

---

**ESTILO DE VIDA EN TRABAJADORES DE LA UNIVERSIDAD ADVENTISTA DE CHILE.**

Lifestyle in Workers of the Adventist University Of Chile.

---

**RESUMEN DE PONENCIA**

Morales Ojeda, Ismael<sup>1,2</sup>; Henríquez Figueroa, Sandra<sup>1</sup>; Fuentes Vera, Priscila<sup>1</sup>; Muñoz Villanueva, Patricia<sup>1</sup>; Jara Belmar, Paulina<sup>1</sup>; Parada Jiménez, Darynka<sup>1</sup>; Robledo, Gladys Patricia<sup>2</sup>.

Correo: [ismaelmoralesojeda@gmail.com](mailto:ismaelmoralesojeda@gmail.com)

<sup>1</sup> *Universidad Adventista de Chile*

<sup>2</sup> *Universidad Adventista del Plata.*

**Resumen**

**Objetivo:** Describir el estilo de vida en trabajadores de la Universidad Adventista de Chile.

**Metodología:** Estudio de tipo cuantitativo, transversal, realizado en 160 trabajadores: docentes, administrativos y personal de servicio en la Universidad Adventista de Chile. Para la evaluación se utilizó el instrumento SF-36 el cual evaluó 10 dimensiones de estilo de vida, con puntajes de 0 a 100, y calificó a la población según un componente de Salud Física y otro de Salud Mental. El estudio fue aprobado por un comité de ética de la universidad y sus datos procesados con Spss v.22.

**Resultados:** La media de edad de la población estudiada fue de 42,3 años, de religión adventista en un 81,4%. Con diagnóstico de hipertensión en un 15,8%, diabetes en un 8,6%, y dislipidemia en un 6,3%. Según los promedios obtenidos, las dimensiones mejor satisfechas fueron: Función Física (89%), el Rol Emocional (83,87%), la Función Social (82%). Entre las dimensiones insatisfechas se encuentra: Salud General (55%) y Vitalidad (63%). En cuanto a la evaluación general del instrumento, el componente de Salud Física tuvo una media de 74% y el componente Salud Mental una media de 77,8%. **Conclusiones:** La medición de la calidad de vida en lugares de trabajo permite establecer intervenciones que facilitan el desarrollo del personal docente, administrativo y de servicios. Con ello se pretende, dentro de la estructura de una universidad saludable, identificar necesidades físicas o mentales en pro de la humanización del trabajo. En el caso de la población estudiada se han identificado fortalezas en las dimensión física, emocional y social. Con una necesidad de mejorar la Salud General y la Vitalidad, las cuales pueden estar alteradas debido a factores no modificables como lo son: la edad y las enfermedades hereditarias. A pesar de ello, la Salud Física y la Salud Mental poseen evaluaciones cercanas al 75% lo que indica un buen nivel de calidad de vida en la población.

**Palabras clave:** Calidad de vida, trabajo, Salud.

## **Abstract**

**Objective:** Describing the lifestyle in workers of the Adventist University of Chile. **Methodology:** Quantitative and transverse study conducted in 160 workers: teachers, administrative and service staff in the Adventist University of Chile. For the evaluation, the tool SF-36 was used. This tool evaluates 10 lifestyles dimensions, with scores from 0 to 100 and rated the population according to a component of Physical Health and another of Mental Health. The study was approved by an ethics committee of the university and the data was processed with Spss v.22. **Results:** The average age of the population studied was 42.3 years old, of which 81.4% belong to the Adventist religion, 15.8% has diagnosis of hypertension, 8.6% has diabetes and 6.3% has dyslipidemia. According to the averages obtained, the best satisfied dimensions were: Physical Function (89%), the Emotional Role (83.87%) and the Social Function (82%). Among the unsatisfied dimensions we can find: General Health (55%) and Vitality (63%). In terms of the general evaluation of the tool, the component of Physical Health has an average of 74% and the Mental Health component has an average of 77.8%. **Conclusions:** The measuring of life quality in workplaces allows to establish interventions that facilitates the development of teaching, administrative and service staff. This is to identify physical or mental needs in favor of the humanization of work within the structure of a healthy university. In the case of the population studied, strengths in physical, emotional and social dimensions have been identified, with the need to improve General Health and Vitality, which may be altered due to non-modifiable factors such as age and inherit diseases. Nevertheless, Physical and Mental Health have evaluations close to 75%, which indicates a good level in the quality of life in the population.

**Key words:** Quality of life, work, health.