

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y FINANCIERAS
CARRERA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A
LA SALUD EN LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN
ANDRÉS

Tesis de Grado para optar al grado de Licenciatura en Administración de Empresas

POR:

Univ. Grecia Mariana Molina Ballon

TUTOR ACADÉMICO:

MSc. Eloina Callejas de Burgoa

LA PAZ – BOLIVIA
Mayo, 2024



DEDICATORIA

A mi papá Celman Molina, mi mamá Guadalupe Ballon, mi hermana Dalih Molina Ballon, quienes estuvieron desde el inicio de esta etapa guiándome, apoyándome y comprendiéndome.

Grecia Molina B.



AGRADECIMIENTOS

A Dios por guiarme, darme paciencia y sabiduría en cada momento.

A mi familia que a pesar de las circunstancias siempre ha estado a mi lado motivándome a seguir adelante.

A la MSc. Eloina Callejas de Burgoa y a todos los licenciados que me brindaron su tiempo, guía y conocimiento para la elaboración de esta tesis alcanzando de esta manera una meta en mi vida.

A todos aquellos amigos de la universidad y del IICCA que me acompañaron en esta etapa de la vida.

Grecia Molina B.



INDICE

INTRODUCCIÓN	XII
CAPITULO I	1
ASPECTOS GENERALES	1
1.1. Justificación y Aportes	1
1.1.1. Justificación Teórica	1
1.1.2. Justificación Práctica	2
1.2. Antecedentes	3
1.2.1. Evolución de los Criterios de Segmentación	3
1.2.2. Segmentación por Estilo de Vida	4
1.2.3. Estilo de Vida Vinculado a la Salud	8
1.2.4. Estilo de Vida Vinculado a la Salud en el Campo Universitario	9
1.3. Situación Problémica	12
1.4. Problema Científico	13
1.5. Hipótesis	14
1.5.1. Variable	14
1.5.2. Operacionalización de la Variable	16
1.6. Objeto de Estudio	17
1.7. Alcance o campo de Acción de la Investigación	17
1.7.1. Alcance Temático	17
1.7.2. Alcance Temporal	17
1.7.3. Alcance geográfico	17



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



1.8. Objetivo de la Investigación	17
1.8.1. Objetivo General.....	17
1.8.2. Objetivos Especificos	18
CAPITULO II	19
DESARROLLO ESTRUCTURAL TEÓRICO DE LA TESIS	19
2.1. Referencias Conceptuales	19
2.1.1. Marketing.....	19
2.1.2. Segmentación de Mercados	19
2.1.2.1. Criterios de la segmentación de mercados	21
2.1.3. Segmentación por Estilos de Vida.....	24
2.1.3.1. Método de medición de la segmentación por estilos de vida	24
2.1.4. Estilo de Vida Vinculado a la Salud	26
2.1.4.1. Dimensiones utilizadas con mayor frecuencia para el estudio de estilo de vida vinculado a la salud	27
2.1.4.2. Métodos de Medición del Estilo de Vida Vinculado a la salud	32
2.1.4.3. Estilo de Vida Vinculado a la Salud en el Campo Universitario	34
2.2. Contexto Referencial.....	36
2.2.1. Universidad Mayor de San Andrés	36
2.2.1.2. Estructura organizacional – UMSA.....	37
2.2.2. Estudiantes Matriculados en la UMSA	38
2.2.2.1. Aspectos demográficos y geográficos de los estudiantes matriculados en la UMSA.....	39
2.3. Estudios Previos del Objeto de Estudio.....	44
2.4. Diagnóstico del Problema.....	46
CAPITULO III	50



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN	50
3.1. Tipo de Intervención	50
3.2. Universo o Población de Estudio.....	50
3.3. Determinación del Tamaño y Diseño de la Muestra	51
3.3.1. Tamaño de la Muestra.....	51
3.3.2. Diseño de la Muestra.....	52
3.4. Selección de Métodos y Técnicas	54
3.4.1. Métodos de captación de información primaria	54
3.4.2. Técnicas de investigación	54
3.5. Instrumentos de Relevamiento de Información	55
3.6. Relevamiento de Datos	56
CAPITULO IV.....	57
RESULTADOS Y VALIDACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	57
4.1. Datos generales de los estudiantes de la UMSA	57
4.2. Actividades de entretenimiento, sociales y deportivas de los estudiantes de la UMSA	59
4.2.1. Actividades de entretenimiento	59
4.2.2. Actividades sociales universitarias	61
4.2.3. Actividades deportivas.....	62
4.3. Intereses alimenticios y reproductivos de los estudiantes de la UMSA	65
4.3.1. Intereses alimenticios	65
4.3.2. Interés reproductivo y métodos anticonceptivos.....	73
4.4. Opiniones que tienen los estudiantes de la UMSA sobre cuestiones sociales y su entorno educativo	75



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



4.4.1. Opinión sobre cuestiones sociales	75
4.4.2. Opinión sobre su entorno educativo	80
4.5. Segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés	86
4.6. Validación de la investigación	90
CAPITULO V	93
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	93
5.1. Conclusiones	93
5.2. Recomendaciones	94
BIBLIOGRAFIA	95
ANEXOS	102
.....	103



INDICE FIGURAS

FIGURA 1 Variables que engloba el metodo de medicion AIO.....	6
FIGURA 2 Evolucion de estudiantes matriculados en la UMSA	38
FIGURA 3 Arbol del problema	48
FIGURA 4 % de estudiantes según actividades de entretenimiento.....	60
FIGURA 5 % de estudiantes que participan en acontecimientos sociales....	62
FIGURA 6 % de estudiantes que practican actividades deportivas	63
FIGURA 7 Deportes practicados según sexo	65
FIGURA 8 Tipo de comida que consumen los estudiantes de la UMSA.....	66
FIGURA 9 Productos mas consumidos por los estudiantes de la UMSA	67
FIGURA 10 Productos menos consumidos por los estudiantes de la UMSA	68
FIGURA 11 Comedor universitario	70
FIGURA 12 % de estudiantes según numero de vasos de agua que ingieren	72
FIGURA 13 % de estudiantes según metodo anticonceptivo al que recurre	73
FIGURA 14 Percepcion del consumo de sustancias psicoactivas	76
FIGURA 15 Frecuencia y tipo de bebida alcoholica que consumen los estudiantes	77
FIGURA 16 % de estudiantes según frecuencia de consumo de tabaco.....	79
FIGURA 17 % de estudiantes según percepcion de acontecimientos sociales	80
FIGURA 18 % de estudiantes según percepcion del seguro social universitario	83
FIGURA 19 % de estudiantes según percepcion de oferta alimenticia en la UMSA	85



INDICE DE TABLAS

TABLA 1 Variables del estilo de vida en el modelo AIO	26
TABLA 2 Estudiantes matriculados en la UMSA en la gestion 2021 por facultad	39
TABLA 3 Estudiantes matriculados en el 2021 en la UMSA según genero ..	40
TABLA 4 Estudiantes matriculados en la gestion 2021 en la UMSA por edad	41
TABLA 5 Estudiantes matriculados en la gestion 2021 según estado civil ...	42
TABLA 6 Estudiantes de la umsa según permanencia universitaria	43
TABLA 7 Estudiantes titulados bajo las distintas modalidades de titulacion .	44
TABLA 8 Poblacion estudiantil por facultad al 2021	51
TABLA 9 Diseño de la muestra por facultad y sexo	53
TABLA 10 Datos generales	58
TABLA 11 Participacion de los estudiantes por semestre	59
TABLA 12 Estudiantes según actividad de entretenimiento y practica	64
TABLA 13 Estudiantes según actividade de entretenimiento e interes alimenticio	69
TABLA 14 Estudiantes según N° de vasos de agua y actividad fisica	72
TABLA 15 Estudiantes según interes reproductivo y actividades de entretenimiento	75
TABLA 16 Estudiantes según opinion sobre sustancias psicoactivas y actividades sociales universitarias	79
TABLA 17 Estudiantes según percepcion de la entrada universitaria e interes reproductivo	81
TABLA 18 Estudiantes según percepcion de la entrada universitaria y actividades de entretenimiento	82
TABLA 19 Estudiantes según percepcion del cuidado de la salud e interes alimenticio	84



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



TABLA 20 Estudiantes según percepción de oferta alimenticia dentro de la UMSA y actividad física	86
--	----



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



INDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 Diseño del cuestionario autoadministrado.....	102
ANEXO 2 Diseño de la guía de observación	106
ANEXO 3 Diseño de la ficha de análisis documental.....	107
ANEXO 4 Trabajo de campo	108



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



RESUMEN

La Universidad Mayor de San Andrés cuenta con 81.723 estudiantes matriculados los cuales se encuentran divididos por características geodemográficas y no psicográficas como el estilo de vida. La presente investigación, identificó y describió segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés (UMSA) mediante la metodología AIO (actividades, intereses y opiniones). Para el análisis se tomó una muestra finita de 1288 estudiantes y se utilizó el método de la encuesta con el cuestionario auto-administrado. Conociendo las actividades, los intereses y las opiniones de los estudiantes de la UMSA y sometiendo dicha información al análisis cluster K-medias se identificaron tres segmentos “Universitarios Casi Saludables”, “Típicos Universitarios” y “Universitarios no Saludables”, todos los segmentos contemplan ya sean actividades, intereses y opiniones saludables y no saludables en mayor o menor proporción.

Palabras Clave: Segmentación, Estilo de Vida, Enfermedades Crónicas No Transmisibles, Universidades Saludables.



INTRODUCCIÓN

El mercado ha ido cambiando a lo largo de los años debido a las características de los consumidores, como la edad, el sexo, el estado civil, el país, la ciudad, el vecindario y otras de carácter demográfico y/o geográfico (Moya Espinosa, 2015). Sin embargo, en 1970 se empezó a utilizar el criterio psicográfico para segmentar al mercado con base a su estilo de vida. No obstante, el estilo de vida no tiene una definición universal por lo que se estudia a través de distintas variables y métodos de medición según cada autor, destacando entre ellas la metodología AIO (actividades, intereses y opiniones) desarrollada por Wells y Tigert (Schiffman & Lazar Kanuk, 2010).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el 71% de las muertes en la gestión 2021 han sido causadas por Enfermedades Crónicas No Transmisibles, las cuales son producto de un estilo de vida no saludable (consumo de comida chatarra, inactividad física, consumo de bebidas alcohólicas y tabaco, y otros) (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020). Además, el mayor porcentaje de ese 71% fueron personas comprendidas entre las edades de 18 a 35 años, es decir jóvenes universitarios, es por eso que universidades de España y Latinoamérica han comenzado a indagar el estilo de vida vinculado a la salud de sus estudiantes para brindar una formación integral, dicho de otra manera, profesionales altamente calificados y con pensamiento crítico para diferenciar cosas buenas y malas para su salud física (Becerra Heraud, 2013).

Identificar y describir segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés aplicando la metodología AIO (Actividades, Intereses y Opiniones) es el objetivo del presente trabajo de investigación. Dicha información contribuirá al desarrollo de planes, programas, cursos y otros enfocados en satisfacer las necesidades



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



y los deseos de la población estudiantil de la UMSA acorde a su estilo de vida vinculado a la salud.

En este sentido, el presente trabajo de investigación se estructura en cinco capítulos:

El primer capítulo contiene el desarrollo de los aspectos generales del trabajo, es decir las justificaciones, situación problemática, hipótesis, objeto de estudio, alcance y objetivo de la investigación.

El segundo capítulo está compuesto por el marco teórico, el cual ayudará a la comprensión de la investigación. Asimismo, se encuentra el contexto referencial, es decir los estudios previos del objeto de estudio y el diagnóstico del problema.

En el tercer capítulo se presenta la metodología que se aplicó en la investigación, la determinación del tamaño y diseño de la muestra, los métodos y técnicas para la recolección de información primaria y el software que se utilizó para procesar la información.

El cuarto capítulo está compuesto por los resultados de la investigación y la validación de la investigación.

En quinto capítulo está conformado por las conclusiones y recomendaciones a las cuales se llegaron después de la investigación



CAPITULO I ASPECTOS GENERALES

1.1. Justificación y Aportes

1.1.1. Justificación Teórica

El marketing es el proceso mediante el cual las empresas lucrativas y no lucrativas crean valor para los consumidores y un fuerte lazo con ellos, sin embargo, para que todo lo mencionado tenga curso, primero las empresas deben comprender las necesidades y los deseos de los consumidores (Kotler & Armstrong, 2012).

La segmentación de mercados es una herramienta del marketing que ayuda a las empresas a definir con mayor precisión las necesidades y deseos de los consumidores, tomar decisiones estratégicas de marketing y asignar recursos a los distintos productos o servicios con mayor exactitud (Lamb, Hair JR, & McDaniel, 2011).

La segmentación por estilo de vida, brinda características de los consumidores que van más allá de las geográficas y demográficas como tendencias, gustos y preferencias a través de diferentes variables como costumbres, actividades, intereses, opiniones, actitudes y otros, para posteriormente tener claridad al establecer planes de acción (Moya Espinosa, 2015).

Teniendo en cuenta el incremento de fallecidos a causa de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) como enfermedades vasculares, respiratorias, diabetes, cáncer, obesidad y otros a temprana edad (18 – 35 años) a consecuencia de un estilo de vida no saludable, universidades de España y algunas de Latinoamérica se han visto en la necesidad de investigar el estilo de vida vinculado a la salud de su plantel estudiantil (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020).

Las investigaciones desarrolladas en las universidades de España, Chile, Colombia, Perú, Argentina y México han señalado que el estilo de vida



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



vinculado a la salud de los universitarios se caracteriza por ser no saludable, ya que los universitarios omiten el desayuno de su dieta diaria y si ingieren alguna comida la misma está compuesta por un alto porcentaje de calorías y azúcares, asimismo, los universitarios no realizan actividades físicas y consumen sustancias psicoactivas como bebidas alcohólicas y tabaco de manera frecuente (Becerra Heraud, 2013), (Bezares Sarmiento, Cruz Bojórquez, Acosta Enríquez, & Ávila Escalante, 2020).

Conocer el estilo de vida vinculado a la salud de los estudiantes en el ámbito universitario ha ayudado a las universidades a desarrollar planes, programas, cursos y otros a fin de satisfacer las necesidades y los deseos de los universitarios (menús, actividades físicas, infraestructura y cultura organizacional) y brindar una formación tanto en el ámbito académico como para la salud, convirtiéndose en universidades saludables, las cuales destacan por brindar una mejor calidad de vida a sus estudiantes.

1.1.2. Justificación Práctica

La segmentación de mercados ha brindado buenos resultados en el desarrollo de productos, servicios, planes promocionales y otros utilizando el criterio demográfico y geográfico. Sin embargo, la segmentación por estilos de vida ha ayudado a comprender mejor al consumidor y satisfacer sus necesidades y deseos.

Conocer el estilo de vida vinculado a la salud de sus universitarios, brindó conocimiento de las áreas en las que las universidades debe reforzar como ser los espacios físicos (canchas, clubs de lectura, espacios de entretenimiento intelectuales), servicios de salud (consultorios mejor equipados, personal especializado), campañas contra el consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, tabaco y drogas), programas y servicios de alimentación (cafeterías saludables, capacitación en alimentación) y otros.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Identificar y describir segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés aplicando la metodología AIO (Actividades, Intereses y Opiniones) contribuirá en el conocimiento de las actividades de entretenimiento, sociales y deportivas, los intereses alimenticios y reproductivos, las opiniones de los estudiantes respecto al consumo de bebidas alcohólicas y tabaco, y las opiniones sobre su entorno educativo. Conocer estas actividades, intereses y opiniones permitirá desarrollar programas y servicios acorde a las necesidades y deseos de los estudiantes a fin de brindar una formación integral, es decir, profesionales altamente capacitados y con pensamiento crítico.

1.2. Antecedentes

El concepto de segmentación de mercado fue introducido por Wendell R. Smith en 1956 afirmando que la segmentación permite dividir a los consumidores en grupos y subgrupos tomando en cuenta ciertas variables como: edad, género, estado civil, ciclo de vida familiar, ingreso económico, educación, ocupación y otros (MediaSource, 2020).

En base al concepto planteado por Wendell R. Smith, diversas empresas reconocidas a nivel mundial como: Coca Cola Company, Victoria Secret, Ford, McDonald's y otras comenzaron a utilizar la segmentación de manera estratégica para llegar a su mercado meta y brindar productos y/o publicidad considerando variables como ingresos, sexo, región, raza, nacionalidad, clase social, clima, país, ciudad, etc. (Kotler & Armstrong, 2012). Estas variables permitieron a las empresas brindar mejores servicios y/o productos en lugares estratégicos (lugares en los que los consumidores adquirirían los productos o servicios) y conocer las necesidades y deseos de los consumidores.

1.2.1. Evolución de los Criterios de Segmentación

La segmentación de mercado ha empleado distintos criterios a lo largo de su historia, inicialmente el criterio geográfico y el demográfico fue utilizado por distintas empresa reconocidas a nivel mundial como Coca-Cola, MacDonal's,



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Victoria Secret, Ford y otros, ya que los gustos y necesidades de los consumidores difieren de un país a otro, además las necesidades y deseos están influenciadas por la edad, el sexo, el ciclo de vida y/o la ocupación (Kotler & Keller, 2012).

La combinación del criterio geográfico y demográfico sirve para la elaboración de perfiles geo-demográficos, más no para explicar las motivaciones por las cuales los consumidores se guían al adquirir un producto o servicio. Por tal motivo, al transcurrir los años las organizaciones identificaron que dentro de un segmento demográfico o geográfico existían distintos segmentos psicográficos y por lo tanto utilizar solo un criterio no generaba una ventaja competitiva.

En 1965 Emanuel H. Demby planteó el término “psicografía”, refiriéndose a la combinación de datos psicológicos, sociológicos, antropológicos, auto-concepto y estilo de vida teniendo en cuenta que la combinación de estos criterios brindaría más información sobre las motivaciones por las cuales los consumidores se guían para adquirir un producto o servicio, término que sería utilizado como base para la segmentación psicográfica o también llamada segmentación mixta (Kotler & Keller, 2012).

En primera instancia, la segmentación psicográfica se enfocó en la personalidad empleando el Test de Edwards, sin embargo, el estudio de la personalidad para entender el comportamiento del consumidor quedó desierto dando paso en 1970 a la variable estilo de vida, la cual adquirió un mayor protagonismo en la segmentación psicográfica reemplazando a la variable personalidad (Lamb, Hair JR, & McDaniel, 2011).

1.2.2. Segmentación por Estilo de Vida

La segmentación por estilo de vida ayuda a crear mensajes publicitarios, desarrollar productos y/o servicios y formular estrategias de marketing considerando características extrínsecas e intrínsecas de los consumidores



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



(Moya Espinosa, 2015). Este tipo de segmentación ayuda a las empresas a conocer características más profundas de los consumidores, características que van más allá de lo superficial, es decir, más allá de los ingresos que poseen, la edad que tienen, la ocupación y otras características de carácter demográfico y/o geográfico.

El estilo de vida no tiene una definición universal, sin embargo, desde el punto de vista del marketing, Solomon el año 2008 definió al estilo de vida como “la manera en la que gastan los consumidores su tiempo y recursos”. Sin embargo, al ser una definición bastante amplia y sin variables específicas, diferentes autores como Kotler, Armstrong, Moya, Arellano, entre otros, han mencionado que el estilo de vida comprende actividades, actitudes, intereses, personalidad, recursos, tendencias, opiniones, valores y otros.

Con el fin de realizar la segmentación por estilos de vida se han desarrollado diferentes métodos de medición dentro de las cuales se encuentran: “Actividades, Intereses y Opiniones”, “Lista de Valores”, “Valores y Estilos de Vida”, y “Los Estilos de Vida Latinoamericanos según Actitudes, Tendencias, Intereses y Recursos”.

- Metodología Actividades, Intereses y Opiniones (AIO)

La metodología Actividades, Intereses y Opiniones inicialmente fue conceptualizada por Paul Lazarsfel y hoy en día es la metodología más utilizada debido a que las variables actividades, intereses y opiniones muestran de manera concreta las motivaciones o las guías por las cuales los consumidores adquieren productos y/o servicios (Schiffman & Lazar Kanuk, 2010).

La metodología AIO fue desarrollada por Wells y Tigert en 1971 en base a la conceptualización de Lazarsfel (Cirbeli & Miquelito, 2015). Esta metodología divide a los consumidores según las actividades diarias, los pasatiempos, las



aficiones, las opiniones que tienen respecto a películas, temas políticos, entre otros, sin dejar de lado los aspectos demográficos y geográficos.

Figura 1

Variables que engloba el método de medición AIO

Actividades	Intereses	Opiniones	Demografía
Trabajo	Familia	Uno mismo	Edad
Pasatiempos	Hogar	Cuestiones Soc.	Estudios
Actos sociales	Empleo	Política	Ingresos
Vacaciones	Comunidad	Empresas	Ocupación
Diversiones	Recreación	Economía	Tamaño de F.
Socios de clubes	Modas	Educación	Vivienda
Comunitarias	Alimentos	Producto	Geografía
Compras	Medios de Com.	Futuro	Tamaño de C.
Deportes	Logros	Cultura	Etapas del Ciclo de V.

Fuente. Comportamiento del consumidor, <https://slideplayer.es/slide/1127634/>

- Metodología Lista de Valores (LOV)

La metodología Lista de Valores, toma en cuenta la variable “valores”, refiriéndose a valores terminales y valores instrumentales estadounidenses definidos previamente en 1973 por Rokeach (Cirbeli & Miquelito, 2015).

Los valores terminales pueden ser tanto de “naturaleza personal” o de “naturaleza social” mientras que los valores instrumentales representan modos de conducta que se consideran preferibles para alcanzar y que pueden ser tanto de “naturaleza moral” como de “naturaleza personal”.

- Metodología Valores y Estilos de Vida 1 (VALS 1)

En 1980 el Instituto de Investigación de Stanford desarrolló la metodología Valores y Estilos de Vida con el propósito de segmentar a la población



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



estadounidense, tomando en cuenta las variables “valores” y “estilos de vida” (Kotler & Armstrong, 2013). La metodología VALS 1 fue aplicada a 1.500 consumidores estadounidenses para dividirlos acorde a los recursos que poseían, la capacidad para adaptarse a los desarrollos de innovación y la motivación principal en su vida, obteniendo como resultado la identificación de nueve segmentos. Sin embargo, la metodología VALS 1 fue criticada por los investigadores porque no contaba con validez estadística, su aplicación era compleja y algunas veces confusa, dificultando la diferenciación y categorización de los segmentos.

- Metodología Valores y Estilos de Vida 2 (VALS 2)

En 1992 se construyó la metodología VALS 2 modificando ciertos ítems del cuestionario VALS 1 y tomando en cuenta las motivaciones primarias y los recursos disponibles de los consumidores estadounidenses (Kotler & Keller, 2012). En base a estas modificaciones se identificó ocho segmentos. Sin embargo, la metodología VALS 2 no pudo ser aplicada con éxito en otros países debido a su arraigado vocablo estadounidense.

- Metodología Los Estilos de Vida Latinoamericanos según Actitudes, Tendencias, Intereses y Recursos denominada (LATIR)

Ante la falta de un método de medición que permita segmentar a poblaciones distintas a la estadounidense, en la gestión 2006 Rolando Arellano planteó la metodología LATIR (Arellano, 2017). Esta metodología fue puesta en práctica inicialmente en Perú donde se evidenció la presencia de seis segmentos. Posteriormente, la metodología LATIR fue implementada en Colombia, Chile, Brasil, México y Costa Rica, países donde tuvo éxito debido a las semejanzas culturales, étnicas, sociales, etc., que tienen los países latinoamericanos.

Por medio de los métodos de medición desarrollados y tomando en cuenta los beneficios que representa el conocer el estilo de vida de los consumidores, varias empresas comenzaron a segmentar el mercado en base al estilo de



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



vida, tal es el caso del sector turístico en la población urbana de Castilla y León – España en 1999, el cual a través de datos sociodemográficos, económicos, geográficos, personalidad, valores y estilo de vida, logró identificar cinco segmentos: “familiares”, “idealistas”, “autónomos”, “hedonistas” y “conservadores” (González Fernández, Cervantes Blanco, & Muñiz Martínez, 1999).

