de semestre cursados a corte 2017-2, participantes de los programas de bienestar universitario 2017-2. Tomado de Informe de gestión Universidad CES	42
Tabla 3. Dimensiones del instrumento. Tomado documento de planeación y autoevaluación U. CES	43
Tabla 4. Medición de la calidad de vida. La Organización Mundial de la Salud. Whoqol-100, Whoqol-Bref 1997	44
Tabla 5. Correlación (R o Rho) entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar, Universidad CES, 2017	64
Tabla 6. Regresión lineal simple entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar, Universidad CES	65
Tabla 7. Regresión lineal múltiple entre la calidad de vida (dimensión de salud física), las acciones de bienestar y la edad, Universidad CES, 2017.	67

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Diagrama del problema	18
Figura 2. Diagrama de desarrollo humano y bienestar institucional Universidad CES. Tomado de reglamento de Bienestar Universitario Universidad CES	32
Figura 3. Distribución porcentual por programa académico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	47
Figura 4. Distribución porcentual por semestre académico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	48
Figura 5. Distribución porcentual por género del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES	49
Figura 6. Distribución porcentual por estrato socioeconómico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	49
Figura 7. Distribución porcentual por edad del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	50
Figura 8. Distribución porcentual por participación en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	51
Figura 9. Distribución porcentual por absolutas por valoración de programas y acciones del área de formación del ser en la Universidad CES	51
Figura 10. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área actividad física, deporte y la recreación en la Universidad CES.....	52
Figura 11. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área promoción artística y cultural en la Universidad CES	52
Figura 12. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área promoción social en la Universidad CES.....	53
Figura 13. Comparativo de evaluación por área de bienestar universitario en la Universidad CES, que contemplan la evaluación entre excelente y bueno	53
Figura 14. Distribución porcentual por valoración de calidad de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES	54
Figura 15. Distribución porcentual por valoración de pertinencia de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES	54
Figura 16. Distribución porcentual por contribución de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES al desarrollo personal de los estudiantes de pregrado	55
Figura 17. Distribución porcentual por valoración de la calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	56
Figura 18. Distribución porcentual por satisfacción de la salud de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	56
Figura 19. Distribución porcentual por energía suficiente para su vida diaria de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES	57

Figura 20. Distribución porcentual por satisfacción del sueño de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	57
Figura 21. Construcción propia: Distribución porcentual de percepción por disfrute de la vida y sentido de la vida de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	58
Figura 22. Distribución porcentual por frecuencia de sentimientos negativos en los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES	59
Figura 23. Distribución porcentual por satisfacción con habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES	59
Figura 24. Distribución porcentual de la oportunidad para realizar actividades de ocio de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES	60
Figura 25. Distribución porcentual de la satisfacción de las relaciones personales de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES	61
Figura 26. Distribución porcentual de la satisfacción de la vida sexual de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.....	61
Figura 27. Distribución porcentual de la satisfacción de las condiciones del lugar donde viven los participantes en programas de bienestar universitario en la universidad CES	62
Figura 28. Distribución porcentual de lo saludable satisfacción de las condiciones del lugar donde viven los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES ..	63

RESUMEN

Las universidades de Colombia, en el cumplimiento de sus funciones sustantivas, deben promover programas y acciones que impacten la calidad de vida de sus estudiantes y la formación integral a través de las áreas de bienestar universitario desde diferentes estrategias, sin embargo, es limitado el conocimiento existente sobre la efectividad de los programas de bienestar universitario. El propósito de este estudio es comprender el impacto de los programas de bienestar universitario sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado. Se realizó un estudio observacional, descriptivo, con intención analítica y transversal en el que se analizaron características sociodemográficas, los programas y acciones ofertados y el impacto logrado en las dimensiones de calidad de vida del estudiante que participó de dichos programas. En dicho estudio se tomó una muestra de 1214 estudiantes pertenecientes a los semestres académico 2° a 11°, que representa el 11% de la población universitaria. La recolección de información del estudio se realizó mediante una encuesta que incorpora dos instrumentos: El instrumento de autoevaluación de la Universidad CES, mediante el cual se valoran los servicios y programas del área de bienestar universitario (la formación del ser, la actividad física y deporte, la promoción artística y la promoción social universitaria), por otra parte el instrumento *WHOQOL-BREF* (OMS), mediante el cual se analiza la percepción de calidad de vida del sujeto en sus dimensiones: física, psicológica, social y ambiental. Los resultados obtenidos señalan que la participación de los estudiantes en programas de bienestar universitario está relacionada de manera directa con cada una de las dimensiones de calidad de vida de estos. Se encontró una correlación entre participar en los programas de bienestar universitario con la dimensión de salud física. De igual manera se observó que las acciones de bienestar, la edad y estrato socioeconómico explican en un 40,2% la variabilidad de la dimensión de salud física, el 42,9% de la dimensión psicológica, el 31,4% de la dimensión de relaciones sociales y el 40% de la dimensión de ambiente. Se puede concluir que los programas de bienestar universitario tienen relación directa con la percepción de calidad de vida y cada una de las dimensiones de los participantes.

Palabras clave: bienestar universitario, calidad de vida, población universitaria.

ABSTRACT

The universities of Colombia, in compliance with their supporting functions, must promote programs and actions that impact the quality of life of their students and comprehensive training through the areas of university biology through different strategies, however limited. existing knowledge about the effectiveness of university welfare programs. In consequence, this research work seeks to understand the impact on the quality of life of students of the past, from the participation in the offer of programs in the area of university bachelor's at CES University. An observational, descriptive study was carried out, with analytical and transversal intent in which the sociodemographic characteristics were analyzed, the programs and actions offered and the impact achieved in the dimensions of the quality of life of the student who participated in these programs. In this studio, a group of 1214 students took part in academic semesters 2 ° to 11 °, which represents 11% of the university population. The studio's information collection was carried out through a survey that incorporates the instruments: The CES University self-assessment tool, through which it values the services and programs of the university's well-being area (physical training and physical activity) , artistic promotion and university social promotion) on the other hand the WHOQOL-BREF (WHO) instrument, through which the perception of the quality of life of the subject in its physical, psychological, social and environmental dimensions is analyzed. The results obtained are that the participation of students in university bachelor programs is directly related to each of the dimensions of the quality of life of these, A correlation is found between the programs of bienestar Universitario with the dimension of physical health. Likewise, it was observed that the actions of bienestar, the age and socioeconomic strata explain in 40.2% the variability of the dimension of physical health, the 42.9% of the psychological dimension, the 31.4% of the dimension of social relationships and 40% of the dimension of the environment. It can be concluded that the university bachelor's programs have a direct relationship with the perception of quality of life and each of the dimensions of the participants.

Key words: university bienestar, quality of life, university education.

1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

La formación integral de los estudiantes universitarios es una misión de las instituciones de educación superior en Colombia y, en este contexto, las áreas de bienestar universitario promueven programas y acciones que buscan impactar la calidad de vida de esta población. En aras de lo anterior, el trabajo de investigación busca comprender el efecto de oferta del área de bienestar universitario sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES, participantes de la oferta.

La importancia que ha tenido el bienestar universitario en las instituciones de educación superior del país, y sus aportes permanentes al mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes, empleados y docentes de las universidades a través de una oferta amplia a nivel social, psicológico, deportivo y cultural, es indiscutible y es un asunto de suma importancia en las universidades en procesos de acreditación de programas con estándares de alta calidad (Consejo Nacional de la Educación Superior. CESU, 2014). Una institución de alta calidad dispone de mecanismos e instrumentos eficientes y suficientes para generar un clima institucional que favorezca el desarrollo humano integral de toda la comunidad institucional en todos los ámbitos donde tiene presencia. Es en bienestar universitario donde realmente se complementa la formación integral de la comunidad. Sin duda alguna el bienestar universitario es una suma de esfuerzos, de talento humano y financiación que considera las necesidades y el entorno para producir una oferta capaz de atender los públicos y dinámicas que se presentan en la universidad.

Entonces, revisar la articulación entre el público participante y la universidad que produce la oferta a través del impacto generado, es una de las razones por las cuales esta investigación se desarrolla, con la posibilidad de ofrecer una cantidad de información importante para la toma de decisiones estratégicas en el entorno universitario, información que resulta importante en cuanto es difícil encontrar asuntos y trabajos académicos especializados sobre el bienestar universitario en el país. Esto puede servir como un modelo de referencia para otras instituciones de educación superior con características similares a la del presente estudio.

1.1 Planteamiento del problema

La educación en Colombia se constituye en un derecho fundamental para cualquier ciudadano colombiano, tal como se ha expresado en la Constitución Política de 1991 y es considerado por la legislación como un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social. Con la educación se busca el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura y es deber de las instituciones públicas y privadas contribuir en el respeto a los derechos humanos, la paz y la democracia, como también al acceso al trabajo y la recreación.

En este contexto, la Ley 30 de 1992, Ley General de Educación Superior en Colombia, describe el concepto de educación universitaria, como aquel “proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, que se realiza con posterioridad a la educación media o secundaria y que tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesionales”. Es así como en la Ley 30 de 1992, en su capítulo 1 “Principios básicos de la educación superior”, destaca la visión que se debe tener en los procesos de educación superior y su relación con la formación integral y la formación académica.

Las universidades como centros de formación deben garantizar durante el ciclo académico, acciones que contribuyan a la integralidad del ser y adelantar programas de bienestar que impacten a los estudiantes y miembros de la comunidad universitaria; una de las funciones misionales de las universidades en el país. Esto implica profundizar en la formación integral dentro de las modalidades y calidad de la educación superior, capacitando a los estudiantes para cumplir las funciones profesionales, investigativas y de servicio social que requiere el país. Dicha legislación provee los lineamientos de la manera en que se debe articular la formación académica y la formación integral de los estudiantes en las universidades, de allí que resulte importante, conocer las acciones de formación integral, entre ellas las de bienestar y medir su impacto en la calidad de vida de los estudiantes beneficiarios de los programas.

Es así como dentro de los lineamientos de la política de bienestar, para instituciones de educación superior, se propone como un componente específico de evaluación, seguimiento y monitoreo, asociado a la recolección de datos y a la generación de información, que permita

evidenciar los resultados y medir los cambios de las distintas acciones de bienestar con el fin de identificar vacíos y dificultades para establecer medidas de mejora.

La Ley 30 de 1992, dentro del Título quinto (Régimen estudiantil), capítulo III, delega la responsabilidad de la formación integral en las áreas de bienestar universitario, a través de su definición “como un conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de estudiantes, docentes y personal administrativo” (artículo 117), es decir, que un público objetivo de las unidades de bienestar universitario, son los jóvenes estudiantes, ya que estos poseen unas características propias, por lo que un mejor conocimiento de esta población puede ayudar a dirigir los ambientes académicos, así como a promover mayores niveles de bienestar (Márquez, 2018).

Otro asunto, no menos importante de la Ley 30 de 1992 en su artículo 118, menciona el mecanismo de financiación de dichos programas de bienestar universitario en las instituciones, a través de la destinación de por lo menos, el 2% de su presupuesto de funcionamiento para atender adecuadamente su propio bienestar universitario. Según un informe del Ministerio de Educación Nacional en su Compendio estadístico de la educación superior colombiana año 2016 respecto al estado de la actividad financiera, económica y social consolidado IES privadas 2010-2015, se reportaban para el año 2015 unos ingresos operacionales de \$ 8.858.572.531.000 con una inversión de \$ 66.643.543.253.52 en programas y acciones de bienestar universitario solo en universidades públicas u oficiales del país, un dato sin duda alguna significativo para analizar el impacto que se genera a través de la inversión de esos recursos en general sobre los 2.293.550 de estudiantes matriculados en las universidades públicas del país en el año 2015.

Resulta peculiar el hecho de que dicho nivel de inversión no se articule con altos estudios de impacto de los programas o acciones que se adelantan en las universidades. Estos estudios deberían ser el punto de partida en el direccionamiento estratégico de las políticas de bienestar para incrementar el nivel de conocimiento en torno a la pertinencia, eficiencia y necesidades reales de la población impactada. Los estudios de investigación que reúna la retroalimentación de la calidad de vida de los estudiantes, proporcionan a las autoridades universitarias, evaluaciones de la situación y la toma de decisiones requerida para la construcción de una agenda institucional, permitiendo la identificación y construcción de nuevos indicadores para ser aplicados en su día a día (Tonon, 2020). Este vacío en el conocimiento ayuda a identificar la pertinencia del estudio, ya

que es necesario conocer el impacto entre la cantidad de recursos invertidos y los resultados esperados en la formación integral y calidad de vida de los estudiantes universitarios del país.

En el rastreo de la información y las investigaciones en el campo internacional, se evidencia una oportunidad para profundizar sobre la calidad de vida de los estudiantes en el ámbito universitario. Bakhtiari (2018) ha señalado que el acceso de estudiantes universitarios de familias inmigrantes ha aumentado en los Estados Unidos. Sin embargo, existe poca investigación sobre los factores que influyen en su calidad de vida y menciona la importancia de los hallazgos para los educadores de la vida familiar, los consejeros universitarios y otros profesionales de la salud mental que trabajan con estudiantes universitarios de familias inmigrantes.

Los profesionales y educadores que trabajan con estudiantes universitarios con baja calidad de vida deben evaluar los niveles de estrés percibido y los factores contextuales que están contribuyendo al estrés. Los servicios de orientación universitaria o los cursos de orientación para estudiantes de primer año podrían enseñar técnicas de atención plena y estrategias positivas para manejar el estrés, como el manejo activo, la reorganización y el acceso al apoyo social. Es decir, a partir de conocer los hallazgos se diseñan estrategias de intervención que permitan impactar los factores de calidad de vida.

Por otra parte, Deb y Strodi (2018) examinó la relación entre la calidad de vida y la espiritualidad en estudiantes universitarios indios de posgrado. Allí encontró que los estudiantes experimentan una relación positiva entre la espiritualidad y la calidad de vida. De igual manera, Hanna Lavalle, Ocampo Rivero, Mena Gutiérrez, Torreglosa Portillo (2020) encontraron en su investigación universitaria que la mayoría de los encuestados manifestaron tener calidad de vida, sin embargo, recomiendan hacer una evaluación profunda de diferentes aspectos relacionados con esta dimensión. Elemento que se pretende abordar en la presente investigación, ya que, al incluir variables y estudios estadísticos de impacto de la oferta de bienestar, se podrá llegar a conclusiones más amplias.

En el contexto nacional, se evidencia la necesidad de adelantar estudios en las áreas de bienestar universitario, pues es un campo aún poco explorado en la investigación, según rastreos preliminares, y basados en Contecha Carrillo (2016), el bienestar en la universidad colombiana es un tema poco desarrollado, existen documentos desde los cuales se puede abordar la temática, incluso proyectos de investigación, textos, libros, memorias de encuentros académicos o de tipo

administrativo, como es el caso de los diferentes entes regionales, direccionados desde la Asociación Colombiana de Universidades (ASCUN), que como organismo privado, así como el Icfes y Colciencias como entes estatales, son las organizaciones que han publicado sobre el bienestar universitario. Se evidencia un poco de análisis académico de carácter investigativo en el impacto de los programas de bienestar en el país.

Así mismo, para Contecha Carrillo (2016) la universidad no se ha sentado a investigar, a reinventar y a resignificar su bienestar pues este papel ha sido desarrollado por otras instancias. En este sentido, es el Ministerio de Educación Nacional (MEN), quien conlleva los lineamientos del bienestar universitario en el país. Se considera que en las universidades se desarrollan amplias acciones y actividades de bienestar para los estudiantes, se encuentra poca presencia de estudios académicos e investigativos, que soporten el diseño de dicha oferta de programas, y acciones según Casas, F., Alfaro, J., Figuer, C., Valdenegro, B., Crous, G., y Oyarzún, D., (2014).

Contecha Carrillo (2016) señala que es necesario desarrollar investigaciones que permitan avanzar en el estado, el desarrollo e impacto de los programas de bienestar. El bienestar, como tema de investigación en la educación superior, se volvió relevante a partir de los años 90 del siglo XX, no obstante, su estudio ha sido escaso. Es de recalcar que las instituciones de educación superior, por lo general, han centrado sus esfuerzos en el desarrollo de trabajos de investigación relacionados con el alcoholismo y la drogadicción en poblaciones universitarias, es decir, se ha analizado la vida universitaria desde una perspectiva diferente al impacto de los programas. Por lo anteriormente mencionado, existe una oportunidad en la investigación en el campo del bienestar.

De acuerdo con Contecha Carrillo (2016), una de las particularidades de los estudios sobre bienestar universitario es que estos se han adelantado desde las unidades académicas o administrativas por separado, lo que aún no permite tener claridad frente a la ubicación estratégica de bienestar universitario en las universidades de Colombia. Dicha situación se constituye en una dificultad que genera dispersión al investigarla, puesto que la concepción de bienestar difiere del tipo de universidad, filosofía o enfoque. Esto indica que el enfoque del bienestar no es un tema definido, ni en las instituciones ni en su conjunto, y plasmar la concepción de modelos de bienestar universitario según los programas o acciones dirigidas a los estudiantes universitarios, podrá ser un elemento que le dé valor agregado a la investigación planteada en este proyecto.

Adicional a lo anterior, es de gran importancia para las universidades del país generar estudios de impacto de las áreas de bienestar universitario, puesto que en dichas áreas se articulan los procesos de formación integral del estudiante y su capacidad de participar activamente en la apropiación del entorno social, laboral y humano, tal como lo indica los objetivos.

Así mismo, los lineamientos de la política de bienestar para instituciones de educación superior en el país, menciona la importancia de la gestión del conocimiento en las unidades de bienestar de las universidades, en ese sentido, es necesario que todos los acontecimientos relacionados con la planeación, ejecución y evaluación de los proyectos de bienestar de cada institución puedan ser sistematizados y recogidos para generar conocimiento. Una propuesta deseable es que las instituciones promuevan líneas de investigación en torno al tema a partir de la información recolectada sobre caracterización de grupos de población, estudiar impactos, analizar nuevas maneras de intervención, esto sin duda alguna permite a partir de la autonomía de cada universidad ajustar sus decisiones estratégicas frente al bienestar de su comunidad universitaria.

Desde el campo contextual, en la Universidad CES el bienestar universitario es considerado un tema de importancia estratégica para la institución. Esto quedó reflejado en el Acuerdo 0218 de 2010 emitido por el Consejo Superior de la Universidad CES, donde se definen la misión y el sentido del bienestar en la institución como un área enfocada en la creación de espacios de crecimiento personal y colectivo con la comunidad universitaria, mediante la prestación de servicios socio-culturales, lúdico-deportivos, de formación humana y de apoyo institucional. Se define el nivel de participación en los programas y acciones de bienestar, por parte de los integrantes de la comunidad universitaria (docentes, empleados y estudiantes). Igualmente, se definen los objetivos del área de bienestar universitario: las acciones de bienestar deben estar encaminadas al mejorar la calidad de vida de las personas que interactúan en el espacio institucional y desarrollar procesos de investigación que permitan identificar y conocer los cambios en la comunidad universitaria y redireccionar las actividades y programas que se formulen.

La Universidad CES, institución de educación superior elegida para este estudio, según su *Informe de gestión 2017* destinó un presupuesto de \$ 3.524.798.000 para el desarrollo de programas del área de bienestar universitario en la organización, presupuesto mucho mayor a lo exigido por la Ley 30 de 1992 y que equivale a un 3,8% del presupuesto general de ingresos de la

Universidad CES (2017). Sin embargo, hasta la fecha, no se ha analizado suficientemente el impacto que estas acciones de bienestar pueden tener sobre aspectos más integrales en los estudiantes como es la noción de calidad de vida.

Por otra parte, y en articulación con los estándares determinados por el Consejo Nacional de Acreditación (CNA) y el Ministerio de Educación Nacional para los procesos de acreditación y reacreditación de programas académicos y universidades de alta calidad, resulta relevante el factor bienestar para los pares evaluadores. Es importante contar con instrumentos institucionales que identifiquen el impacto que generan los servicios de bienestar dentro de las universidades públicas y privada.

Una institución de alta calidad debe disponer de mecanismos e instrumentos eficientes y suficientes para generar un clima institucional, que favorezca el desarrollo humano integral de toda la comunidad institucional, en todos los ámbitos donde tiene presencia, generando la suficiente flexibilidad curricular para hacer uso de los recursos. El bienestar institucional implica la existencia de programas de intervención interna y del entorno que disminuyan las situaciones de riesgo psicosocial, según consejo nacional de educación superior (CESU).

Con base en lo anterior se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es el impacto de los programas del área de bienestar universitario sobre las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES? El presente proyecto de investigación constituye un aporte a las necesidades evidenciadas y los resultados obtenidos servirán de base para entender las dinámicas y dimensiones de impacto en la calidad de vida de la comunidad universitaria del país.

A continuación, la **figura 1** muestra un diagrama con los elementos básicos del problema de investigación que se desarrolla en el presente trabajo.

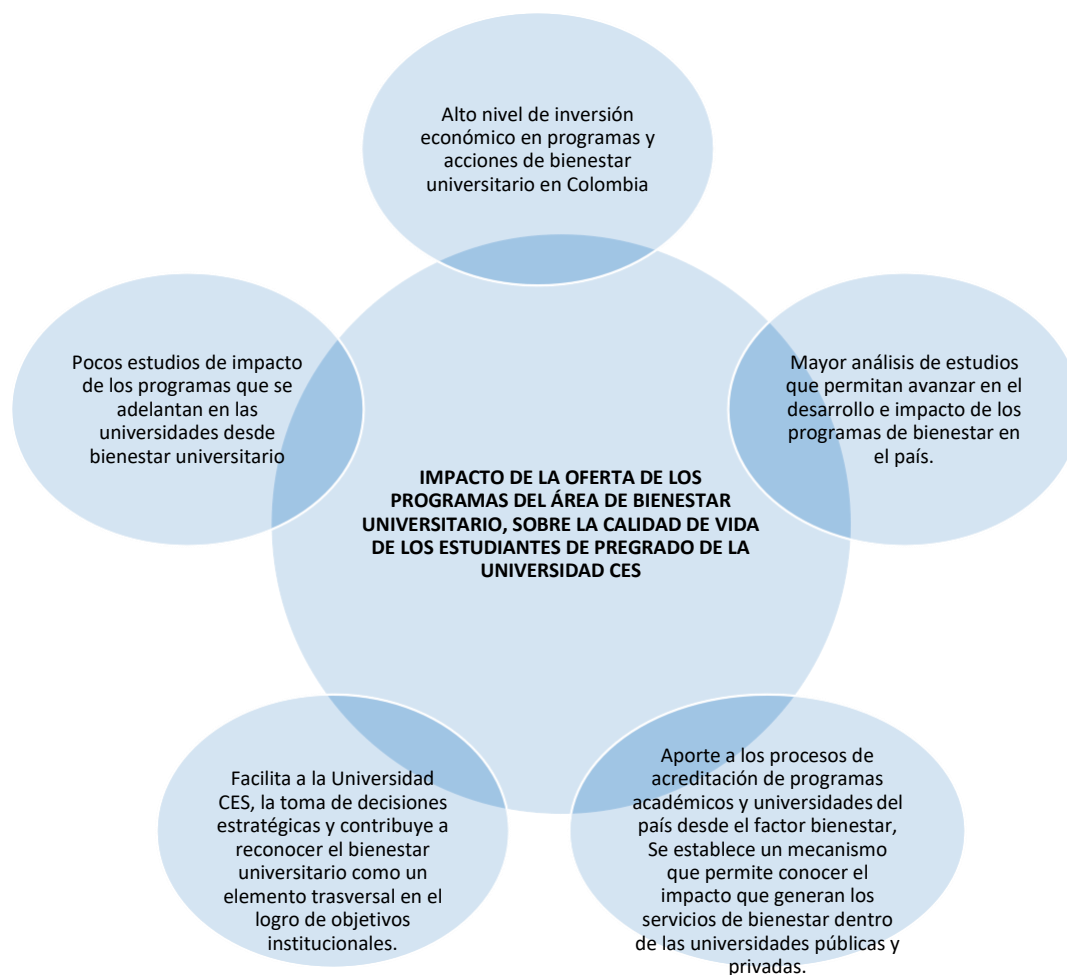


Figura 1. Diagrama del problema, Elaboración Propia.

1.2 Objetivos

Objetivo general

Analizar el impacto que tiene la participación de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES en los programas del área de bienestar universitario sobre las dimensiones de calidad de vida.

Objetivos específicos

- Describir las características sociodemográficas de la población de estudiantes de pregrado participantes de la oferta de bienestar universitario de la Universidad CES.
- Describir los programas del área de bienestar universitario, ofertados a los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.
- Describir el impacto que tiene la participación en los programas de bienestar universitario ofertados, sobre las dimensiones de calidad de vida (Dimensión física, dimensión psicológica, dimensión social, Dimensión ambiental) de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

2. MARCO TEÓRICO

El desarrollo del presente marco teórico permite conocer los conceptos básicos necesarios para la comprensión del proyecto de investigación desarrollado y su relación con las diferentes dimensiones de calidad de vida y programas ofertados en bienestar universitario en la universidad CES.

Abordaremos, inicialmente, el concepto de universidad como espacio promotor de la calidad de vida. Allí podremos conocer su aporte a los procesos integrales de formación y su responsabilidad definida en la teoría y la normatividad. Posteriormente, se desarrollará una mirada conceptual y una referenciación del bienestar universitario en Colombia, para ello se abordará una mirada breve e histórica de la construcción del concepto, como también la concepción en las diferentes instituciones de educación superior del país. Finalmente, se hace un acercamiento al concepto de bienestar universitario en la Universidad CES, institución de educación superior objeto del estudio de investigación, al igual que la descripción de los procesos que contemplan el bienestar universitario en la comunidad educativa.

Estos elementos del marco teórico permiten tener una visión integral de la relación de calidad de vida con la oferta de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.

2.1 La universidad como promotora de la calidad de vida

La calidad de vida, según Bagwell (2016), es definida como una medida de la salud general y el bienestar por parte del sujeto, el autor plantea una mirada desde el bienestar físico netamente sobre las dimensiones generales de la calidad de vida. Las preocupaciones sobre los resultados de los tratamientos médicos y el interés por el envejecimiento de la población americana ganaron atención nacional en EE. UU. lo que permitió el avance en los estudios sobre calidad de vida en la década de los ochenta. Por su parte, Gyourko, Kahn y Tracy (1999) definen la calidad de vida como un enfoque en el desarrollo de las capacidades humanas para el bienestar del sujeto. Combina datos específicos tales como la salud, la educación y el nivel de vida. Esta mirada permite entender la calidad de vida como espacio de desarrollo de las potencialidades integrales de cada

persona, determinado por diferentes factores que van mucho más allá de lo físico y que contradicen a Bagwell.

En este mismo sentido Kupcewicz, Kuśmierczyk, Wilk, Zajączkowska y Zakrzewska (2016) difieren del concepto de Bagwell, al considerar que la calidad de vida está determinada por numerosos factores, entre otros, sociales, biológicos y psicológicos, mientras que la satisfacción con la vida, la alta autoestima relacionada con la salud son una de sus principales medidas. Este aporte genera una mirada mucho más integral en la concepción del ser humano y permite identificar las dimensiones para el estudio de la calidad de vida. Desde la mirada de la psicología, Czapiński (2004) afirma que el concepto de calidad de la vida se puede identificar o relacionar con los conceptos de bienestar o felicidad y que en la evaluación o percepción que se realice de este concepto debe tenerse en cuenta el uso de indicadores objetivos y subjetivos. Los indicadores objetivos están relacionados con las condiciones de vida, mientras que los indicadores subjetivos se refieren a criterios de evaluación individuales de percepción.

Ardila (2003), describe el concepto de bienestar como un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona que posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos: la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud percibida y como aspectos objetivos: el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico, social y con la comunidad y la salud objetivamente percibida. Una concepción integral que contempla diversas dimensiones, percepciones y formas de entender y comprender el sentido de la calidad de vida y su estructura al momento de abordar en profundidad el tema desde un enfoque integral.

Dana K, Salem Press, Bagwell, D. K (2019), describen la calidad de vida como un concepto multidimensional que abarca varias subcategorías: la satisfacción con la vida, el bienestar, la felicidad, el significado y los índices económicos son solo algunos de los componentes del concepto más amplio de calidad de vida (CV), pero ningún concepto por sí solo puede capturar adecuadamente la complejidad de la calidad de vida, es decir, que es un concepto que contiene muchos elementos que deben ser tenidos en cuenta, por lo que su estudio requiere un amplio abordé de estas dimensiones, y categorías que están relacionadas con la percepción que el sujeto evalué de sí mismo.

En las anteriores definiciones y percepciones frente al concepto, se evidencia la necesidad de unificar un concepto capaz de abarcar con integralidad al ser humano y los factores relacionados de manera directa con su desarrollo, es decir, buscar la unificación de un concepto multidimensional que abarque varias subcategorías para su evaluación y estudio y en ningún caso un concepto que por sí solo no puede captar adecuadamente la complejidad del concepto de calidad de vida. Se considera que los autores que centren sus esfuerzos en conocer y abarcar el concepto en sus investigaciones deben partir de una esfera mucho más integral que desde el desprendimiento de cada enfoque o elemento, puesto que, en la gran mayoría de estudios, se evidencia un abordaje del concepto que genera implicaciones difíciles de comprender por ser un tema complejo y abordado desde una esfera de la salud física casi siempre.

Indiscutiblemente, según los autores citados, los conceptos de felicidad, bienestar y desarrollo humano están ligados a la calidad de vida, de hecho, en una parte de la literatura científica pueden llegarse a confundir los conceptos, casi que se alcanzan a considerar, en algunos casos, como sinónimos del concepto general. Se puede concluir el concepto de calidad de vida como una percepción subjetiva y libre de las relaciones y articulaciones de diferentes elementos que hacen parte de la vida de cada ser humano, a través de la valoración positiva o negativa de acuerdo con el nivel de satisfacción de algunos elementos tales como: movimientos sociales, culturales, salud física, salud mental, factores económicos, familiares, entorno. Este enfoque permite proyectar desde la integralidad cualquier evaluación que se pretenda realizar de la calidad de vida, aún más en estudiantes universitarios y el impacto que genere la oferta de bienestar que la Universidad CES dispone para con ellos.

El impacto en la calidad de vida de los estudiantes de pregrado, desde la participación en la oferta de los programas del área de bienestar universitario de la Universidad CES es el principal objetivo del proyecto de investigación. Schnettler, Orellana, Lobos, Miranda, Sepúlveda, Etchebarne, y Grunert (2015) manifiesta otros elementos a tener en cuenta dentro del análisis de la calidad de vida de la población universitaria, en especial analizar dominios tales como: la familia, los amigos, la universidad. La mayor satisfacción en unos dominios compensaría la menor satisfacción en otros, es decir, cada factor que abarca al ser humano no podrá estar desligado del entorno, del núcleo social o familiar, sino que todo hace parte de una propia realidad de cada persona. El estudio referido a estudiantes universitarios no es muy lejano a la evaluación de calidad de vida de cualquier persona, sin embargo, para el abordaje de la problemática que se requiere

profundizar, es necesario identificar y prestar especial atención al componente de las relaciones sociales, puesto que la universidad, como centro de confluencia de pensamientos, atiende la diversidad en las estructuras de las personas y su alta posibilidad de relacionamiento en el entorno.

Al profundizar un poco más en detalle sobre la relación de la calidad de vida y el entorno de los estudiantes universitarios, Wanden-Berghe, Martín-Rodero, Rodríguez-Martín, Novalbos-Ruiz, Martínez de victoria y Sanz-Valero (2015) presentan un concepto en el que se hace referencia al bienestar social general de los individuos y las sociedades. Toman como elementos en su estudio la riqueza, el empleo, el medio ambiente, la salud física, la salud mental, la educación, la recreación y la pertenencia al grupo social. Una medida para tener en cuenta en los estudios de impacto de la calidad de vida son los factores sociales y ambientales, la relación con el entorno determina en gran medida el reconocimiento que tenga el sujeto de su percepción en el mundo.

Continuando con esta idea, Tonon (2020), describe dos tipos de experiencias que los estudiantes pueden tener en la universidad: la primera se refiere a su satisfacción con los aspectos puramente académicos, mientras que la segunda se refiere a los aspectos sociales. En ambos casos, los autores señalan que estos aspectos estarán influenciados por las instalaciones y servicios ofrecidos por la universidad, en tanto que estos son un escenario de interacción social, una fuente de nuevas amistades y de construcción de ciudadanía. Para el estudio actual, se toma la universidad como una experiencia social más allá de lo meramente académico, pues se busca profundizar en aspectos más amplios que influyen en el concepto de calidad de vida.

La universidad como espacio en donde confluyen diversas formas de pensamientos y de actuaciones debe contemplar dentro de la planeación de actividades, el diseño de programas encaminados al bienestar de las personas desde una esfera integral, que contemple diferentes dimensiones del ser humano, que permitan explorar y potencializar las habilidades propias de los estudiantes y su entorno. Es importante reconocer la existencia de desigualdades sociales y de género dentro de la comunidad estudiantil, es necesario abandonar el mito del estudiante universitario como un tipo único y asumirlo como un sujeto completo en su diversidad y pluralidad, este enfoque se debe analizar y tener en cuenta en los estudios, diagnósticos, propuestas y planes que se generen para el cuidado y promoción de la calidad de vida de los estudiantes universitarios (Lara, Saldaña, Fernández y Delgadillo, 2015).

Páez Cala y Castaño Castrillón (2019), identifica la importancia de articular acciones y competencias en la formación integral dentro del currículo académico, proponen que se incluyan competencias emocionales en los diferentes pregrados para contrarrestar los efectos negativos del estrés laboral y mejorar su percepción de la calidad de vida y, de esta forma, optimizar su desempeño laboral y productividad cuando ingresen al mercado laboral, es decir, realizar acciones que potencialicen la formación integral en competencias más allá de lo académico, ello permite una mejor percepción de la calidad de vida de los graduados de las universidades.

Los resultados del impacto que se genera en los entornos universitarios sobre la calidad de vida, son un insumo valioso para las instituciones de educación superior, pues proporcionan información sobre la situación de este colectivo y permite evaluar los parámetros que puedan ser susceptibles de mejora para planificar servicios humanos y científicos que puedan ser necesarios: estudios de satisfacción, planificación y evaluación de programas de intervención en el alumnado y formulación de políticas académicas y públicas. Dichos estudios, permiten avanzar en la consolidación de planes y acciones que contribuyen en gran medida al bienestar y calidad de vida de los estudiantes de las universidades, pues la oferta que se genere será coherente con las expectativas de los participantes y las necesidades que se pretenden suplir. Para conocer el impacto de los programas de bienestar universitario sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES, se abarcarán y profundizará en elementos tales como la cultura, los estilos de vida saludable, la promoción social universitaria y el bienestar psicológico y académico en relación con la calidad de vida de la población universitaria.

2.2 Calidad de vida y cultura

La promoción de la cultura y de las expresiones artísticas son, sin duda alguna, importantes factores que se potencian desde las áreas de bienestar universitario en las instituciones de educación superior del país, esto de acuerdo con la Ley 30 de 1992, puesto que es un elemento clave para entender la universalidad desde los diferentes tipos de pensamiento que confluyen en un espacio académico, según la Mesa Cultural de IES Antioquia (2008), la cultura en la universidad es un espacio donde naturalmente confluyen todas las posibilidades de crear y recrear el conocimiento, de habitar desde las más diversas formas de percibir el mundo, de anudar lazos

de relacionamiento entre seres diversos, de poner en escena múltiples imaginarios y de circular expresiones, hábitos, maneras de percibir, de conocer y de apropiarse el mundo. La universidad, por sí sola, se convierte en un espacio para la cultura desde el enfoque de la construcción de las personas. No es necesaria la creación de pautas y políticas para desarrollar la cultura en las instituciones de educación superior, el hecho de confluir personas con diversos tipos de pensamiento, orígenes y formas de entender el mundo, propicia espacios generadores de la cultura interna de la universidad, así, el rol de la universidad como gestora y promotora de las actividades culturales es la potencialización de las personas desde sus intereses frente a la cultura, y la generación de hábitos que conlleven al respeto, a la práctica de las diferentes manifestaciones artísticas y sociales dentro de la universidad.

Así mismo, la Ley 397 de 1997 (Ley general de cultura) describe el concepto de cultura como un conjunto de rasgos distintivos, espirituales, materiales, intelectuales y emocionales que caracterizan a los grupos humanos y que comprende, más allá de las artes y las letras, modos de vida, derechos humanos, sistemas de valores, tradiciones y creencias. Un concepto más como nación y como realidad de entender la diversidad de los sujetos o colectivos, pues no se podrá abarcar la cultura como un elemento independiente a las actividades de entretenimiento, interés o expresiones artísticas propias del ser humano, debe ser considerada como una integralidad del sujeto (estudiante) que aprecia y disfruta sus formas de entender la cultura. Por su parte Jaramillo (2013), comprende la cultura como una dimensión que permite interpretar las nuevas realidades de asumir los desafíos interculturales del mundo contemporáneo, desde una estrategia orientada al logro de la garantía de los derechos culturales para los universitarios y para la sociedad, y de las instituciones de educación superior como auténticos escenarios de pluralidad, respeto y convivencia armónica, capaces de integrarse al desarrollo político-cultural de las localidades, las regiones, los departamentos y el país.

En este orden de ideas, los estudiosos coinciden en el valor de la cultura en las universidades, puesto que es un elemento transversal para el fomento de valores, costumbres, hábitos, reconocimiento y valoración de las diferentes manifestaciones sociales que confluyen en un campus universitario, capaces de contribuir en alta medida a la formación integral de los futuros profesionales de la institución, considerando que es un espacio que requeriría un mayor fortalecimiento desde las políticas internas de país y las universidades en pro de la gestión cultural y su impacto que genera en las sociedades. Desde la mirada de los autores mencionados con

anterioridad, no se puede caer en la ambivalencia de considerar todas las acciones propias de la universidad como cultura, ni mucho menos caer en el error de considerar la cultura como acciones o actividades aisladas de los rasgos, costumbres y manifestaciones sociales y personales de quienes hacen parte de la universidad.

Finalmente, frente a lo que los estudiantes universitarios esperan y asumen de la cultura en las universidades, Calle, Giraldo y Martínez (2007), en su estudio de caracterización y análisis de las percepciones de los estudiantes de pregrado sobre la oferta cultural institucional, y de sus prácticas y expectativas de participación efectiva en la vida cultural, señalan que los universitarios destacan y valoran como algo positivo la oferta cultural de las universidades, que es constante, variada, para diversos públicos, gratuita, incluyente y de calidad, asumiéndola como una opción de expresión y desarrollo personal, complemento de la formación académica, e integradora.

De igual manera Díaz Heredia (2016), manifiesta como la cultura y sus expresiones artísticas constituyen un componente fundamental en la vida y la formación integral de los seres humanos. La relación entre cultura y educación es bidireccional, pues hace parte de un mismo proceso encaminado a potenciar capacidades personales, generar bienestar y desarrollo humano. Según la lectura y análisis de los autores frente al impacto que genera la cultura en los estudiantes universitarios, se puede demostrar el aporte significativo que realiza el desarrollo de los procesos culturales en la formación de las personas, su contribución a la potencialización del desarrollo humano y de la calidad de vida de quienes se rodean y comparten espacios de interacción y de apreciación de las expresiones artísticas y culturales dentro de la universidad.

2.3 Estilos de vida saludable en la universidad y su relación con la calidad de vida

Muñoz y Uribe (2013) define los estilos de vida, como una serie de aproximaciones en relación con la salud, en tanto implica riesgo o protección de esta. Así, el estilo de vida indica un conjunto de decisiones que las personas toman en su vida cotidiana y que afectan su salud. Las personas tienen más o menos control sobre tales decisiones, de modo que el estilo de vida saludable se ha entendido como el conjunto de estos patrones de conducta relacionados con su salud. La relevancia de su estudio se determina por el hecho de que ellas tienen la condición de realizar elecciones, en el marco de opciones disponibles o en el contexto de oportunidades ofertados en su

propia vida. Por otra parte, Arrivillaga, Salazar y Correa (2003) enfatizan el concepto de estilos de vida saludable en algunos estudios que valoran aspectos individuales, como son los factores biológicos y la conducta relacionada con comportamientos asociados con enfermedad. Otros, en cambio, buscan analizar factores comportamentales inmersos en lo sociocultural, como: la actividad física, los hábitos alimenticios, el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, la recreación y el manejo del tiempo libre, el autocuidado y cuidado médico y el sueño.

De otra parte, Muchotrigo (2005) considera los estilos de vida saludable como el conjunto de comportamientos frecuentes que realiza un individuo orientados al mantenimiento de la salud física y mental, entre los cuales se encuentran: el consumo de alimentos, la práctica de actividades al aire libre y deportes, uso del tiempo libre y calidad de las relaciones afectivas. Un concepto más integrador y articulador que los anteriores autores, enfocado en las acciones específicas que pueden ser consideradas por cada ser humano como parte de sus hábitos saludables, enmarcado es la esfera de cuidado de sí mismo y su relación con el entorno.

Los seres humanos tienen hábitos repetitivos que a través del tiempo y el reforzamiento positivo de las experiencias conllevan a que generen hábitos en la vida, de acuerdo a los autores mencionados se establece que un estilo de vida saludable, es considerado como una serie de acciones realizadas en continuidad a la práctica repetitiva de un factor tal como: actividad física, alimentación, consumos, recreación y ocio y elementos relacionados en mayor proporción de la salud integral del individuo. Es tarea fundamental de la universidad potencializar estilos de vida dentro de su población estudiantil, a través de estrategias encaminadas a promover prácticas saludables y prevenir apariciones de enfermedades mentales y físicas que impacten negativamente la calidad de vida de sus estudiantes.

El concepto de hábitos saludables dentro de las universidades da inicio a su desarrollo durante el marco de la conferencia internacional sobre la promoción de la salud (Ottawa, Canadá 1986), allí se establecieron las bases de la universidad saludable, al declararse que la salud se crea y se une en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza de trabajo y de recreo. Bajo esta mirada, las universidades deben enfocar esfuerzos en contribuir a la calidad de vida de los estudiantes y personas que comparten el espacio académico, generando acciones que vayan en pro de la salud integral de las personas, pues pretende dar lineamientos más allá de una intervención

de la salud, a crear espacios generadores de promoción de hábitos saludables en la comunidad universitaria.