De igual manera, en la Región Metropolitana de Chile se implementó la segmentación por estilos de vida, con el propósito de dividir el mercado de consumidores de vino orgánico utilizando variables sociodemográficas, actitudes hacia el alimento orgánico y estilos de vida (Mora González, Magner Pulgar, & Marchnt Silva, 2010). A través de las preferencias en alimentación, tiempo libre, trabajo y otros, se identificaron tres estilos de vida de consumidores de vino orgánico: “sociables e indiferentes hacia el vino orgánico”, “actitud positiva hacia el vino orgánico” y “consumidores de productos orgánicos”.

Posteriormente en 2020, el sector turístico de la Amazonia Ecuatoriana realizó la segmentación por estilos de vida utilizando la metodología VALS Y LATIR para conocer las actividades turísticas y los motivos que influyen en la decisión de los visitantes al momento de elegir una ciudad (Manosalvas Vaca, Manosalvas Vaca, Gamboa Ríos, & Solis Morejón, 2020). Los hallazgos permitieron al sector turístico de Ecuador conocer el estilo de vida de los turistas para así ofrecer mejores servicios y/o productos, según sus valores, actitudes, tendencias, intereses y recursos.

1.2.3. Estilo de Vida Vinculado a la Salud

Ante el constante desarrollo de nuevas necesidades, inquietudes e intereses vinculadas o no al cuidado de la salud y como consecuencia de la democratización de los medios de comunicación y redes sociales, el estilo de vida ha sido vinculado al aspecto del autocuidado, desarrollando un concepto de estilo de vida vinculado a la salud que engloba hábitos de consumo



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



alimenticio y de sustancias psicoactivas (alcohol, tabaco), actividades de tiempo libre, actividad deportivas y el cuidado de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS).

Teniendo conocimiento de la Agenda 2030 desarrollada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU), cuyo objetivo número 3 señala: “Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades“, las industrias alimenticias, farmacéuticas, de entretenimiento y otras crearon nuevos y mejores productos y servicios enfocados a mejorar la salud física, psicológica y social de los consumidores (Organización de las Naciones Unidas, 2019). A partir de estos aspectos y conociendo que la mejora del estilo de vida vinculado a la salud es importante para disminuir las muertes por Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT), las cuales equivalen hoy en día al 71% de las muertes a nivel mundial y representarán un gasto de 30 billones de dólares entre el periodo de 2011 – 2030, se han desarrollado métodos de medición para conocer el estilo de vida de los consumidores, entre estos se encuentra el Cuestionario Fantástico desarrollado en 1984 por Wilson y Ciliska, y el Cuestionario de Perfil de Estilos de Vida (PEPS-1) elaborado en 1996 por Nola Pender.

1.2.4. Estilo de Vida Vinculado a la Salud en el Campo Universitario

Teniendo conocimiento de los métodos de medición para conocer el estilo de vida vinculado a la salud de los consumidores y ante el incremento de la mortalidad por Enfermedades Crónicas No Transmisibles en edades comprendidas entre 15 y 45 años, varias universidades consideraron necesario conocer el estilo de vida vinculado a la salud de su población estudiantil.

Entre los estudios realizados bajo el método de medición FANTASTICO, se encuentra el estudio del 2020, realizado por Pérez-Araníbar & Tavera Palomino, quienes investigaron los estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de una universidad privada de Lima-Perú. El resultado del estudio



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



manifestó que los universitarios “no han fumado” en los últimos cinco años y “algunas veces” se sienten tensos o apretados. Por tanto, concluyeron que los universitarios de Lima-Perú tienen estilos de vida saludables.

La investigación realizada el 2018 por MSc. Espinoza Lara & Dr. Vanegas López a estudiantes del Recinto Universitario Rubén Darío – Nicaragua donde se utilizó el método de medición PEPS-1, indica que el 53,3% de los estudiantes tienen inadecuados estilos de vida, es decir que no practican deportes, ingieren bebidas alcohólicas y no consumen frutas ni verduras con frecuencia.

Por otra parte, en la gestión 2010, Salazar-Torres, et al., construyen el Cuestionario de Estilos de Vida de Jóvenes Universitarios (CERVJU-R), el cual fue puesto en práctica en el 2020 determinando el estilo de vida de estudiantes de las carreras tecnológicas de la facultad de salud de la Universidad Santiago de Cali (Zambrano Bermeo & Rivera Romero, 2020). En este estudio se evidenció que el 71% no realizaba actividad física, el 88% consumía comidas rápidas (dulces y fritos), el 67% consumía bebidas alcohólicas de vez en cuando y el 43% estaban despiertos hasta altas horas de la madrugada.

Tomando en cuenta los resultados arrojados por los métodos de medición FANTASTICO, PEPS-1 y CERVJU-R para conocer el estilo de vida vinculado a la salud de los universitarios, universidades de España, Chile, Colombia, México, Ecuador y Perú han tomado como base los métodos de medición ya mencionados y han desarrollado otros métodos de medición mediante los cuales han encontrado características similares del estilo de vida vinculado a la salud de los universitarios, por ejemplo, los estudiantes que llevan su comida preparada en casa tienen mejores estilos de vida que los que compran alimentos en los alrededores de sus universidades, la mayoría de los estudiantes tienen sobrepeso u obesidad como consecuencia de los malos hábitos alimenticios y la falta de ejercicios físicos. Además, los estudiantes tienen un consumo elevado de bebidas alcohólicas, una mala calidad de sueño



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



y elevado consumo de tabaco (De Souza Martins, Zea Robles, Rodríguez Caro, & Molina Pinzón, 2017).

- **Universidades Saludables**

A raíz de las características (consumo de bebidas alcohólicas, cigarrillos, hotdogs, hamburguesas, y otros alimentos bajos en nutrientes, cafeína, consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y la inactividad física) del estilo de vida vinculado a la salud de los universitarios y el riesgo de contraer a corto o largo plazo Enfermedades Crónicas No Transmisibles es que se creó el concepto de “Universidades Saludables” o también denominadas “Universidades Promotoras de la Salud”.

Las Universidades Saludables tienen el objetivo de brindar una formación integral, es decir formar profesionales no solamente altamente calificados en su área de estudio, sino también profesionales que contribuyan a la sociedad con consumo y prácticas saludables a fin de disminuir las muertes por ECNT en la población y por consiguiente disminuir el gasto billonario que representan las mismas (Becerra Heraud, 2013).

Actualmente, existe la Red Española de Universidades Saludables (REUS), la cual está integrada por 52 universidades de toda España y participa el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, el Ministerio de Educación y la Conferencia de Rectores de las Universidades Españolas (CRUE); y la Red Iberoamericana de Universidades Promotoras de la Salud (RIUPS) que rige bajo la Carta Internacional de Okanagan a la cual se han acogido diversas universidades de Argentina, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Ecuador, El Salvador, España, Honduras, Italia, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Portugal, Puerto Rico, Guatemala y Venezuela (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2015).

Las Universidades Saludables brindan a su población estudiantil menús saludables, promoción de actividades físicas, ambientes libres de humo,



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



espacios recreativos y una cultura organizacional que fortalece la salud, a través de la Secretaría de Bienestar Universitario de cada universidad, conociendo el estilo de vida vinculado a la salud de los estudiantes que integran la universidad (Becerra Heraud, 2013).

1.3. Situación Problemática

En Bolivia no existe información acerca del estilo de vida vinculado a la salud de los universitarios. La información que se tiene acerca de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés (UMSA) y la estructura organizacional de la misma es la siguiente:

- En la gestión 2021, la UMSA registró un total de 81.723 estudiantes matriculados agrupados en 13 facultades y 58 carreras (División de Sistemas de Información y Estadística, 2021). Estudiantes que están divididos de manera equitativa, siendo 50% mujeres y 50% varones. Estos, viven mayormente en la ciudad de La Paz. Así mismo, se conoce que el 21% de los estudiantes permanecen en la universidad por más de 11 años, seguido del 17% quienes permanecen entre 7 a 9 años (División de Sistemas de Información y Estadística, 2021).
- En la gestión 2021, a través de la investigación desarrollada por el Instituto de Investigación y Capacitación en Ciencias Administrativas (IICCA) se descubrió que las estudiantes mujeres han abandonado entre 1 a 7 materias en un semestre (Mendoza Valda, 2022).
- El 2016 Tamayo Caballero, et al., demostraron que los estudiantes de la Facultad de Medicina consumían comida chatarra como hamburguesas, pollos, donas, queques y otros que se expenden en alrededores de los predios de la UMSA, debido a la falta de tiempo para preparar sus alimentos o buscar establecimientos que ofrezcan alimentos saludables, además de tener una inactividad física arraigada al sedentarismo,



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



ocasionando que el Índice de Masa Corporal (IMC) de los estudiantes se encuentre en un rango de sobrepeso y obesidad.

- El 2014 la MSc. Dra. Navia Bueno y la PhD. Dra. Urquidi Bellota indicaron que los estudiantes de la Facultad de Medicina consumen bebidas alcohólicas de manera constante y tienen un consumo pasivo de cigarrillos.
- Dentro de la estructura organizacional de la UMSA esta el Departamento de Bienestar Social, el cual tiene el propósito de implementar programas y servicios de salud, beca y trabajo social destinados a responder a las necesidades del estamento estudiantil de la UMSA, además que uno de sus objetivos es “promover estilos de vida saludables en la comunidad universitaria”, y a la fecha solo ha realizado el seminario de buenos hábitos de higiene bucal, la feria para la prevención de violencia, el seminario de infecciones respiratorias agudas y COVID-19, la feria deportiva, la campaña de salud visual y los torneos deportivos facultativos (Departamento de Bienestar Social - UMSA, 2022).

Por tanto, actualmente no existe información acerca de los estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la UMSA y los escasos datos que se tiene relacionados al consumo que tienen y las actividades que realizan los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés, no están actualizadas ni engloban al total de estudiantes de la UMSA.

1.4. Problema Científico

El desconocimiento de los segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés y las características de cada segmento no permite la formulación de planes de acción, programas, proyectos y otros que satisfagan las necesidades y los deseos de los estudiantes acorde a su estilo de vida vinculado a la salud.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



La pregunta de investigación es:

¿Cómo son los segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la UMSA aplicando la metodología AIO (Actividades, Intereses y Opiniones)?

1.5. Hipótesis

La hipótesis de la presente investigación es la siguiente:

“Aplicando la metodología AIO (Actividades, Intereses y Opiniones) los segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la UMSA son no saludables”

La hipótesis que se plantea es de tipo descriptivo, este tipo de hipótesis intenta predecir un dato o valor en una o más variables que se van a medir u observar, además la hipótesis descriptiva es la base del conocimiento para generar una hipótesis correlacional o causal (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018), (Aceituno Huacani, Silva Minauro, & Cruz Chuyma, 2020).

1.5.1. Variable

Variable descriptiva: Estilo de vida vinculado a la salud

La presente Tesis de Grado lleva una sola variable (univariada), ya que no existe ningún estudio previo en la ciudad de La Paz sobre el estilo de vida vinculado a la salud y tampoco estudios previos que tomen en cuenta el mismo sujeto de investigación (estudiantes de la UMSA) y lo que pretende hacer la presente hipótesis descriptiva es dar la base al conocimiento para generar otros estudios con hipótesis correlacionales o causales.

Al ser una hipótesis descriptiva con una sola variable no se la puede categorizar a la misma como variable uno y dos, o independiente y dependiente como en las hipótesis correlacionales y causales respectivamente (Aceituno Huacani, Silva Minauro, & Cruz Chuyma, 2020).



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL
ESTILO DE VIDA VINCULADO A LA SALUD	Patrones de comportamiento expresados en actividades, intereses y opiniones que influyen en la salud física y longevidad (constructivo propio en base a Schiffman & Lazar Kanuk, 2010 y Bezares Sarmiento, et al, 2020).

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES
ESTILO DE VIDA VINCULADO A LA SALUD	ACTIVIDADES	Actividades de Entretenimiento
		Actividades Deportivas
	INTERESES	Intereses Alimenticios
		Intereses Reproductivos
	OPINIONES	Opiniones sobre cuestiones sociales
		Opiniones sobre el entorno educativo



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



1.5.2. Operacionalización de la Variable

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	NIVEL DE MEDICIÓN
E S T I L O D E V I D A V I N C U L A D O A L A S A L U D	Actividades de Entretenimiento	% de estudiantes según actividades de tiempo libre	Cuantitativo
		% de estudiantes que participan en acontecimientos sociales (Bautizo y Entrada Universitaria)	Cuantitativo
	Actividades Deportivas	Nº de estudiantes según actividad deportiva practicada	Cuantitativo
		Tiempo que dedica al deporte	Cuantitativo
	Intereses Alimenticios	Frecuencia y tipo de comida que consumen los estudiantes	Cualitativo / Cuantitativo
		% de estudiantes según lugar de compra de comida	Cuantitativo
		Nº de vasos de agua que ingiere por día	Cuantitativo
	Intereses Reproductivos	% de estudiantes según método anticonceptivos al que recurre	Cuantitativo
	Opiniones sobre cuestiones sociales	Percepción de estudiantes sobre el consumo de sustancias psicoactivas	Cualitativo
		% de estudiantes según consumo de bebidas alcohólicas	Cuantitativo
		% de estudiantes según consumo de tabaco	Cuantitativo
	Opiniones sobre el entorno educativo	Percepción de estudiantes sobre la Entrada Universitaria)	Cualitativo
		Percepción de estudiantes sobre el cuidado de la salud	Cualitativo
		Percepción de estudiantes sobre la oferta alimenticia en la UMSA	Cualitativo



1.6. Objeto de Estudio

La presente investigación tiene como objeto de estudio caracterizar los segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés.

1.7. Alcance o campo de Acción de la Investigación

1.7.1. Alcance Temático

El alcance temático de la presente investigación se encuentra dentro del área de Marketing, específicamente en el tema de la segmentación de mercados, correspondiente a la malla curricular del pensum 2012 de la carrera de Administración de Empresas.

1.7.2. Alcance Temporal

El alcance temporal de la investigación se divide en dos partes:

La recolección de información secundaria, considerando información desde la gestión 2012 hasta la gestión 2022.

La recopilación de información primaria que se realizó en el primer cuatrimestre de la gestión 2023.

1.7.3. Alcance geográfico

El alcance geográfico de la presente investigación tiene lugar en las instalaciones de la Universidad Mayor de San Andrés de la ciudad de La Paz, Bolivia.

1.8. Objetivo de la Investigación

1.8.1. Objetivo General

Identificar y describir segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la UMSA aplicando la metodología AIO (Actividades, Intereses y Opiniones)



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



1.8.2. Objetivos Específicos

- Determinar el tamaño y diseño de la muestra.
- Elaborar instrumentos de recolección de información primaria.
- Conocer las actividades de entretenimiento, sociales y deportivas que realizan los estudiantes.
- Conocer los intereses alimenticios y reproductivos de los estudiantes de la UMSA.
- Conocer las opiniones de los estudiantes de la UMSA sobre las cuestiones sociales y su entorno educativo.
- Categorizar a los estudiantes utilizando el método Cluster K-media.



CAPITULO II

DESARROLLO ESTRUCTURAL TEÓRICO DE LA TESIS

2.1. Referencias Conceptuales

2.1.1. Marketing

El marketing ha ayudado a introducir y obtener la aceptación de nuevos productos y servicios, innovando acorde a las necesidades humanas y sociales de los consumidores, necesidades que no estaban presentes pero existían previamente (Kotler & Keller, 2012).

Para el marketing crear un producto o servicio implica diseñar el mismo, asignar el precio correspondiente, fijar el lugar indicado de distribución, asignar un monto a la publicidad, entre otros aspectos, todo esto acorde al mercado potencial elegido para obtener, mantener y aumentar clientes (Lamb, Hair JR, & McDaniel, 2011).

El mercado potencial elegido o mercado meta está compuesto por compradores que prefieren o requieren mezclas de marketing similares y distintas al resto, además de representar una gran oportunidad para explorar y explotar (Kotler & Keller, 2012).

2.1.2. Segmentación de Mercados

Como mencionan Schiffman & Lazar Kanuk (2010), Fischer de la Vega & Espejo Callado (2011), y Moya Espinosa (2015), la segmentación de mercados divide un mercado de productos o servicios en subconjuntos de consumidores con necesidades o características similares. Estos consumidores con necesidades y características similares podrían requerir productos o mezclas de marketing diferentes al resto.

En 2012 y 2013 Kotler, Armstrong & Keller complementan la definición de segmentación de mercado como “el proceso de dividir un mercado en partes homogéneas en distintos grupos de compradores con necesidades, deseos,



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



gustos y características diferentes, quienes podrían requerir productos o programas de marketing separados”.

Es decir que un segmento de mercado es un grupo de consumidores (personas u organizaciones) que desean productos, medios de información y canales de distribución distintos al resto de grupos.

- **Importancia de la segmentación de mercados**

Según Lamb, Hair JR, & McDaniel (2011), la segmentación de mercados ayuda a las empresas a definir con mayor precisión las necesidades y deseos de los clientes, ayuda a quienes toman las decisiones a definir con más exactitud los objetivos del marketing y a asignar mejor los recursos a estrategias de marketing. Es decir, la segmentación de mercados identifica el grupo de consumidores a quienes se debe orientar los objetivos mercadotécnicos y buscar la satisfacción de sus necesidades y deseos.

La segmentación de mercado ha sido de gran importancia para la creación de nuevos productos, servicios y empresas ya que ha ayudado a los mercadólogos a tener una mayor comprensión del consumidor, del mercado al que se dirige y brindar productos o servicios que satisfacen las necesidades de los consumidores (Moya Espinosa, 2015).

Además, se debe tomar en cuenta que una sola organización no cuenta con los recursos necesarios para proporcionar bienes y servicios que satisfagan las necesidades de todos los consumidores es por eso que es necesario segmentarlos. Además, los compradores o consumidores tienen distintos intereses y necesidades de compra y también existen mercados constituidos por compradores con deseos y necesidades similares (Fischer de la Vega & Espejo Callado, 2011).



- **Beneficios de la segmentación de mercados**

La segmentación de mercados según Moya Espinosa (2015), brinda al mercadólogo:

- Certidumbre en el tamaño del mercado (número de personas que conforman el mercado, esto es número de personas que pueden comprar el producto).
- Claridad al establecer planes de acción.
- Facilidad en la identificación de los consumidores del mercado meta.
- Reconocimiento de actividades y deseos del consumidor (conocer las costumbres de los consumidores para saber cómo satisfacer sus necesidades en forma oportuna).
- Simplificación en la estructura de marcas (evitar la existencia de marcas no productivas en el catálogo).
- Certeza para la realización de actividades promocionales (dirigir únicamente al grupo de interés, cuidar los recursos de la empresa, dar resultados más efectivos).
- Simplificación para proponer planes y programas mercadotécnicos.

2.1.2.1. Criterios de la segmentación de mercados

Para dividir el mercado en segmentos existen distintos criterios como: edad, sexo, país, uso, personalidad y otros. A continuación, se detallan los criterios más conocidos y utilizados de la segmentación de mercados.

- **Segmentación geográfica**

La segmentación geográfica es la forma de segmentar al mercado según el lugar donde viven los consumidores debido a que el mismo se ve afectado por el clima, el cual influye en las necesidades y deseos de los consumidores (Schiffman & Lazar Kanuk, 2010), (Moya Espinosa, 2015), (Lamb, Hair JR, &



McDaniel, 2011). Por ejemplo, si es un país donde el clima suele ser cálido, los consumidores van a tener la necesidad de comprar otro tipo de prendas que los consumidores de un país como Canadá, donde el clima es bastante frío.

La segmentación geográfica divide un mercado en diferentes unidades o áreas geográficas como: condiciones geográficas, raza, tipo de población, región, tamaño de la ciudad, condado o área metropolitana, densidad de población, clima, lugares turísticos de un país, un continente u otros naciones, estados, regiones, municipios, provincias, ciudades o vecindarios, razón por la que no es medible, debido que toma variables ambientales, mismas que no dan certeza de la cantidad monetaria que un consumidor pueda destinar a un producto o servicio específico (Fischer de la Vega & Espejo Callado, 2011).

- **Segmentación demográfica**

La segmentación demográfica es la más utilizada por las empresas que realizan la segmentación de mercados debido a la facilidad que tiene ya que es de conocimiento público la distribución de la población acorde a su edad, sexo o ingreso y esta información se puede encontrar en la alcaldía, el Instituto Nacional de Estadística (INE) y otras entidades públicas y privadas.

La segmentación demográfica divide un mercado en base a edad, género, estado civil, ciclo de vida familiar, ingreso, educación y ocupación, religión, raza, generación, nacionalidad y clase social (Schiffman & Lazar Kanuk, 2010), (Lamb, Hair JR, & McDaniel, 2011), (Fischer de la Vega & Espejo Callado, 2011), (Moya Espinosa, 2015), (Kotler & Keller, 2012), (Kotler & Armstrong, 2012).

- **Segmentación psicográfica**

La segmentación psicográfica es muestra de la segmentación híbrida o mixta, como algunos autores la denominan debido a que contiene variables que se



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



subdividen para lograr entender mejor las necesidades y deseos de los consumidores.

Según cada autor, la segmentación psicográfica toma en cuenta distintas variables, por ejemplo para Schiffman & Lazar Kanuk (2010), la segmentación psicográfica divide un mercado en diferentes grupos en base a la personalidad, el estilo de vida y la clase social del consumidor.

Sin embargo, según Lamb, Hair JR & McDaniel (2011) la segmentación psicográfica segmenta al mercado con base en la personalidad, los motivos, los estilos de vida y la geodemografía.

Por otro lado, según Moya Espinosa (2015), la segmentación psicográfica combina variables de tendencia, gustos, preferencias e inclinaciones de la demanda.

Según Fischer de la Vega & Espejo Callado (2011), la segmentación psicográfica beneficia en gran medida a los mercadólogos y es de gran importancia debido a los siguientes aspectos:

- Define el mercado meta con características más allá de las demográficas o del uso de productos.
- Crea nuevas perspectivas del mercado, no mercados típicos, ni suposiciones.
- Posiciona un producto, en base a las habilidades del producto para satisfacer las necesidades del consumidor.
- Comunica mejor los atributos de un producto mediante información más específica de quienes son los consumidores y el pensamiento que tienen.
- Advierte temas políticos y sociales, es decir conductas destructivas como el consumo de drogas, alcohol y tabaco.



2.1.3. Segmentación por Estilos de Vida

La segmentación por estilos de vida parte de la diversidad de variables de la segmentación psicográfica y es Paul Lazarsfel quien en 1960 se convirtió en el pionero en conceptualizar al estilo de vida como las actividades, intereses y opiniones, además de mencionar que estas variables guían a los consumidores a adquirir productos y servicios (Schiffman & Lazar Kanuk, 2010). Schiffman & Lazar Kanuk en el 2010 se acogieron a la definición de Lazarte dando mayores luces al significado de actividades, intereses y opiniones entendiéndolas como actividades relacionadas al trabajo, aficiones, viajes de placer, intereses relacionados a la familia, trabajo, comunidad y opiniones relacionadas a temas sociales, políticos y de negocios.

Para Solomon (2013), el estilo de vida son formas en las que las personas gastan su dinero y ocupan su tiempo libre, por ejemplo, actividades (que dedican el tiempo), intereses (lo que consideran interesante o importante) y opiniones (de sí mismo y del mundo que les rodea) de los consumidores.

El estilo de vida está determinado por todas las variables y elementos demográficos, económicos, culturales, sociales e internos y además guardan relación con los valores y la personalidad de los consumidores (Alonso Rivas & Grande Esteban, 2013).

Una investigación sobre estilos de vida puede ayudar a las empresas a comprender cómo se adapta un producto a los patrones generales de comportamiento de los consumidores (Hoyer, MacInnis, & Pieters, 2015).

2.1.3.1. Método de medición de la segmentación por estilos de vida

Los métodos de medición utilizan distintas técnicas de investigación como la encuesta, la observación y la revisión documental para recolectar información primaria, mediante entrevistas, cuestionarios, observación participativa y no participativa, y revisión documental (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018), (Naresh K., 2008).



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Establecer un método de medición del estilo de vida permite conocer características más profundas de los consumidores, características que van más allá de lo superficial, es decir, más allá de los ingresos que poseen, la edad que tienen, la ocupación y otros aspectos de carácter demográfico y/o geográfico, lo que facilitaría a las empresas para brindar productos, servicios, planes de marketing específicos a cada grupo de consumidores, sin embargo, al no existir una definición universal ni coincidencia entre los autores sobre las variables que comprende el estilo de vida, cada autor ha elaborado una metodología de medición.

- **Actividades, intereses y opiniones (AIO)**

El cuestionario AIO fue diseñado por Well y Tigert en 1971 para comprender las actividades, intereses y opiniones con el fin de que las empresas que utilicen el método de medición AIO puedan entender mejor como comunicarse con sus consumidores (Kucuk Emiroglu, 1999).

La metodología AIO no deja de lado la demografía y geografía de los consumidores ya que pretende complementar mas no suplantar los criterios de segmentación más utilizados por las empresas.

La metodología AIO no viene de una explicación teórica sino de conversaciones con amigos, lecturas, sueños, interpretaciones individuales y grupales por eso Well y Tigert solo plantearon una tentativa de operacionalización del concepto de estilo de vida propuesto por Lazarsfel, mismas que podrían cambiar, modificar, aumentar o reducir aspectos de acuerdo al sujeto de investigación (Cirbeli & Miquelito, 2015). Esta operacionalización se despliega en:

- **Actividades:** acciones para alcanzar determinados objetivos y resultados en un tiempo determinado.
- **Intereses:** elementos subjetivos (motivaciones) del consumidor que le hacen elegir determinados bienes y servicios que desea comprar.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



- Opiniones: criterios emitidos por un individuo sobre el entorno al cual pertenece, como la educación, productos o personas.

Tabla 1

Variables del estilo de vida en el modelo AIO

Actividades	Intereses	Opiniones	Demografía
Puesto de trabajo	Familia	Sobre sí mismos	Edad
Hobbies	Hogar	Problemas	Educación
Eventos de ocio	Empleo	sociales	Ingresos
Vacaciones	Comunidad	Política	Ocupación
Entretenimiento	Recreación	Negocios	Tamaño familiar
Membresía de clubes	Moda	Economía	Geografía
Comunidad	Comida	Educación	Lugar de residencia
Ir de compras	Medios de comunicación	Productos	Tamaño de la ciudad
Deportes	Logros	Futuro	Momento del ciclo vital
		Cultura	

Fuente. Adaptado de dimensiones del estilo de vida en el modelo AIO, Plummer, 1974.

2.1.4. Estilo de Vida Vinculado a la Salud

Según Bezares Sarmiento, et al., (2020) el estilo de vida vinculado a la salud son las acciones realizadas por un sujeto que influyen en la probabilidad de obtener consecuencias físicas y fisiológicas inmediatas y a largo plazo, y repercuten en su bienestar físico y longevidad.

Según Roth (1990), el estilo de vida vinculado a la salud son patrones de conducta individuales que muestran cierta consistencia en el tiempo, bajo condiciones más o menos constantes y que pueden constituirse en dimensiones de riesgo o de seguridad dependiendo de su naturaleza. Estos patrones de comportamiento comprenden el consumo de alcohol, tabaco y grasas, actividad física y el manejo del estrés.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Según Agudo et al. (2021), el estilo de vida vinculado a la salud hace referencia a la manera de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos que se distinguen en dos categorías, los que mantienen la salud y promueven la longevidad como la alimentación saludable, el descanso, la actividad física y otros, y aquellos que limitan o resultan dañinos para la salud y reducen la esperanza de vida como el consumo de alcohol, cigarrillo y estimulantes.

Además, el estilo de vida vinculado a la salud puede moldearse en el transcurso de la vida siendo afectado por el nivel socioeducativo, la estructura familiar, la edad, la aptitud física, el entorno medioambiental y laboral.

- **Importancia de conocer el estilo de vida vinculado a la salud**

Según la Organización Mundial de la Salud el año 2020, el 71% de las muertes a nivel mundial han sido causadas por Enfermedades Crónicas No Transmisibles como la obesidad, cáncer, diabetes, y otros, las cuales son producto de prácticas no saludables, como la falta de ejercicio físico, el consumo de bebidas alcohólicas y tabaco, consumo de comida chatarra caracterizados por un alto nivel de grasa y azúcar, el limitado número de horas de sueño (descanso) y otros factores (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020). Conocer el estilo de vida vinculado a la salud permite identificar a los individuos, quienes tienen comportamientos no saludables a fin de brindarles acceso a diferentes servicios y productos para mejorar su calidad de vida.

2.1.4.1. Dimensiones utilizadas con mayor frecuencia para el estudio de estilo de vida vinculado a la salud

- **Actividades de entretenimiento**

Las actividades de entretenimiento son aquellas que conllevan el tiempo de no trabajar, es decir, implican una participación espontánea sin necesidad de ser obligatorias, generalmente las actividades de entretenimiento están divididas en actividades recreativas y actividades de ocio.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Las actividades recreativas contribuyen al desarrollo de capacidades físicas, aumentan la capacidad de trabajo, elevan el autoestima, la autoconfianza, la autoimagen y la seguridad, disminuyen los niveles de estrés y agresividad, los niveles de violencia y actos delictivos, fortalecen la integración comunitaria, mejoran las relaciones personales y comunitarias, impulsan las manifestaciones culturales propias y favorecen la cultura ambiental (Rangel-Lyne & Ochoa-Hernández, 2012).

Las actividades de ocio por otro lado son aquellas que pueden conceptualizarse como tiempo libre malgastado o desaprovechado ya que no generan bienestar ni conocimiento (Rangel-Lyne & Ochoa-Hernández, 2012).

Según Rangel-Lyne & Ochoa-Hernández (2012) dentro de las actividades recreativas se encuentran:

- Salir con amigos
- Asistir a clases, talleres, cursos
- Jugar cartas, juegos de mesa estratégicos
- Practicar algún arte
- Ser voluntario social
- Asistir a alguna iglesia o movimiento religioso

Mientras que dentro de las actividades de ocio se encuentran:

- Uso excesivo de redes sociales
- Jugar con el teléfono muchas horas
- Ver la televisión
- Asistencia a discotecas, clubs, bares, otros

- **Actividades deportivas**

La práctica regular de deportes contribuye a la mejora de la calidad de vida, aporta flexibilidad, resistencia aeróbica y destreza física, posibilita mayor



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



conciencia y aceptación del propio cuerpo, así también de los procesos de salud y enfermedad.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que personas adultas entre los 18 a 65 años deben realizar actividad física entre 150 a 300 minutos semanalmente (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020).

Realizar ejercicios o algún deporte según OMS beneficia en:

- Disminuir el estrés
- Tener un sueño reparador
- Aumentar la capacidad cognitiva
- Aumentar la capacidad de atención y concentración
- La creatividad
- La coordinación
- La disciplina
- El trabajo en equipo

Por otro lado, la inactividad física o el sedentarismo es la conducta que requiere bajo nivel de energía, por ejemplo estar acostado o sentado viendo la televisión, jugar videojuegos, estar frente a la computadora durante mucho tiempo, etc. (Ministerio de salud; Secretaría Nacional del Deporte).

La inactividad física según OMS puede ocasionar:

- Ganancia de peso produciendo sobrepeso u obesidad
- Pérdida de masa muscular y resistencia causando fracturas, problemas articulares
- Huesos más débiles causando osteoporosis
- Problemas circulatorios como hipertensión, cardiopatías
- Problemas metabólicos como diabetes tipo 2



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



- Inflamación causando cáncer de colon, mama, útero y otros
- Problemas hormonales como sentimientos de depresión y ansiedad

- **Intereses Alimenticios**

La alimentación es una necesidad biológica básica de la cual depende la conservación de la vida, es el proceso finamente regulado en el organismo mediante señales químicas, en especial por las sensaciones de hambre y saciedad, aunque también es posible comer por el placer de disfrutar el sabor de un alimento independientemente de que no se tenga hambre.

Una alimentación equilibrada ayuda a protegerse de la malnutrición, enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, la cardiopatía, el cáncer y otras (Organización Mundial de la Salud , 2018).

La Organización Mundial de la Salud recomienda:

- Limitar la ingesta de grasas trans. Por ejemplo: comidas chatarra como salchipapa, pollo, hamburguesa, pizza y snacks.
- Limitar el consumo de azúcar. Por ejemplo, donas, gaseosas, jugos azucarados, dulces, pasteles, etc.
- Aumentar el consumo de frutas, verduras, legumbres, frutos secos y cereales integrales. Por ejemplo, lentejas, maíz, avena, trigo, etc.
- Ingesta de grasas no saturadas. Por ejemplo: palta, soya, oliva.
- Reducir a 1 cucharilla de sal por día.
- Consumo de agua 2 litros al día.

- **Intereses reproductivos**

La salud reproductiva es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad y no solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o malestar, es por eso que las conductas sexuales comprenden la



libertad y capacidad para disfrutar la vida sexual satisfactoria, placentera sin riesgos y de procrear con libertad (Organización Mundial de la Salud , 2018).

La salud reproductiva según la Organización Mundial de la Salud implica:

- Educación e información integral: facilitar información precisa, adecuada a cada edad y actualizada sobre los aspectos físicos, psicológicos y sociales de la sexualidad y la reproducción
- Prevención y control del VIH y de otras infecciones de transmisión sexual
- Orientación y suministro de métodos anticonceptivos

• **Sustancias psicoactivas**

Las sustancias psicoactivas son sustancias químicas de origen natural o sintético que afecta específicamente a las funciones del sistema nervioso central. Son sustancias psicoactivas, el tabaco, el alcohol, el cannabis, las anfetaminas, el éxtasis, la cocaína y la heroína (Organización Mundial de la Salud, 2004).

Según OMS dentro de las drogas legales están:

- Alcohol: depresor del sistema nervioso central y puede ser obtenido de la fermentación de frutas como: la chicha, los vinos y cervezas o puede ser obtenido por destilación como: el coñac, la ginebra, el whisky y vodka.

El alcohol disminuye el crecimiento celular, produce trastorno en el equilibrio, en la circulación, trastornos sexuales, reducción en la capacidad de razonamiento, accidentes, entre otras.

- Tabaco: el cigarrillo es la segunda droga después del alcohol que más perjudica a la sociedad porque contiene nicotina, alquitrán y monóxido de carbono.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



El tabaco puede producir bronquitis crónica y enfisema pulmonar, riesgo de enfermedades cardíacas, úlceras gástricas, cáncer de pulmón, labios, laringe y boca, además el tabaco es un estimulante del sistema nervioso central y puede provocar dependencia física y psicológica (Organización Mundial de la Salud , 2018).

- **Opiniones sobre el entorno educativo**

La opinión es el conjunto de valores y creencias declaradas a sí mismo y al medio en el cual la persona interactúa ya sea en la política, economía, educación, cultura entre otros (Cirbeli & Miquelito, 2015).

Una opinión se genera a partir de la información y experiencia de una persona, la opinión puede hacerse después de evaluar de manera general todo lo que le rodea, por ejemplo, las actividades sociales universitarias, ya sea la Entrada Universitaria o El Bautizo, la manera en la que se desarrolla y se culmina dichas actividades (Cirbeli & Miquelito, 2015).

La evaluación del entorno educativo puede criticar las ofertas sanitarias (promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación) que ofrece la universidad como el Seguro Social Universitario (SSU) donde se percibe desde el buen trato hasta las especialidades que ofrece el mismo (Departamento de Bienestar Social - UMSA, 2022).

Una opinión puede basarse en la oferta alimenticia ya sea en los comedores universitarios o en los puestos de venta al paso como kioscos que se encuentran dentro de las instalaciones de la universidad (Honorable Consejo Universitario, 2012).

2.1.4.2. Métodos de Medición del Estilo de Vida Vinculado a la salud

Establecer un método de medición del estilo de vida vinculado a la salud permitiría conocer comportamientos saludables y no saludables de los individuos, lo que permitiría a las empresas brindar productos, servicios, planes de marketing enfocados en mejorar la calidad de vida de los



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



consumidores. Tomando en cuenta, las dimensiones más utilizadas para medir el estilo de vida vinculado a la salud es que se desarrolló dos métodos de medición, el cuestionario fantástico y el cuestionario de perfil de estilo de vida promotor de la salud.

- **Cuestionario fantástico**

El cuestionario fantástico fue diseñado en el Departamento de Medicina Familiar de la Universidad McMaster de Canadá, mismo que cuenta con 25 ítems cerrados divididos en nueve categorías separados en ámbitos físicos, psicológicos y sociales relacionados al estilo de vida, es decir familia y amigos, actividad física, nutrición, tabaco, alcohol, sueño y estrés, tipo de personalidad, introspección, conducción y trabajo, y otras drogas (Ramiez-Vélez & Agredo, 2012).

El cuestionario presenta tres opciones de respuesta con valor numérico de 0 a 2 y se califica por medio de la escala Likert con una calificación de 0 a 100 puntos, teniendo “nunca” un valor de cero, “alguna vez” un valor de uno y “siempre” un valor de dos. El cuestionario indica estilos de vida excelentes, buenos, regulares y malos.

- **Cuestionario de perfil de estilo de vida promotor de la salud**

El cuestionario de Perfil de Estilo de Vida Promotor de la Salud realizado por Nola Pender fue desarrollado en 1996, el cual cuenta con 48 preguntas, las cuales hablan acerca de la nutrición, el ejercicio, la responsabilidad en salud, el manejo de estrés, el soporte interpersonal y la auto-actualización (Mellado-Sampedro, Pérez-Noriega, Árcega-Domínguez, Soriano-Sotomayor, & Arriola-Morales, 2011).

Este cuestionario tiene cuatro opciones de respuesta “nunca” que equivale a 1 punto, “algunas veces” que equivale a 2 puntos, “frecuentemente” que equivale a 3 puntos y “rutinariamente” que equivale a 4 puntos. Es decir que



una puntuación menor o igual a 95 puntos significa un estilo de vida inadecuado y un puntaje mayor o igual a 96 un estilo de vida adecuado (Mellado-Sampedro, Pérez-Noriega, Árcega-Domínguez, Soriano-Sotomayor, & Arrijoja-Morales, 2011).

2.1.4.3. Estilo de Vida Vinculado a la Salud en el Campo Universitario

Las universidades juegan un rol importante en el desarrollo del estilo de vida de los jóvenes universitarios, debido a que los mismos pasan la mayor cantidad de su tiempo en la universidad ya sea en clases, en trabajos grupales o pasando el rato con amigos (Agudo Cuevas, Mayorga Manrique, Menco Sánchez, Peinado García, & Prada Beltrán, 2021).

Es necesario que las universidades tengan información acerca del estilo de vida vinculado a la salud de los universitarios debido a que los mismos suelen saltarse comidas en el día, su actividad física es nula o poca debido a los horarios de clase, suelen estar persuadidos por su nuevo entorno para el consumo de alimentos y sustancias psicoactivas y otros aspectos que se relacionan con el comportamiento académico de los universitarios como la memoria y la atención en clase (Agudo Cuevas, Mayorga Manrique, Menco Sánchez, Peinado García, & Prada Beltrán, 2021).

Hoy en día las universidades no solo deben brindar a la sociedad profesionales altamente capacitados en su área, sino que también deben ofrecer a la sociedad personas con pensamiento crítico que tengan un comportamiento coherente entre las actividades que desempeñan, los intereses y opiniones que tienen.

Las universidades saludables son universidades que dentro de sus predios han desarrollado diferentes programas y proyectos a fin de brindar a los universitarios conocimiento científico acerca de la salud, estudiando el estilo de vida vinculado a la salud que tienen los universitarios y de esta forma brindar planes, proyectos, estructuras, materias, seminarios y otros enfocados



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



en los puntos débiles o puntos en los que se debe trabajar para desarrollar estilos de vida saludables (Becerra Heraud, 2013).

Las universidades saludables deben realizar distintas acciones para promover la salud integral de la comunidad universitaria y es por eso que deben generar políticas. Por ejemplo:

- Políticas para promover el fortalecimiento institucional.
- Políticas para garantizar ambientes libres de humo y reducir el consumo de tabaco.
- Políticas para reducir el uso de alcohol.
- Políticas para promover una alimentación saludable.
- Políticas para promover la actividad física y reducir el comportamiento sedentario.
- Políticas para intervenir en eventos cardiovasculares.
- Políticas para promover el bienestar y prevenir riesgos psicosociales.
- Políticas para prevenir la violencia de género.

Las universidades saludables deben incorporar cursos electivos que entreguen contenido teórico y práctico que fortalezcan, desarrollen y estimulen un análisis crítico de aquellos factores que afectan la salud y el desarrollo de conductas saludables.

Las universidades saludables deben facilitar e incentivar el vivir saludablemente dentro de la universidad teniendo espacios para hacer actividades físicas, bebederos de agua para incentivar la suficiente ingesta de líquidos, áreas verdes, lugares de esparcimiento para fomentar la cultura, la convivencia, el descanso y la reflexión, y mejorar los servicios de salud (Bezares Sarmiento, Cruz Bojórquez, Acosta Enríquez, & Ávila Escalante, 2020).



- **Método de medición para estilo de vida vinculado a la salud en el campo universitario**

El cuestionario de estilos de vida en jóvenes universitarios (CERVJU) inicialmente contenía 156 ítems los cuales tomaban en cuenta dimensiones como nutrición, actividad física, responsabilidad con la salud, manejo del estrés, relaciones interpersonales, crecimiento espiritual, actividades recreativas, consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, y sueño (Salazar-Torres, Varela-Arévalo, Lema-Soto, Tamayo-Cardona, & Duarte-Alarcón, 2010).

El siguiente cuestionario se redujo a 151 preguntas las cuales contenían las mismas dimensiones añadiendo la razón o motivo por la cual los universitarios realizaban y pensaban de una forma específica.

Estos avances desencadenaron en el cuestionario CERVJU-R el cual disminuyó de 30 minutos en su aplicación a 20 minutos y toma dimensiones de afrontamiento, estado emocional percibido, consumo de alcohol, tabaco y drogas ilegales, tiempo de ocio, actividad física, sueño, habilidades interpersonales, y alimentación. El cuestionario CERVJU-R cuenta con 40 ítems con respuestas de tipo Likert con opción múltiple en algunas y opción única en otras (Salazar-Torres, Varela-Arévalo, Lema-Soto, Tamayo-Cardona, & Duarte-Alarcón, 2010).

2.2. Contexto Referencial

2.2.1. Universidad Mayor de San Andrés

La Universidad Mayor de San Andrés fue fundada el 25 de octubre de 1830 en el departamento de La Paz, inicialmente constituida por la Facultad de Ciencias Económicas y Políticas, Facultad de Medicina y ramas afines.

En 1910 se creó la Facultad de Odontología y Farmacia, Facultad de Física y Matemáticas, y Facultad de Filosofía y Humanidades, y actualmente la Universidad Mayor de San Andrés cuenta con 13 facultades divididas en



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



diferentes áreas de estudio las cuales contienen cincuenta y ocho carreras. Así mismo, cuenta con doce departamentos encargadas de la planificación, comunicación, desarrollo, administración, control, mantenimiento, estadística, finanzas y otros departamentos importantes para su funcionamiento.

2.2.1.2. Estructura organizacional – UMSA

La estructura de la Universidad Mayor de San Andrés está dividida en direcciones, departamentos, divisiones y secciones, las cuales tienen distintas funciones y objetivos, por ejemplo, el Departamento de Bienestar Social está compuesto por la División de Salud, División de Deportes, División de Trabajo social, División de Cultura y Arte, y tiene como objetivo “Gestionar, coordinar, controlar y viabilizar los procesos para la aplicación de los servicios y programas de salud, becas y trabajo social destinados a responder a las necesidades del estamento estudiantil de la UMSA” (Departamento de Bienestar Social - UMSA, 2022).

Así mismo la UMSA cuenta con el servicio de seguro social universitario denominado SSU, el cual realiza actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, brinda atención integral de salud para contribuir al desarrollo de la población asegurada, contribuye a la recuperación de la salud y a la rehabilitación de las capacidades de los pacientes en condiciones de oportunidad, equidad, calidad y plena accesibilidad en la atención ambulatoria, hospitalaria y de emergencia (Universidad Mayor de San Andrés, 2020).

De igual manera dentro de la estructura orgánica de la UMSA se encuentra el Honorable Consejo Universitario, el cual ha brindado el Reglamento Específico de Administración Descentralizada de Espacios Físicos en la Universidad Mayor de San Andrés, mismo que autoriza la disposición temporal de espacios físicos en instalaciones y predios de la universidad destinados a prestar servicios básicos y complementarios como comedores, cafeterías, café comedores y kioscos de alimentos (Honorable Consejo Universitario, 2012).



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Estos espacios físicos son asignados bajo una calificación que comprende aspectos de calidad, higiene y limpieza, experiencia en el ramo, equipamiento, ropa de trabajo, personal, precio unitario de los productos y tarifa mensual.

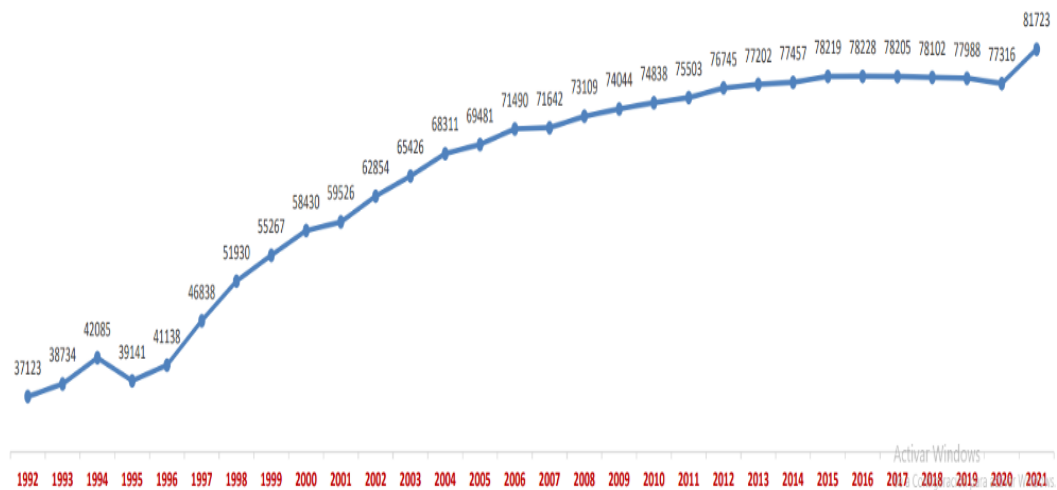
2.2.2. Estudiantes Matriculados en la UMSA

Desde 1992 hasta 2021 el crecimiento de los estudiantes matriculados en la Universidad Mayor de San Andrés ha sido del 45% siendo hoy en día 81.723 estudiantes matriculados.

Figura 2

Evolución de estudiantes matriculados en la UMSA

Gestión	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Total	37123	38734	42085	39141	41138	46838	51930	55267	58430	59526	62854	65426	68311	69481	71490	71642	73109	74044	74838	75503	76745	77202	77457	78219	78228	78205	78102	77988	77316	81723



Fuente. Reproducido de División de Sistemas de Información y Estadística, 2021.

La Facultad de Ciencias Económicas y Financieras, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Facultad de Derecho y Ciencias Políticas, y Facultad de Ingeniería son las que actualmente contemplan al 55% del total de estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés.



Tabla 2
Estudiantes matriculados en la UMSA, en la gestión 2021 por facultad

Facultades	2021
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	12.956
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	10.810
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	10.427
Facultad de Ingeniería	10.358
Facultad de Ciencias Sociales	8.148
Facultad de Tecnología	7.314
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	6.161
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	5.237
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	3.856
Facultad de Agronomía	2.513
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	1.407
Facultad de Odontología	1.320
Facultad de Ciencias Geológicas	1.216
TOTAL	81.723

Fuente. Adaptado de División de Sistemas de Información y Estadística, 2021.