Dentro del sistema educativo colombiano, a través de la Ley 30 de 1992 en su Capítulo III, se destaca la creación de las áreas de bienestar universitario en las universidades por la necesidad de adelantar programas del bienestar, entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo, así mismo, señala la norma que las instituciones de educación superior garantizarán campos y escenarios deportivos con el propósito de facilitar el desarrollo de estas actividades en forma permanente. Labor encomendada a generar acciones que contribuyan en alta medida en la articulación del desarrollo académico y personal. Esta norma invita a las universidades a encaminar esfuerzos para promover estilos de vida saludable en la población a través de programas que contribuyan desde lo físico, lo social y la salud integral de su comunidad.

Para este estudio, se encuentra una coherencia conceptual con lo expuesto por Cocca, Mayorga-Vega y Viciano (2013) en lo relativo al fomento de hábitos de vida saludable y positivos que se convierte en una de las estrategias más importantes y necesarias, y una prioridad en épocas de vida tan cruciales como la niñez, la adolescencia o el principio de la fase adulta. No existe un momento oportuno y único para intervenir al sujeto en la promoción y gestión de hábitos saludables, durante el colegio, la universidad y el campo laboral debe haber coherencia en el seguimiento constante de actividades que vayan en pro de la salud.

Un factor fundamental en los hábitos saludables es la actividad física (AF) se señala como uno de los principales factores influyentes sobre la salud. De hecho, esta no solo interviene positivamente en el desarrollo de un estilo de vida saludable, sino también influye de manera directa en la mejora del estado de salud del individuo (Ortega, Ruiz, Castillo y Sjöström, 2008). Continuando con el planteamiento de Cocca *et al.* (2013), conocer a profundidad la importancia de la actividad física en los estilos de vida saludable permite identificar el aporte a la calidad de vida de los estudiantes de esta área en el estudio, dichos factores puede permitirnos diseñar intervenciones adecuadas y efectivas, que tengan en cuenta, por un lado las exigencias objetivas de los individuos, por el otro, las necesidades subjetivas de cada persona, de modo que se pueda actuar de forma directa sobre la salud a la vez que se modifica la actitud de los jóvenes hacia su estilo de vida y el cuidado de sí mismo.

En el contexto local, la población de Medellín es un referente en el país frente a la práctica de actividad física y los estilos de vida saludables, Rodríguez-Espinosa, Restrepo-Betancur y Deossa Restrepo (2015), reportan el nivel de percepción que tienen los jóvenes universitarios sobre sus conocimientos acerca de hábitos de alimentación saludable, actividad física y control de peso, así como sus implicaciones en salud, es menor, por ejemplo, el conocimiento entre hombres y el nivel de conocimiento en estrato bajo se podría calificar como regular. Profundizar en la creación y conocimiento de acciones que contribuyan al bienestar y a la calidad de vida de los estudiantes, a través de los estilos de vida que potencialicen la salud integral, es una tarea en vía de desarrollo por las universidades a través de la articulación de programas, de políticas de autocuidado, de la salud mental, de la alimentación y del bienestar biopsicosocial.

Los participantes de los programas de bienestar universitario en la universidad CES, son una población adolescente y juvenil, que al iniciar un proceso académico, están expuestos a conductas poco saludables, debido a la falta de tiempo y las exigencias académicas, a la falta de práctica del ejercicio. El bienestar de una persona incluye medidas que buscan promover aspectos relacionados con una óptima salud física, mental, social y psicoafectiva, por medio de estrategias facilitadoras de entornos saludables, fomentando la adquisición de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades no transmisibles.

Para Jácome J. Villaquirán, Hurtado (2019), es importante incluir en los programas académicos, la formación específica del estudiante en aspectos relacionados con estilo de vida activos, así como también brindar los espacios necesarios y suficientes para su práctica.

2.4 Bienestar universitario en Colombia

La Ley 30 de 1992 plantea el bienestar universitario como un conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de estudiantes, docentes y personal administrativo. Así mismo, El artículo 118 de la norma, menciona la forma en que se debe distribuir la inversión para atender los servicios de bienestar dentro de cada universidad del país. Se establece una destinación de, por lo menos, el dos por ciento (2%) de su presupuesto de funcionamiento para atender adecuadamente su propio bienestar universitario.

Martínez y Vargas (2002), definen la nueva mirada del bienestar universitario en Colombia a través de la creación de un sistema en torno a una unidad planificadora que establezca políticas y estrategias generales dirigidas a crear un clima de convivencia y tolerancia. Esta unidad debe coordinar la participación de todas las unidades académicas con recursos humanos y financieros propios. Debe ocuparse de temas como la salud, el deporte y la recreación, pero trascender el asistencialismo, ofreciendo a los miembros de la comunidad universitaria oportunidades de apoyo curricular e investigativo, auspiciando concursos, pasantías y mecanismos de socialización de la producción intelectual de los estudiantes. Esta mirada genera unos nuevos lineamientos e invita a pensar del concepto de bienestar en la trascendencia de la calidad de vida y la formación integral de la comunidad universitaria.

González, Aguilar y Pezzano (2002), presentan una conceptualización del bienestar universitario y de los tres grandes factores orientadores de su deber ser: calidad de vida, formación integral y construcción de comunidad, gracias a la definición de espacios formales de reflexión y capacitación en temáticas relacionadas con el desarrollo humano. Así mismo, el Acuerdo 03 del 21 de marzo de 1995 del Consejo Nacional de Educación Superior CESU, establece las políticas de bienestar universitario, allí se plantea el sentido del bienestar en las universidades y se determina el objetivo misional para el desarrollo humano de cada uno de los miembros de la comunidad, el mejoramiento de la calidad de vida de cada persona, del grupo institucional como un todo y, por lo tanto, de la educación superior en Colombia, El bienestar es concebido como un aporte al proceso educativo mediante acciones intencionalmente formativas que permitan el desarrollo de las diferentes dimensiones (cultural, social, moral, intelectual, psicoafectivo y físico) del ser humano.

El Consejo Nacional de Acreditación (CNA) inició su trabajo en 1995, elaborando un modelo que incluye tres momentos centrales: la autoevaluación, la evaluación de pares y la evaluación final. El modelo del Consejo Nacional de Acreditación reconoce que el bienestar universitario es un elemento que toca todos los aspectos de la vida de las instituciones de educación superior y considera los siguientes aspectos: el clima institucional, la estructura del bienestar institucional, los recursos para el bienestar institucional. Es decir, son amplios los parámetros bajo los que se regula el desarrollo del bienestar universitario en las universidades colombianas.

Por otra parte, el Acuerdo 0218 de 2010, emanado del consejo superior de la Universidad CES, define la misión y el sentido del bienestar en la institución, como un área enfocada en la creación de espacios de crecimiento personal y colectivo con su comunidad universitaria, mediante la prestación de servicios socio-culturales, lúdico-deportivos, de formación humana y de apoyo institucional. Allí se define el nivel de participación en los programas y acciones de bienestar por parte de los integrantes de la comunidad universitaria (docente, empleado y estudiante). Igualmente, se definen los objetivos del área de bienestar universitario: las acciones de bienestar deben estar encaminadas al mejoramiento de la calidad de vida de las personas que interactúan en el espacio institucional. Para la Universidad CES, se genera una concepción de bienestar universitario como un conjunto de procesos articulados entre todas las áreas de la institución y las facultades, mediante el cual se promueven y coordinan programas que abordan a la persona en su dimensión integral a través de procesos relacionados con: la actividad física, el deporte, la recreación, la formación humana, la proyección social universitaria, el desarrollo artístico y cultural y la promoción de hábitos de vida saludable.

2.5 Marco contextual

2.5.1 El bienestar universitario en la Universidad CES

Bienestar universitario en la Universidad CES encuentra su fundamento institucional en el Plan de Desarrollo Institucional, en el Proyecto Educativo Institucional y en la estructura orgánica de la universidad. Se rige y orienta su accionar por ellos y por sus propios reglamentos. El reglamento de bienestar universitario se define según el Acuerdo 0218 de febrero de 2010 del Consejo Superior. Los procesos que se desarrollan en bienestar universitario contribuyen a potenciar las capacidades humanas, manifiestas en el Proyecto Educativo Institucional, generan dinámicas de relación, convivencia y sentido de pertenencia entre los miembros de la comunidad universitaria y sus familias y permiten construir entornos para el desarrollo humano, movilizados por cada uno de los actores que intervienen en la vida de la universidad.



Figura 2. Diagrama de desarrollo humano y bienestar institucional Universidad CES. Tomado de reglamento de Bienestar Universitario Universidad CES

En el marco del Plan de Desarrollo Institucional 2011-2020, la Universidad CES plantea retos que le permitan el mejoramiento continuo, con el firme propósito de posicionarse como una universidad de alta calidad en el contexto regional y que se convierta en referente de los desarrollos de la educación superior para el país y la región (Universidad CES, 2016).

Es por esto por lo que el área bienestar universitario ha tenido una transformación administrativa en la que se involucran todos los factores de la comunidad universitaria, llegando a ser Desarrollo humano y bienestar institucional, involucra tanto al empleado como a sus familias en un proceso que busca el desarrollo de conocimientos, actitudes y aptitudes, de estilos de vida saludable y el autocuidado en un ambiente seguro y amigable. Se trabaja por un clima laboral sano que permita desarrollar el talento humano de la institución en búsqueda de colaboradores competentes, productivos y satisfechos.

En cumplimiento con la Ley 30, el presupuesto de funcionamiento del área de desarrollo humano y bienestar institucional cuenta con un mínimo del 2% de los ingresos por concepto de matrículas que recibe la universidad anualmente. El funcionamiento de desarrollo humano y

bienestar institucional se fundamenta en cinco líneas estratégicas con programas y acciones específicas para cada uno de los nueve procesos (Universidad CES, 2016)

- Cultura e identidad CES: se busca que cada integrante de la comunidad universitaria asuma e introyecte en su vida el SER CES, los valores y cultura institucional y lo proyecte en su forma de ser y actuar.
- Permanencia: esta línea está orientada a crear e implementar estrategias que favorezcan y garanticen que los integrantes de la comunidad universitaria integren su paso por la universidad a su proyecto de vida.
- Apoyo al fortalecimiento del clima institucional y factores psicosociales: de la mano del área de relaciones laborales se busca fortalecer espacios que propicien interacción y convivencia en la comunidad universitaria, consolidando un ambiente propicio para el desarrollo integral.
- Promoción de estilos de vida saludable: desde esta línea se promueven entre la comunidad universitaria hábitos saludables y conductas de autocuidado que permitan prevenir aspectos que vayan en detrimento de la calidad de vida y el bienestar humano.
- Apoyo a la responsabilidad social universitaria: se ofrece un acompañamiento a la promoción social, a través de apoyo a los requerimientos y necesidades de los estudiantes y el fortalecimiento de las habilidades de responsabilidad para con la sociedad.

Es a partir de estas líneas estratégicas que se proponen los programas y acciones específicas a través de estos procesos: LAPYS (línea de aprendizaje, permanencia y salud); promoción social universitaria; CES activo y deportivo y promoción artística y cultural.

2.5.1.1 LAPYS: línea de aprendizaje, permanencia y salud

Esta línea fomenta el proceso de aprendizaje y formación integral, propone condiciones de permanencia y promueve los estilos de vida saludable en los integrantes de la comunidad universitaria. Surge con el propósito de articular acciones que buscan la formación integral de quienes participan en la vida institucional, a través de dimensiones cruciales del desarrollo humano.

Esta línea llamada anteriormente *Proceso de apoyo a la formación del ser*, se ha caracterizado por su acompañamiento y seguimiento, desde una perspectiva del desarrollo humano, a los programas y servicios enfocados a la permanencia, la convivencia y la salud mental de los integrantes de la comunidad universitaria. A partir de esta línea se busca mejorar de manera continua aquellas acciones que se realizan en la actualidad y han arrojado resultados en la institución. Se proponen métodos contextualizados de divulgación de información de interés general y se modifican metodologías para responder a nuevas exigencias, dinámicas y poblaciones. Sus acciones más relevantes son:

- a. **Programa Permaneces:** estrategia de acompañamiento integral universitario para los estudiantes, su objetivo específico es establecer tácticas institucionales que apunten a mejorar las condiciones de permanencia de los estudiantes en la Universidad CES.
- b. **Activamente:** programa de promoción institucional de salud mental que busca favorecer la formación integral de quienes hacen parte de la comunidad universitaria y fortalecer el ambiente institucional.
- c. **Alimentación saludable:** busca sensibilizar a la comunidad universitaria acerca de la importancia de la alimentación y los hábitos saludables, para mantener una adecuada calidad de vida. Además, se busca fomentar la importancia de adquirir, mantener y promover hábitos “alimentación saludable”.

2.5.1.2 Promoción social universitaria

A partir de 2014 se reestructuraron los procesos de bienestar universitario y se crearon dos áreas con objetivos y procesos diferenciados: promoción artística y cultural liderada por una gestora cultural y el área de promoción social universitaria liderada por una trabajadora social y psicóloga social, enfocadas a trabajar en procesos de impacto académico, familiar, social y económico contribuyendo al bienestar de los estudiantes en la universidad. Este proceso busca contribuir al mejoramiento de las condiciones de vida de la comunidad universitaria en términos sociales, económicos y ambientales, por medio de acciones enmarcadas en la solidaridad, la

reflexión y el apoyo, que apunten a la construcción de un tejido social, generando herramientas de acción que puedan ser replicadas por otras áreas. Sus acciones más representativas son:

- a. **Programa de becas:** la Universidad CES en el Acuerdo 0236 del 26 de julio de 2013, expedido por el Consejo Superior, define la política para la asignación de becas, incluyendo la beca con instituciones comprometidas con el fomento y el acceso a la educación superior. Actualmente la universidad cuenta con los siguientes apoyos académicos en los diferentes programas de la universidad: Convenio Fundación Sofía Pérez de Soto, Beca Ministerio de Educación Nacional “Ser Pilo Paga”, Responsabilidad Social Universidad CES, Talentos Deportivos Postobón, Fondo EPM, Excedente Fondo EPM, Fundación HACEB, Asociación Asia San Ignacio, Fundación Loyola, Hijo de empleado de menos recursos económicos, Mejores bachilleres Municipios (Sabaneta, Medellín, Itagüí), Beca fondo para las víctimas del conflicto, Municipio La Estrella, SAPIENCIA (Posgrados), Juan Pablo Gutiérrez Cáceres (Posgrados).
- b. **Fomento Integral Social (FIS):** busca apoyar y potencializar las capacidades de los individuos de la comunidad universitaria en general, en términos de condiciones de vida y fomento social, con el fin de articular esfuerzos que permitan un desarrollo universitario integral.
- c. **Red de Apoyo Universitario (RAU):** esta acción pretende generar bienestar por medio de propuestas en las áreas de alimentación, transporte y cobertura en salud a los estudiantes de la comunidad académica, en especial a aquellos que tienen dificultades económicas. Dentro de las acciones que componen el área están: fondo de solidaridad estudiantil, seguro estudiantil, proyecto de alimentación, proyecto de transporte, segundo idioma.
- d. **Gestión del liderazgo:** este programa se crea para fortalecer la capacidad de toma de decisiones, gestión y liderazgo y de promover e incentivar a los estudiantes para que con entusiasmo utilice sus habilidades para el logro de metas y objetivos que aporten al crecimiento integral propio y de la comunidad universitaria.

2.5.1.3 CES activo y saludable.

La línea de actividad física, deporte y recreación, articulada con las políticas institucionales, busca potenciar los estilos de vida saludables en la comunidad universitaria a través de una oferta que abarca estas actividades como elementos integradores en su quehacer, pensar y sentir diario. Esta la línea de actividad física, deporte y recreación de la universidad CES, es elemento potenciador de estilos de vida saludables en la comunidad universitaria, enmarcados en un enfoque de deporte de formación y rendimiento deportivo, actividades dirigidas a la actividad física con un enfoque de prevención y promoción del autocuidado y la masificación de la actividad motriz. Finalmente se relaciona la propuesta en recreación que involucra aspectos de la lúdica, el disfrute y el aprovechamiento del tiempo libre. Acciones de este proyecto son:

- a. **Deporte representativo:** esta acción fomenta la participación de los estudiantes en actividades deportivas. Actualmente la universidad cuenta con diversidad de escenarios deportivos y se tiene una participación en 18 disciplinas deportivas: fútbol, fútbol sala, baloncesto, voleibol, ultimate, tenis de mesa, tenis de campo, karate, taekwondo, sóftbol, natación, atletismo y triatlón, dichas modalidades deportivas tienen representación en torneos universitarios, regionales o nacionales.
- b. **Programa de actividad física y salud:** se promueven hábitos y pautas de bienestar institucional a través de la oferta de programas encaminados a la actividad física, la iniciación deportiva y el fomento de los hábitos saludables en la comunidad universitaria, se ofertan clase de pilates, yoga, cursos de actividades acuáticas y clubes conformados en caminadas ecológicas, bike y running.
- c. **Torneos deportivos y recreativos internos:** los torneos deportivos y recreativos internos brindan la posibilidad de integrar la comunidad universitaria a través de la práctica de la actividad física, contribuyendo a la formación integral del individuo, tales como torneo de fútbol sala estudiantes, fútbol sala empleados, voleibol mixto 3x3, baloncesto 3x3, paradas internas de squash, tenis de campo, tenis de mesa, festival de videojuegos, festival de billar pool y tres bandas, torneo de bolo.
- d. **Préstamo de implementos y escenarios deportivos y recreativos:** son para toda la comunidad universitaria, con el fin de promover la práctica de la actividad física y el

deporte dentro de la universidad en aquellos momentos de tiempo libre (cancha sintética, coliseo polideportivo, canchas de squash, tenis de mesa, zona de videojuegos, zona de juegos de mesa, zona de billar, sala de actividad física y artes marciales, con sus respectivos implementos deportivos).

- e. **Convenios con instituciones deportivas y recreativas:** a través de la gestión de convenios institucionales, se busca promover la actividad física en la comunidad universitaria y brindar alternativas de disfrute, de esparcimiento y de recreación.
- f. **Centro de acondicionamiento y preparación física:** el Centro de Acondicionamiento Físico es un establecimiento que presta servicio médico de protección, prevención, recuperación, rehabilitación, control y demás actividades relacionadas con la condición física, corporal o de salud del ser humano a través del ejercicio físico (Ley 729 de 2001). Este Centro se constituye como IPS CES Poblado CAPF, está regulado por el Ministerio de Protección Social a través del Decreto 1011 de 2006 y la reglamentación dirigida a habilitación de servicios de salud. El CAPF cuenta con los siguientes servicios: entrenamiento físico y prescripción del ejercicio, fisioterapia, medicina deportiva, nutrición, clases grupales fitness.

2.5.1.4 Promoción artística y cultural

La línea de promoción artística y cultural busca desarrollar las habilidades y capacidades artísticas y culturales y la sensibilidad y creatividad de la comunidad universitaria a través de la formación, la proyección, la creación, la apreciación y el ocio creativo; todos estos, elementos básicos de la formación integral que promueve la universidad. Sus acciones son:

- a. **Formación artística:** oferta permanentemente de talleres, cursos y asignaturas en diversas expresiones artísticas y contenidos culturales para el desarrollo de conocimientos, sensibilidad y capacidades de la comunidad universitaria. Estos cursos promueven la motricidad y agilidad física y mental, coordinación, pensamiento creativo, imaginación, sentido estético, socialización y conocimientos teóricos específicos. Cursos: bailes en diversos ritmos, técnica vocal, manualidades y bisutería, guitarra, fotografía, expresión oral y corporal.

- b. **Expresiones artísticas y culturales:** se gestionan y promueven grupos artísticos conformados por estudiantes, empleados y docentes con el fin de proyectar el talento a través del arte. Estos representan a la institución en eventos internos y externos y contribuyen a la proyección de la imagen de la universidad. Con estos grupos se fomenta el autocuidado, el trabajo en equipo, el liderazgo, la responsabilidad individual y para con el otro, la autoestima y los valores sociales, a la vez que proporcionan conocimiento, experiencia y entrenamiento en un arte específico. Se cuenta actualmente con grupo de teatro, un grupo experimental de danzas y un grupo musical.
- c. **Manifestaciones artísticas:** oferta de certámenes y eventos para toda la comunidad universitaria para el disfrute, sensibilización y diálogo con el arte y la cultura. Dentro de la programación se presentan: conciertos, obras de teatro y danza, exposiciones, charlas y conferencias, narración oral, festival universitario de la canción, mercadillo CES, abierto de artes. Así mismo, se apoyan eventos académicos, sociales y protocolarios de la institución con actividades de componente cultural que generen impacto y recordación a los participantes.
- d. **Préstamo de espacios y elementos:** los espacios culturales del área de desarrollo humano y bienestar institucional, dotados para el desarrollo de las actividades artísticas y culturales programadas por el área son de libre utilización de estudiantes, empleados y docentes. El salón de música y sus instrumentos, el salón de manualidades y el aula de danzas se prestan (en sus horarios libres de programación y bajo una normatividad) a quienes deseen profundizar, practicar o hacer un uso lúdico de su tiempo libre.

3. DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Enfoque metodológico de la investigación

Se realizó un estudio mediante el enfoque empírico analítico cuantitativo que busca medir la participación en los programas de bienestar universitario y su impacto sobre las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES. Este proyecto de investigación se centra en el enfoque positivista, ya que establece criterios de validación, aplicabilidad y objetividad. A través de la investigación se podrá desarrollar una verificación del impacto logrado por la oferta de bienestar universitario sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

3.2 Tipo de estudio

Se realizó un estudio observacional, descriptivo, con intención analítica y transversal. Es observacional ya que no se realizó ninguna intervención a la población objetivo, transversal porque se partió de una sola medición en el tiempo e incluyó a todos los estudiantes matriculados a corte 2017–2, desde 2° a 11° semestre académico. De intención analítica, ya que se consideraron factores y programas que contribuyen al impacto de la calidad de vida de los estudiantes de pregrado frente a la oferta de los programas de bienestar universitario.