2.2.2.1. Aspectos demográficos y geográficos de los estudiantes matriculados en la UMSA

Según la División de Sistemas de Información y Estadística (2021), de los 81.723 estudiantes matriculados en la UMSA 41.248 son del género masculino y 40.475 del género femenino y el restante son estudiantes que han decidido no brindar dicha información.

Adicionalmente, se conoce que en las facultades de Ciencias Económicas y Financieras, Humanidades y Ciencias de la Educación, Ciencias Sociales, Medicina, Enfermería, Nutrición, Dietética y Tecnología Médica, Agronomía y Ciencias Farmacéuticas y Bioquímica predomina el género femenino.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Tabla 3
Estudiantes matriculados en el 2021 en la UMSA según género

FACULTADES	FEMENINO	MASCULINO
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	6.969	5.987
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	7.447	3.363
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	4.716	5.711
Facultad de Ingeniería	3.287	7.071
Facultad de Ciencias Sociales	5.205	2.943
Facultad de Tecnología	1.673	5.641
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	3.544	1.693
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	1.942	4.219
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	1.683	2.173
Facultad de Agronomía	1.467	10.46
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	1.118	289
Facultad de Odontología	896	424
Facultad de Ciencias Geológicas	528	688
TOTAL	40.475	41.248

Fuente. Adaptado de División de Sistemas de Información y Estadística, 2021.

En relación a la edad de los estudiantes de la UMSA la mayoría están en un rango de 20 a 32 años, siendo las facultades de Humanidades y Ciencias de la Educación, Derecho y Ciencias Políticas, Tecnología y Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo las que acogen más estudiantes en edades de 27 a 32 años.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Tabla 4

Estudiantes matriculados en la gestión 2021 en la UMSA por edad

FACULTADES	<=19	20 a 26	27 a 39	40 a 55	>=55
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras (FCEF)	1.113	6.550	4.423	777	64
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación (FHCE)	306	3.767	2.896	1.832	239
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas (FDCP)	369	2.916	3.967	2.610	521
Facultad de Ingeniería (FI)	617	4.914	4.175	570	34
Facultad de Ciencias Sociales (FCS)	314	3.012	3.485	1.169	137
Facultad de Tecnología (FT)	293	3.174	3.278	497	40
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tecnología Médica (FMENDTM)	455	3.216	1.345	194	24
Facultad de Ciencias Puras y Naturales (FCPN)	730	3.058	1.954	394	21
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo (FAADU)	148	1.781	1.593	295	30
Facultad de Agronomía (FA)	136	1.341	861	162	13
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas (FCFB)	74	693	540	85	11
Facultad de Odontología (FO)	146	808	310	48	7
Facultad de Ciencias Geológicas (FCG)	68	633	436	73	3
TOTAL	4.769	35.863	31.009	8.706	1.144

Fuente. Adaptado de División de Sistemas de Información y Estadística, 2021.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Respecto al estado civil de los 81.723 estudiantes matriculados en la Universidad Mayor de San Andrés se conoce que el 95% son solteros, seguido del 4% quienes son casados y el restante está dividido entre divorciados, viudos y en concubinato.

Tabla 5
Estudiantes matriculados en la gestión 2021 según estado civil

FACULTADES	SOLTERO	CASADO	DIVORCIADO	VIUDO	CONCUBINATO
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	12.532	347	20	10	46
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	10.002	675	72	17	41
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	9.236	1.033	107	12	37
Facultad de Ingeniería	10.152	176	9	3	15
Facultad de Ciencias Sociales	7.702	371	30	9	35
Facultad de Tecnología	7.033	242	6	0	33
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	5.129	90	4	2	10
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	6.002	134	11	1	12
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	3.704	124	8	2	16
Facultad de Agronomía	2.447	57	0	2	7
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	1.36	39	5	1	1
Facultad de Odontología	1.301	17	0	0	2
Facultad de Ciencias Geológicas	1.173	32	1	0	9
TOTAL	77.773	3.337	273	59	264

Fuente. Adaptado de División de Sistemas de Información y Estadísticas, 2021.

En relación a los años de permanencia universitaria la mayoría de los estudiantes de la UMSA tienen una permanencia universitaria de 7 a 9 años, siendo la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas la facultad con más estudiantes matriculados por más de 11 años.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Tabla 6

Estudiantes de la UMSA según permanencia universitaria

FACULTADES	1 a 2	3 a 4	5 A 6	7 a 9	=/>10
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	3.359	2.305	2	2	2.874
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	2.048	1.895	1	2	3.787
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	2.317	1.265	1	2	4.015
Facultad de Ingeniería	2.366	1.883	2	2	776
Facultad de Ciencias Sociales	1.268	823	1	2	3.047
Facultad de Tecnología	1.355	1.295	994	1	2.354
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	1.677	1.089	1	793	546
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	1.977	1.170	759	841	1.414
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	646	850	627	716	1.017
Facultad de Agronomía	542	538	437	435	561
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	334	264	282	308	219
Facultad de Odontología	478	170	333	203	136
Facultad de Ciencias Geológicas	321	231	198	201	265
TOTAL	18.688	13.778	12.363	13.818	21.011

Fuente. Adaptado de División de Sistemas de Información y Estadísticas, 2021.

En cuanto a la modalidad de titulación de los dos mil sesenta y seis estudiantes quienes se titularon el 2020, el 28% se tituló bajo la modalidad de Internado Rotatorio, el 21% mediante el Examen de Grado, 17% a través del Proyecto de Grado, seguido de la Tesis de Grado y el Trabajo Dirigido con 14% en ambos casos y solo el 6% se tituló bajo la modalidad de graduación por Excelencia.



Tabla 7
Estudiantes titulados bajo las distintas modalidades de titulación

FACULTADES	Proyecto de Grado	Tesis de Grado	Examen de Grado	Trabajo Dirigido	Excelencia	Internado Rotatorio
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	1%	4%	9%	2%	1%	0%
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	1%	3%	0%	1%	1%	0%
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	0%	1%	4%	5%	1%	0%
Facultad de Ingeniería	7%	0%	0%	0%	0%	0%
Facultad de Ciencias Sociales	0%	1%	5%	1%	0%	0%
Facultad de Tecnología	2%	0%	3%	2%	2%	0%
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	0%	0%	0%	0%	0%	21%
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	2%	2%	0%	0%	0%	0%
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	4%	0%	0%	3%	1%	0%
Facultad de Agronomía	0%	2%	0%	1%	0%	0%
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	0%	0%	0%	0%	0%	6%
Facultad de Odontología	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Facultad de Ciencias Geológicas	0%	0%	0%	0%	0%	1%
TOTAL	17%	14%	21%	14%	6%	28%

Fuente. Reproducido de División de Información y estadística, 2021.

2.3. Estudios Previos del Objeto de Estudio

Las contribuciones respecto al objeto de estudio, el contexto internacional brinda información relevante que ayuda a la comprensión de la investigación.

Las investigaciones realizadas en la Universidad Surcolombiana, Universidad Santiago de Cali, Universidad Pública Sonora de México y Universidad del



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Atlántico de Colombia revelan que los universitarios tienen un estilo de vida vinculado a la salud que se caracteriza por la inactividad física, la mala alimentación con consumo elevado de azúcares y grasas, el consumo de bebidas alcohólicas y cigarrillos de manera frecuente, además que sólo duermen 4 o 5 horas en un día, se sienten estresados por las actividades académicas y no utilizan ningún método anticonceptivo cuando tienen relaciones sexuales (Charry-Méndez & Cabrera-Días, 2021).

A raíz de las características encontradas en los estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad de Bogotá - Colombia, Coral & Vargas (2014), realizaron el estudio titulado *Estrategias que promueven estilos de vida saludables*, el cual indica que las estrategias más aceptadas por los universitarios para mejorar su estilo de vida vinculado a la salud es el control de peso por expertos, la hora loca por la salud y talleres realizados por expertos donde se dialogue con los universitarios a cerca de las consecuencias que tiene un estilo de vida no saludable. En base a estas estrategias planteadas para combatir el estilo de vida de los universitarios se crearon las Universidades Saludables o Universidad Promotoras de la Salud, las cuales están regidas bajo la *Carta de Edmonton* y deben formular políticas saludables sustentables, proyectos vinculados a la actividad física, alimentación y entornos saludables con el propósito de educar a la comunidad universitaria para la prevención del consumo de alcohol, tabaco y drogas, conductas sexuales riesgosas y sobre todo contribuir a la sociedad no solamente con profesionales altamente capacitados sino profesionales con conductas saludables y promotores de dicha conducta en su entorno familiar, social, laboral y otros (Bezares Sarmiento, Cruz Bojórquez, Acosta Enríquez, & Ávila Escalante, 2020).

En Bolivia, las contribuciones respecto a la segmentación por estilos de vida general y estilos de vida universitaria son pocas, por un lado, la MSc. Callejas de Burgoa (2016) identificó tres segmentos por estilos de vida universitaria en



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



la población estudiantil de la UMSA a través de las actividades que realizan los estudiantes en su tiempo libre, el interés que tienen para salir profesionales y la opinión respecto a los métodos de enseñanza de los docentes. Por otro lado, el Lic. Lino Valverde (2017) encontró ocho segmentos por estilos de vida en la población universitaria de 20 universidades privadas en el departamento de Santa Cruz tomando en cuenta aspectos demográficos, geográficos, psicográficos entre otros.

Sin embargo, estos estudios no revelan características del estilo de vida vinculado a la salud de los estudiantes de la UMSA, lo que se conoce sobre algunas características del estilo de vida vinculado a la salud de los estudiantes es el consumo que tienen y las actividades que realizan.

Las investigaciones de la MSc. Dra. Navia Bueno, PhD. Dra. Urquidi Bellota, y Lic. Tamayo Caballero, et al., en las gestiones 2014 y 2016 respectivamente, indican que la mayoría de los estudiantes de la Facultad de Medicina de la UMSA consumen bebidas alcohólicas de manera constante, tienen un consumo pasivo de cigarrillos, consumen comida chatarra como hamburguesas, pollos, donas, queques y otros que se expenden en alrededores de los predios de la UMSA debido a la falta de tiempo para preparar sus alimentos o buscar establecimientos que ofrezcan alimentos saludables. Además, tienen una inactividad física arraigada al sedentarismo lo que ocasionó que su Índice de Masa Corporal (IMC) se encuentre en un rango de sobrepeso y obesidad.

2.4. Diagnóstico del Problema

La investigación exploratoria realizada en la Universidad Mayor de San Andrés evidenció que la estructura organizacional de la UMSA integra al Departamento de Bienestar Social, mismo que está compuesto por distintas divisiones, entre ellas la División de Salud, la cual tiene como objetivo “Promover estilos de vida saludables en la comunidad universitaria” (Departamento de Bienestar Social, 2022). Sin embargo, este departamento



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



no cuenta con información acerca de los estilos de vida vinculados a la salud de los universitarios y a pesar de esta desinformación han realizado ferias y seminarios a fin de promocionar estilos de vida saludables.

Asimismo, se conoce que la División de Deportes perteneciente al Departamento de Bienestar Social cuenta con alrededor de 16 disciplinas deportivas disponibles tanto para estudiantes, docentes y administrativos, sin embargo, solo 8.935 entre estudiantes, docentes y administrativos practican alguna de las disciplinas que ofrece la UMSA.

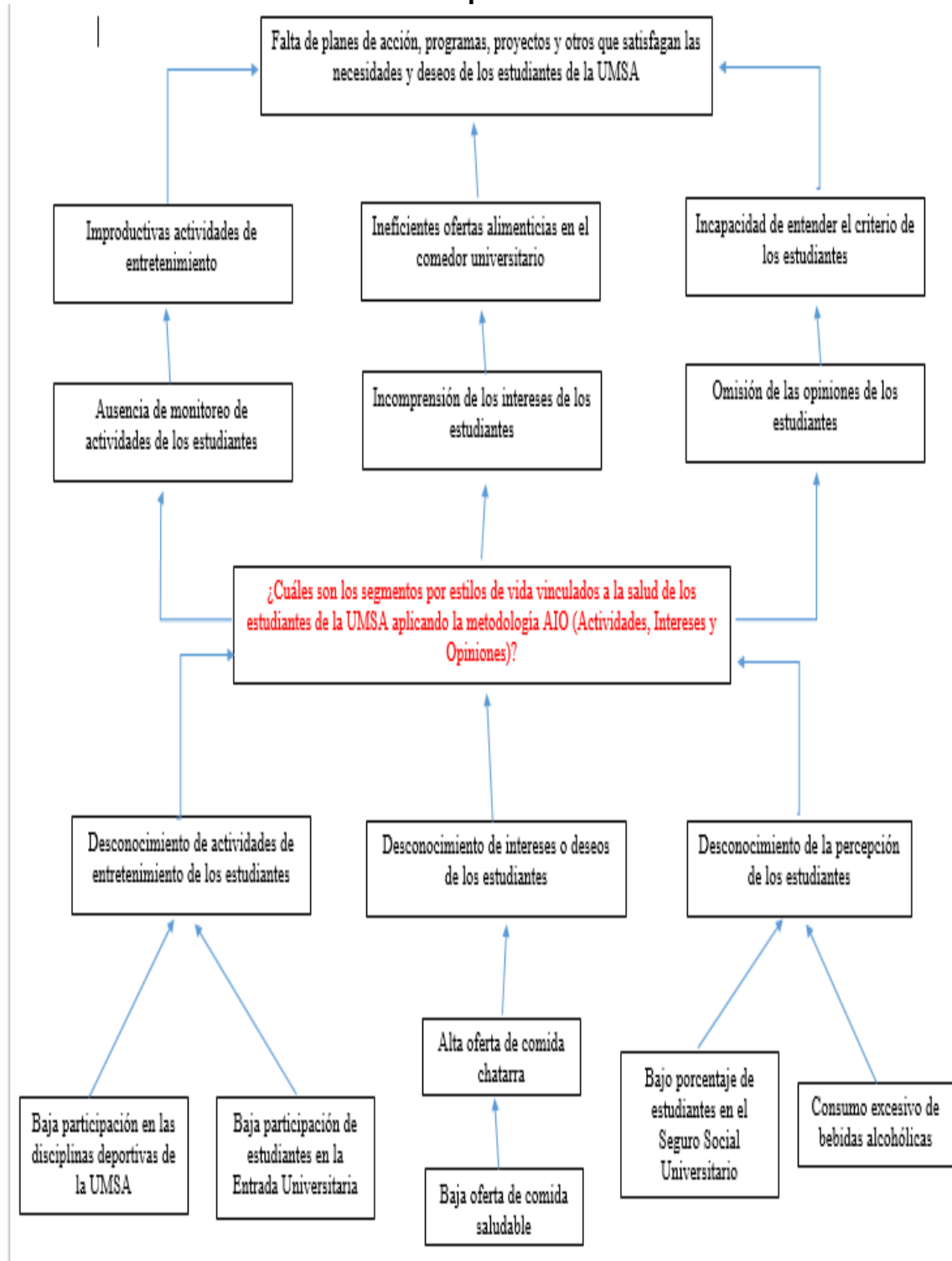
Además, la UMSA a partir de 1988 ha realizado la denominada Entrada Universitaria a fin de promover una actividad cultural. Actualmente existe la denominada Pre – Entrada realizada una semana antes de la Entrada Universitaria, misma que es recorrida desde la Cervecería Boliviana Nacional (CBN) y termina en el Estadio Hernando Siles. Sin embargo, al ser la CBN sponsor de la Entrada Universitaria tanto en el recorrido y en las distintas fiestas realizadas al termino de dicha entrada, se expenden bebidas alcohólicas, las cuales han ocasionado desde intoxicaciones alcohólicas leves hasta el asesinato de un estudiante de la Facultad de Arquitectura.

Por otro lado, mediante el método de la observación no participativa, se evidencio que los estudiantes de la UMSA generalmente comen alimentos altos en azúcar y grasa, forzados en ocasiones por la gran oferta de este tipo de alimentos dentro y fuera de los predios de la universidad.



Figura 3

Árbol de problema



Fuente. Elaboración propia



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Con la información recolectada, se pudo evidenciar que existen distintos factores alarmantes en la conducta de los estudiantes. Asimismo, estos factores corresponden al estilo de vida no saludable. Por tanto, el desconocimiento del estilo de vida vinculado a la salud de los estudiantes de la UMSA no permite saber en qué comportamientos se debe trabajar, por ejemplo: promover hábitos de consumo más saludables, actividades físicas más llamativas, control o prohibición del consumo de sustancias psicoactivas y otros.



CAPITULO III

DISEÑO METODOLÓGICO DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Intervención

La investigación es de tipo hipotético-deductivo el cual va de la causa al efecto, de lo general a lo particular, es prospectivo y teórico (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018). El tipo de intervención fue elegido ya que el análisis parte de la teoría recabada sobre segmentación por estilos de vida y su aplicación a la población estudiantil de la Universidad Mayor de San Andrés.

El enfoque de la investigación fue cuantitativo ya que se recolectaron datos numéricos y el análisis fue de orden estadístico con el fin de establecer porcentajes de segmentos de estudiantes de la UMSA que muestran ciertas conductas.

La investigación tuvo un diseño no experimental en el cual no se manipulan ni controlan las variables como mencionan Hernández-Sampieri & Mendoza Torres porque se obtiene datos de forma directa para después analizarlos.

Asimismo, abarcó un diseño de datos transeccionales en el cual se tiene la recolección de datos en un solo momento o tiempo (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

La investigación fue descriptiva, la cual tiene como finalidad conocer las características de una o más variables en un contexto en particular (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018). Por tanto, se conoció las actividades de entretenimiento, sociales y deportivas que realizan, los intereses alimenticios y reproductivos que tienen y las opiniones que tienen los universitarios sobre cuestiones sociales y su entorno educativo.

3.2. Universo o Población de Estudio

La población o universo de estudio es el conjunto de elementos (personas, objetos, programas, sistemas, sucesos, base de datos, etc.) sobre los que se desea investigar o hacer estudios. Para la presente investigación se definió



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



como unidad de análisis a los estudiantes hombres y mujeres matriculados en la Universidad Mayor de San Andrés.

El universo alcanza a 81.723 estudiantes matriculados en la Universidad Mayor de San Andrés en la gestión 2021 los cuales están comprendidos en las trece facultades.

Tabla 8

Población estudiantil por facultad al 2021

FACULTADES	Nº de estudiantes
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	12.956
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	10.810
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	10.427
Facultad de Ingeniería	10.358
Facultad de Ciencias Sociales	8.148
Facultad de Tecnología	7.314
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	6.161
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	5.237
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	3.856
Facultad de Agronomía	2.513
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	1.407
Facultad de Ciencias Geológicas	1.216
Facultad de Odontología	1.320
TOTAL	81.723

Fuente. División de Sistemas de Información y Estadística, UMSA 2021.

3.3. Determinación del Tamaño y Diseño de la Muestra

3.3.1. Tamaño de la Muestra

Para el cálculo del tamaño de la muestra se aplicó el cálculo estadístico con la fórmula finita en base a la cantidad de estudiantes matriculados en las 13



facultades en la gestión 2021 de la Universidad Mayor de San Andrés, mismos que no exceden los 100.000 elementos.

El tamaño de la muestra fue calculado de la siguiente manera:

$$n = \frac{Z^2 * P * Q * N}{E^2 * (N - 1) + Z^2 * P * Q}$$

n= Tamaño de muestra por estimar

Z= Nivel de confianza = 97% = 2,1701

P= Probabilidad de éxito = 0,5

Q= Probabilidad de fracaso = 0,5

N= El universo = 81.723

E= Error de estimación = 3% = 0,03

$$n = \frac{2,1701^2 * 0,5 * 0,5 * 81.723}{0,03^2 * (81.723 - 1) + 2,1701^2 * 0,5 * 0,5} = 1.288$$

El tamaño de la muestra es de **1.288** estudiantes de la UMSA

3.3.2. Diseño de la Muestra

Se utilizó el muestreo probabilístico en el cual todas las unidades, casos, o elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser elegidos, además el muestreo fue estratificado, el cual divide a la población en segmentos y se selecciona una muestra para cada segmento de manera proporcional o no proporcional (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018).

El diseño de la muestra fue elaborado teniendo en cuenta el número de estudiantes universitarios matriculados en la gestión 2021 de la Universidad Mayor de San Andrés por facultad y sexo.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Tabla 9

Diseño de la muestra por facultad y sexo

FACULTADES	Estudiantes	%	Hombre	Mujer	Muestra
Facultad de Ciencias Económicas y Financieras	12.956	16%	103	101	204
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación	10.810	13%	86	84	170
Facultad de Derecho y Ciencias Políticas	10.427	13%	83	81	164
Facultad de Ingeniería	10.358	13%	82	81	163
Facultad de Ciencias Sociales	8.148	10%	65	64	128
Facultad de Tecnología	7.314	9%	58	57	115
Facultad de Ciencias Puras y Naturales	6.161	8%	49	48	97
Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Dietética y Tec. Medica	5.237	6%	42	41	83
Facultad de Arquitectura, Artes, Diseño y Urbanismo	3.856	5%	31	30	61
Facultad de Agronomía	2.513	3%	20	20	40
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas	1.407	2%	11	11	22
Facultad de Odontología	1.320	2%	10	10	21
Facultad de Ciencias Geológicas	1.216	1%	10	9	19
TOTAL	81.723	100%	650	638	1.288

Fuente. Elaboración propia en base a la DSIE, 2021.



3.4. Selección de Métodos y Técnicas

3.4.1. Métodos de captación de información primaria

La presente investigación utilizó los métodos de la encuesta y observación.

- El método de la encuesta para obtener información estadística de las actividades, intereses y opiniones de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés. Este método solicita al número de personas que comprenden la muestra de la investigación contestar de manera verbal o escrita la encuesta (Zikmund & Babin, 2009), (Aceituno Huacani, Silva Minauro, & Cruz Chuyma, 2020).
- El método de la observación para obtener información anterior y actual sobre las actividades, intereses y opiniones de los estudiantes de la UMSA. Este método permitió recolectar datos en un registro sistemático de comportamientos y situaciones observables (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2018), (Aceituno Huacani, Silva Minauro, & Cruz Chuyma, 2020).

3.4.2. Técnicas de investigación

El método de la encuesta utilizó la técnica de la entrevista con cuestionario estructurado. El cuestionario auto-administrado fue aplicado a los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés previa autorización del docente que estaba a cargo del aula para asegurar la pertenencia de los estudiantes a una facultad específica y en otros casos el cuestionario fue aplicado en entrevista a los estudiantes situados en las bancas que están dentro los predios de las distintas facultades y del monoblock central de la UMSA.

El método de la observación utilizó dos técnicas, por un lado, la observación no participativa para la recolección de comportamientos frecuentes de los estudiantes de la UMSA. Esta técnica consistió en observar al grupo de interés sin ser parte del grupo teniendo una estructura base que puede aumentar o reducirse acorde al interés, por otro lado, la observación documental, es decir



resúmenes y clasificación de contenido, permitiendo comparar y analizar la información primaria con la información secundaria.

3.5. Instrumentos de Relevamiento de Información

El cuestionario auto-administrado está basado en el cuestionario FANTASTICO, mismo que tiene una fiabilidad α de Cronbach mayor a 0,73 lo que indica una fiabilidad alta ya que cuanto más se acerque a “1” mayor fiabilidad tendrá el instrumento (Ramiez-Vélez & Agredo, 2012).

El cuestionario FANTASTICO ha sido ajustado al entorno universitario de la UMSA para mayor comprensión y de esta manera facilitar el recojo de información primaria.

El cuestionario que consta de 33 preguntas descriptivas (Anexo 1) está compuesto por dos secciones.