3.3 Población

La población de este estudio fueron los estudiantes de la Universidad CES a corte del año 2017 segundo semestre, participantes en algún programa de bienestar universitario durante su estancia en la universidad, dicha población corresponde a 1837 estudiantes de pregrado matriculados incluyendo desde el 1° hasta el 11° semestre académico. A partir de la definición del criterio de exclusión de no considerar a estudiantes de primer semestre, se retiraron un total de 623 estudiantes de la muestra, ya que por su corto tiempo de participación en los programas académicos y de bienestar universitario no se podía determinar un impacto real sobre su calidad de vida. Para la aplicación del estudio de investigación se tomó una población de 1214 que contiene a los

estudiantes de 2° a 11° semestre académico de pregrado, una muestra probabilística del 11,3% de la población estudiantil y se tuvieron en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, como área del conocimiento en que se forma, programa académico matriculado, semestre académico cursado, género del participante, edad del participante, ciudad de origen o procedencia del participante, estrato socioeconómico del participante, participación o no en programas de bienestar universitario. Se tuvieron en cuenta los estudiantes de ocho facultades de la Universidad CES, tales como medicina, fisioterapia, psicología, ciencias y biotecnología, derecho, medicina veterinaria, administración y odontología.

3.4 Criterios de inclusión y de exclusión de la investigación

3.4.1 Criterios de inclusión

- ✓ Hombres y mujeres matriculados en algún programa académico de pregrado de la Universidad CES con corte al finalizar el año 2017.
- ✓ Participación en los programas de bienestar universitario ofertados en la Universidad CES.

3.4.2 Criterios de exclusión

- ✓ Estudiantes matriculados en algún programa de pregrado de la Universidad CES con corte al año 2017–2, que curse el primer periodo de clases.
- ✓ Estudiantes de pregrado de la Universidad CES que no participan en los programas de bienestar universitario ofertados en la universidad con corte al año 2017–2.

3.5Diseño muestral

Con base en las características del estudio se calculó una muestra para un estudio descriptivo, teniendo en cuenta una población de 1214 estudiantes de pregrado de la Universidad

CES con corte al año 2017 semestre 2°, con un nivel de confianza del 95% y asumiendo un margen de error del 5% (ver tabla 1). Participantes de los programas de bienestar universitario.

Los participantes del estudio aplicaron los dos instrumentos de manera simultánea tanto el instrumento de autoevaluación de la Universidad CES, que evalúa los programas de bienestar universitario, y el segundo la encuesta WHOQOL-BREF validada por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Instrumento genérico derivado del WHOQOL-100 a través de una encuesta virtual.

Tabla 1. Distribución de estudiantes de pregrado participantes por programas específico en bienestar universitario a corte 2017-2. Tomado de informe de gestión Universidad CES.

Programa	Cantidad de participantes promedio	Porcentaje de la muestra	Total de la muestra
Acompañamiento psicológico	51	10%	5,1
Asesorías de técnicas de aprendizaje	45	10%	4,5
Asesorías de sexualidad en jóvenes	30	10%	3
Programa de becas de la universidad	425	10%	42,5
Programa Fondo de Solidaridad Estudiantil	s	10%	7
Programa de líderes Universidad CES	30	10%	3
Deporte de formación y representativo	195	10%	19,5
Programas de actividad física y salud	45	10%	4,5
Gimnasio/Centro de acondicionamiento físico	350	10%	35
Formación artística	45	10%	4,5
Grupos de proyección cultural y artística	85	10%	8,5
Total estudiantes de pregrado	1371	Tamaño muestra	137,1

Tabla 2. Distribución de estudiantes de pregrado por bloques de semestre cursados a corte 2017-2, participantes de los programas de bienestar universitario 2017-2. Construcción propia.

Tipo de estudiante por semestre cursado	Cantidad	Porcentaje de la muestra	Total de la muestra
Estudiante de 2°-3° periodo	354	10%	35,4
Estudiante de 4°-7° periodo	812	10%	81,2
Estudiante de 8°- 11° periodo	205	10%	20,5
	1371		137,1

3.6 Técnicas de recolección de información: fuentes de información

3.6.1 Fuentes primarias

Los datos de los estudiantes matriculados a la fecha de corte fueron tomados de la base de datos de la oficina de planeación y autoevaluación institucional previa autorización escrita por la dirección académica de la Universidad CES,

Tanto el instrumento de autoevaluación de la Universidad CES, que evalúa los programas de bienestar universitario, y el segundo la encuesta WHOQOL-BREF validada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), se aplicó directamente en los grupos donde participaban estudiantes en actividades de formación del ser, actividad física, deporte y recreación, formación artística y cultural y estudiantes vinculados a programas de promoción social, los datos fueron proporcionados directamente por ellos.

3.7 Instrumento de recolección de información

3.7.1 Diseño de la encuesta

La encuesta digital diseñada fue una recopilación de los dos instrumentos que miden las variables del estudio, buscando identificar el impacto de los programas del área de bienestar

universitario sobre la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES con corte de matrícula al segundo semestre del año 2017.

La encuesta contiene el instrumento de autoevaluación institucional de la oficina de planeación, diseñado para valorar los servicios y programas del área de bienestar universitario ofrecidos por la Universidad CES. Para tal fin se valoran los cuatro procesos macro del área de bienestar universitario: apoyo a la formación del ser; actividad física, el deporte y la recreación; promoción artística y cultural y promoción social universitaria. De igual manera, se evalúa la calidad, pertinencia y contribución al desarrollo personal de los servicios del área de bienestar universitario. Este instrumento consta de un total de nueve preguntas, el tipo de variables de la encuesta es escala nominal, el tipo de pregunta es cerrada. Todos los participantes debieron responder obligatoriamente las preguntas 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40 (ver tabla 3).

Tabla 3. Dimensiones del instrumento. Tomado de instrumento de planeación y autoevaluación Universidad CES.

Ámbito de autoevaluación Universidad CES	Sección n.º	Factor
Programas específicos del área de bienestar universitario	1	Apoyo a la formación del ser (34) Actividad física, el deporte y la recreación (35) Promoción artística y cultural (36) Promoción social (37)
Calidad y pertinencia de los servicios de bienestar universitario	2	Calidad de los servicios de bienestar universitario (38) Pertinencia de los servicios de bienestar universitario (39)
Contribución al desarrollo personal de los servicios de bienestar universitario	3	Grado de contribución al desarrollo personal (40)

En la misma encuesta se incorporó al estudio, el instrumento WHOQOL-BREF validada por la Organización Mundial de la Salud (OMS). Instrumento genérico derivado del WHOQOL-100, que consta de 26 ítems, 24 de ellos generan un perfil de calidad de vida en cuatro dimensiones: salud física, psicológica, relaciones sociales y medio ambiente. Evalúa las percepciones del individuo, ha sido traducido a 19 idiomas diferentes, es aplicable a sujetos sanos y enfermos. El instrumento WHOQOL BREF no se centra en aspectos funcionales sino en el grado de satisfacción que el individuo tiene frente a diversas situaciones de su cotidianidad, por lo que es la escala de mayor solidez conceptual y metodológica. Para tal fin, se subdividió en siete secciones: la primera incluye información general de identificación del personal a través de la recopilación de datos sociodemográficos, de la segunda a la séptima sección se contemplan los factores adaptados a la calidad de vida según el instrumento de la OMS. El tipo de variables del instrumento encuesta es cualitativo, nominal y ordinal en la primera sección, de la segunda sección en adelante es de escala nominal. El tipo de pregunta es cerrada (ver tabla 4).

Para facilidad del participante de la investigación se recopilaron los dos instrumentos en una sola encuesta que fue aplicada a la muestra de la población.

Tabla 4. Instrumento de medición de la calidad de vida. Tomado de Organización Mundial de la Salud. Whoqol-100, Whoqol-Bref 1997

Factor	CALIDAD GLOBAL DE VIDA Y SALUD GENERAL
Salud física	Energía y fatiga
	Dolor y malestar
	Sueño y descanso
Psicológico	Imagen corporal y apariencia
	Sentimientos negativos
	Sentimientos positivos
	Autoestima
	Pensamiento, aprendizaje, memoria y concentración
Nivel de independencia	Movilidad
	Actividades de la vida diaria
	Dependencia de sustancias medicinales y auxiliares médicos
	Capacidad de trabajo

	Relaciones personales
Relación social	Apoyo social
	Actividad sexual
	Recursos financieros
Medio ambiente y recursos naturales	Libertad
	Seguridad física y protección de la salud
	Capacidad de accesibilidad y calidad
	Ambiente en el hogar
	Oportunidades para adquirir nueva información y habilidades
	Participación y oportunidades de recreación y ocio
	Ambiente físico: contaminación, ruido, tráfico y clima
	Transporte

3.8 Proceso de obtención de la información

Se realizó la prueba piloto para determinar el tiempo de aplicación de la encuesta, ya que, al incorporar dos instrumentos, se hace necesario medir los tiempos de aplicación, se plantearon los tiempos para la recolección de la información. Posterior a dicha aplicación, se procesaron y analizaron los datos en IBM SPSS Statistics Standard Versión 24 con licencia de la Universidad CES, de acceso para los estudiantes a cargo del proyecto de investigación.

Se definieron dentro de la investigación las variables dependientes: dimensiones de la calidad de vida, tales como dimensión de salud física, dimensión psicológica, relaciones sociales, nivel de independencia y ambiente). Por otra parte, se definieron las variables independientes las acciones de bienestar (formación del ser, actividad física, promoción artística, promoción social) de igual manera se toman como variables independientes la pertinencia y la calidad de los servicios de bienestar. Dichas incorporaciones obedecen a la revisión de la literatura y rastreos previos de experiencias de estudio de este tipo. Dentro del estudio y buscando dar respuesta a los objetivos planteados se realizaron estudios de correlación de Pearson, modelos de regresión lineal simple y modelos de regresión lineal múltiple.

3.8.1 Control de errores y sesgos

Con el fin de controlar el sesgo de selección en el estudio, se tuvo en cuenta que estudiantes de pregrado de la Universidad CES con corte 2017, segundo semestre, demostraran su participación en los programas de bienestar institucional de la Universidad CES, se seleccionaron mediante muestreo a conveniencia hasta que se terminó el total de la muestra y se tuvieron en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, todo a través del envío a bases de datos de los matriculados y participantes de los programas de bienestar universitario con corte al año 2017.

3.8.2.1 Técnicas de procesamiento de la información

Con el fin de realizar un proceso automatizado de la información de la investigación se consolidó inicialmente en una base de datos en el programa Excel 2007® donde se realizó control de calidad del dato y, posteriormente, para generar la información de este estudio, la base de datos fue exportada y procesada en Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 21.0 (licencia de la Universidad CES) en el cual se realizó el análisis estadístico de los datos. Los informes de este estudio se elaboraron en Microsoft Office a través del procesador de textos Word.

3.9. Hipótesis:

La participación en los programas del área de bienestar universitario tiene impacto sobre la dimensión de salud física de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

La participación en los programas del área de bienestar universitario tiene impacto sobre la dimensión psicológica de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

La participación en los programas del área de bienestar universitario tiene impacto sobre la dimensión de relaciones sociales de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

La participación en los programas del área de bienestar universitario tiene impacto sobre la dimensión ambiental de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Posterior a la aplicación de los instrumentos de recolección de la información se presentan los principales resultados, buscando la definición del impacto que tienen los programas del área de bienestar universitario sobre las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES. Se dividen en cuatro capítulos: 1. Características sociodemográficas de la población evaluada y participantes de los programas de bienestar universitario, donde se identifican las principales características como edad, sexo, programas académicos, estrato socioeconómico entre otros. 2. Representación y evaluación de los servicios de bienestar en la Universidad CES: principales resultados de la participación, valoración, pertinencia, contribución de los servicios de bienestar percibidos por los estudiantes participantes, al igual que las principales respuestas de puntuación de calidad de vida e instrumento relacionado para la aplicación del estudio. 3. Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar universitario en la universidad CES. 4. Modelo de regresión lineal simple y múltiple entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar en la universidad CES.

4.1 Características sociodemográficas de la población de estudiantes de pregrado que participan en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES

4.1.1 Participantes por programa académico

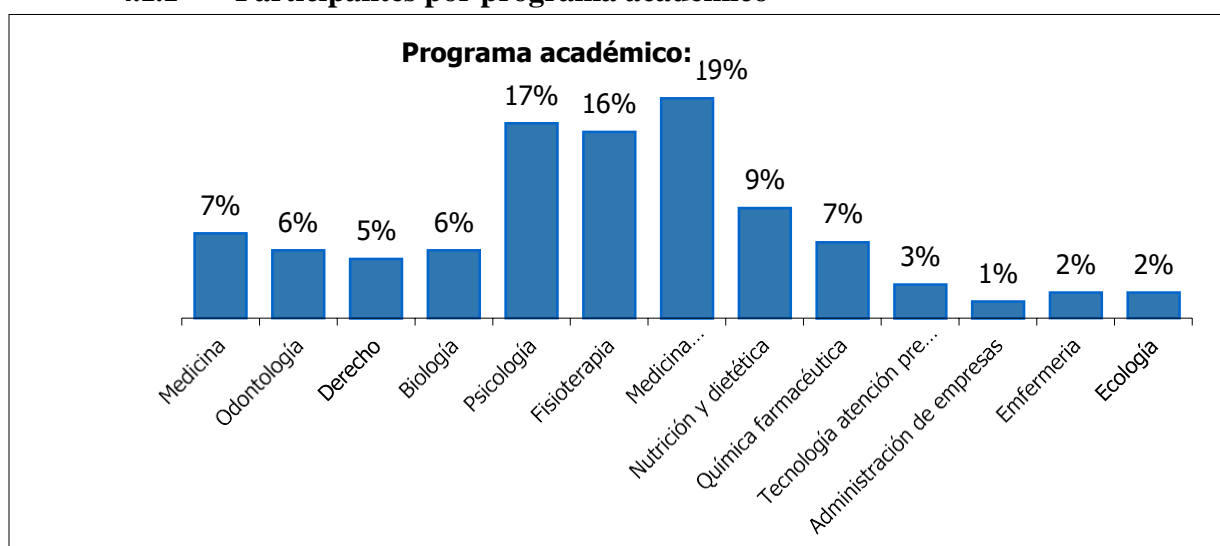


Figura 3. Distribución porcentual por programa académico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El mayor porcentaje de participantes del estudio aplicado, según programa académico, es el de los estudiantes de psicología, medicina veterinaria-zootecnia y fisioterapia. En contraste, el porcentaje más bajo de participantes pertenece al programa de administración de empresas, seguido de enfermería y ecología, esto se debe al número bajo de estudiantes matriculados en dichos programas académicos.

4.1.2.1 Participantes por semestre

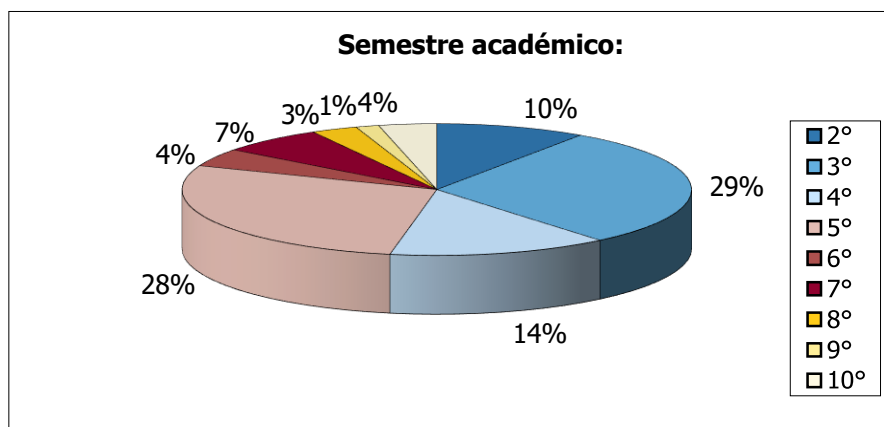


Figura 4. Distribución porcentual por semestre académico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

La participación más alta de estudiantes en los programas de bienestar universitario de la Universidad CES, pertenece a los matriculados en el 3º y 5º semestre académico, con un total del 57%, la participación más baja se presenta en el 9º semestre académico. El 81% de los participantes totales de los programas de bienestar, pertenecen a semestres entre 2º y 5º.

4.1.3 Participantes por género

Distribución porcentual por género del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.

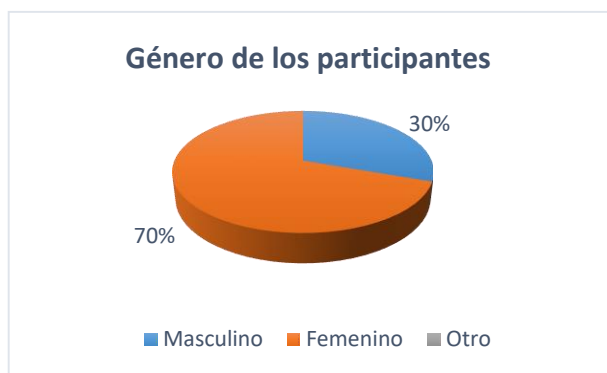


Figura 5. Distribución porcentual por género del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

De la muestra aplicada que participa activamente en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, las mujeres equivalen al 70%, de otra parte, el 30% de los participantes corresponden a sexo masculino.

4.1.3 Participantes por estrato socioeconómico

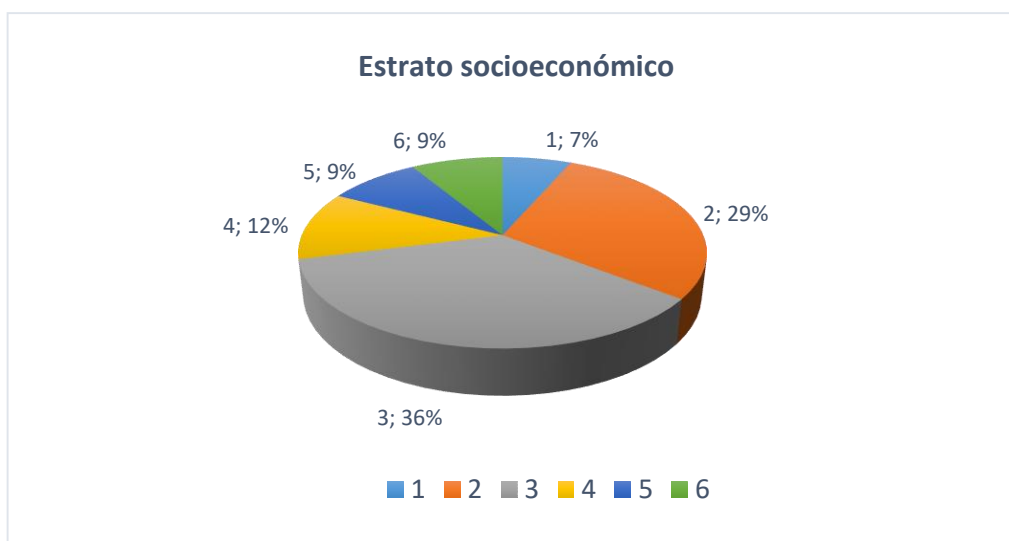


Figura 6. Distribución porcentual por estrato socioeconómico del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 72% de los participantes de los programas de bienestar universitario en el CES pertenecen a los estratos 1, 2 y 3 debido a las altas oportunidades a través de becas en la institución,

según variables sociodemográficas se puede observar que por estrato socioeconómico la mayor proporción (36%) corresponde al estrato socioeconómico 3. Al igual que la muestra menos significativa corresponde al estrato socioeconómico 1.