- Sección I: Información General (datos generales)
Preguntas sobre sexo, presupuesto diario fuera de pasajes (recreo), facultad y semestre, aplicando respuestas cerradas con excepción de “facultad” y “semestre” que fueron abiertas, debido a que existen 13 facultades y diez semestres.
- Sección II: Actividades, Intereses y Opiniones
Preguntas descriptivas con respuestas cerradas a fin de determinar si las actividades que realizan los universitarios tienden a ser saludables o no. Asimismo, si dentro de sus intereses esta la buena alimentación, y si las opiniones que tienen en cuanto al consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y el entorno universitario son favorables o no con su salud.

La guía de observación incluía aspectos relacionados al lugar, hora, tipo de actividad, alimento de preferencia y otros (Anexo 2), además de una ficha de observación documental que contemplaba aspectos como fecha de publicación, resumen del artículo científico, autor, link y otros (Anexo 3).



3.6. Relevamiento de Datos

Una vez diseñados los instrumentos de recolección de información se efectuó el trabajo de campo donde se accedió a las aulas previa autorización del docente a cargo, explicando el objetivo de la investigación. La recolección de información primaria a través del cuestionario tuvo una duración de 3 semanas y la recolección de información a través de la observación fue de manera constante durante 1 año.

Una vez recopilada la información se procedió a la revisión de los datos obtenidos, depurando aquellos cuestionarios que no estaban llenados al 100%, se codificó cada una de las respuestas del cuestionario auto-administrado y se transcribió la documentación secundaria obtenida.

La tabulación y análisis de datos (porcentajes y números) obtenidos como la media, mediana y moda de cada una de las preguntas de la encuesta se obtuvo mediante el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

Con el fin de generar tablas, histogramas, tortas y otros gráficos se utilizó Microsoft Excel. Así mismo, se vació los datos documentales en Microsoft Word para el registro y análisis.

Finalmente, para obtener segmentos por estilos de vida vinculados a la salud se utilizó el análisis cluster K-medias, el cual analiza y cruza las tres subvariables (actividades, intereses y opiniones) obteniendo las medias de cada uno de los encuestados a fin de agruparlos en 3 grupos.



CAPITULO IV RESULTADOS Y VALIDACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Los resultados obtenidos en la investigación realizada se los presenta de la siguiente manera, primero se expone los datos generales de la población sujeto de estudio, luego la tendencia de los estudiantes en cuanto a las actividades clasificadas en saludables y no saludables, los intereses y opiniones de los estudiantes entorno a su alimentación, comportamiento sexual, cuestiones sociales y entorno educativo, y finalmente la identificación y descripción de los segmentos de estudiantes en función a su estilo de vida vinculado a la salud.

4.1. Datos generales de los estudiantes de la UMSA

Se realizaron 1.288 cuestionarios auto-administrados de los cuales 657 fueron respondidos por mujeres (51%) y 631 por hombres (49%). Participaron estudiantes de las 13 facultades de la Universidad Mayor de San Andrés en números correspondientes al diseño de la muestra.

Dato importante a considerar es el presupuesto fuera de pasajes (recreo) que disponen a diario los estudiantes de la UMSA, el cual oscila entre 11 a 20Bs., monto que los estudiantes distribuyen en sus actividades de entretenimiento y en la adquisición de alimentos perecederos como almuerzos o snacks.

Acorde a la investigación el presupuesto que tienen los estudiantes de manera diaria les permite adquirir almuerzos de 10 a 12Bs. en los comedores facultativos y en el comedor universitario situado en el Monoblock Central, además, este presupuesto les alcanza para la renta de 1 hora de cancha ya sea de Wally o Futsal en el Coliseo Universitario ubicado en la Calle Federico Suazo, frente al Monoblock Central de la UMSA.

Los estudiantes de Derecho y Ciencias Políticas, y Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas tienen un presupuesto (recreo) menor o igual a 10Bs., presupuesto que solo les permite adquirir snacks como papas fritas, masitas,



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



pipocas, chocolate y otros en los puentes¹ que tienen entre materias, o retornar a casa para descansar y comer.

El 53% de los estudiantes encuestados viven en la ciudad de La Paz por lo que les es fácil retornar a sus casas para realizar actividades de entretenimiento o alimentarse. Sin embargo, el 47% restante viven en El Alto o en Viacha por lo que deciden quedarse en instalaciones de la UMSA cuando tienen puentes entre materias o escogen materias solo en la mañana o solo en la tarde para economizar sus gastos diarios.

Las facultades que tienen mayor porcentaje de estudiantes que viven en la ciudad de El Alto o en Viacha resultaron ser: Ingeniería, Tecnología, Medicina, Agronomía, y Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas.

Tabla 10

Datos generales

Sexo	Hombre	49%
	Mujer	51%
Presupuesto diario fuera de pasajes (recreo)	Menor o igual a 10Bs.	25%
	11-20Bs.	58%
	Igual o mayor a 21Bs.	17%
Ciudad donde vive	La Paz	53%
	El Alto	45%
	Viacha	3%

Referente al año académico que cursan los estudiantes, los datos estadísticos indican que el 54% se encuentra cursando el 1er y 2do año lo cual puede deberse a que anualmente alrededor de 38.500 estudiantes logran adquirir su diploma de bachiller en humanidades e ingresan a la universidad. Así mismo, conforme van avanzando la carrera universitaria son cada vez menos los estudiantes por aula creándose una educación semi personalizada.

¹ Puentes: tiempo libre que tienen los estudiantes entre materias.



Tabla 11

Participación de los estudiantes por semestre

Año Académico	Porcentaje	Porcentaje Acumulado
1er Año	28%	28%
2do Año	26%	54%
3er Año	25%	79%
4to Año	17%	96%
5to Año	4%	100%
Total	100%	

4.2. Actividades de entretenimiento, sociales y deportivas de los estudiantes de la UMSA

De acuerdo a Rangel-Lyne y Ochoa-Hernández las actividades de entretenimiento y las actividades sociales están separadas en dos hemisferios. Por una parte están las actividades de ocio que se caracterizan por ser desfavorables para la salud como el uso excesivo del celular, asistencia a discotecas, bares, fiestas, jugar video juegos y otros; y por otra parte, están las actividades recreativas, las cuales generan aumento del autoestima, disminución del estrés y favorecen el bienestar físico, psicológico y social, como los juegos de mesa estratégicos, la participación en entradas folclóricas, clubs de lectura y otros.

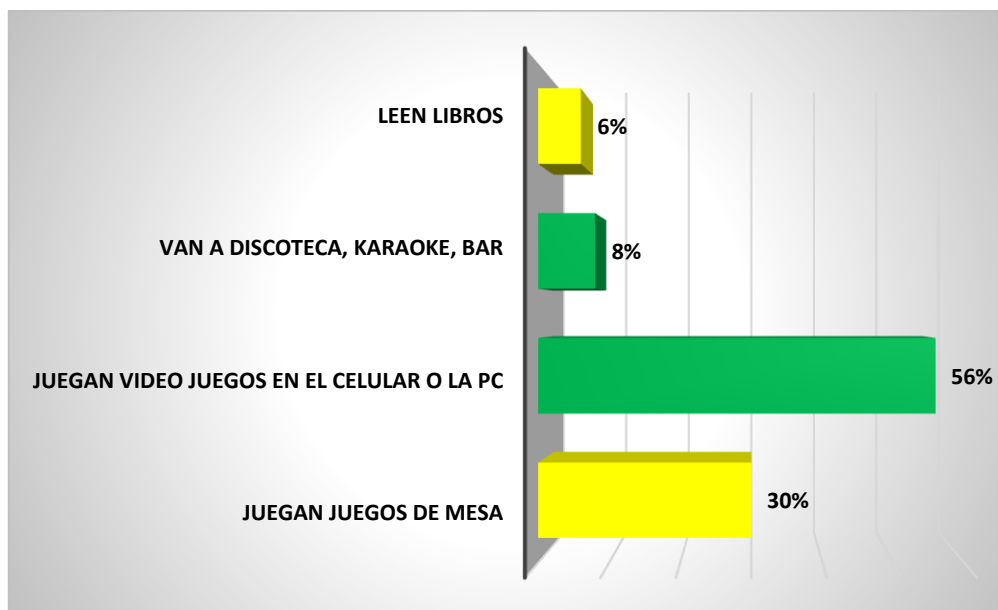
4.2.1. Actividades de entretenimiento

De acuerdo a la investigación los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés realizan tanto actividades recreativas (saludables) como actividades de ocio (no saludables). En términos porcentuales el 36% de los estudiantes de la UMSA realiza actividades saludables como jugar juegos de mesa estratégicos (30%) y leer libros (6%).



Figura 4

% de estudiantes según actividades de entretenimiento



Más de la mitad de los estudiantes de la UMSA (64%) realizan actividades no saludables ya que prefiere quedarse sentados o echados jugando video juegos en el celular o la PC (56%), o asisten a discotecas, bares y karaokes donde es habitual el expendio de bebidas alcohólicas (8%) exponiéndose a un ambiente peligroso a altas horas de la noche.

Jugar videojuegos o juegos en línea es propio de los jóvenes ya que aparte de jugar y despejarse de las actividades académicas también crean amistades con personas del extranjero, sin embargo este tipo de juegos son adictivos y tienen consecuencias físicas, psicológicas y sociales como el desgaste de la visión de los ojos por la exposición al brillo de los dispositivos como el celular, la computadora y otros, el estrés y los cambios de temperamento por altos niveles de violencia en algunos juegos, la timidez y otras consecuencias negativas para la salud.

Los estudiantes que leen más libros resultaron ser los de la facultad de Ciencias Sociales esto puede deberse al pensum que tienen ya que están



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



obligados a conocer la historia de Bolivia para llegar a su público objetivo, mientras que los que menos leen resultaron ser los estudiantes de la facultad de Tecnología ya que los mismos llevan materias más prácticas que teóricas por lo que dedican menor tiempo a la lectura académica forzosa.

4.2.2. Actividades sociales universitarias

Los acontecimientos sociales como el Bautizo y la Entrada Universitaria que se realiza una vez por año brindan a los estudiantes un tiempo de confraternización, fortalecen las relaciones sociales y crean recuerdos de la etapa universitaria. Sin embargo, en opinión de algunos estudiantes estos acontecimientos sociales universitarios han sido distorsionados creyendo que son realizadas principalmente para organizar fiestas, consumir sustancias psicoactivas como bebidas alcohólicas y cigarrillos.

Los estudiantes saludables que han participado del Bautizo y la Entrada Universitaria por vivir la experiencia universitaria y llevarse un recuerdo de su etapa universitaria constituyen el 23%, mientras que los no saludables representan el 7% (5.721 estudiantes) ya que los mismos han participado del Bautizo de su carrera y de la Entrada Universitaria solo por asistir a las fiestas nocturnas que son desarrolladas al finalizar estos eventos.

Un dato importante es que los estudiantes que no han participado por decisión propia de estos acontecimientos sociales universitarios representan el mayor porcentaje de estudiantes de la UMSA (63%), además son principalmente mujeres que tienen un presupuesto diario fuera de pasajes que va de 11 a 20Bs, presupuesto que no les permite participar de la Entrada Universitaria ya que la misma constituye una inversión de Bs.450 en la danza Chacarera siendo esta danza la más económica.

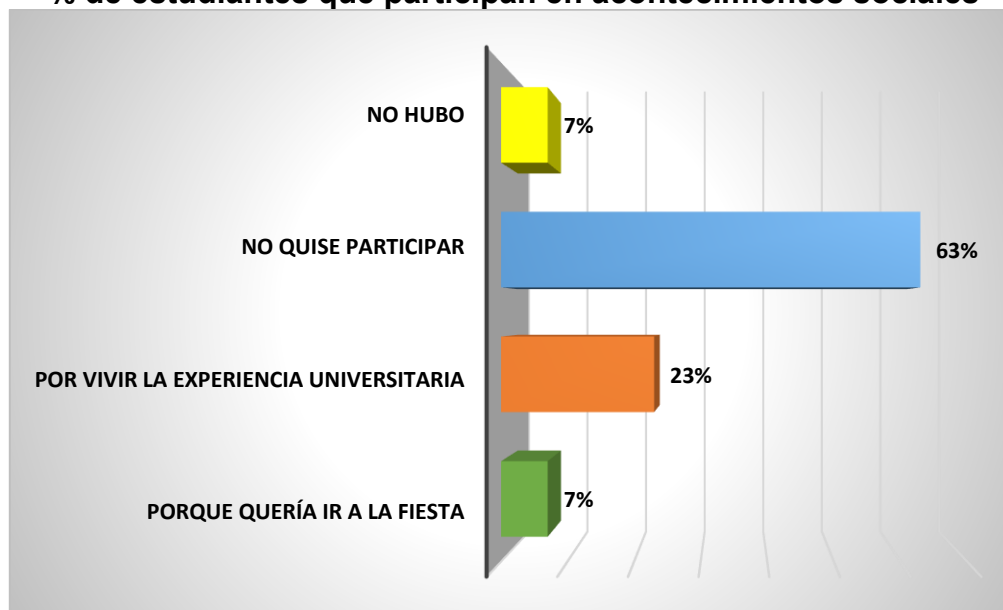
El restante 7% representado por los estudiantes de 1er y 2do año indicaron no haber participado porque en la gestión en la que ingresaron a la Universidad



Mayor de San Andrés estas actividades sociales no estaban a disposición debido a la pandemia (COVID-19).

Figura 5

% de estudiantes que participan en acontecimientos sociales



Los estudiantes que han participado del Bautizo y la Entrada Universitaria por ir a las fiestas nocturnas resultaron ser principalmente los hombres de Derecho y Ciencias Políticas, y Tecnología.

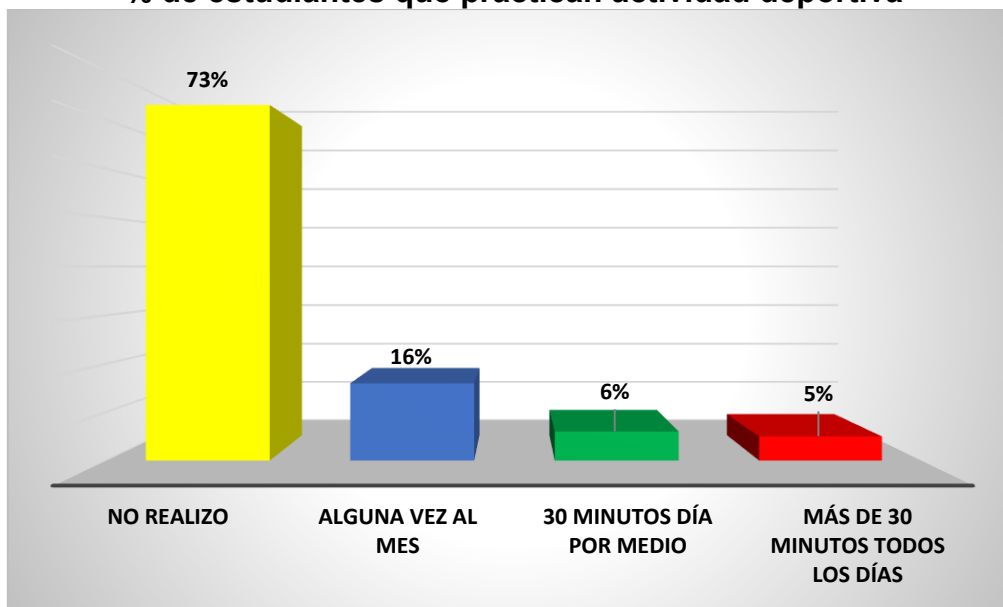
4.2.3. Actividades deportivas

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) las personas que tienen entre 18 a 65 años deben realizar por lo menos 30 minutos diarios de actividad física. Sin embargo, en el caso de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés a pesar de contar con 16 disciplinas deportivas, 10 canchas de fútbol, 1 gimnasio y el Coliseo Universitario que cuenta con 1 cancha de fútbol, 1 cancha de fútbol y 2 canchas de wally, solo el 5% es decir 4.086 estudiantes de los 81.723 estudiantes matriculados practican 30 minutos o más todos los días como indica la OMS.



Figura 6

% de estudiantes que practican actividad deportiva



El 73% (59.658) de los estudiantes no realiza ninguna actividad física o deportiva que genere un gasto calórico adecuado convirtiéndolos en estudiantes sedentarios propensos al sobrepeso u obesidad como mencionaron Tamayo Caballero, et al., en la gestión 2016. Estos estudiantes sedentarios resultaron ser principalmente mujeres que viven en la ciudad de La Paz, de las facultades de Humanidades y Ciencias de la Educación, y Agronomía, quienes cursan el 4to y 5to año académico, mismos que en su tiempo libre juegan videojuegos en su celular o la PC.



Tabla 12

Estudiantes según actividad de entretenimiento y práctica deportiva

Frecuencia de actividad deportiva	Más de 30 minutos todos los días	30 minutos día por medio	Alguna vez al mes	No realizo
Actividades de entretenimiento				
Leen libros	7%	5%	7%	6%
Van a discoteca, karaoke, bar	12%	10%	8%	8%
Juegan video juegos en el celular o la pc	51%	53%	56%	55%
Juegan juegos de mesa	30%	32%	28%	30%

Además, el 16% (13.076) representa a los estudiantes que practican deportes 1 o 2 veces al mes porque algún amigo, enamorado (a), o familiar le invitó, y el 6% (4.903) está compuesto por estudiantes que realizan actividad física día por medio. Estos dos grupos se encuentran en un punto intermedio ya que no son ni sedentarios ni deportistas.

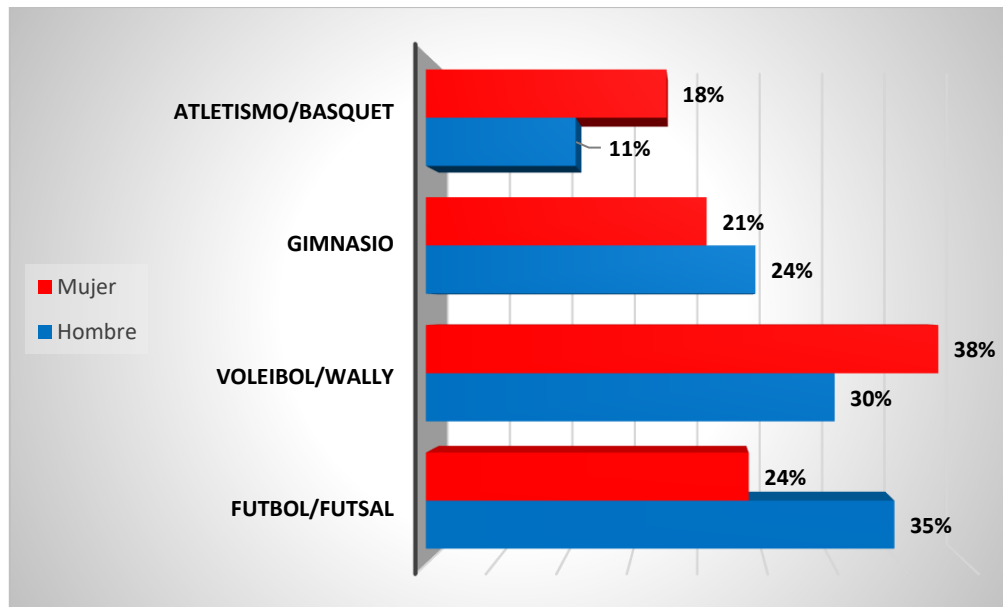
- **Deportes practicados**

Del 5% de estudiantes que practican deportes a diario, las mujeres resultaron ser las que mayormente practican Voleibol y/o Wally, mientras que los hombres practican más Futbol y/o Futsal, y en similar proporción tanto hombres como mujeres van al Gimnasio.

Cabe mencionar que los estudiantes que van al gimnasio no asisten al gimnasio de la UMSA esto debido a que para los estudiantes de Medicina, Ingeniería, Derecho y Ciencias Políticas les queda muy lejos, y según la opinión de los estudiantes de Ciencias Sociales, y Ciencias Económicas y Financieras el gimnasio de la UMSA no se encuentra en buenas condiciones ya que el espacio es reducido y cuenta con pocas máquinas y mancuernas.

Figura 7

Deportes practicados según sexo



4.3. Intereses alimenticios y reproductivos de los estudiantes de la UMSA

Los intereses reflejan los deseos y necesidades que tienen los estudiantes, conocer dichos deseos y necesidades implica saber si estos están relacionados con aspectos saludables o no saludables, entre ellos se encuentran los intereses alimenticios y los intereses reproductivos.

4.3.1. Intereses alimenticios

Los alimentos saludables comprenden: frutas, verduras, cereales y agua, mientras que los alimentos no saludables se componen de snacks (dulces, papas fritas, pilfrut, otros) y comidas rápidas (pollo, sopa de fideo, salteña, otros). Estos alimentos no saludables son determinantes para desarrollar diabetes, hipertensión arterial, obesidad, enfermedades cardiovasculares, entre otros (Organización Mundial de la Salud , 2018).

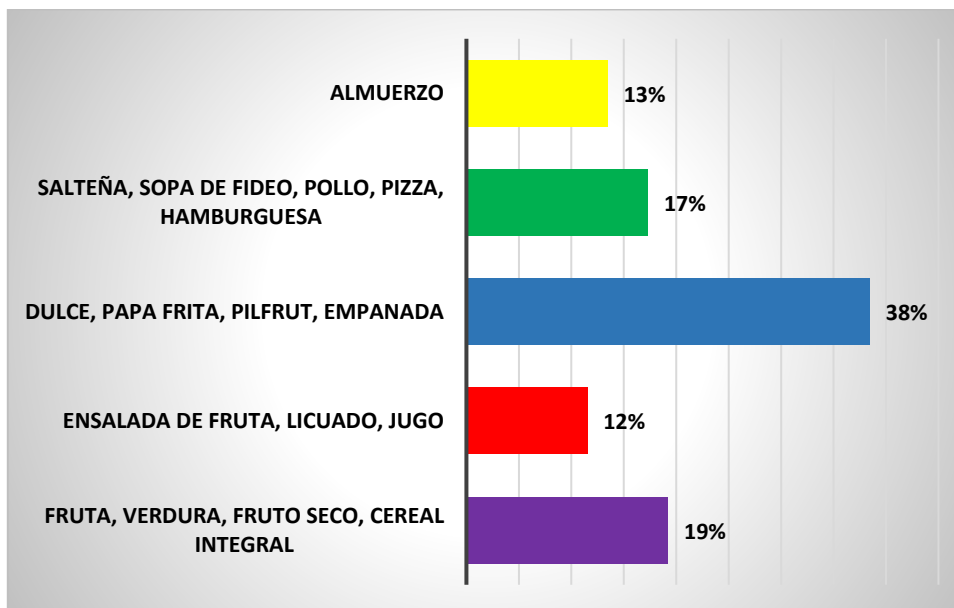
De acuerdo con la investigación, los estudiantes de la UMSA prefieren consumir tanto snacks como comidas rápidas lo cual puede deberse a la alta



oferta de este tipo de comidas dentro y fuera de la UMSA como mencionan Tamayo, et al., (2016) y a la falta de tiempo para prepararse sus alimentos.

Figura 8

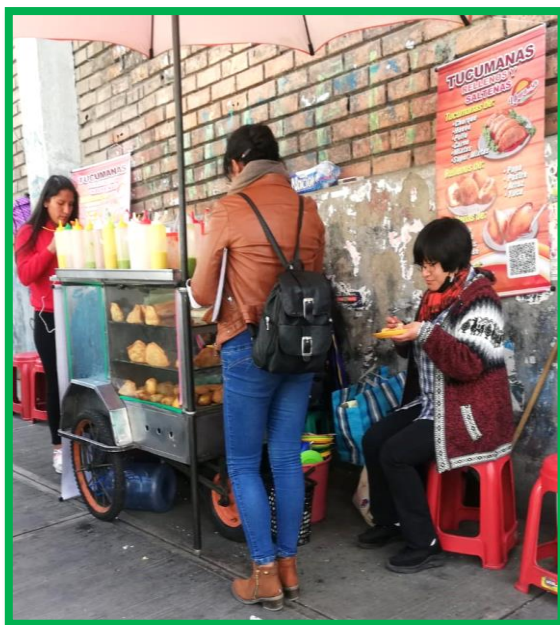
Tipo de productos consumidos por los estudiantes de la UMSA



En términos porcentuales el 38% de los estudiantes de la UMSA consume con mayor frecuencia dulces, papa fritas, pilfrut, empanadas y otros snacks, en similar proporción se encuentran tanto frutas, verduras, cereales (19%), y comida rápida como salteñas, sopa de fideo, pollo, pizza y hamburguesa (17%), estos últimos al igual que los snacks no aportan nutrientes al cuerpo humano porque contienen altos niveles de grasas, sal, condimentos, azúcares y aditivos.

Figura 9

Productos más consumidos por los estudiantes de la UMSA



MASITAS, SNACKS, SALTEÑAS, SOPAS DE FIDEO

Como cuarta opción de los estudiantes se encuentran las ensaladas, licuados y juegos de frutas (12%) lo cual puede deberse a la poca oferta de alimentos saludables dentro y fuera de los predios de la UMSA, induciendo al consumo frecuente de comida chatarra y aportando al desarrollo de Enfermedades Crónicas No Transmisibles como la obesidad, la diabetes y otros causados por una mala alimentación.

Figura 10
Productos menos consumidos por los estudiantes de la UMSA



FRUTAS, ENSALADAS, JUGOS

El 13% de los estudiantes de la UMSA mencionaron que no consumen en inmediaciones de la UMSA almuerzos esto debido a que un buen almuerzo (sopa, segundo, postre) se encuentra por encima de los 15Bs., y el comedor universitario situado en el monoblock central fue reabierto el 14 de junio del 2023 después de 3 años, único lugar donde se expende almuerzos de 10Bs, lo que equivale al presupuesto de la mayoría de los estudiantes de la UMSA.

Cabe mencionar que los estudiantes que consumen comida chatarra resultaron ser principalmente los de la facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de 1er año académico, este tipo de consumo puede deberse como mencionan Bezares, et al., (2020) al cambio de horario alimenticio que tienen los estudiantes de primer año ya que pasan del colegio a la universidad y no existe un horario de recreo. Además, cerca de la facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación abundan los kioscos con snacks y puestos de venta al paso con comidas rápidas debido a que se encuentra en la Av. 6 de agosto, la cual se ha convertido en un área comercial.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Por otro lado, los estudiantes que prefieren comer alimentos saludables como frutas enteras, verduras, cereales, ensaladas, licuados y jugos de frutas resultaron ser los que viven en Viacha, están estudiando en las facultades de Derecho y Ciencias Políticas, y Ciencias Puras y Naturales y se encuentran cursando el 4to año de su carrera universitaria, sin embargo son también aquellos que en su tiempo libre van a discotecas, karaokes y bares donde consumen sustancias psicoactivas arruinando con este tipo de actividades su buena alimentación, convirtiéndose de igual manera en estudiantes no saludables.

Tabla 13

Estudiantes según actividad de entretenimiento e interés alimenticio

Interés alimenticio Actividades de entretenimiento	Fruta, verdura, fruto seco, cereal integral	Ensalada de fruta, licuado, jugo	Snacks	Comida rápida
Leen libros	28%	27%	20%	15%
Van a discoteca, karaoke, bar	32%	30%	30%	56%
Juegan video juegos en el celular o la pc	21%	20%	22%	12%
Juegan juegos de mesa	19%	23%	28%	17%

- **Preferencia de lugares para comprar alimentos**

Los productos perecederos que compran y consumen los estudiantes de la UMSA habitualmente son adquiridos de kioscos o puestos al paso (54%) ya que son más accesibles, sin embargo, este tipo de lugares no cuentan con variedad de productos, además que muchos productos alimenticios son expuestos al sol, el cual contribuye al deterioro de los alimentos pudiendo dañar el organismo de los estudiantes.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



El 26% que indicó comprar sus productos alimenticios de pensiones, restaurantes o snack fueron los estudiantes de Medicina y Odontología, debido a que su facultad se encuentra situada cerca a la Plaza Triangular donde se puede encontrar infinidad de restaurantes y pensiones que ofrecen distintas comidas rápidas especialmente para los familiares que visitan o se encuentran haciendo trámites para las personas internadas en los distintos centros de salud situados en cercanía de la Plaza Triangular. Además, estos estudiantes tienen un presupuesto fuera de pasajes que va desde los 21Bs. en adelante, presupuesto que les permite consumir de restaurantes o pensiones.

El 14% (11.441) de los estudiantes de la UMSA compuesto principalmente por los estudiantes de la facultad de Ingeniería prefiere adquirir un buen almuerzo del comedor facultativo que se encuentra en el 4to piso de su edificio situado frente a la Obelisco.

Figura 11

Comedor universitario



Los estudiantes que no compran fueron principalmente los que se encuentran cursando el 1er y 2do año de su carrera, años en los que tienen horarios



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



matutinos (clases en las mañanas) u horarios vespertinos (clases por la tarde) que les permite alimentarse en casa.

- **Consumo de agua**

El consumo de agua es parte esencial de una buena alimentación ya que las personas que tienen entre 17 a 35 años tienen una composición corporal de 55% agua, siendo necesario un consumo mínimo de 2 litros de agua por día, agua que se distribuye a la piel, el corazón, el hígado, los riñones, los huesos, los músculos, el cerebro, el tejido graso, y los ojos (Organización Mundial de la Salud , 2018).

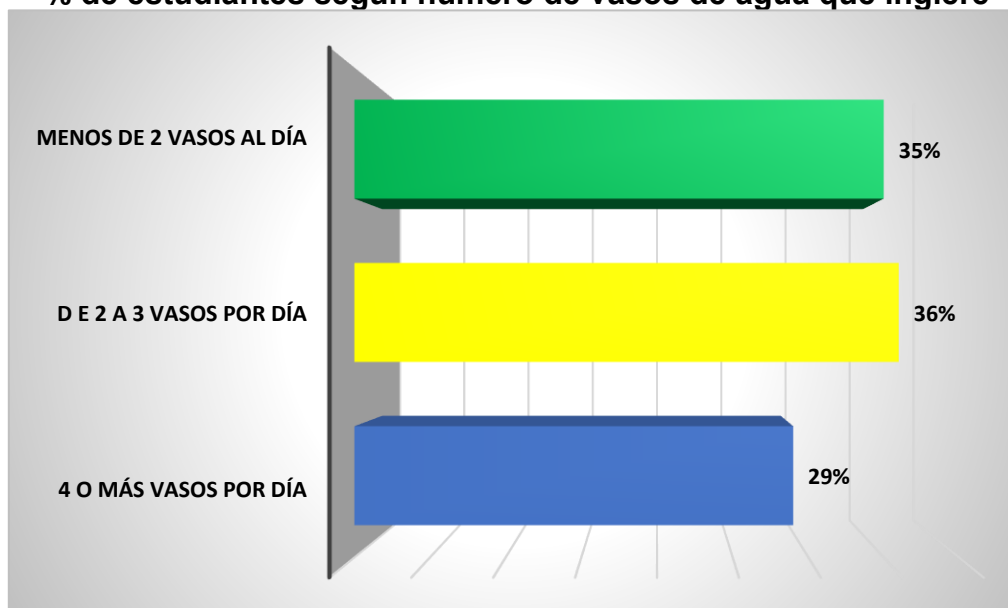
Sin embargo, del 100% de los estudiantes de la UMSA solo el 29% consume cuatro o más vasos de agua al día lo que equivale a 2 litros, siendo parte de este porcentaje los estudiantes que disponen de un presupuesto menor o igual a 10Bs., pudiendo mencionar que un factor determinante para el consumo de bebidas azucaradas y carbonatadas el presupuesto fuera de pasajes que tienen los estudiantes, ya que al ser más alto el presupuesto diario les facilita el acceso a bebidas no saludables.

El 36% indicó que consume de 2 a 3 vasos de agua al día es decir que no se encuentran en buen estado de hidratación, pero tampoco están deshidratados ya que consumen jugos como pilfrut o gaseosas que tienen agua, pero también azúcares y colorantes que contaminan la pureza del agua y por consiguiente no cumplen la función de hidratación total.

El 35% de los estudiantes resultaron estar deshidratados debido a que consumen menos de 2 vasos de agua al día, cantidad que es insuficiente para el buen funcionamiento del cuerpo humano lo cual provoca un deficiente rendimiento cognitivo, aumento en el esfuerzo cardiovascular, infecciones urinarias, obesidad, además de problemas con el sistema nervioso causando estrés y ansiedad.



Figura 12
% de estudiantes según número de vasos de agua que ingiere



Son parte de los estudiantes hidratados principalmente los hombres, los cuales también se encuentran en el grupo de estudiante deportistas ya que realizan más de 30 minutos todos los días alguna actividad física, siendo este grupo el más saludable.

Tabla 14

Estudiantes según N° de vasos de agua y actividad física

Actividad física \ N° de vasos de agua	Más de 30 minutos todos los días	30 minutos día por medio	Alguna vez al mes	No realizo
4 o más vasos por día	46%	34%	23%	29%
De 2 a 3 vasos por día	22%	39%	38%	36%
Menos de 2 vasos al día	32%	27%	39%	34%

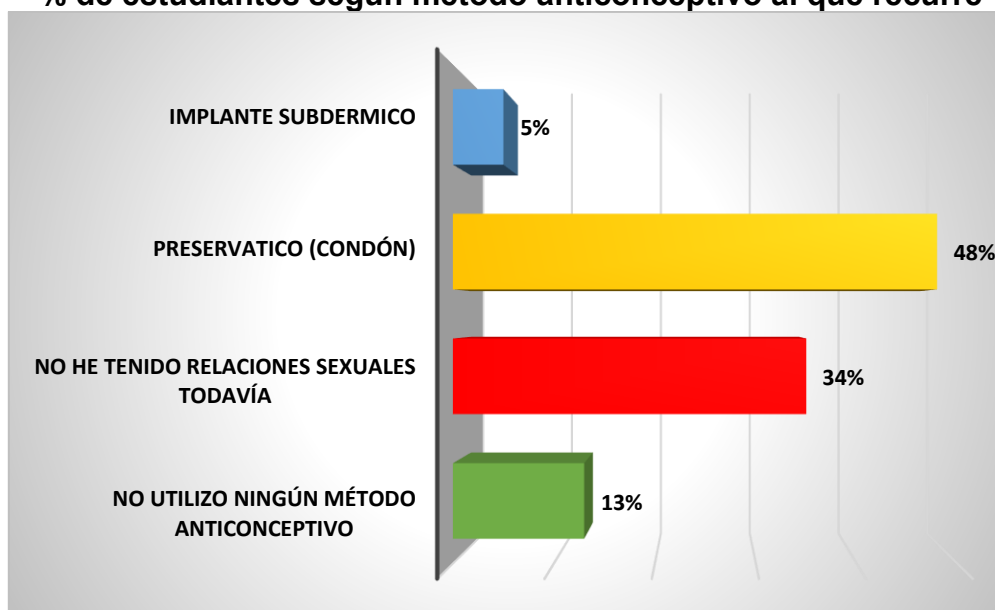


4.3.2. Interés reproductivo y métodos anticonceptivos

El interés reproductivo aparece cada vez a más temprana edad y es por ello que adolescentes de 15 años empiezan su vida sexual sin la información necesaria sobre las Enfermedades de Transmisión Sexual (gonorrea, virus del papiloma humano, VIH-SIDA, otros), embarazos no planificados y métodos anticonceptivos (preservativo, T de cobre, Implante Subdérmico, otros).

Figura 13

% de estudiantes según método anticonceptivo al que recurre



En el caso de los universitarios al ser mayores de 18 años, hábiles por derecho, se supondría que tienen el conocimiento necesario para actuar de manera responsable con su salud, sin embargo, según la investigación realizada, el 13% equivalente a 10.624 estudiantes tienen aspectos perjudiciales para su salud ya que han iniciado su vida sexual pero no tienen la intención de utilizar ningún método anticonceptivo exponiéndose en cada relación sexual a contraer Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS), además de adquirir responsabilidades extras como ser padres o madres en una etapa formativa.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Estos aspectos perjudiciales para la salud pueden ser la causa de una deserción estudiantil ya que al verse envueltos en responsabilidades extras como padres o madres dejan de lado su formación académica para hacerse cargo de un ser vivo que depende de ellos, pudiendo ser esta la causa de la deserción estudiantil del 19.7% de estudiantes mujeres quienes han abandonado al menos 1 materia en la gestión 2020 (Mendoza Valda, 2022).

Por otro lado, el 87% de los estudiantes responsables con su salud utilizan algún método anticonceptivo como el implante subdérmico (5%) y el preservativo (48%), o no han comenzado su vida sexual (34%).

Conforme con los datos estadísticos obtenidos los estudiantes a los que no les interesa cuidarse de enfermedades de transmisión sexual o embarazarse y por eso practican relaciones sexuales sin protección son principalmente los que viven en Viacha, este tipo de comportamiento puede deberse al modo en el que han sido criados, puesto que al vivir en un municipio lejano cerca al pueblo aún conservan ciertos pensamientos tradicionalistas como “el hombre es el que manda” o “la mujer es para la casa” pensamientos que pueden influir a la hora de tener una pareja en la universidad.

Mientras que los que no han comenzado su vida sexual fueron principalmente las mujeres de las facultades de Medicina, y Ciencias Farmacéuticas y Bioquímicas, quienes indicaron que aún no tienen interés por comenzar su vida sexual más bien prefieren seguir jugando video juegos.



Tabla 15

Estudiantes según intereses reproductivos y actividades de entretenimiento

Actividades de entretenimiento	Juegan juegos de mesa	Juegan video juegos en el celular o la pc	Van a discoteca, karaoke, bar	Leen libros
Interés reproductivo				
No utilizo ningún método anticonceptivo	26%	48%	16%	10%
No he tenido relaciones sexuales todavía	27%	61%	6%	6%
Preservativo (condón)	33%	54%	8%	5%
Implante Subdermico	28%	49%	12%	11%

4.4. Opiniones que tienen los estudiantes de la UMSA sobre cuestiones sociales y su entorno educativo

Las opiniones reflejan las ideas que tenemos de cómo es o debería ser alguien o algo (Cirbeli & Miquelito, 2015). Las opiniones pueden afectar de manera positiva o negativa a la salud, ya que, si se opina que consumir bebidas alcohólicas beneficia al cuerpo, automáticamente se consumirán bebidas alcohólicas sin control, al igual que si se opina que consumir frutas y verduras será beneficioso para la salud, se deseará consumir frutas y verduras en mayor cantidad, es por esa razón que las opiniones que se tiene de algo o alguien relucirán en las actividades e intereses.

4.4.1. Opinión sobre cuestiones sociales

El 2020 la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud indicaron que ochenta y cinco mil personas al año pierden la vida por el consumo de alcohol y más de ocho millones a causa del tabaco.

De acuerdo con las estadísticas mundiales personas entre 18 a 35 años han incrementado su consumo de alcohol y tabaco, siendo esta la edad promedio para estudiantes universitarios (Organización Mundial de la Salud , 2018).



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA

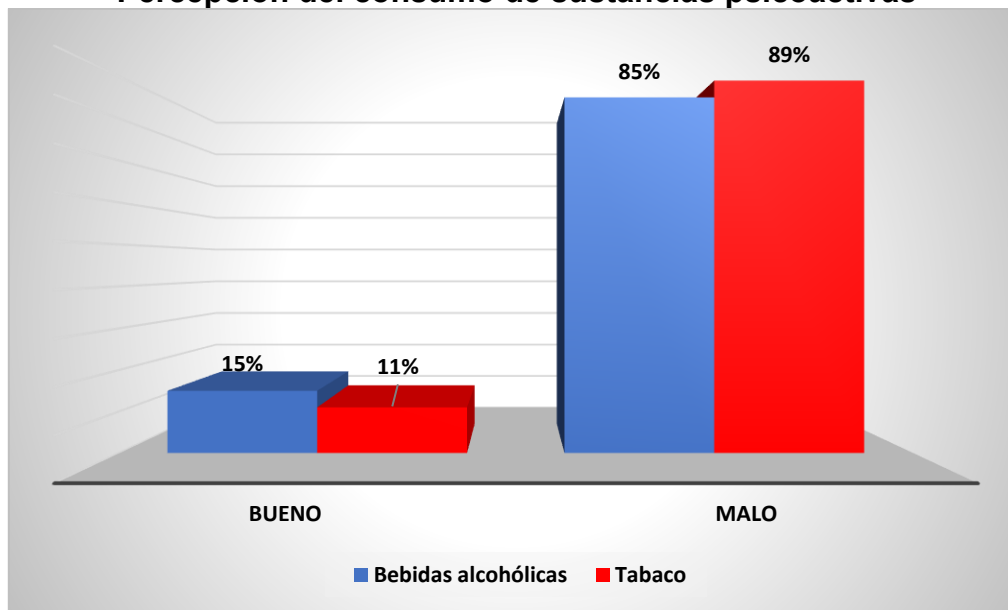


En cuanto a los estudiantes de la UMSA, el 89% opinó que fumar cigarrillos es malo ya que causa distintas enfermedades, principalmente cáncer, sin embargo, el restante 11% (8.990 estudiantes) considera que consumir tabaco es bueno para desestresarse y calentarse.

Por otro lado, el 85% opinó que el consumo de bebidas alcohólicas es dañino para la salud ya que causa problemas en los riñones y el hígado, cambios en la conducta y otros problemas, sin embargo, el 15% (12.258 estudiantes) considera que es bueno consumir bebidas alcohólicas ya que ayuda en la relajación y provoca euforia.

Figura 14

Percepción del consumo de sustancias psicoactivas



La opinión que tienen los estudiantes de la UMSA respecto al consumo de sustancias psicoactivas concuerda con las actividades que realizan, ya que solo el 8% de los estudiantes en su tiempo libre va a discotecas, bares o karaokes. Este porcentaje de estudiantes que van a discotecas y consideran que el consumo de sustancias psicoactivas no es dañino son principalmente hombres que viven en la ciudad de El Alto que realizan de manera frecuente actividades físicas, por tanto, es preciso mencionar que estos estudiantes



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



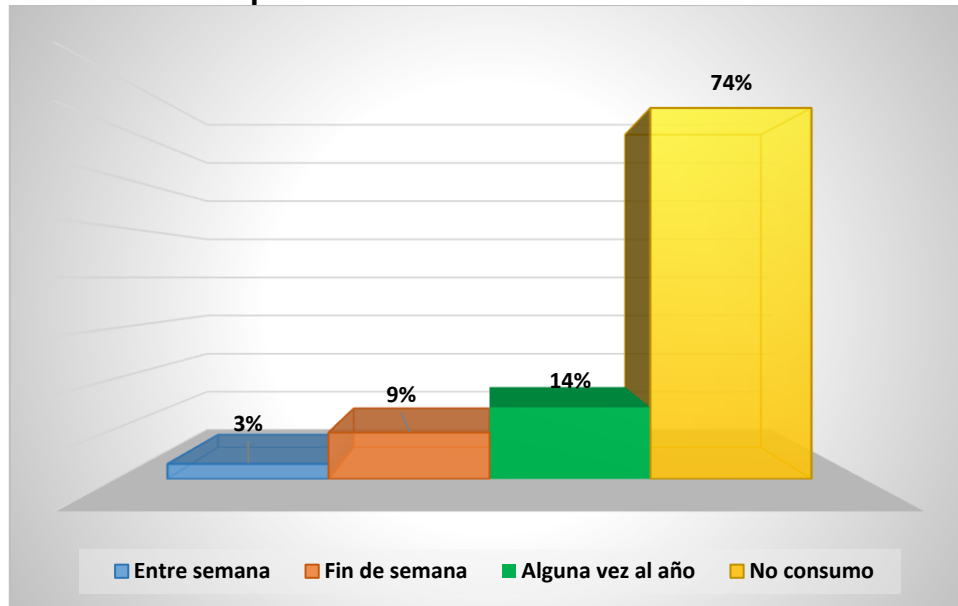
podrían ser deportistas, pero arruinan su estado físico consumiendo sustancias psicoactivas.

- **Consumo de bebidas alcohólicas**

Verificando si sus opiniones concuerdan con sus acciones, se conoció que del 85% de estudiantes quienes consideran que el consumo de bebidas alcohólicas es dañino, el 74% no consume bebidas alcohólicas cuidando su apariencia física y social ya que las bebidas alcohólicas solo sacan la peor versión de uno mismo, sin embargo, el restante 11% tiene una contradicción, ya que consideran que el consumo de bebidas alcohólicas es dañino para la salud, pero de igual manera consumen estas sustancias.

Por otro lado, el 3% y 9% consume bebidas alcohólicas de manera frecuente, el 3% (2.452 estudiantes) consume entre semana lo que significa que antes, durante o después de clase se encuentran intoxicados ya sea con alta o poca cantidad de alcohol, y el 9% (7.355) consume los fines de semanas especialmente Vodka y/o Fernet.

Figura 15
Frecuencia con la que consumen bebidas alcohólicas los estudiantes





ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



De acuerdo con los datos estadísticos, los estudiantes que consumen de manera frecuente bebidas alcohólicas son principalmente los estudiantes de Derecho y Ciencias Políticas cambiando. Pudiendo decir entonces, que los estudiantes de Medicina no tienen un frecuente consumo de bebidas alcohólicas como mencionaron en su estudio la MSc. Dra. Navia Bueno y la PhD. Dra. Urquidi Bellota el 2014.

- **Consumo de tabaco**

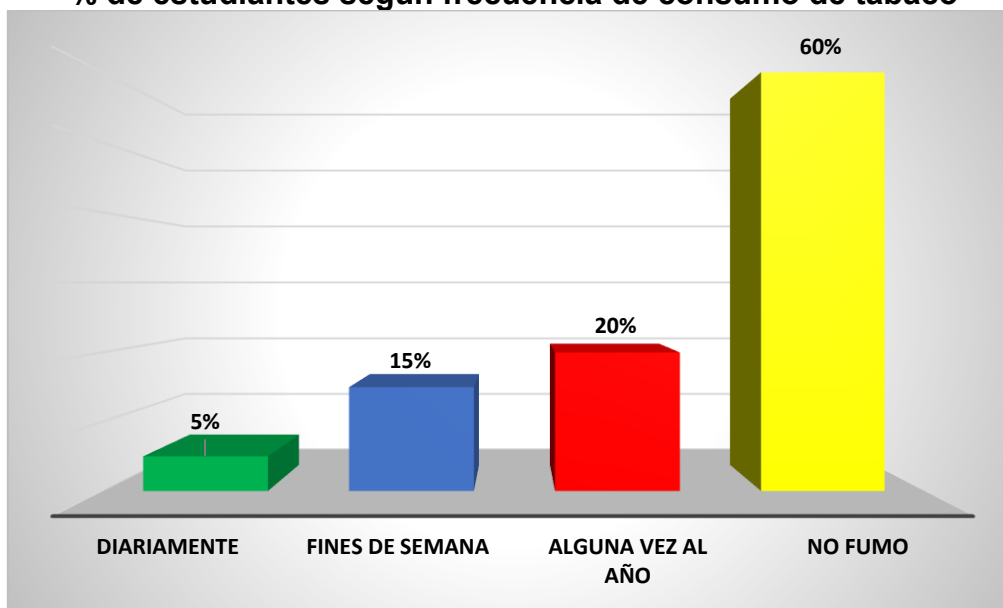
Al igual que con el consumo de bebidas alcohólicas, se vio la congruencia entre el consumo de cigarrillos y la percepción de los estudiantes sobre el consumo de tabaco. Los datos estadísticos indican que del 89% de los estudiantes que consideran que el consumo de tabaco causa daños físicos en el cuerpo humano, solo el 60% no fuma, lo que significa que el 29% de los estudiantes considera que el consumo de tabaco causa distintas enfermedades entre ellas el cáncer de garganta y pulmón, pero igual fuman.

El 20% fuma alguna vez al año significando un consumo pasivo al igual que en el 2014 cuando la MSc. Dr. Navia Bueno y la PhD. Dra. Urquidi Bellota mencionaron que los estudiantes de Medicina tenían un consumo pasivo de cigarrillos.