4.1.5.1 Participantes por edad

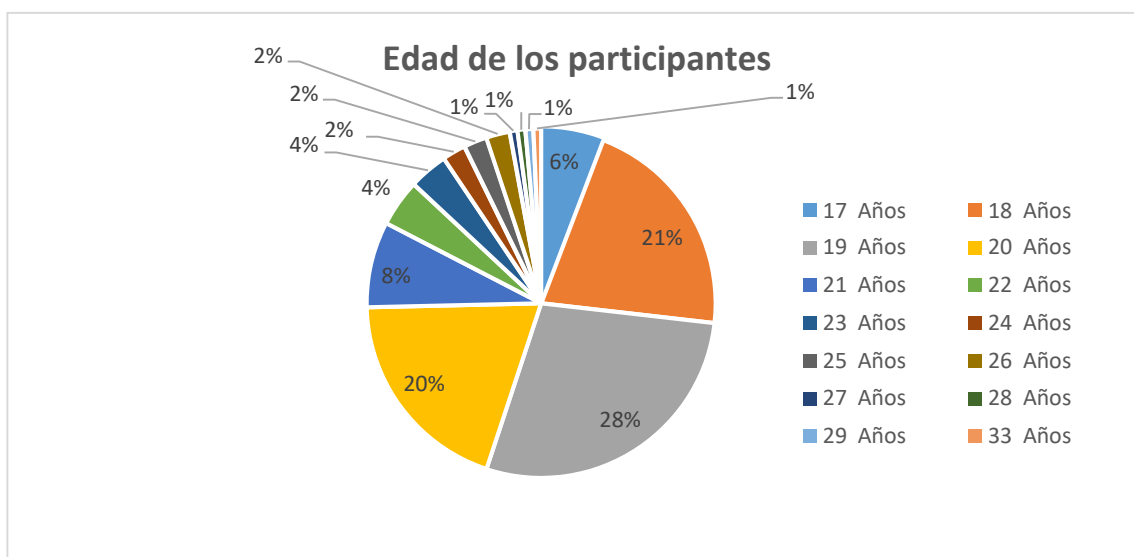


Figura 7. Distribución porcentual por edad del estudiante participante en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 69% de los participantes en los programas de bienestar universitario de la Universidad CES, poseen una edad promedio entre los 18 a 20 años, lo que representa una proporción mayor frente a las otras edades. Por otra parte, el 25% de los estudiantes tienen una edad posterior a los 21 años, siendo la edad mínima de los participantes 17 años y la edad máxima de 33 años. La población menor de edad de 17 años representa un 6% de la población participante

4.2 Representación de los servicios de Bienestar en la universidad CES

4.2.1 Participación en los programas de bienestar universitario de la Universidad CES

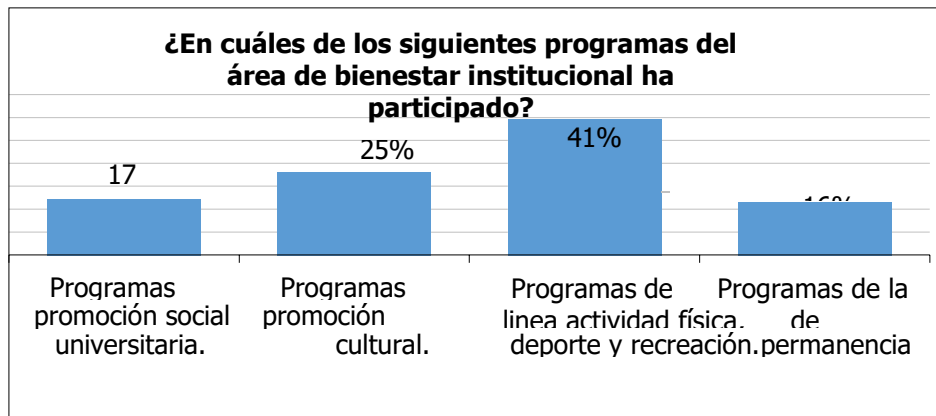


Figura 8. Distribución porcentual por participación en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

Los estudiantes de pregrado usuarios de la oferta de bienestar universitario de la Universidad CES participan en un 41 % en los programas de actividad física, recreación y deporte, mientras que la participación más baja la representa los programas de la línea de aprendizaje, permanencia y salud representada en el 16%. Algunos de los estudiantes participan en más de un programa del área de bienestar universitario, los programas de promoción artística y cultural representan el 25% y los programas de promoción social representan el 17%.

4.2.2 Valoración de las acciones de bienestar universitario en la Universidad CES

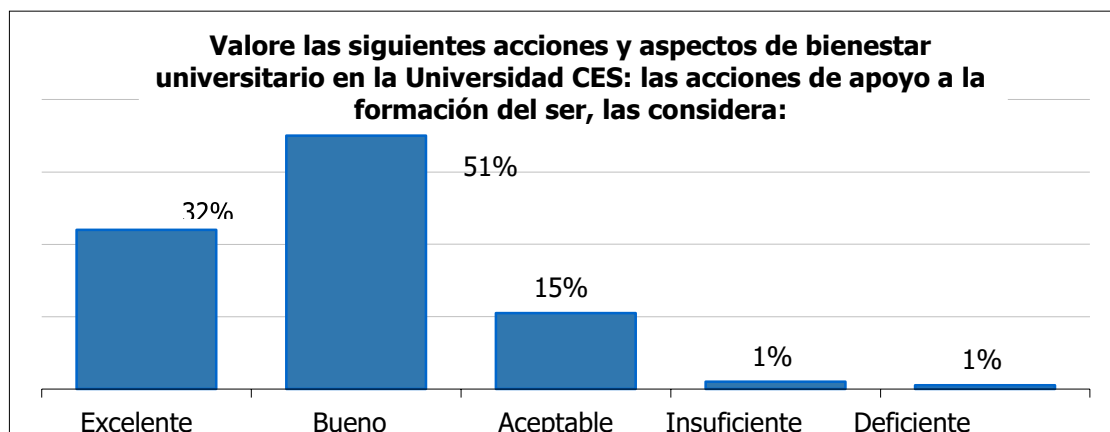


Figura 9. Distribución porcentual por absolutas por valoración de programas y acciones del área de formación del ser en la Universidad CES. Construcción propia.

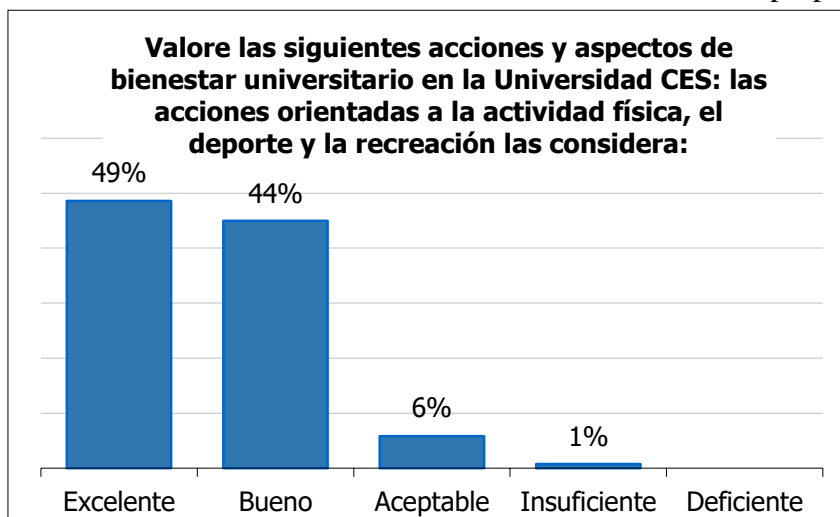


Figura 10. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área actividad física, deporte y la recreación en la Universidad CES. Construcción propia.

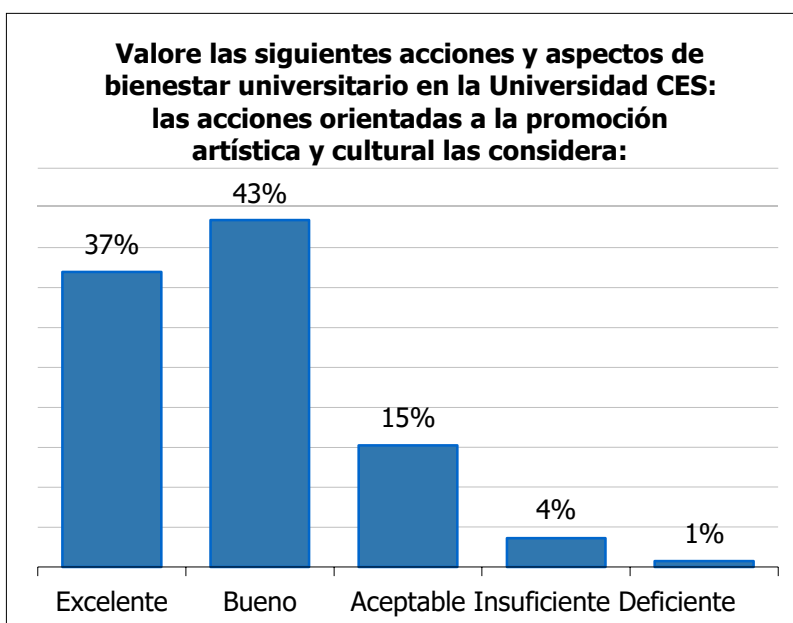


Figura 11. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área promoción artística y cultural en la Universidad CES. Construcción propia.

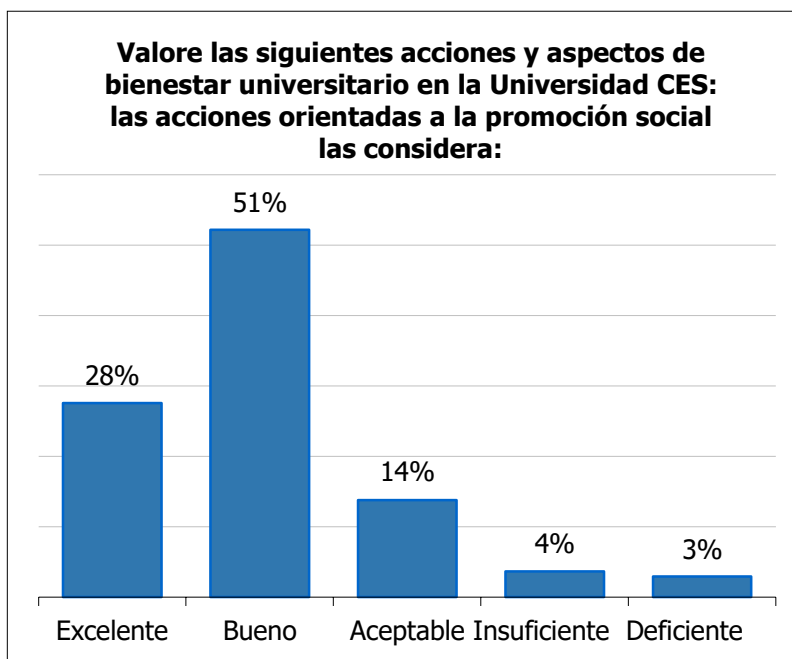


Figura 12. Distribución porcentual por valoración de programas y acciones del área promoción social en la Universidad CES. Construcción propia.

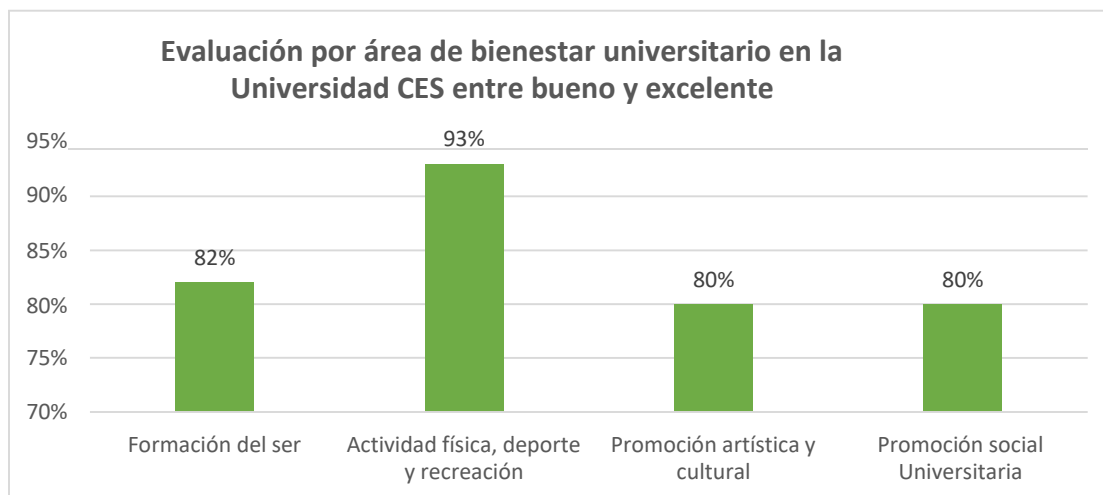


Figura 13. Comparativo de evaluación por área de bienestar universitario en la Universidad CES, que contemplan la evaluación entre excelente y bueno. Construcción propia.

Cada uno de los programas y áreas pertenecientes a bienestar universitario en la Universidad CES, se ubican por encima del 80% en los criterios de evaluación percibidos por los estudiantes encuestados, el servicio de actividad física, deporte y recreación tiene la mayor representación con un 93% de evaluación y los servicios más bajos en evaluación son el área de promoción social y formación del ser, cada una con una evaluación del 80% para cada una.

4.2.3 Calidad de los servicios de bienestar universitario en la Universidad CES

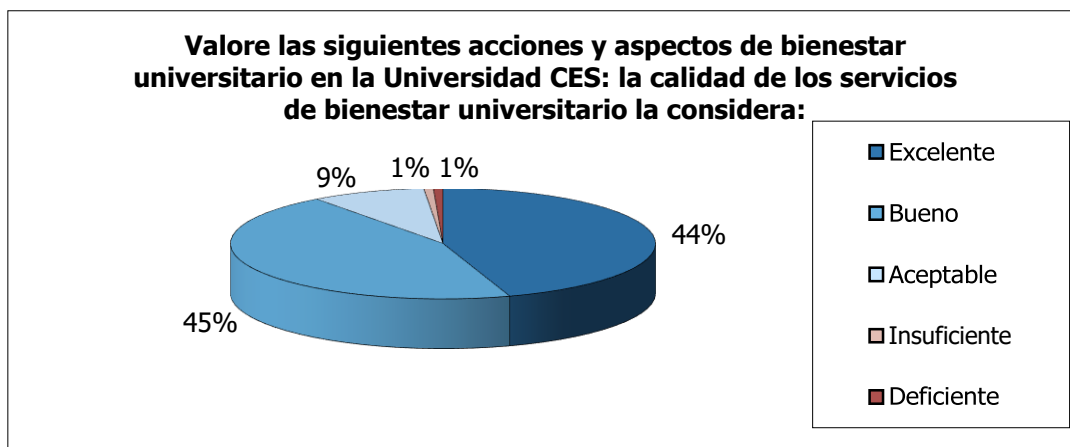


Figura 14. Distribución porcentual por valoración de calidad de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 90% de los estudiantes participantes de los programas de bienestar universitario, perciben como excelente la calidad de los servicios ofrecidos, el 2% de los encuestados manifiesta como insuficiente o deficiente, el 9% de los participantes evalúa la calidad de los servicios como bueno. En términos generales la calidad de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES se ubican en un 84%.

4.2.4 Pertinencia de los servicios de bienestar universitario en la Universidad CES

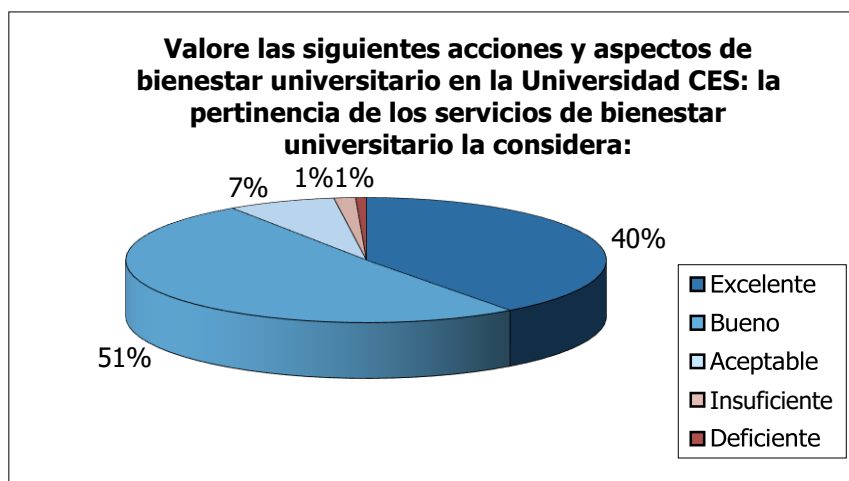


Figura 15. Distribución porcentual por valoración de pertinencia de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 91% de los encuestados evalúan como excelente y bueno la pertinencia de la oferta del área de bienestar universitario y el 2% evalúan la pertinencia como insuficiente o deficiente. Por otra parte, el 7% de los participantes evalúa como aceptable de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES.

4.2.5 Contribución de los servicios de bienestar universitario al desarrollo personal de los estudiantes de pregrado participantes en la Universidad CES



Figura 16. Distribución porcentual por contribución de los servicios y programas de bienestar universitario en la Universidad CES al desarrollo personal de los estudiantes de pregrado. Construcción propia.

El 55% de los estudiantes que hacen parte de algún proceso, acción o programa de bienestar universitario en la Universidad CES. Evalúan como excelente el aporte al desarrollo personal que tienen los programas de bienestar universitario sobre sus vidas, un 35% manifiesta como bueno el aporte, y el 8% de los encuestados como aceptable. El 98% de los encuestados manifiestan que todas las acciones que se realizan en la universidad desde el área de bienestar generan impacto en su desarrollo personal.

4.2.6 Puntuación y nivel de calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario

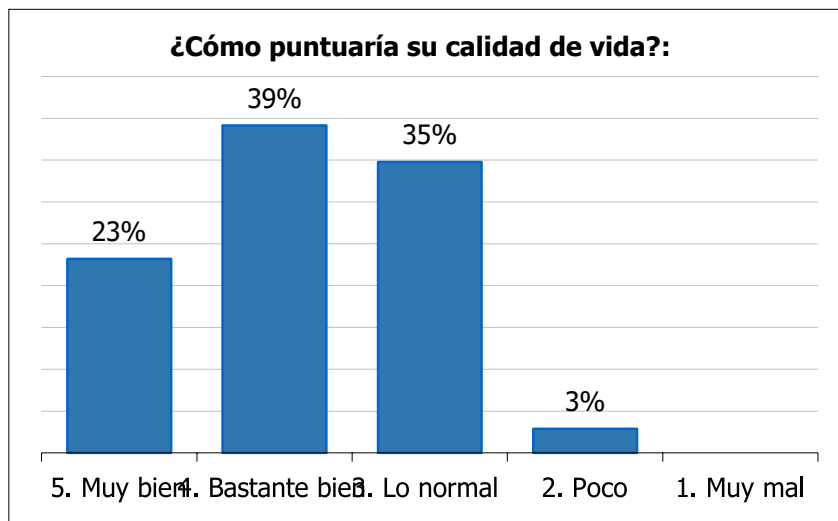


Figura 17. Distribución porcentual por valoración de la calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

Dentro del análisis del nivel de calidad de vida de los estudiantes encuestados, el 62% percibe su calidad de vida como muy bien o bastante bien. El 3% de los encuestados puntúan la percepción de su calidad de vida como poca, mientras que el 35% de los participantes de los programas de bienestar universitario, manifiestan la percepción como normal, el 39% manifiestan como bastante bien, y el 29% de los estudiantes que participan consideran su calidad de vida como muy buena.

4.2.7 Salud física asociada a la calidad de vida de los participantes en los programas de bienestar universitario

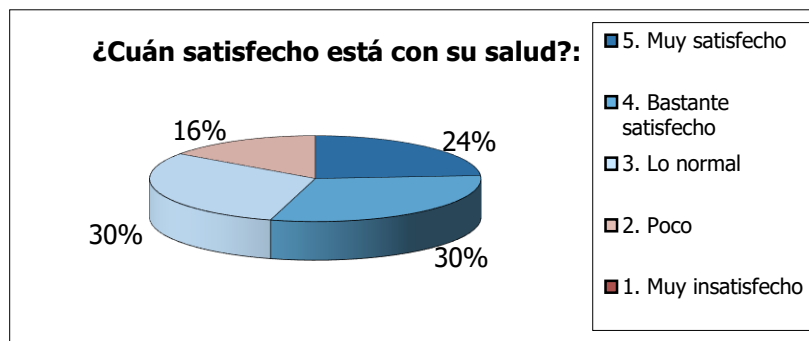


Figura 18. Distribución porcentual por satisfacción de la salud de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

EL 54% de la población de estudiantes que participa en los programas de bienestar institucional considera que su estado de salud es bastante satisfecho o muy satisfecho, lo que representa una muestra muy significativa, por otra parte, llama la atención que el 15% de los estudiantes manifiestan no estar satisfechos con su nivel de salud.

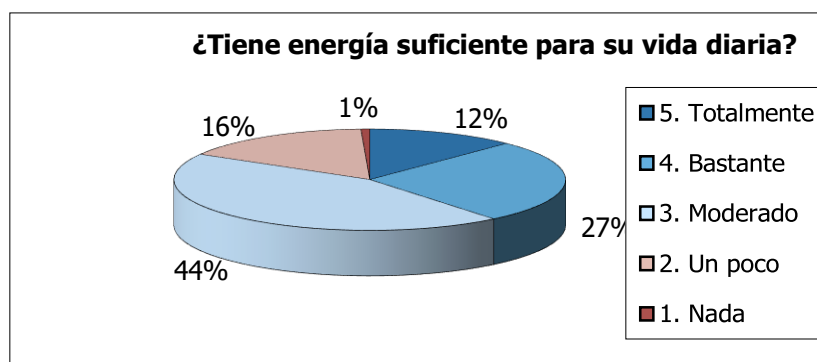


Figura 19. Distribución porcentual por energía suficiente para su vida diaria de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 83% de los encuestados participantes de los programas de bienestar universitario, se encuentran dentro del rango de moderado a totalmente en cuanto al nivel de energía que sienten en su día a día para afrontar todas sus actividades, el 44% considera moderado su nivel de energía frente al día a día, por otra parte, el 39% representa el nivel adecuado de energía según su percepción, por otra parte, el 17% de los encuestados manifiestan no tener la energía suficiente.