Sin embargo, el 5% (4.086) que fuma diariamente y el 15% (12.258) que fuma los fines de semana son el grupo propenso a desarrollar cáncer de pulmón o garganta por el consumo excesivo de la nicótica causada por la opinión favorable que tienen hacia el consumo de tabaco.



Figura 16
% de estudiantes según frecuencia de consumo de tabaco



Analizando a los estudiantes que consideran que el consumo de sustancias psicoactivas no es dañino, se descubrió que son los mismo que en su tiempo libre van a discotecas y bares, los mismos que han participado del Bautizo y la Entrada Universitaria para asistir a las fiestas nocturnas por lo que sus opiniones guían a sus actividades como mencionan Cirbeli & Miquelito, convirtiendolos de esta manera en estudiantes no saludables.

Tabla 16

Estudiantes según opinión sobre sustancias psicoactivas y actividades sociales universitarias

Actividades sociales universitarias	Porque quería ir a la fiesta	Por vivir la experiencia universitaria	No quise participar	No hubo
Opinión sobre sustancias psicoactivas				
Bueno	19%	13%	13%	11%
Malo	81%	87%	87%	89%



4.4.2. Opinión sobre su entorno educativo

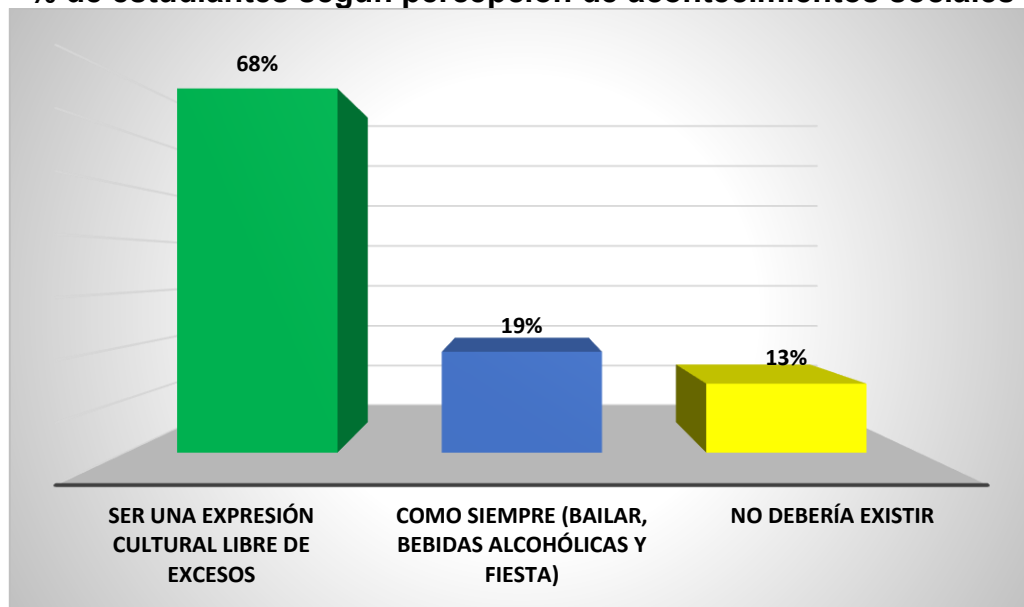
Tomando en cuenta que la Universidad Mayor de San Andrés ocupa el puesto número uno en el ranking de las mejores universidades de Bolivia debería satisfacer los deseos y necesidades de su comunidad estudiantil escuchando las opiniones que tienen respecto a los eventos sociales que se organizan y los servicios que ofrece (UniversityGuru, 2023).

- **Opinión sobre la Entrada Universitaria**

En cuanto a la percepción que tienen los estudiantes sobre cómo debería ser la Entrada Universitaria, el 68% opinó que debería ser una expresión cultural libre de excesos (consumo de bebidas alcohólicas) ya que después de la Pre Entrada y Entrada Universitaria se observa un gran número de personas entre ellos algunos estudiantes que participan de dicha entrada en estado de ebriedad, además, a raíz del consumo excesivo de bebidas alcohólicas se han generado accidentes y altercados en las fiestas que han realizado los fraternos como la muerte del estudiantes de la facultad de Arquitectura en la gestión 2022.

Figura 17

% de estudiantes según percepción de acontecimientos sociales





ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Por otro lado, el 19% considera que la Entrada Universitaria debe seguir siendo organizada bajo los parámetros de hoy en día, es decir con el expendio de bebidas alcohólicas y las fiestas programadas a altas horas de la noche, lastimosamente este grupo de estudiantes también son los que no tienen ningún interés por utilizar métodos anticonceptivos, lo cual indica que son los más propensos a tener relaciones sexuales en estado de ebriedad y sin protección anticonceptiva.

Tabla 17

Estudiantes según percepción de la Entrada Universitaria e interés reproductivo

Interés reproductivo	No utilizo ningún método anticonceptivo	No he tenido relaciones sexuales todavía	Preservativo (condón)	Implante subdermico
Percepción de la Entrada Universitaria				
Ser una expresión cultural libre de excesos	12%	38%	45%	5%
Como siempre (bailar, bebidas alcohólicas y fiesta)	16%	22%	54%	7%
No debería existir	10%	37%	51%	2%

El 13% de los estudiantes considera que la Entrada Universitaria no debería existir, siendo parte de estos estudiantes los que en su tiempo libre prefieren leer libros o jugar video juegos antes de ir a discotecas, bares y/o karaokes, por lo que consideran que se podría realizar actividades sociales recreativas



(saludables) como organizar clubs de lectura, turismo cultural, voluntariados, triatlones y otros como realizan las Universidades Saludables.

Tabla 18

Estudiantes según percepción de la Entrada Universitaria y actividades de entretenimiento

Actividades de entretenimiento	Juegan juegos de mesa	Juegan video juegos en el celular o la pc	Van a discoteca, karaoke, bar	Leen libros
Percepción de la Entrada Universitaria				
Ser una expresión cultural libre de excesos	72%	67%	57%	69%
Como siempre (bailar, bebidas alcohólicas y fiesta)	19%	16%	35%	14%
No debería existir	9%	16%	8%	17%

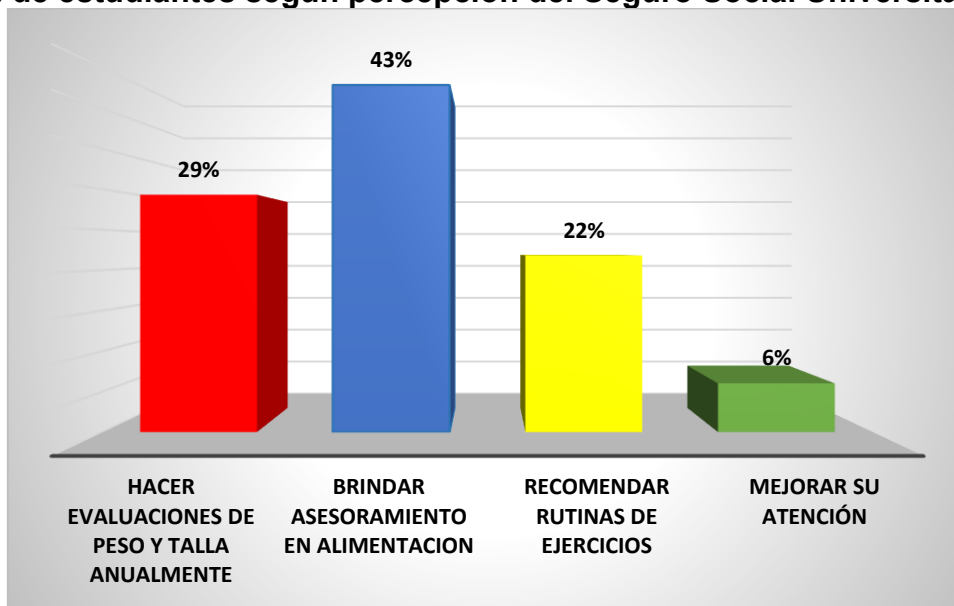
- Opinión sobre el cuidado de la salud**

La Universidad Mayor de San Andrés ofrece a su comunidad universitaria el Seguro Social Universitario (SSU), en el cual los estudiantes reciben atención en más 15 especialidades y medicina general, sin embargo, se ha visto que existe un desinterés por la salud por parte de los estudiantes ya que del total de estudiantes matriculados solo 10.000 estudiantes se aseguraron en el SSU el año 2018.

Este tipo de desinterés lleva a analizar el criterio que tienen los estudiantes para no beneficiarse de un seguro gratuito, sin embargo, el 57% de los estudiantes opinó que automáticamente al matricularse en la UMSA todos y cada uno de los estudiantes deberían contar con el SSU y es por eso que consideran que todos los estudiantes indistintamente de estar o no asegurados en el Seguro Social Universitario deberían poder recibir asesoramiento alimenticio y evaluaciones de peso y talla anualmente.



Figura 18
% de estudiantes según percepción del Seguro Social Universitario



Un dato importante es que los estudiantes que opinaron que el Seguro Social Universitario debería brindar asesoramiento alimenticio fueron principalmente los que consumen de manera diaria comida rápida como sopitas de fideo, pollo, pizza, hamburguesa y otros, por lo que se puede establecer que los estudiantes quieren cambiar sus hábitos alimenticios, pero no saben dónde encontrar alimentos saludables. Además, los que consideraron que el SSU debería hacer evaluaciones anuales de peso y talla fueron los que consumen alimentos saludables como frutas, verduras, cereal y otros, haciendo notar que este grupo se preocupa bastante de su condición física.



Tabla 19

Estudiantes según percepción del cuidado de la salud e interés alimenticio

Interés alimenticio	Fruta, verdura, fruto seco, cereal integral	Ensalada de fruta, licuado, jugo	Snacks	Comida rápida
Percepción del cuidado de la salud				
Hacer evaluaciones de peso y talla anualmente	34%	30%	25%	26%
Brindar asesoramiento en alimentación	26%	22%	24%	31%
Recomendar rutinas de ejercicios	29%	30%	27%	26%
Mejorar su atención	10%	19%	25%	17%

- **Opinión sobre oferta alimenticia dentro de la UMSA**

En los alrededores de la UMSA y sus distintas facultades existe una alta oferta de productos no saludables como comidas rápidas, snacks, bebidas carbonatadas, endulzadas y otros. Estos puestos de comida como Pollos Cochabamba, Texas, Nykis y otros que distribuyen distintos platos de comida a la sociedad paceña, no tienen la responsabilidad social de brindar a la sociedad alimentos saludables por lo que la UMSA no puede prohibir la distribución de este tipo de comidas en los alrededores de la misma.

Sin embargo, la Universidad Mayor de San Andrés dispone de kioscos y comedores que alquila a concesionarios bajo contrato, empero en ninguna parte del contrato se mencionan los productos que pueden ofrecer a la comunidad universitaria, causando una sobre oferta dentro y fuera de los predios de la UMSA de comida chatarra y una escasa oferta de comida



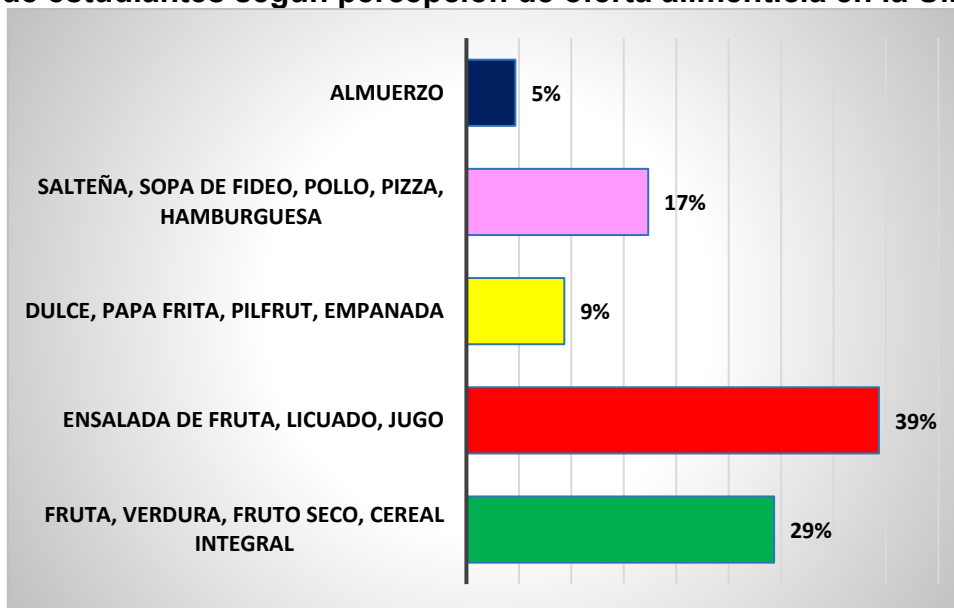
ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



saludable como frutas, cereales, yogures y otros, empujando a la comunidad estudiantil a una mala alimentación y por consecuencia enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes, obesidad, menor rendimiento académico, deterioro de la función cognitiva, entre otros (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020).

En relación a los estudiantes de la UMSA, estos consideran que dentro de la universidad se debería vender primordialmente comidas saludables como frutas, cereales, jugos, ensaladas de frutas y otros con el fin de mejorar la salud y tener una mejor calidad de vida.

Figura 19
% de estudiantes según percepción de oferta alimenticia en la UMSA



Analizando la actividad deportiva con la percepción sobre la oferta alimenticia dentro de la UMSA se pudo conocer que los estudiantes que contemplan el 17% son principalmente los que no realizan ninguna actividad física además de considerar que dentro de la UMSA se debería distribuir comida rápida como salteñas, pollo, pizza, por lo que este grupo son los más propensos a la morbilidad ya que no hacen ejercicios y consumen comida altamente procesada.



Tabla 20

Estudiantes según percepción de oferta alimenticia dentro de la UMSA y actividad física

Actividad Física	Más de 30 minutos todos los días	30 minutos día por medio	Alguna vez al mes	No realizo
Percepción de oferta alimenticia				
Fruta, verdura, fruto seco, cereal integral	45%	44%	47%	44%
Ensalada de fruta, licuado, jugo	53%	52%	61%	59%
Dulce, papa frita, pilfrut, empanada	19%	15%	14%	13%
Salteña, sopa de fideo, pollo, pizza, hamburguesa	17%	28%	24%	26%
Almuerzo	7%	6%	4%	6%

4.5. Segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés

Habiendo indagado y conocido las actividades, los intereses y las opiniones, se realizó un análisis por conglomerados (clúster) K-medias², el cual cruza las subvariables de la investigación (actividades, intereses y opiniones) para agrupar a cada elemento (estudiante) en un segmento, tratando de lograr la máxima homogeneidad en cada grupo (segmento) y la mayor diferencia entre los grupos. El análisis cluster por K-medias segmento a los estudiantes en tres grupos a los cuales se les denominó de la siguiente manera:

- Universitarios no saludables
- Típicos universitarios
- Universitarios casi saludables

² Análisis cluster K-media: Método de agrupamiento que divide un conjunto de datos en k grupos o clusters con características similares.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



UNIVERSITARIOS NO SALUDABLES

18%



- Derecho y Ciencias Políticas
- Agronomía
- Ciencias Geológicas

CARACTERISTICAS DEMOGRAFICAS



Igual o mayor a 21Bs.



La Paz
Viacha



1er Año
2do Año
4to Año

ACTIVIDADES

- En su tiempo libre van a discotecas, karaokes y bares.
- Han participado de actividades sociales universitarias como el Bautizo y la Entrada Universitaria para asistir a las fiestas nocturnas.
- No realizan actividades físicas.

INTERESES

- Se preocupan por su alimentación ya que todos los días comen frutas, verduras, frutos secos, cereales y otros productos saludables.
- Consumen 2 litros de agua todos los días.
- Han iniciado su vida sexual y se protegen de enfermedades sexuales y embarazos no planificados utilizando el preservativo.

OPINIONES

- Consideran que el consumo de sustancias psicoactivas como las bebidas alcohólicas y el tabaco no son dañinos y por eso consumen de manera frecuente este tipo de productos.
- Consideran que la Entrada Universitaria debe continuar siendo organizada bajo los mismos parámetros de hoy en día es decir bailar, expendo de bebidas alcohólicas y fiestas nocturnas.
- Opinan que los kioscos, comedores facultativos y comedor universitario situados dentro de la UMSA solo se deberían vender alimentos saludables.
- Les importa su salud y por eso consideran que el Seguro Social Universitario debería recomendar rutinas de ejercicios.

TÍPICOS UNIVERSITARIOS

49%



- Derecho y Ciencias Políticas
- Agronomía
- Ciencias Geológicas

CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS



52%

48%



Menor o igual
a 10Bs.



La Paz
El Alto



3er Año
5to Año

ACTIVIDADES

- En su tiempo libre juegan juegos de mesa, juegos recreativos.
- No han participado de actividades sociales universitarias como el Bautizo y la Entrada Universitaria porque no les gusta esas actividades.
- Alguna vez al mes salen a trotar cerca de su casa o van a entrenar con amigos.

INTERESES

- No se alimentan de manera adecuada ya que prefieren consumir comida chatarra ya sean snacks o comidas rápidas.
- Consumen 2 o 3 vasos de agua por días.
- No han iniciado su vida sexual ya que consideran que no están preparados para esa etapa.

OPINIONES

- Consideran que el consumo de sustancias psicoactivas como las bebidas alcohólicas y el tabaco es dañinos y por eso no consumen esos productos.
- Consideran que la Entrada Universitaria debería ser una expresión cultural libre de excesos y por ese motivo no han participado de la misma.
- Opinan que los kioscos, comedores facultativos y comedor universitario situados dentro de la UMSA solo se deberían vender alimentos saludables.
- Les importa su salud y por eso consideran que el Seguro Social Universitario debería brindar asesoramiento en alimentación y recomendar rutinas de ejercicios.

UNIVERSITARIOS CASI SALUDABLES



- Ciencias Económicas y Financieras
- Humanidades y Ciencias de la Educación
- Ciencias Sociales
- Tecnología
- Arquitectura
- Odontología

33%

CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS



50%

50%



11 - 20Bs.



1er Año
2do Año
3er Año
4to Año
5to Año



La Paz

ACTIVIDADES

- En su tiempo libre juegan videojuegos en su celular o en la computadora.
- No han participado de actividades sociales universitarias como el Bautizo y la Entrada Universitaria porque no les atrae ese tipo de actividades.
- Realizan actividades físicas todos los días, especialmente Fútbol/Futsal y Gimnasio.

INTERESES

- Se preocupan por su alimentación ya que todos los días comen frutas, verduras, frutos secos, cereales y otros productos saludables.
- Consumen 2 litros de agua todos los días.
- Han iniciado su vida sexual y se protegen de enfermedades sexuales y embarazos no planificados utilizando el preservativo.

OPINIONES

- Consideran que el consumo de sustancias psicoactivas como las bebidas alcohólicas y el tabaco es dañinos y por eso no consumen esos productos.
- Consideran que la Entrada Universitaria debería ser una expresión cultural libre de excesos y por ese motivo no han participado de la misma.
- Opinan que los kioscos, comedores facultativos y comedor universitario situados dentro de la UMSA solo se deberían vender alimentos saludables.
- Les importa su salud y por eso consideran que el Seguro Social Universitario debería hacer evaluaciones de peso y talla anualmente, brindar asesoramiento en alimentación y recomendar rutinas de ejercicios.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Los tres segmentos identificados presentan actividades, intereses y opiniones saludables y no saludables, sin embargo, es importante mencionar que el segmento “UNIVERSITARIOS CASI SALUDABLES” está compuesto por el 33% de los estudiantes de la UMSA y es el segmento más saludable entre los tres identificados, sin embargo, lo que no les permite ser un segmento saludable por completo es que en su tiempo libre prefieren quedarse sentados o echados jugando videojuegos convirtiéndolos en sedentarios.

El segmento que le sigue es el segmento “TÍPICOS UNIVERSITARIOS” (49%) ya que este segmento contempla entre actividades, intereses y opiniones que se han ido normalizando en la etapa universitaria como una mala alimentación y la práctica deportiva nula.

El segmento que engloba el menor porcentaje de estudiantes (18%) es el segmento “UNIVERSITARIOS NO SALUDABLES”, este segmento se caracteriza principalmente por ser fiestero y sedentario ya que han participado de los acontecimientos sociales universitarios para ir a las fiestas nocturnas, además, consideran que el consumo de sustancias psicoactivas no es dañino y por eso inciden en un consumo frecuente de este tipo de sustancias, así mismo, estos estudiantes no realizan ninguna actividad física. Este segmento es el más preocupante y al que más medidas preventivas y correctivas debería tener para contrarrestar el estilo de vida que tienen y de esta manera contribuir a la sociedad con jóvenes más saludables que no representen un gasto económico a la sociedad (Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud, 2020).

4.6. Validación de la investigación

Mediante la investigación se comprobó que existen tres segmentos por estilos de vida vinculados a la salud de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés los “UNIVERSITARIOS NO SALUDABLES”, los “TÍPICOS UNIVERSITARIOS” y los “UNIVERSITARIOS CASI SALUDABLES”.



Aplicando la prueba de hipótesis de la media muestral (z), se pudo obtener lo siguiente:

- **Planteamiento de la hipótesis**

$$H_0 \geq 2$$

Donde 2 o mayor a 2 representan todas las respuestas “no saludables”

- **Nivel de significancia**

$$\alpha = 0.05$$

$$Z_{1-0.05} = Z_{0.95} = 1.645$$

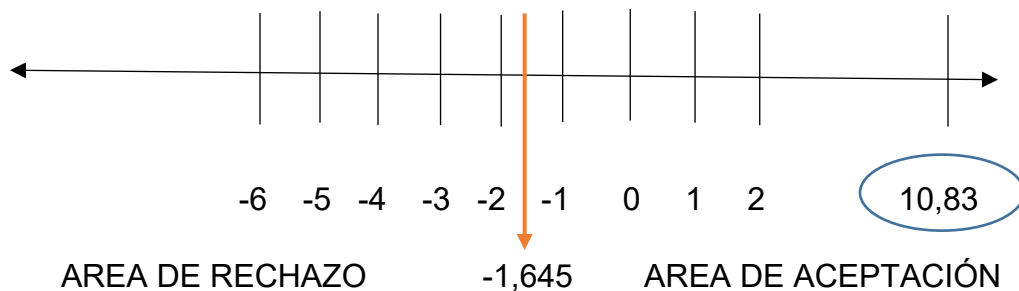
Como el problema es de cola inferior, se tiene $Z = -1.645$

- **Selección de la estadística de prueba**

$$Z = \frac{\bar{x} - \mu_0}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}}$$

$$Z = \frac{2,24117 - 2}{\frac{0,79908}{\sqrt{1288}}}$$

$$Z = 10,83156$$



Conforme con la prueba de hipótesis, se observa que el valor 10, 83156 cae en la región de aceptación, por tanto, se acepta la hipótesis ya que los segmentos tienen aspectos no saludables, sin embargo, esto no significa que



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



los segmentos son totalmente no saludables, ya que los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes (56%) están todos los días frente a un dispositivo inalámbrico electrónico jugando juegos en línea, la mayor parte de los estudiantes no realiza ninguna actividad física (73%) y consume comida chatarra (55%) como papas fritas, masitas, pollo, sopas de fideo y otros, llevándolos a desarrollar enfermedades crónicas no trasmisibles, por otro lado, la mayor cantidad de estudiantes (87%) considera que el consumo de sustancias psicoactivas como las bebidas alcohólicas y el tabaco son dañinos para la salud por lo que no les atraen los eventos sociales universitarios como la Entrada Universitaria y el Bautizo que incentivan este tipo de consumo, un significativo número de estudiantes (94%) considera que el cuidado de la salud es importante por lo que consideran que el Seguro Social Universitario debería recomendar rutinas de ejercicios, brindar asesoramiento alimenticio y hacer evaluaciones de peso y talla anualmente.



CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. La segmentación por estilos de vida vinculados a la salud en el campo universitario ha brindado información sobre las actividades, los intereses y las opiniones de los estudiantes, información que refleja las áreas en las que se debe trabajar para formar profesionales sanos, generadores del cambio con el propósito de mejorar la calidad de vida de la población.
2. De acuerdo a los resultados de la investigación se puede afirmar que existen dos grupos de estudiantes en la UMSA, los NO SALUDABLES (67%) quienes tienen actividades, intereses y opiniones que dañan su salud y longevidad, y los SALUDABLES (33%) quienes cuidan su bienestar.
3. Sin embargo, se ha podido identificar que un porcentaje representativo de estudiantes del grupo NO SALUDABLES se preocupan por su salud sexual y reproductiva protegiéndose con preservativos, y además se abstienen al consumo de bebidas alcohólicas y tabaco.
4. Un factor a favor de ambos grupos es que consideran que la UMSA debería brindar asesoramiento en alimentación, rutinas de ejercicios, ofertas alimenticias saludables y actividades sociales recreativas, siendo este el comienzo para mejorar y alcanzar estilos de vida saludables.



5.2. Recomendaciones

- Formular y desarrollar planes, proyectos y programas que fomenten un estilo de vida saludable basándose en las actividades, intereses y opiniones de los segmentos identificados por estilos de vida vinculados a la salud en los estudiantes de la UMSA.
- Realizar una investigación para determinar si los estudiantes que conforman el grupo que goza de un estilo de vida saludable pueden incentivar la mejora e impulsar el cambio en su entorno académico, social, laboral y familiar hacia hábitos de vida amigables con la salud.
- Profundizar la investigación utilizando otra metodología y enfoque para obtener más características de los segmentos identificados a fin de comprender de mejor manera las necesidades y deseos de los estudiantes de la UMSA.
- Abordar el tema de la segmentación por estilos de vida vinculados a la salud en el plantel docente y administrativo de la Universidad Mayor de San Andrés ya que principalmente los docentes son un modelo a seguir para los estudiantes.
- Realizar una evaluación a las actividades sociales universitarias (Bautizos, Entrada Universitaria) para determinar el beneficio que generan a la población universitaria.



BIBLIOGRAFIA

- Aceituno Huacani, C., Silva Minauro, R., & Cruz Chuyma, R. (2020). *Mitos y realidades de la investigación científica*. Carlos Aceituno Huacani. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2179>
- Agudo Cuevas, M. A., Mayorga Manrique, L. N., Menco Sánchez, K. J., Peinado García, A., & Prada Beltrán, A. M. (2021). Estilo de vida y su relación con el rendimiento académico en estudiantes vinculados con los programas profesionales de la División de Ciencias de la Salud. *Tesis de Grado*. Universidad Santo Tomás, Bucaramanga.
- Alonso Rivas, J., & Grande Esteban, I. (2013). *Comportamiento del consumidor* (7ma ed.). Madrid, España: ESIC EDITORIAL.
- Arellano, R. (2017). *Latir* (Primera ed.). Lima, Perú: Planeta Perú S.A.
- Becerra Heraud, S. (2013). Universidad saludable: una apuesta a una formación integral del estudiante. *Revista de Psicología*, 31(2), 289-314.
- Bezares Sarmiento, V., Cruz Bojórquez, R. M., Acosta Enríquez, M. E., & Ávila Escalante, M. L. (2020). *Experiencias de investigación en estilo de vida saludable* (Primera ed.). Chiapas, México: UNICACH.
- Charry-Méndez, S., & Cabrera-Días, E. (2021). Perfil del estilo de vida en estudiantes de una Universidad Pública. *Revista Ciencia y Cuidado*, 18(2), 82-95.
- Cirbeli, J. P., & Miquelito, S. (enero-junio de 2015). La segmentación del mercado por el criterio psicográfico: un ensayo teórico sobre los principales enfoques psicográficos y su relación con los criterios de comportamiento. *Visión de futuro*, 19(1), 33-50. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3579/357938586002.pdf>



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



- Coral, R., & Vargas, L. D. (enero-junio de 2014). Estrategias que promueven estilos de vida saludable. *U.D.C.A. Actualidad & Divulgación Científica*, 17(1), 35-43.
- Cruz Chuyma, R., Guillen Guillen, E. N., Quispe Berrios, H., & Aceituno Huacani, C. (2023). *Trucos y secretos de la praxis cuantitativa*. Cusco: ATENEA EDITORAS.
- De Souza Martins, M., Zea Robles, A. C., Rodriguez Caro, G. C., & Molina Pinzón, A. (Julio-Diciembre de 2017). Estilo de vida y factores socioeconomicos en estudiantes de electivas de actividad física y deporte. *Análisis*, 49(90), 229-243.
- Departamento de Bienestar Social - UMSA. (28 de abril de 2022). *facebook.com*. Obtenido de *facebook.com*: <https://www.facebook.com/departamentobienestarsocialumsa>
- Departamento de Bienestar Social. (2022). *bienestarsocial.umsa.bo*. Obtenido de *bienestarsocial.umsa.bo*: <https://bienestarsocial.umsa.bo/>
- División de Sistemas de Información y Estadística. (2021). *dsie.umsa.bo*. Obtenido de *dsie.umsa.bo*: <https://dsie.umsa.bo/estadisticas.html#estadisticas>
- División de Sistemas de Información y Estadística. (2021). *dsie.umsa.bo*. Obtenido de *dsie.umsa.bo*: <https://dsie.umsa.bo/estadisticas.html#umsa>
- Fischer de la Vega, L. E., & Espejo Callado, J. (2011). *MERCADOTECNIA* (Cuarta ed.). D.F., México: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A.
- González Fernández, A., Cervantes Blanco, M., & Muñiz Martínez, N. (1999). La incidencia de los estilos de vida en la segmentación del mercado turístico: aplicación a la población urbana de Castilla y León. *DIALNET*.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Obtenido de file:///C:/Users/IICCA/Downloads/Dialnet-LaIncidenciaDeLosEstilosDeVidaEnLaSegmentacionDelM-202075%20(3).pdf

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México: Mc-GRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A.

Honorable Consejo Universitario. (07 de Noviembre de 2012). *gaceta.umsa.bo*. Obtenido de *gaceta.umsa.bo*: <https://gaceta.umsa.bo/handle/umsa/275413?show=full>

Hoyer, W., MacInnis, D., & Pieters, R. (2015). *Comportamiento del consumidor* (Sexta ed.). D.F., México: CENGAGE Learning.

Kotler, F., & Armstrong, G. (2013). *Fundamentos de marketing* (Decimoprimera ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Kotler, F., & Keller, K. (2012). *Dirección de Marketing* (Decimocuarta ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Kotler, P., & Armstrong, G. (2012). *Marketing* (Decimocuarta ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Kotler, P., & Keller, K. L. (2012). *Dirección de Marketing* (Décimocuarta ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Kucuk Emiroglu, O. (1999). Market segmentation by using consumer lifestyle dimensions and ethnocentrism. *European Journal of Marketing*, 33(5/6), 470-487. Obtenido de <https://doi.org/10.1108/03090569910262053>

Lamb, C., Hair JR, J., & McDaniel, C. (2011). *Marketing* (11e ed.). D.F., México: CENGAGE Learning.

Lino Valverde, R. M. (2017). Estilos de vida en los universitarios cruceños. *Revista Semestral de Divulgación Científica, UTEPSA INVESTIGA*, 88-



101. Obtenido de
[http://www.utepsa.edu/v2/index.php?option=com_content&view=article
&id=659:revista-cientifica-utepsa-investiga&catid=73:revista-
cientifica&Itemid=339](http://www.utepsa.edu/v2/index.php?option=com_content&view=article&id=659:revista-cientifica-utepsa-investiga&catid=73:revista-cientifica&Itemid=339)

Manosalvas Vaca, L. O., Manosalvas Vaca, C. A., Gamboa Ríos, M. G., & Solis Morejón, V. C. (Septiembre-Diciembre de 2020). Evaluación de los Estilos de Vida y Valores de los Turistas que visitan la Amazonía Ecuatoriana. *INNOVA RESEARCH JOURNAL*, 5(3), 245-261. Obtenido de
[file:///C:/Users/Daly%20Molina/Downloads/Dialnet-
EvaluacionDeLosEstilosDeVidaYValoresDeLosTuristasQ-7878887.pdf](file:///C:/Users/Daly%20Molina/Downloads/Dialnet-EvaluacionDeLosEstilosDeVidaYValoresDeLosTuristasQ-7878887.pdf)

MediaSource. (19 de julio de 2020). *mediasource.mx*. Obtenido de mediasource.mx: [https://www.mediasource.mx/blog/segmentacion-de-
mercado#:~:text=El%20concepto%20de%20segmentaci%C3%B3n%2
0de,mercadotecnia%20alternativa\)%20define%20el%20tema.](https://www.mediasource.mx/blog/segmentacion-de-mercado#:~:text=El%20concepto%20de%20segmentaci%C3%B3n%20de,mercadotecnia%20alternativa)%20define%20el%20tema.)

Mellado-Sampedro, M., Pérez-Noriega, E., Árcega-Domínguez, A., Soriano-Sotomayor, M. M., & Arriola-Morales, G. (56-61 de Mayo-Agosto de 2011). Estilo de vida: Precursor de factores de riesgo cardiovasculares en adultos sanos. *Enfermería Cardiológica*, 19(2). Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfe/en-2011/en112b.pdf>

Mendoza Valda, J. (2022). ¿Influye la violencia contra las mujeres en el abandono del cursos en la universidad? En I. d. Administrativas, *Prevención de la VcM en las organizaciones bolivianas: Nuevas evidencias desde la Academia* (págs. 115-124). La Paz: Cooperación Alemana.

Ministerio de salud; Secretaría Nacional del Deporte. (s.f.). *paho.org*. Obtenido de [oaho.org: https://www.paho.org/uru/dmdocuments/WEB%20-
%20Guia%20de%20actividad%20fisica2%20-%20MSP-
compressed.pdf](https://www.paho.org/uru/dmdocuments/WEB%20-%20Guia%20de%20actividad%20fisica2%20-%20MSP-compressed.pdf)



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



- Mora Gonzáles, M. G., Magner Pulgar, N. S., & Marchnt Silva, R. (Septiembre-Diciembre de 2010). Segmentación de mercado de acuerdo a estilos de vida de consumidores de vino orgánico de la Región Metropolitana de Chile. *IDESIA*, 28(3), 25-33.
- Moya Espinosa, P. I. (2015). *Introducción ala mercadotecnia* (Primera ed.). Tunja: UPTC.
- MSc. Callejas de Burgoa, E. (2016). Estilos de vida universitaria de los estudiantes de la Universidad Mayor de San Andrés. *Científica Cepies*, 1(1), 31-41. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/pdf/escepies/v1n1/v1n1_a04.pdf
- Msc. Riveros Salazar, J. R. (2012). *Plan de estudios 2012 IV CONGRESO INTERNO*. La Paz.
- Naresh K., M. (2008). *Investigación de mercados* (Quinta edición ed.). Mexico: PEARSON EDUCACIÓN.
- Organización de las Naciones Unidas. (27 de Mayo de 2019). *agenda2030lac.org*. Obtenido de [agenda2030lac.org](https://agenda2030lac.org/estadisticas/indicadores-priorizados-seguimiento-ods.html#3): <https://agenda2030lac.org/estadisticas/indicadores-priorizados-seguimiento-ods.html#3>
- Organización Mundial de la Salud . (31 de agosto de 2018). *who.int*. Obtenido de [who.int](https://www.who.int/es/nes-room/fact-sheets/detail/healthy-diet): <https://www.who.int/es/nes-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *greenfacts.org*. Obtenido de [greenfacts.org](https://www.greenfacts.org/es/sustancias-psicoactivas/sustancias-psicoactivas-greenfacts.pdf): <https://www.greenfacts.org/es/sustancias-psicoactivas/sustancias-psicoactivas-greenfacts.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud. (Diciembre de 2015). *www3.paho.org*. Obtenido de [www3.paho.org](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=articl): https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=articl



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



e&id=10675:2015-iberoamerican-network-of-health-promoting-
universities-riups&Itemid=820&lang=es#gsc.tab=0

Organización Panamericana de la Salud; Organización Mundial de la Salud.
(2020). *PAHO.ORG*. Obtenido de *PAHO.ORG*:
<https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

Ramiez-Vélez, R., & Agredo, R. (2012). Fiabilidad y validez del instrumento
"Fantástico" para medir el estilo de vida en adultos colombianos. *Salud
Pública*, 14(2), 226-237. Obtenido de
<http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v14n2/v14n2a04.pdf>

Rangel-Lyne, L., & Ochoa-Hernández, M. L. (2012). El tiempo libre de los
estudiantes universitarios de la Facultad de Comercio y Administración
de Tampico. *Ciencia UAT*, 6(3), 20-26.

Roth, E. (1990). Aplicaciones comunitarias de la medicina conductual. *REvista
latinoamericana de psicología*, 22(1), 27-50. Obtenido de
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80522103.pdf>

Salazar-Torres, I., Varela-Arévalo, T., Lema-Soto, L., Tamayo-Cardona, J., &
Duarte-Alarcón, C. (Agosto de 2010). Evaluación de las conductas de
salud en jóvenes universitarios. *Salud Pública*, 12(4), 599-611.
Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v12n4/v12n4a07.pdf>

Schiffman, L., & Lazar Kanuk, L. (2010). *Comportamiento del consumidor*
(Décima ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Schiffman, L., & Lazar Kanuk, L. (2010). *Comportamiento del consumidor*
(Décima ed.). México: PEARSON EDUCACIÓN.

Solomon, M. (2013). *Comportamiento del consumidor* (Décima ed.). México:
PEARSON EDUCACIÓN.



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Tamayo Caballero, C., Alcocer R., H., Choque S., L., Chuquimia N., A., Condori S., P., Gutierrez F., I., . . . Mayta H, N. (2016). Factores y determinantes del consumo de comida chatarra en estudiantes de la Facultad de Medicina, Enfermería, Nutrición y Tecnología Medica, La Paz-Bolivia, 2016. *Cuadernos*, 55(3), 31-40.

Universidad Mayor de San Andrés. (2020). *umsa.bo*. Obtenido de *umsa.bo*: https://www.umsa.bo/programas-umsa/-/asset_publisher/UGcaErs6iuqN/content/seguro-social-universitario-la-paz/20142

UniversityGuru. (13 de septiembre de 2023). *universityguru.com*. Obtenido de *universityguru.com*: <https://www.universityguru.com/es/universidades--bolivia>

Zambrano Bermeo, R. N., & Rivera Romero, V. (2020). Estilos de vida de estudiantes de carreras tecnológicas en el área de salud. *Archivos venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(4), 440-447. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/559/55965385011/55965385011.pdf>

Zikmund, W., & Babin, B. (2009). *Investigación de Mercados*. D.F., México: Cengage Learning Editores, S.A.



ANEXOS

Anexo 1

Diseño del cuestionario autoadministrado

CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA VINCULADOS A LA SALUD DE LOS
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS

Marque con una (X) la opción más adecuada para usted

DATOS GENERALES

Sexo: Hombre Mujer

Presupuesto diario fuera de pasajes (recreo):

Menor o igual a 10Bs. 11-20Bs. Igual o mayor a 21Bs.

Ciudad donde vive: La Paz El Alto

Facultad

Semestre

ESTILO DE VIDA

1. ¿Dónde prefieres sentarte cuando tienes examen?

Adelante porque se y estudie con anticipación Al medio para poder preguntar a mis amigos las preguntas que no se Atrás para poder buscar en mi celular las respuestas

2. ¿Cómo te describes como estudiante?

Pregunto al docente si no entiendo, voy a la biblioteca Asisto a clase, presto atención a las materias que me interesan Llego tarde a clase, no me gusta que los docentes den mucha tarea

3. Cuando realizas alguna investigación, mayormente buscas información en ...

Bibliotecas Google Académico Cualquier página web

4. Saliendo de clases, ¿Dónde sueles ir con más frecuencia?

Al jardín para jugar o charlar con amigos A mi casa A discoteca, karaoke, bar

Otro. ¿Dónde?.....

5. ¿Cuándo no llega el docente a dictar su clase, que sueles hacer usualmente?

Repaso mis apuntes y adelanto mis tareas Voy a alguna cancha a jugar Veo mis redes sociales

Otro. ¿Cuál?.....

6. ¿Cuál fue la razón más importante por la que participaste del Bautizo de tu carrera?

Porque quería ir después a la fiesta Por vivir la experiencia universitaria No participe

Otro. ¿Cuál?.....

7. Participaste en la Entrada Universitaria ...

Para divertirme e ir a la fiesta Porque quería bailar en representación a mi carrera No participe

Otro. ¿Cuál?.....



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



8. ¿Qué deporte practicas y cuánto tiempo aproximadamente?

	Más de 30 minutos todos los días	30 minutos día por medio	Alguna vez al mes	No realizo
Fútbol/Futsal				
Voleibol/Wally				
Gimnasio				
Otro. ¿Cuál?.....				

9. ¿Cuántas horas generalmente duermes?

7 o más horas Entre 5 a 6 horas Menos de 5 horas

10. ¿Cuánto tiempo pasa después de que te levantas para que ingieras tu primera comida?

1 hora o menos Entre 1 a 3 horas Más de 3 horas

11. ¿Cuándo estas en la universidad que sueles comer y con cuanta frecuencia?

	Todos los días	Día por medio	Menos de 2 días a la semana
Fruta, verdura, fruto seco, cereal integral			
Ensalada de fruta, licuado, jugo			
Dulce, papa frita, piñón, empanada			
Salteña, sopa de fideo, pollo, pizza, hamburguesa			
Otro. ¿Cuál?.....			

12. ¿De dónde generalmente compras tus comidas cuando estas en la universidad?

Del comedor facultativo o universitario De pensión, restaurante, snack De kiosco, puesto de venta al paso

Otro. ¿Cuál?.....

13. Cuando compras alguna comida en la universidad, principalmente compras porque ...

Es saludable Es barato Es ligero

Es harto Otro. ¿Qué?.....

14. ¿Cuántos vasos de agua pura sin saborizante ni edulcorante bebes al día?

4 o más vasos por día De 2 a 3 vasos por día Menos de 2 vasos al día

15. ¿Cuál es el método anticonceptivo que utilizas cuando tienes relaciones sexuales?

No utilizo ningún método anticonceptivo No he tenido relaciones sexuales todavía

Preservativo (condón) Otro. ¿Cuál?.....

16. ¿Cuál es la modalidad de graduación que tienes en mente para salir profesional?

Tesis de Grado Trabajo Dirigido Proyecto de Grado

Internado Rotatorio Examen de Grado Otro. ¿Cuál?.....



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



17. Tipo de bebida alcohólica que consumes y frecuencia con la que consumes

	Entre semana	Fin de semana	Alguna vez al año	No consumo
Cerveza				
Vodka o Fernet				
Lix o Four loko				
Otro. ¿Cuál?.....				

18. ¿Crees que consumir bebidas alcohólicas es bueno o malo? Justifica tu respuesta

R.

19. Frecuencia con la que consumes cigarrillos ...

Diariamente Fines de semana Alguna vez al año No fumo

20. ¿Crees que fumar es bueno o malo? Justifica tu respuesta

R.

21. Según estudios, los universitarios consumen frecuentemente y en gran cantidad bebidas alcohólicas porque es normal en su entorno de amigos. ¿Tú qué opinas?

R.

22. Según estudios, los jóvenes universitarios que tienen padres o familiares que fuman suelen imitar ese comportamiento. ¿Tú qué opinas?

R.

23. Según estudios, los jóvenes universitarios imitan el consumo de comidas de los youtubers, tiktokers u otros influencers, sean o no comida saludables. ¿Tú qué opinas?

R.

Marque con una (X) las opciones más adecuadas para usted (SELECCIÓN MULTIPLE)

24. Te gustaría tener un espacio dentro de la universidad para ...

Hacer aerobicos, zumba, yoga Ensayar para la Entrada Universitaria Cantar, bailar

Estudiar mientras me alimento Descansar, dormir Jugar cartas, billar, pin pon, canchitas

Otro. ¿Cuál?.....

25. Si viajarías a la U Fest en Tarija, ¿Qué quisieras hacer?

Salir de fiesta con amigos Adquirir conocimiento en los seminarios No viajaría

Otro. ¿Qué?.....

26. El Bautizo de tu carrera debería ser ...

Un triatlón (competencia deportiva) Retos culturales Como siempre (ensuciarse y fiesta)

No debería existir Otro. ¿Cómo?.....



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



27. La Entrada Universitaria debería ...
Ser una expresión cultural libre de excesos Como siempre (bailar, bebidas alcohólicas y fiesta) No debería existir

28. ¿Qué te motivaría a realizar deportes o actividad física en la UMSA?
Un campeonato bien organizado Un intercambio estudiantil Infraestructura, equipos y entrenadores buenos
Horarios adecuados a puentes de materias Otro. ¿Qué?.....

29. Si la UMSA tuviera máquinas dispensadoras de productos saludables desde Bs.1 compraría ...
Jugos de frutas Frutos secos Frutas enteras
Cereales Yogurt Galletas de avena
Ninguno, me gusta la comida chatarra Otro. ¿Cuál?.....

30. Dentro de las facultades de la UMSA deberían vender ...
Fruta, verdura, fruto seco, cereal integral Ensalada de fruta, licuado, jugo Dulce, papa frita, pilfrut, empanada
Salteña, sopa de fideo, pollo, pizza, hamburguesa Otro. ¿Cuál?.....

31. El Seguro Universitario debería ...
Hacer evaluaciones de peso y talla anualmente Brindar asesoramiento en alimentación Recomendar rutinas de ejercicios
Otro. ¿Cuál?.....

32. ¿Qué materias te gustarían que estén dentro de la malla curricular de todas las carreras?
Educación física Educación alimentaria Salud sexual y reproductiva
Otro. ¿Cuál?.....

33. La UMSA debería ...
Mejorar el desempeño académico de sus estudiantes Tener políticas para garantizar ambientes libres de humo y reducir el consumo de tabaco Tener políticas para promover la actividad física y reducir el comportamiento sedentario
Tener políticas para reducir el uso de alcohol Tener políticas para promover una alimentación saludable Tener políticas para prevenir la violencia física, psicológica, sexual y de genero
Otro. ¿Cuál?.....

¡¡¡Muchas Gracias!!!



Anexo 2

Diseño de la guía de observación

GUIA DE OBSERVACION			
Facultad			
Fecha de la observación			
INSTRUCCIONES: Marque con una X en el casillero correspondiente los criterios observados			
Acciones a evaluar	Saludable	No saludable	Observación
TURNO MANANA			
Tipo de bebidas no alcohólicas que ingieren			
Tipo de comida que consumen			
Actividades que realizan en su tiempo libre			
Otro			
TURNO TARDE			
Tipo de bebidas no alcohólicas que ingieren			
Tipo de comida que consumen			
Actividades que realizan en su tiempo libre			
Otro			
TURNO NOCHE			
Tipo de bebidas no alcohólicas que ingieren			
Tipo de comida que consumen			
Actividades que realizan en su tiempo libre			
Otro			
OBSERVACIONES FINALES			



Anexo 3

Diseño de la ficha de análisis documental

FICHA DE ANALISIS DOCUMENTAL	
Autor	
Título	
Tipo de documento	
Fecha de publicación	
RESUMEN	



Anexo 4

Trabajo de campo



Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación



Facultad de Arquitectura



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Facultad de Ciencias Puras y Naturales



Facultad de Ciencias Sociales



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Facultad de Tecnología



Facultad de Ingeniería



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



Facultad de Agronomía



Facultad Derecho y Ciencias Políticas



ACTIVIDADES DE ENTRETENIMIENTO – EN SU TIEMPO LIBRE



Estudiar en las bibliotecas



Practicar deporte



Aprender a tocar instrumentos musicales



Hablar con amigos o ver las redes sociales en el celular

COMIDAS QUE INGIEREN



Snacks y comidas rápidas



ESTILOS DE VIDA UNIVERSITARIOS VINCULADOS A LA SALUD EN LA UMSA



PARTICIPACIÓN EN LOS BAUTIZOS DE CARRERAS