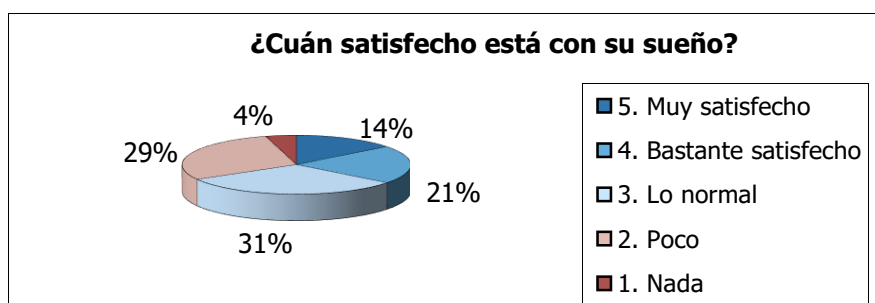


Figura 20. Distribución porcentual por satisfacción del sueño de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 35% de los encuestados manifiestan estar satisfechos con la calidad de su sueño, mientras que el 33% de los participantes consideran que tienen dificultades y poco o nada en cuanto a la calidad y cantidad de horas dedicadas al descanso como lo es el sueño.

4.2.8 Factores psicológicos asociados a la calidad de vida

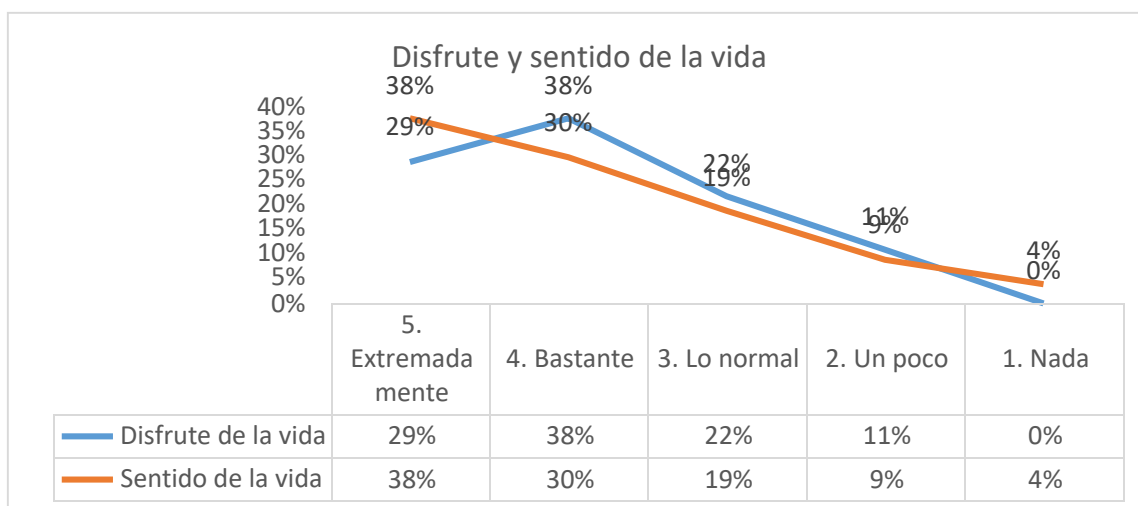


Figura 21. Construcción propia: distribución porcentual de percepción por disfrute de la vida y sentido de la vida de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 87% de los estudiantes participantes en los programas de bienestar universitario de la universidad CES, encuentran sentido a su vida, mientras que el 89% de los encuestados también se sienten que disfrutan la vida.

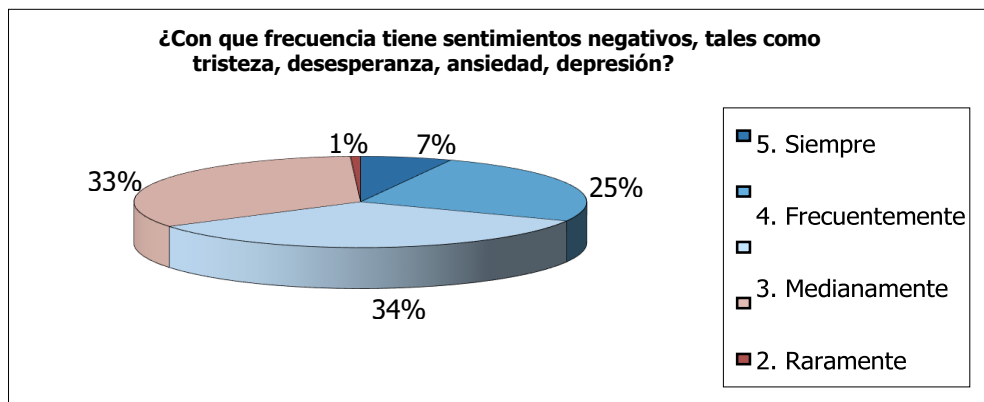


Figura 22. Distribución porcentual por frecuencia de sentimientos negativos en los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 68% de los estudiantes participantes en algún programa de la oferta de bienestar universitario se encuentran en el rango de medianamente o nunca frente a los sentimientos negativos tales como tristeza, desesperanza, ansiedad o depresión, el 32% de la población participante dice haber sentido frecuentemente o siempre dichos sentimientos.

4.2.9 Nivel de independencia del sujeto en relación con calidad de vida

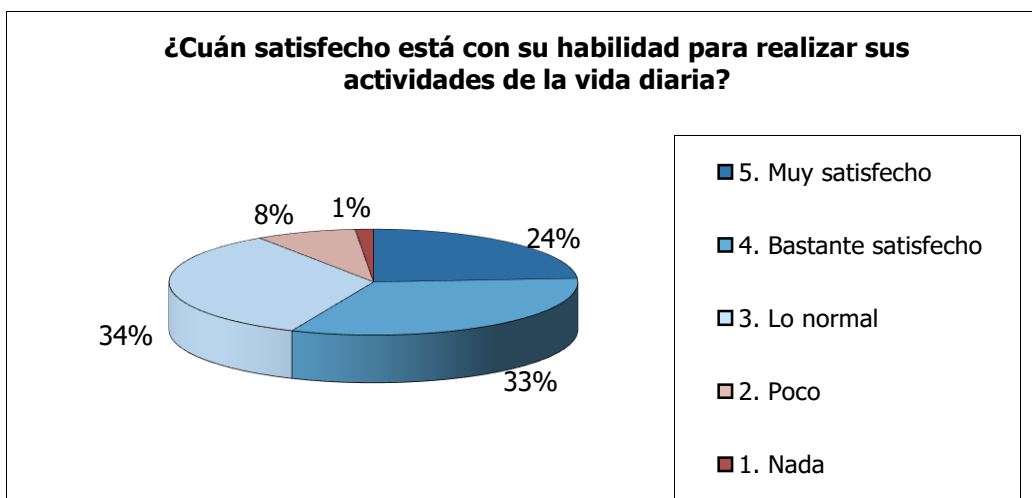


Figura 23. Distribución porcentual por satisfacción con habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 91% de los estudiantes encuestados y que hacen parte de la oferta de bienestar universitario en la Universidad CES, están satisfechos con su habilidad para realizar sus actividades de la vida diaria, solo el 9% de la población encuestada se encuentra poco o nada satisfechos, la muestra más representativa la tiene con un 34% la opción de sentirse bastante satisfecho.

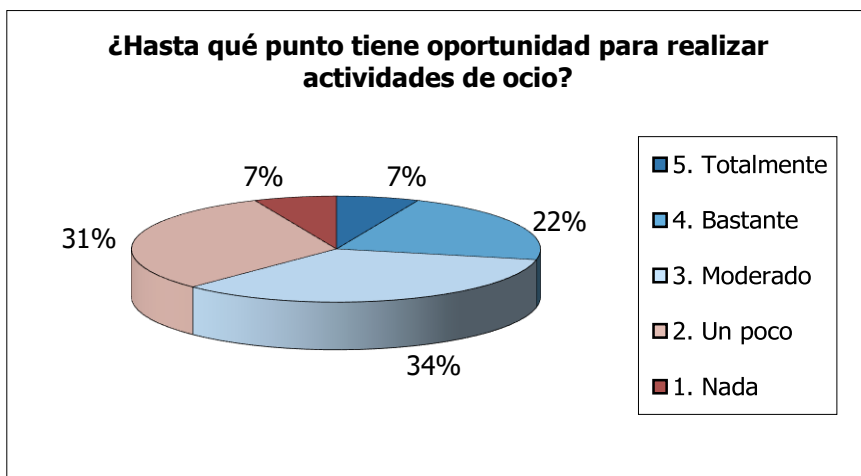
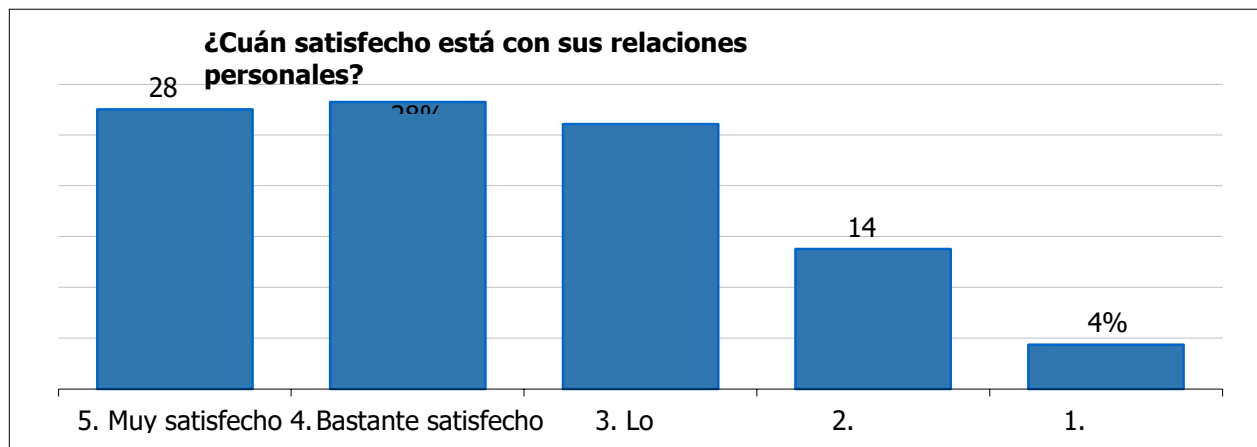


Figura 24. Distribución porcentual de la oportunidad para realizar actividades de ocio de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES.
Construcción propia.

El 63% de los estudiantes encuestado y que participan en los programas de bienestar universitario manifiestan que tiene la oportunidad de realizar actividades de ocio y tiempo libre en su vida diaria, el 38% de los participantes manifiestan que tienen un poco o nada la oportunidad de realiza actividades relacionados con el ocio.

4.2.10 Factores de las relaciones sociales asociados a la calidad de vida

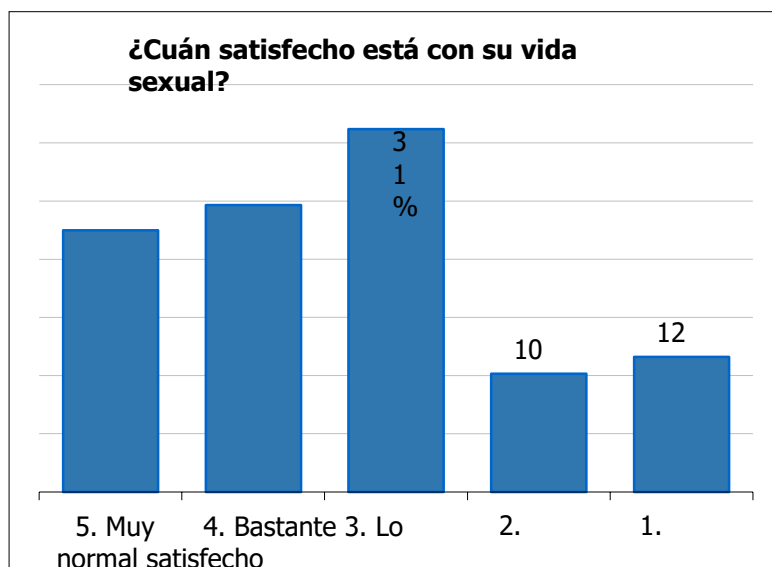
Figura 25. Distribución porcentual de la satisfacción de las relaciones personales de los



participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 86% de los estudiantes que hacen parte de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, se encuentran satisfechos con sus relaciones personales, el 20% de la población encuestada dicen no estar satisfechos con sus relaciones personales.

Figura 26. Distribución porcentual de la satisfacción de la vida sexual de los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.



El 78% de los jóvenes participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, manifiesta que se encuentra satisfecho con su vida sexual, en 31% de los encuestados la considera como normal, mientras que el 22% de los encuestados manifiestan no estar satisfechos con su vida sexual.

4.2.11 Factores del medio ambiente y recursos disponibles asociados a la calidad de vida

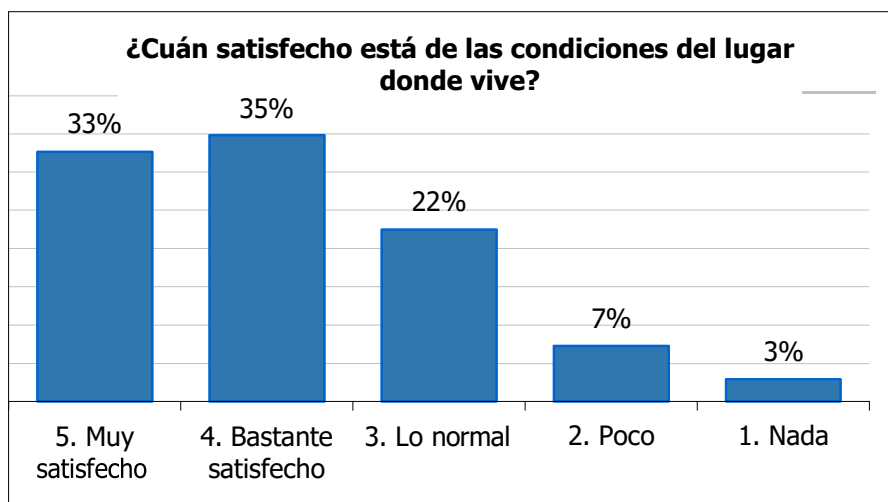


Figura 27. Distribución porcentual de la satisfacción de las condiciones del lugar donde viven los participantes en programas de bienestar universitario en la universidad CES.
Construcción propia.

El 90% de los participantes de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, consideran que se encuentran satisfechos con las condiciones del lugar donde vive, mientras que el 10% manifiestan no sentirse satisfecho.

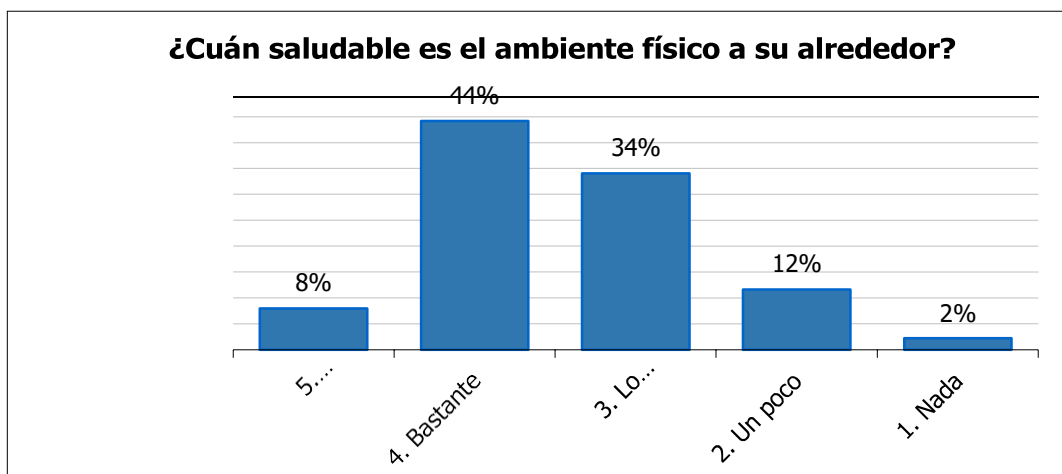


Figura 28. Distribución porcentual de la saludable satisfacción de las condiciones del lugar donde viven los participantes en programas de bienestar universitario en la Universidad CES. Construcción propia.

El 86% de los estudiantes participantes en los programas de bienestar universitario consideran que el ambiente físico a su alrededor es saludable, entre lo normal y bastante. Por su parte el 44% es la cifra más representativa que manifiesta sentirse bastante satisfecho con el ambiente físico a su alrededor.

4.3 Correlación entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar

Se realizó la correlación de Pearson, en general, las medias de los puntajes de las acciones de bienestar están por encima del punto de corte (4,0) y se encontró una correlación positiva entre los puntajes de formación del ser (Rho: 0,23), actividad física (Rho: 0,14) y promoción social (Rho: 0,16) con la dimensión de salud física. Sin embargo, estas correlaciones son bajas y moderadas. En cuanto a las acciones de promoción social y la calidad de los programas, también se evidenció una correlación positiva, pero moderada. Además, también se encontró una correlación positiva entre todas las acciones de bienestar y las dimensiones psicológicas, relaciones sociales y ambiente (tabla 6). Se encontró una correlación moderada entre las actividades de formación del ser (p: 0,003), actividad física (p: 0,045) y promoción artística (p: 0,025). Concatenadamente, todas las acciones de bienestar presentaron una correlación directa y significativa con la dimensión psicológica de la calidad de vida. Por su parte, la correlación entre

la formación del ser ($p: 0,028$) y promoción social se correlacionan de manera moderada con la dimensión de relaciones sociales (tabla 5).

Tabla 5. Correlación (R o Rho) entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar, Universidad CES, 2017. Construcción propia.

Dimensiones	Actividades de bienestar universitario					
	Formación del ser	Actividad física	Promoción artística	Promoción social	Calidad	Pertinencia
Salud física	0,23 * (0,003)	0,14 (0,045)	0,16 (0,025)	0,12 (0,074)	0,08 (0,167)	0,17 (0,020)
Psicológica	0,27 (<0,001)	0,20 (0,007)	0,17 (0,021)	0,19 (0,009)	0,20 (0,007)	0,27 (<0,001)
Relaciones sociales	0,18 (0,028)	0,13 (0,106)	0,11 (0,180)	0,21 (0,012)	0,11 (0,168)	0,13 (0,111)
Ambiente	0,18 (0,028)	0,13 (0,106)	0,11 (0,180)	0,21 (0,012)	0,11 (0,168)	0,13 (0,111)

* Correlación de Pearson (valor p)

4.4 Prueba de Hipótesis: Efecto de las acciones de bienestar sobre las dimensiones de calidad de vida en la universidad CES

Con el fin de validar las hipótesis del estudio, se realizó una regresión lineal simple, como técnica estadística para establecer la correlación entre cada uno de los puntajes de las acciones de bienestar y las dimensiones de calidad de vida. Como variables independientes se emplearon las acciones de bienestar y como variables dependientes se utilizaron las dimensiones de calidad de vida. Considerando la posible confusión que se puede generar en la correlación bivariada, donde los resultados pueden estar subestimados o sobreestimados, se hace absolutamente necesario el ajuste mediante técnicas multivariadas con dos finalidades; primero, dar un entendimiento de la relación entre la exposición (acciones de bienestar) y el desenlace (calidad de vida), bajo un

contexto cercano a la realidad de cada sujeto de estudio, esto es, considerando algunos confusores importantes como la edad, el nivel socioeconómico, la pertinencia de los programas y segundo, precisamente reducir la posible confusión, con la utilización de técnicas multivariantes (Ver Tabla 6).

Los hallazgos obtenidos en el estudio señalan que la formación del ser explica el 5% de la variabilidad de la dimensión de la salud física y tiene un efecto positivo y significativo sobre esta dimensión. Además, por cada incremento en un punto de la pertinencia de las actividades de bienestar universitario, se aumenta en 3,58 puntos la dimensión de salud física (IC 95%: 0,17 – 6,99 p: 0,039), se resalta que la pertinencia de los programas explica en un 17% la variabilidad del desenlace. En la tabla 6 se muestran los resultados de la regresión lineal entre las dimensiones psicológica, relaciones sociales y ambiente con las acciones de bienestar.

Tabla 6. Regresión lineal simple entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar, Universidad CES. Construcción propia.

Dimensiones de calidad de vida	Acciones de bienestar	R ² *	β (EE) +	IC95% **	Valor p
Salud física	Formación del ser	0,05	4,37 (1,58)	1,23 – 7,50	0,007
	Actividad física	0,02	2,64 (1,55)	-0,42 – 5,71	0,091
	Promoción artística	0,02	2,98 (1,51)	-0,01 – 5,98	0,051
	Promoción social	0,12	2,03 (1,39)	-0,72 – 4,80	0,147
	Calidad	0,08	1,69 (1,74)	-1,75 – 5,14	0,333
	Pertinencia de los programas	0,17	3,58 (1,72)	0,17 – 6,99	0,039
Psicológica	Formación del ser	0,27	7,22 (2,11)	3,04 – 11,41	0,001
	Actividad física	0,20	5,21 (2,07)	1,11 – 9,31	0,013

	Promoción artística	0,17	4,19 (2,04)	0,15 – 8,24	0,042
	Promoción social	0,19	4,45 (1,86)	0,75 – 8,14	0,018
	Calidad	0,20	5,73 (2,31)	1,15 – 10,31	0,014
	Pertinencia de los programas	0,27	7,68 (2,27)	3,18 – 12,18	0,001
	Formación del ser	0,18	5,73 (2,58)	0,62 – 10,84	0,028
	Actividad física	0,13	4,08 (2,50)	-0,87 – 9,03	0,106
Relaciones sociales	Promoción artística	0,11	3,31 (2,46)	-1,55 – 8,18	0,180
	Promoción social	0,21	5,65 (2,22)	1,25 – 10,04	0,012
	Calidad	0,11	3,88 (2,80)	-1,66 – 9,43	0,168
	Pertinencia de los programas	0,13	4,48 (2,79)	-1,04 – 10,02	0,039
	Formación del ser	0,12	3,13 (2,04)	-0,90 – 7,18	0,127
	Actividad física	0,14	3,44 (1,96)	-0,44 – 7,32	0,082
Ambiente	Promoción artística	0,17	3,96 (1,91)	0,17 – 7,74	0,040
	Promoción social	0,12	2,70 (1,76)	-0,79 – 6,20	0,128
	Calidad	0,17	4,49 (2,18)	0,18 – 8,81	0,041
	Pertinencia de los programas	0,14	3,64 (2,19)	-0,69 – 7,98	0,099

* Coeficiente de variación (R^2)

+ Coeficiente de regresión (β) y error estándar (EE)

.. Intervalo de confianza al 95% (IC95%)

El propósito del análisis multivariado es medir, explicar o predecir el grado de relación entre variables (combinación lineal ponderada), pues el carácter multivariante reposó, no solo en la cantidad de variables, sino en sus múltiples combinaciones. Se decide realizar un modelo multivariado para controlar la confusión dada por edad, el estrato socioeconómico y la pertinencia de los programas de bienestar, dado que favorece la toma de decisiones óptimas teniendo en cuenta el contexto en el que se encuentra, teniendo en cuenta la información que aporta el conjunto de datos analizados y la revisión de la literatura previa.

En el modelo ajustado (Tabla 7) se observó un efecto positivo de las acciones de bienestar de la formación del ser y la promoción artística en la dimensión de salud física, al ajustar por todas las acciones, la edad y el estrato socioeconómico, estas variables explican un 40,2% la variabilidad de la dimensión de salud física. De otra parte, la formación del ser, la actividad física y la promoción artística, son predictores que influyen de manera positiva a la dimensión psicológica, la cual es explicada en un 42,9%, el 31,4% de la dimensión de relaciones sociales y el 40% de la dimensión de ambiente (tabla 8).

Tabla 7. Regresión lineal múltiple entre la calidad de vida (dimensión de salud física), las acciones de bienestar y la edad, Universidad CES, 2017. Construcción Propia.

Dimensiones	Acciones de bienestar	Modelo simple		Modelo ajustado		R ²
		β (EE)	IC95%	β (EE)	IC95%	
Salud física	Formación del ser	4,37 (1,58)	1,23 – 7,50	3,95 (2,06)	-0,13 – 8,04	0,402
	Actividad física	2,64 (1,55)	-0,42 – 5,71	-0,51 (2,06)	-4,52 – 3,49	
	Promoción artística	2,98 (1,51)	-0,01 – 5,98	3,50 (2,17)	-0,07 – 7,79	
	Promoción social	2,03 (1,39)	-0,72 – 4,80	-2,09 (1,97)	-5,99 – 1,80	
	Pertinencia	3,58 (1,72)	0,17 – 6,99	1,60 (2,08)	-2,52 – 5,72	
	Edad	0,67 (0,49)	-0,29 – 1,64	0,69 (0,48)	-0,26 – 1,64	
	Estrato socioeconómico	5,46 (1,70)	2,09 – 8,84	5,90 (1,70)	2,53 – 9,27	
Psicológica	Formación del ser	7,22 (2,11)	3,04 – 11,41	5,07 (2,75)	-0,37 – 10,53	0,429

	Actividad física	5,21 (2,07)	1,11 – 9,31	0,46 (2,70)	-4,88 – 5,81	
	Promoción artística	4,19 (2,04)	0,15 – 8,24	2,26 (2,89)	-3,47 – 7,99	
	Promoción social	4,45 (1,86)	0,75 – 8,14	-1,01 (2,63)	-6,22 – 4,18	
	Pertinencia	7,68 (2,27)	3,18 – 12,18	4,40 (2,78)	-1,09 – 9,91	
	Edad	0,95 (0,66)	-0,36 – 2,26	0,95 (0,64)	-0,31 – 2,22	
	Estrato socioeconómico	6,75 (2,32)	2,16 – 11,34	6,97 (2,27)	2,48 – 11,47	
Relaciones sociales	Formación del ser	5,73 (2,58)	0,62 – 10,84	3,97 (3,45)	-2,86 – 10,80	
	Actividad física	4,08 (2,50)	-0,87 – 9,03	0,16 (3,39)	-6,54 – 6,87	
	Promoción artística	3,31 (2,46)	-1,55 – 8,18	-0,68 (3,63)	-7,87 – 6,49	
	Promoción social	5,65 (2,22)	1,25 – 10,04	4,43 (3,30)	-2,09 – 10,96	0,314
	Pertinencia	4,48 (2,79)	-1,04 – 10,02	-0,29 (3,48)	-7,19 – 6,60	
	Edad	0,68 (0,79)	-0,89 – 2,25	0,52 (0,80)	-1,06 – 2,11	
	Estrato socioeconómico	6,48 (2,79)	0,94 – 12,01	6,67 (2,85)	1,03 – 12,30	
Ambiente	Formación del ser	3,13 (2,04)	-0,90 – 7,18	1,03 (2,61)	-4,14 – 6,21	
	Actividad física	3,44 (1,96)	-0,44 – 7,32	0,41 (2,56)	-4,66 – 5,49	
	Promoción artística	3,96 (1,91)	0,17 – 7,74	4,91 (2,75)	-0,52 – 10,36	
	Promoción social	2,70 (1,76)	-0,79 – 6,20	-1,33 (2,49)	-6,27 – 3,61	0,400
	Pertinencia	3,64 (2,19)	-0,69 – 7,98	1,61 (2,64)	-3,61 – 6,83	
	Edad	0,15 (0,62)	-1,08 – 1,30	0,02 (0,61)	-1,17 – 1,23	
	Estrato socioeconómico	8,45 (2,12)	4,26 – 12,64	9,32 (2,15)	5,05 – 13,59	

5. DISCUSIÓN

La Universidad CES como institución acreditada de alta calidad, dispone de mecanismos e instrumentos eficientes y suficientes para generar un clima institucional que favorezca el desarrollo humano integral de todos sus estudiantes a través de la oficina de Bienestar Institucional. Promoviendo acciones relacionadas directamente con el objetivo de disminuir la deserción estudiantil, y otras acciones que se relacionan indirectamente con dicho objetivo, entre estas se encuentran las actividades en promoción de la salud y prevención de la enfermedad, las deportivas y las culturales (Montoya, Urrego y Páez, 2014). Es muy valioso que los planes estratégicos institucionales de bienestar deben ser acompañados de información válida y producto de la investigación que permita la toma de decisiones coherentes y de impacto. Es así como esta investigación se direcciona a definir el impacto que tienen los programas del área de bienestar universitario sobre las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

Dentro de las características sociodemográficas de la población evaluada y participantes de los programas de bienestar universitario, se encontró que la distribución por sexo de los participantes de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES las mujeres equivalen al 70%, de otra parte, el 30% de los participantes corresponden a sexo masculino, se relaciona los datos obtenidos frente a los estudios internacionales, donde el volumen de participación del género femenino es más alto, tal como lo presentó el estudio de (Rosa-Rodríguez, Maldonado, P., Toledo, O. N. y Quiñones, B. A., 2015). Así mismo, al analizar el estrato socioeconómico entre los participantes del estudio, se identificó que el 72% de ellos pertenecían a los estratos 1, 2 y 3, según variables sociodemográficas se puede observar que por estrato socioeconómico la mayor proporción (36%) corresponde al estrato alto.

Las exenciones económicas aparecen como un instrumento de política muy importante en este contexto, ya que aquellos estudiantes que tienen algún tipo de privilegio económico presentan, al parecer, menor riesgo de desertar como indica Castaño, Gallón, Gómez y Vásquez (2002). De igual manera, se encontró que el 69% de los participantes en los programas de bienestar universitario de la Universidad CES, poseen una edad promedio entre los 18 a 20 años, lo que representa una proporción mayor frente a las otras edades, estos datos comparados con el modelo europeo no coinciden de manera directa, ya que en España según el sistema universitario español

el 42,2% de los estudiantes universitarios, se encuentran entre 18 y 21 años y el 29,9% tiene más de 25 años, se observa un crecimiento importante de la población universitaria de más de 30 años (Rodríguez, 2015).

Según el Compendio Estadístico Educación Superior Colombiana, el 17,5 % de la población estudiantil universitaria se sigue concentrando en el rango de edad de 17 a 21 años (MEN, 2016). Dentro de los resultados principales, se encontró que los estudiantes de pregrado usuarios de la oferta de bienestar universitario de la Universidad CES participan en un 41% en los programas de actividad física, recreación y deporte. Dichos resultados se encuentran por debajo en relación con un estudio de la Universidad de Sevilla (Castañeda, Romero y Ríos, 2012), en donde alrededor del 62% del alumnado afirma practicar de manera regular actividad física deportiva. Frente a la participación en los programas de promoción artística y cultural de la Universidad CES, los participantes representan el 25% de la población estudio, dichos resultados están por encima de estudios internacionales, en México Saldaña *et al.*, (2015) indica que la asistencia de los estudiantes a actividades culturales ofrecidas por la universidad es muy pobre, los hombres dijeron asistir siempre y casi siempre en un 13,8%, y las mujeres en un 8,8%, esto muestra que los estudiantes manifiestan poco interés por asistir y participar de la oferta cultural que les brinda el ámbito universitario y que este aspecto requiere ser analizado con profundidad (Flores, M., Cárdenas, L., Hernández, M., Román, M., Stadthagen, H. y González. , 2009).

De igual manera, se destacan los principales resultados frente a la representación de los servicios de bienestar en la Universidad CES. En el estudio realizado se encontró que la pertinencia de los programas de bienestar universitario de la Universidad CES, presenta un coeficiente de correlación Rho 0,14 sobre la dimensión de salud física; Rho 0,27 sobre la dimensión psicológica; Rho 0,13 sobre la dimensión de relaciones sociales y Rho 0,13 sobre la dimensión ambiente un coeficiente de correlación. Frente a estos resultados Montoya (2014), plantean el rol de bienestar en las universidades y su importancia de contribuir al desarrollo individual y social de los estudiantes, la pertinencia de sus acciones contribuye de manera directa en los fines establecidos.

Por otra parte, dentro del análisis de la correlación entre las dimensiones de calidad de vida y las acciones de bienestar universitario en la Universidad CES, se evidenció que los procesos de formación del ser (psicológicos) promovidos por bienestar universitario en la Universidad CES, son los que mayor proporción representan del impacto Rho 0,23 del coeficiente de correlación

frente a la dimensión de salud física de los participantes de los programas de bienestar de la Universidad CES, lo que representa un impacto positivo, dichos resultados se encuentran en la misma línea propuesta por García-Alandete (2014), quien manifiesta que los resultados de las investigaciones psicológicas, en particular desde la perspectiva de la psicología positiva, evidencian que el desarrollo del bienestar y la felicidad se relacionan positivamente con la promoción de la salud psicofísica y la prevención de estados y conductas de riesgo, elementos claves de la dimensión física del concepto de calidad de vida.

En esta misma línea los resultados concuerdan con Gómez-Acosta (2018), en los que se evidencia la influencia positiva de la salud mental en la salud física, dada la interacción entre las creencias saludables y los factores psicológicos pueden predecir tanto la salud integral positiva como el estilo de vida saludable. Dentro de los resultados del modelo de regresión lineal múltiple entre las acciones y procesos de bienestar universitario en la Universidad CES, y ajustado a tres variables sociodemográficas, se encontró un hallazgo significativo sobre la dimensión de salud física de los estudiantes del CES, lo que permite probar una de las hipótesis del estudio.

Las acciones de bienestar universitario, tales como formación del ser, actividad física, promoción social, promoción artística y las variables de pertinencia, edad y estrato socioeconómico en el modelo ajustado realizado presentan un coeficiente de correlación R^2 0.402 lo que permite explicar el impacto de estos sobre la dimensión de salud de los participantes. Dichos resultados se encaminan y están alineados por lo propuesto por la *Guía para universidades saludables* (2006) sobre la responsabilidad de las universidades en promover a través de sus servicios de bienestar estudiantil la preocupación por el autocuidado y los estilos de vida saludables en la población que atienden, bajo la responsabilidad de promover una cultura de la salud en la universidad.

Estos resultados hallados están en coherencia con lo propuesto por Cuervo (2015), quien menciona que los programas de bienestar universitario de algunas universidades promueven la salud y su impacto en la calidad de vida de los estudiantes a través de la articulación de los servicios con otras instancias universitarias. Comprender el aporte e impacto de los programas de bienestar en la dimensión de salud física es un gran elemento a tener en cuenta al momento de diseñar nuevos programas en la Universidad CES, teniendo en cuenta los aspectos sociodemográficos de los participantes, tal como lo expresa en su estudio Chau y Vilela (2017) donde concluye la

importancia de identificar variables sociodemográficas, académicas y psicológicas que son de gran utilidad para guiar los programas de orientación y bienestar estudiantil, los cuales tienen como objetivo velar por la salud integral de los estudiantes

La práctica de actividad físico-deportiva cuenta con un sólido respaldo científico como herramienta para la mejora del bienestar psicológico. La relación existente ha despertado durante años el interés de los investigadores en todo el mundo, lo que ha dado lugar a un amplio número de estudios sobre dicha temática (Romero Acosta, Conde, E. y Muñoz, I., 2017). Es así como en el estudio se encontró que la oferta de actividad física, deporte y recreación en la Universidad CES, tiene una correlación Rho 0,20 sobre la dimensión psicológica de los participantes según el estudio realizado, dichos resultados coinciden con Rangel, L., (2017) sobre la influencia de la práctica regular de actividad física, a través de la competencia física, sobre la percepción de bienestar psicológico.

De igual manera, estos resultados están alineados con estudios de Sjögren, Nissinen, Järvenpää, Ojanen y Vanharanta (2006) donde se afirma que invertir tiempo en hacer deporte o ejercicio físico conlleva una mejor calidad de vida en las personas que lo practican, al igual a esta percepción, Saavedra, Cruz, Escalante y Rodríguez (2007), identifican la importancia de un programa de ejercicio físico que puede mejorar diferentes dimensiones del bienestar psicológico y emocional de los participantes.

Frente al impacto de la dimensión psicológica de los participantes de los programas de bienestar, los procesos de promoción social tienen un coeficiente de correlación Rho 0,19, en la misma línea los estudios internacionales. Wang y Castañeda-Sound (2008), hallaron la influencia del apoyo social en el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de primera generación, como un factor importante en las dimensiones del bienestar.

Por otra parte, en el análisis de los resultados, se encontró una correlación moderada entre los procesos de formación del ser Rho 0,18 y la dimensión social de los participantes de los programas de bienestar en la Universidad CES, coincidiendo con los resultados del estudio de Rosa-Rodríguez, *et al.*, (2015), que encontró que las correlaciones Rho para las dimensiones de escalas de bienestar psicológico y el apoyo social percibido van de bajas a moderadas, todas con un nivel de significancia de $p < .0001$. Por otra parte, Feldman, L., Gonçalves, L., Puignau, G.,

Zaragoza, J., Bagés, N. y De Paulo, J. (2008), encontró una relación entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en una muestra de estudiantes universitarios.

Los resultados de esta investigación indicaron que las condiciones favorables de salud mental o factores psicológicos se correlacionan de manera positiva y moderadamente bajo con estrés académico ($R\ 0,322$) y negativamente con apoyo social ($R\ 0,265$) lo que indica que a mayor estrés académico y menor apoyo social percibido, mayor percepción de situaciones ansiógenas aparecen y mayor reporte de problemas de salud mental existe, reflejando diferencias por sexo con relación a la fuente de apoyo. De igual manera, se encontró en el estudio realizado, una correlación moderada positiva entre los procesos de promoción social universitaria $Rho\ 0,21$ y la dimensión social de los participantes de los programas de bienestar en la Universidad CES. Dichos resultados coinciden con Cuadra Peralta (2016) quien encontró que el apoyo social se correlacionará positiva y de manera estadísticamente significativa con calidad de vida, los resultados evidencian que existe una correlación positiva y significativa ($0,431, p < 0,01$).

Las evidencias permiten señalar la importancia de promover estas acciones dentro de las universidades, las instituciones de educación superior deben proponer el diseño y puesta en marcha de estrategias de intervención en todas las dimensiones del ser humano, tales como la promoción socioeconómica, definidas como el apoyo social a la comunidad universitaria con dificultades económicas, con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida; el otorgamiento de becas, subsidios para el sostenimiento alimentación y transporte, educación financiera y apoyo al emprendimiento, tal como lo plantean los *Lineamientos de bienestar universitario en Colombia* (2016).

Dentro del modelo de regresión se tomaron como variables complementarias la edad y el estrato socioeconómico, lo que permite determinar el nivel de impacto sobre la dimensión psicológica, de igual manera, frente a esta postura, Velásquez (2008) presenta que el bienestar psicológico y el rendimiento académico como variables que deben explorarse en la población universitaria con el fin de adoptar políticas y programas educativos que brinden apoyo a los estudiantes. En su estudio concluyó que es necesario tener más información respecto a la interacción de estas variables como también la edad, el sexo y la facultad o carrera a la que pertenece el estudiante. La edad es fundamental como variable complementaria.

Tener en cuenta la variable de edad es fundamental en futuros estudios de este tipo, tal como lo menciona Bowman (2010) quien afirma que la edad parece ser un predictor importante para el desarrollo de bienestar psicológico una vez ingresan los estudiantes a la universidad, soportado en sus resultados realizados encontró que los estudiantes mayores de veinte años tienden a tener niveles más altos en la dimensión de propósito en la vida a diferencia de los estudiantes que ingresan más jóvenes a la universidad, dentro el mismo estudio se encontró como que los estudiantes menores en edad, acuden con mayor frecuencia a los servicios de consejería psicológica ofrecidos por la universidad. Los resultados encontrados de este trabajo son concluyentes al indicar el impacto significativo y positivo que tienen los programas de bienestar sobre la dimensión psicológica de los estudiantes participantes de la Universidad CES y están en la misma línea presentada por Lee y Yuen Loke (2005) quien en su estudio encontró que las medidas de conductas saludables tienen influencia en el bienestar psicológico, así mismo identificaron que el sexo es una variable que puede condicionar algunos resultados.

Continuando con el impacto que tienen las acciones de bienestar universitario en la Universidad CES, frente a la dimensión social de los estudiantes participantes, el modelo de regresión lineal múltiple presenta un hallazgo moderado R^2 0.314, sobre la dimensión social.

En esta misma línea de resultados, Campbell, Converse y Rodgers (2001) y Schwartzmann (2003) muestran cómo la calidad de vida correlaciona directamente con el bienestar físico, mental y social percibido (felicidad, satisfacción y recompensa), cosa que tiene relación directa con los indicadores sociales de bienestar y calidad de vida. Zubieta y Delfino (2010), en su estudio hacen referencia que la salud describe no solo al estado completo de bienestar físico y mental, sino también social incorporando la armonía del individuo con el medio ambiente como una necesidad crucial del bienestar. El bienestar no consiste solo en la ausencia de síntomas o emociones negativas sino también que la persona tenga relaciones positivas con otros y crea que controla su ambiente. Allí se detectó un importante déficit en la percepción de valoración de progreso y cambio social por parte de los estudiantes universitarios, ya que el control de muchos aspectos externos no es controlado por ellos o por la universidad. Los resultados del estudio desarrollado explican, según el modelo de regresión lineal múltiple, la correlación general de todos los procesos de bienestar en la Universidad CES, con la dimensión social, confirmando la relación que existe entre todas las dimensiones del bienestar y calidad de vida, respecto al apoyo social, tal como lo sugiere Rosa-Rodríguez *et al.*, (2015) quien concibe una vinculación entre la percepción del

bienestar general y los recursos que la persona entiende que tiene que satisfacer por medio de las interacciones y las relaciones con sus pares. En el contexto universitario, esto es de vital importancia, toda vez que, al ingreso, los estudiantes se ven obligados a desarrollar nuevas redes sociales que le acompañen durante esta etapa de su ciclo vital.

Frente a la dimensión ambiental de la calidad de vida de los estudiantes participantes de los programas de bienestar universitario en el CES, dicho estudio permitió identificar una correlación moderada, entre las dimensiones y las acciones de bienestar específicamente en los procesos de promoción social universitaria con un Rho 0,21 y en los procesos de formación del ser Rho 0,18. De acuerdo con Pereira, R., Cotta, R., Franceschini, S., Ribeiro, R., Sampaio, R., Priore, S. y Cecon, P., (2006) quien muestra que ninguna de las variables sociodemográficas interfirió significativamente en el dominio global de la calidad de vida y entre los cuatro dominios, el que más explicó la calidad de vida global fue el físico, seguido por el ambiental y el psicológico. Es decir, las acciones de bienestar dirigidas desde el componente físico, psicológicos, social, cultural aportan en algún grado a la dimensión ambiental. Finalmente se identificó el impacto que tienen las acciones de bienestar universitario en la Universidad CES, frente a la dimensión ambiental de los estudiantes participantes, el modelo de regresión lineal múltiple presenta un hallazgo moderado $R^2 0.404$.

Bajo esta mirada, Cárdenas, Redondo y Teherán (2017) encontraron si presentan dificultades con respecto al medio de transporte, movilidad y seguridad, estas no proporciona condiciones adecuadas para un ambiente universitario saludable. Estas situaciones afectan el bienestar y la calidad de vida de los universitarios del sector y les obligan a modificar sus estilos de vida, que conlleva un aumento en sus obligaciones económicas y compromisos a largo plazo de su estancia en la institución. En dicho estudio se encontró que el 43,1% cuenta con dinero suficiente para cubrir sus necesidades y un 15,1% percibe como nada saludable el ambiente físico a su alrededor, 39,7% expresó que está muy satisfecho con el acceso que tiene a los servicios sanitarios y el 5,5% considera que se siente poco satisfecho con su ambiente, lo que sin duda alguna deja entre ver la necesidad de fortalecer esta dimensión ambiental en las universidades. De igual manera, Barros (2017) encontró, que una puntuación negativa asociadas con el medio ambiente, factores ambientales como renta, transporte, seguridad, cuidados con la salud y oportunidades de recreación contribuyen con la baja puntuación. Es fundamental buscar

alternativas que favorezcan la dimensión del ambiente durante el proceso de formación en la universidad.

Si bien es cierto que el instrumento WHOQOL-BREF no permite un concepto global de calidad de vida de los participantes, también lo es que, al enfocar su impacto en cada una de las dimensiones (salud física, bienestar psicológico, relaciones sociales y ambiente), el aporte de los procesos de bienestar universitario arroja resultados significativos. Concha-Cisternas, Castillo-Retamal y Guzmán-Muñoz. (2019) menciona que la evaluación de la calidad de vida por dominios posibilita el conocimiento de los aspectos individuales, en los cuales una persona o grupo presenta falencias o disconformidad, en su estudio encontró que los universitarios activos en deporte y ejercicio mostraron puntuaciones más altas que los inactivos en los dominios físico, medio ambiente y psicológico.

Por otro lado, los procesos de promoción artística y cultural en la Universidad CES generan una correlación con la dimensión de salud física (Rho 0,16) y psicológica (Rho 0,17), en la misma línea de estos resultados coincide Díaz Heredia (2016), quien concluye que existe una influencia positiva en la calidad de vida de los individuos que desarrollan prácticas artísticas, al favorecer de manera importante en el desarrollo y fortalecimiento de las diferentes dimensiones del ser, promoviendo el desarrollo integral, la prevención, promoción de la salud y la sana convivencia.

CONCLUSIONES

Características de la población que participa en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES

Dentro de los principales elementos que se encontraron en el estudio fue la identificación de algunas características sociodemográficas de los participantes de los programas de bienestar como elementos para tener en cuenta dentro de los futuros estudios. El promedio de edad de los participantes en los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, fue de 18 a 20 años, el mayor porcentaje de estudiantes según semestre académico es de segundo a quinto, y se evidenció un predominio de los estratos socioeconómicos 1, 2 y 3. De igual manera se evidenció que entre más alto es el nivel socioeconómico de los estudiantes participantes poseen una mejor percepción y puntuación más alta de su salud física, la dimensión psicológica y la dimensión ambiental frente a los participantes de estrato medio y bajo.

La calidad, la pertinencia y la contribución al desarrollo personal de los servicios y programas que se ofrecen en bienestar universitario en relación con la calidad de vida

La puntuación de la calidad de vida de los participantes de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, está directamente relacionada con la calidad de los programas y la evaluación de la contribución al desarrollo personal de los servicios que se ofrecen en los diferentes programas de bienestar universitario. Así mismo, se evidencia que la puntuación y percepción de la salud física, la dimensión psicológica y la dimensión social están en relación con la puntuación o evaluación de la calidad, pertinencia y contribución al desarrollo personal de los servicios y programas que se ofrecen en bienestar universitario.

Aporte de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES en relación a la calidad de vida percibida por los participantes de la oferta

Los programas de actividad física, deporte y recreación y los procesos de promoción artística y cultural ofertados desde el área de bienestar universitario en la Universidad CES, poseen una correlación moderada en la dimensión de salud física y la dimensión psicológica de los participantes en programas de la oferta de bienestar universitario en la Universidad CES, por otra parte, los programas de formación del ser tienen una correlación moderada con las cuatro dimensiones del instrumento de calidad de Vida, finalmente se encontró una correlación moderada entre los procesos de promoción social universitaria, la dimensión psicológica y la dimensión ambiente.

Impacto de los programas y procesos de bienestar universitario a las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES

Posterior a la aplicación del estudio, se dio validez a las hipótesis específicas planteadas al inicio: se puede concluir que las acciones de bienestar, la edad y estrato socioeconómico explican un 40,2% de la variabilidad de la dimensión de salud física, Así mismo, estas acciones ofertadas por bienestar explican el 42,9% de la dimensión psicológica, y el 31,4% de la dimensión de relaciones sociales, el 40% de la dimensión de ambiente. las correlaciones permiten visualizar una correlación moderada entre las acciones de bienestar y las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado participantes en los programas de bienestar en la Universidad CES. Es así como concluimos y según la hipótesis general, que los programas del área de bienestar universitario tienen impacto positivo sobre las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES.

Recomendaciones

Recomendaciones del estudio desde lo metodológico:

Las recomendaciones posteriores al análisis se proponen con intenciones a mejorar y ampliar el impacto de los resultados del estudio:

Incluir las variables sociodemográficas en el modelo de regresión completo, ya que se evidenció una posible relación de algunas características sociodemográficas en el impacto de la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES, tales como estrato socioeconómico y la edad.

Ampliar la muestra del estudio para lograr un estudio más alto de la población impactada, al igual que incluir los nuevos programas de pregrado con los que cuenta la universidad a partir del año 2017.

Realizar un estudio con un grupo cerrado donde se evalúen las condiciones de calidad de vida antes de ingresar a los programas de bienestar en la universidad y en un periodo posterior evaluar de nuevo las condiciones de calidad de vida con el fin de evidenciar que tanto mejoramiento o no se logra en la participación de los programas; es decir, se propone la metodología de grupo de control para poder evaluar de mayor manera un impacto de las acciones.

Implementar un instrumento de aplicación complementario o una versión diferente al WHOQOL-BREF validada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), ya que si bien es cierto determinar el impacto en las dimensiones de calidad de vida, no permite evidenciar un resultado global del concepto de calidad de vida, más allá de las dimensiones física, psicológica, social y ambiental.

Como vacíos del campo de investigación se sospecha una relación entre la puntuación de calidad de vida, sus dimensiones con la permanencia o deserción de los estudiantes de la universidad, de igual manera la relación de las dimensiones de calidad de vida con el desempeño académico de los estudiantes de pregrado o postgrado, un tema de interés que puede ser abordado en futuras investigaciones.

Recomendaciones institucionales

Concebir el bienestar universitario como un proceso integrado y no separado de acciones específicas, ya que todos los procesos del bienestar (formación del ser, actividad física deporte y recreación, promoción artística y promoción social) aportan de manera significativa a todas las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes, lo que invita a la oficina de bienestar universitario a desarrollar un trabajo articulado entre los procesos, acciones y la oferta como estrategia futura.

Independientemente de los procesos de bienestar universitario, (actividad física, recreación y deporte, promoción social, formación del ser o promoción artística y cultural) es importante tener en cuenta que cualquier incremento en un punto de estas acciones, aumenta entre 2,03 y 7,22 puntos, alguna dimensión de la calidad de vida de los estudiantes de pregrado de la Universidad CES. Elemento importante al momento de destinar recursos para el mejoramiento de la calidad de vida y diseño de la oferta de bienestar universitario.

El 31% de los encuestados que participan en alguna actividad de la oferta o programa de bienestar universitario lo hace de manera muy limitada frente al tiempo y la oportunidad de participar en estos programas, se deben generar estrategias académicas y ajustes curriculares en los estudiantes de pregrado de la Universidad CES, que combinen la alta exigencia en tiempo y calidad de actividades propias de su carrera profesional, con las oportunidades y el tiempo de participación en actividades de ocio, pues hace parte de su formación integral.

El proceso de formación del ser participa activamente y contribuye de manera significativa en todas las dimensiones de calidad de vida de los estudiantes (salud física, bienestar psicológico, relaciones sociales y ambiente) por lo que se debe fortalecer la disposición de recursos económicos y humanos para fortalecer las acciones de este proceso, pues sus resultados generan un impacto directo en la población.

Fortalecer los espacios de integración y convivencia dentro de la Universidad CES, ya que, según el estudio, las relaciones sociales son elementos importantes para afianzar el vínculo y las relaciones personales entre los participantes de los distintos programas de bienestar universitario. Profundizar en el nivel de relacionamiento entre los integrantes y participantes de los estudiantes de la Universidad CES.

Concebir los procesos de actividad física, deporte y recreación más allá del aporte a la dimensión física, según resultados encontrados aporta de manera moderada en la dimensión psicológica de los participantes y otras en menor medida.

La mayor participación en la oferta de los programas de bienestar universitario en la Universidad CES, son mujeres, se debe generar un análisis de la oferta futura que atienda a todos los géneros, desde los diferentes programas ofertados al público.

Actualmente la población de estudiantes de la Universidad CES se encuentra centrada en los estratos 2, 3 y 4, lo que implica una mirada desde la dirección de la organización hacia ese público en general, ya que hace unos años esta universidad centró su público en estratos más altos, esto implica unas nuevas dinámicas en la visión de la organización.

REFERENCIAS

- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2), 161–164.
- Arrivillaga, M., Salazar, I. y Correa, D. (2003). Creencias sobre la salud y su relación con las prácticas de riesgo o de protección en jóvenes universitarios. *Revista Colombiana Médica*, 34(4), 186-195.
- Bagwell, D. K. (2016). *Quality Of Life*. Salem: Press Encyclopedia of Health.
- Bakhtiari, F. (2018). Life Quality of University Students From Immigrant Families in the United States. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 46(4), 331–346.
- Barros, R. F., Madeira, F. B., & Nogueira, J. A. D. (2017). Calidad de vida de universitarios del curso de educación física de una universidad pública brasilera.
- Bowman, N. A. (2010). The development of psychological well-being among first-year college students. *Journal of College Student Development*, 51(2), 180-200. doi:10.1353/csd.0.0118
- Calle, C., Giraldo, A. y Martínez, C. (2007). *Mejoramiento de la gestión cultural de la Universidad Nacional de Colombia sede Medellín y otras cuatro IES de Antioquia*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Concha-Cisternas, Y., Castillo-Retamal, M. y Eduardo Guzmán-Muñoz. (2019). Comparación de la calidad de vida en estudiantes universitarios según nivel de actividad física. *Universidad y Salud*, 22(1), 33–40.
- Campbell, A., Converse, P. E. y Rodgers, W. L. (2001). The quality of American life: perception; evaluations, and satisfactions. En Dew T. y Huebner, E. S. (eds.), *Calidad de vida percibida en los adolescentes: una investigación exploratoria*. Universidad de Carolina del Sur
- Cárdenas, S. D., Redondo, M. M. y Teherán, A. M. Z. (2017). Rendimiento académico y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes de odontología. *Salud Uninorte*, 33(2), 139-151.
- Castañeda, C., Romero, S. y Ríes, F. (2012). Práctica deportiva y opinión del alumnado sobre el servicio de actividades deportivas en la Facultad de Ciencias de la Educación (Universidad de Sevilla). *Revista de Investigación en Educación*, 10(1), 60-75.

- Castaño, E., Gallón, S., Gómez, K. y Vásquez, J. (2002). Análisis de los factores asociados a la deserción y graduación estudiantil en la Universidad de Antioquia. *Lecturas de Economía*, 65, 9-36.
- Casas, F., Alfaro, J., Figuer, C., Valdenegro, B., Crous, G., y Oyarzún, D. (2014). Bienestar subjetivo y trabajo en jóvenes universitarios: estudio comparativo entre Chile y España, *Revista de Psicología*, 14(4), 381-393.
- Chau, C. y Vilela, P. (2017). Variables asociadas a la salud física y mental percibida en estudiantes universitarios de Lima. *Liberabit*, 23(1), 82–102. <https://doi-org.ez.urosario.edu.co/10.24265/liberabit.2017.v23n1.06>
- CES. (2017). Informe de gestión Universidad CES. Recuperado de <https://www.ces.edu.co/gestion-del-riesgo-y-sarlaft/informes-de-gestion/>
- Cocca, A., Mayorga-Vega, D. y Vicianá, J. (2013). Relación entre niveles de actividad física y placer de ser activos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(2), 359-372.
- Congreso de la República. (1997). Ley 397 de 7 de agosto por la cual se desarrollan los artículos 70, 71 y 72 y demás artículos concordantes de la Constitución Política y se dictan normas sobre patrimonio cultural, fomentos y estímulos a la cultura, se crea el Ministerio de la Cultura y se trasladan algunas dependencias. Diario Oficial 43.102.
- Congreso de la República. (1992). Ley 30 de diciembre 28 por el cual se organiza el servicio público de la Educación Superior. Diario Oficial 40.700.
- Consejo Nacional de Acreditación. (1995). *Acuerdo 3 del 21 de marzo*. Colombia: CAN. Consejo Superior Universidad CES. (2010). Políticas de bienestar universitario. Acuerdo 0218 de 2010. Medellín: Universidad CES.
- Consejo Nacional de Educación Superior. CESU. (2014). Acuerdo 03 por el cual se aprueban los Lineamientos para la Acreditación Institucional. Recuperado de http://www.cna.gov.co/1741/articles-186359_Acuerdo_3_2014_Lin_Acr_IES.pdf
- Constitución Política de Colombia, 1991.
- Contecha Carrillo, L. (2016). Un estado del arte del bienestar universitario en Colombia. *Perspectivas educativas*, 2, 109-127.

- Cuadra Peralta, A. (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores en la ciudad de Arica, *Límite. Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 11(35), 56-67.
- Czapiński, J. (2004). Psychologiczne teorie szczęścia psychological theories of happiness. En: J. Czapiński (Ed.), *Psychologia pozytywna* (51-102). Varsovia: Wydawnictwo.
- Dana K, Salen Press, Bagwell, D. K. (2019). Quality of life. *Salem Press Encyclopedia of Health*.
- Díaz Heredia, L. P. (2016). Prácticas artísticas y calidad de vida en jóvenes universitarios integrantes de grupos Artísticos. *Revista BENESSERE. Revista de Enfermería*, 1(1).
- Deb, S. y Strodi, E0 (2018). Quality of life and spirituality in Indian university students. *Applied Research in Quality of Life*, 14(2), 1-16.
- Feldman, L., Gonçalves, L., Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N. y De Paulo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739-752
- Flores, M., Cárdenas, L., Hernández, M., Román, M., Stadthagen, H. y González, A. (2009). El consumo cultural de los estudiantes de la UAEMEX: una aproximación. *Tiempo de Educar*, 10(20), 417-443.
- García-Alandete, Joaquín. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En-claves del pensamiento*, 8(16), 13-29.
- Gómez-Acosta, C. (2018). Factores psicológicos predictores de estilos de vida saludable. *Revista de Salud Pública*, 20 (2).
- González, L., Aguilar, E. y Pezzano, G. (2002). *Reflexiones sobre el bienestar universitario: una mirada desde la educación a distancia y la jornada nocturna*. Bogotá: Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior –ICFES.
- Gyourko, J., Kahn, M. y Tracy, J. (1999). Chapter 37 quality of life and environmental comparisons. *Handbook of regional and urban economics*, 3, 1413-1454. DOI: doi.org/10.1016/s1574-0080(99)80006-6

- Hanna Lavalle, M. I., Ocampo Rivero, M. M., Hanna Lavalle, N. M., Mena Gutiérrez, M. C. y Torreglosa Portillo, L. D. (2020). Redes sociales y calidad de vida relacionada con la salud en estudiantes universitarios. (Spanish). *Revista Cuidarte*, 11(1), e953.
- Heredia, L., Méndez, M., Herrera Becerra, A. y Cruz, G. (2018). Prácticas artísticas y calidad de vida en jóvenes universitarios integrantes de grupos artísticos. *Benessere. Revista de Enfermería*, 1. 10.22370/bre.11.2016.1336.
- Jácome S., Villaquirán Hurtado, A., Meza-Cabrera, M. (2019). Estilo de vida y nivel de actividad física en estudiantes de residencia médica. *Rev CES Med*, 33(2): 78-87
- Jaramillo, M. (2013). *Políticas culturales para la educación superior en Colombia*. Medellín: Universidad de Antioquia.
- Kupcewicz, E., Kuśmierczyk, M., Wilk, B., Zajączkowska, A. y Zakrzewska, A. (2016). The quality of life profile among students of the university of the third age. *Baltic journal of health & physical activity*, 8(3), 49-59.
- Lara, N., Saldaña, Y., Fernández, N. y Delgadillo, H. (2015). Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Hacia Promoc. Salud*, 20(2): 102-117.
- Lee, R., y Yuen Loke, A. (2005). Health-promoting behaviors and psychosocial well-being of university students in Hong Kong. *Public Health Nursing*, 22(3), 209-220 doi:10.1111/j.0737-1209.2005.220304.x
- Martínez de Dueri, E. y Vargas de Avella, M. (2002). *La investigación sobre la educación superior en Colombia: un estado del arte*. Bogotá: Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior. ICFES.
- Ministerio de Educación Nacional. (2009). *Deserción estudiantil en la educación superior colombiana*. Bogotá: MEN.
- Ministerio de Educación Nacional. (2016). *Lineamientos de política de bienestar para instituciones de educación superior*. Bogotá: MEN.
- Montoya, D., Urrego, D. y Páez, E. (2014). Experiencia en la coordinación de programas de bienestar universitario: la tensión entre el asistencialismo y el desarrollo humano de los estudiantes. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 32(3), 355-363.

- Muchotrigo, G. (2005). Estilos de vida saludable en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. *Liberabit*, 11(11), 75-82.
- Muñoz, M. y Uribe, A. (2013). Estilos de vida en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 16(30), 356.
- Ortega, F., Ruiz, J., Castillo, M. y Sjöström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32(1), 1-11.
- Páez-Cala, M. y Castaño-Castrillón, J. (2019). Occupation and correlation between perceived quality of work life, emotional intelligence and coping strategies in university graduates. *Revista Facultad de Medicina de La Universidad Nacional de Colombia*, 67(4), 419-427. <https://doi-org.ez.urosario.edu.co/10.15446/revfacmed.v67n4.71216>
- Pereira, R., Cotta, R., Franceschini, S., Ribeiro, R., Sampaio, R., Priore, S. y Cecon, P. (2006). Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 28(1), 27-38.
- Presidencia de la República. (2006). Decreto 1011 de abril 3 por el cual se establece el Sistema Obligatorio de Garantía de Calidad de la Atención de Salud del Sistema General de Seguridad Social en Salud. Diario Oficial 46.230.
- Rangel, Ledezma. (2017). Actividad física, autoconcepto físico y bienestar psicológico en estudiantes universitarias mexicanas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2) 61-69.
- Rodríguez-Espinosa, H., Restrepo-Betancur, L. F., y Deossa Restrepo, G. C. (2015). Conocimientos y prácticas sobre alimentación, salud y ejercicio en universitarios de Medellín-Colombia. *Perspectiva en Nutrición Humana*, 17(1), 36.
- Rodríguez, S. (2015). Los estudiantes universitarios de hoy: una visión multinivel. *Revista de Docencia Universitaria*, 13(2), 91-124.
- Rosa-Rodríguez, C. N., Maldonado, P., Toledo, O. N. y Quiñones, B. A. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43.
- Romero-Acosta, K., Conde, E. y Muñoz, I. (2017). La actividad física y la salud mental en la adolescencia. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/317687854_La_Actividad_Fisica_y_la_Salud_Mental_en_la_adolescencia/citation/download

- Saavedra, J.M., Cruz, E.D.L., Escalante, E., Rodríguez, F.A. (2007). Influence of a medium of a medium aquaerobic program on health-related quality of life and fitness level in healthy adult females. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47(4), 468
- Schnettler, B., Orellana, L., Lobos, G., Miranda, H., Sepúlveda, J., Etchebarne, S. y Grunert, K. G. (2015). Relationship between the domains of the multidimensional students' life satisfaction scale, satisfaction with food-related life and happiness in university students. *Nutr Hosp*, 31(6), 2752-2763.
- Sjögren, T., Nissinen, K.J., Järvenpää, S.K., Ojanen, M.T., Vanharanta, H., Mälkiä, E.A. (2006). Effects of a physical exercise intervention on subjective physical, well-being, psychosocial functioning and general well-being among office workers: a cluster randomized-controlled cross-over design. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 16(6), 381-390.
- Tonon, G.H. Student's Quality of Life at the University: a Qualitative Study. *Applied Research Quality Life* (2020). <https://doi-org.ez.urosario.edu.co/10.1007/s11482-020-09827-0>
- Universidad CES. (2016). Actualización plan de desarrollo institucional 2016-2020. Medellín: Universidad CES.
- Universidad CES. (2016). *Informe de gestión*. Recuperado de https://sitios.ces.edu.co/Documentos/Informe_de_gestion_Universidad_2016.pdf
- Wang, D. C. y Castañeda-Sound, C. (2008). The role of generational status, self-esteem, academic self-efficacy and perceived social support in college students' psychological well-being. *Journal of College Counseling*, 11(2), 101-118.
- Wanden-Berghe, C., Martín-Rodero, H., Rodríguez-Martín, A., Novalbos-Ruiz, J. P., Martínez de victoria, E. y Sanz-Valero, J. (2015). Calidad de vida y sus factores determinantes en universitarios españoles de ciencias de la salud. *Nutrición Hospitalaria*, 31(2), 952-958. DOI: doi.org/10.3305/nh.2015.31.2.8509
- Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires Satisfaction with life, psychological and social well being in college students. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277-283