



**DISEÑO METODOLÓGICO DE MEDICIÓN DE CALIDAD DE VIDA CON EL  
CUESTIONARIO SF-36 EN EMPLEADOS Y DOCENTES UTS DE BUCARAMANGA**

Proyecto de Investigación

ERIKA TATIANA GÓMEZ BERNAL

1099376556

BRAYAN MAURICIO PABÓN ARDILA

1098763451

**UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIO ECONOMICAS  
TECNOLOGIA DEPORTIVA  
Bucaramanga 04/07/2020**



**DISEÑO METODOLÓGICO DE MEDICIÓN DE CALIDAD DE VIDA CON EL  
CUESTIONARIO SF-36 EN EMPLEADOS Y DOCENTES UTS DE BUCARAMANGA**

Proyecto de Investigación

ERIKA TATIANA GÓMEZ BERNAL

1099376556

BRAYAN MAURICIO PABÓN ARDILA

1098763451

**Trabajo de Grado para optar al título de  
TECNOLOGÍA DEPORTIVA**

**DIRECTOR**

INGRID JOHANNA DÍAZ MARÍN

Ft, Mg. En Fisioterapia

Grupo de investigación, ciencia e innovación deportiva– GICED

**UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER**  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIO ECONOMICAS  
TECNOLOGIA DEPORTIVA  
Bucaramanga 04/07/2020

Nota de Aceptación

**APROBADO**

---

---

---

---



---

Firma del Evaluador 1



---

Firma del Evaluador



---

Firma del director

## DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado a mi madre y hermana quienes son mi motor, las cuales siempre me acompañan, apoyan, guían y aconsejan en la vida, además han sido de gran apoyo para culminar este proyecto.

Erika Tatiana Gómez Bernal.

Este trabajo se hizo realidad gracias a mi Dios primero que todo y quiero dedicarlo en memoria a mi madre fallecida Janeth Ardila quien fue la persona que más me ayudo para cumplir parte de este sueño. Mi padre José Luis Pabón Rodríguez, mi hermana Tatiana Pabón Ardila, mi novia quien ha estado siempre apoyando a seguir y a todos mis amigos más cercanos quienes de una u otra manera me ayudaron para que este proyecto fuera realidad.

Brayan Mauricio Pabón Ardila

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos primeramente a Dios por ser el guía de todos nuestros pasos, a la Unidades Tecnológicas de Santander, por brindarnos educación de calidad con excelentes docentes, al personal administrativo, a los directivos de la coordinación Deportiva por brindarnos la información, confianza y herramientas para llevar a cabo este trabajo de grado y finalmente a nuestra directora del proyecto Ingrid Johanna Díaz Marín por sus asesorías, acompañamiento, supervisión y tiempo dedicado.

## TABLA DE CONTENIDO

<b>RESUMEN EJECUTIVO .....</b>	<b>9</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>10</b>
<b>1. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>12</b>
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	12
1.2. JUSTIFICACIÓN .....	15
1.3. OBJETIVOS.....	18
1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....	18
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	18
1.4. ESTADO DEL ARTE .....	18
<b>2. MARCO REFERENCIAL .....</b>	<b>22</b>
2.1. MARCO TEÓRICO.....	22
2.2. MARCO LEGAL.....	28
2.3. MARCO CONCEPTUAL .....	30
2.4. MARCO AMBIENTAL .....	34
<b>3. DISEÑO DE LA INVESTIGACION .....</b>	<b>36</b>
<b>4. DESARROLLO DEL TRABAJO DE GRADO .....</b>	<b>37</b>
<b>5. CONCLUSIONES .....</b>	<b>51</b>
<b>6. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>53</b>
<b>7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>54</b>
<b>8. ANEXOS .....</b>	<b>63</b>

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> Pasos para calcular las puntuaciones del SF-36 .....	26
<b>Figura 2.</b> Pasos del diseño de la investigación .....	36

## LISTA DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> Descripción de las dimensiones del instrumento SF-36 .....	24
<b>Tabla 2.</b> Descripción de las puntuaciones en cada dimensión del cuestionario SF -36....	26
<b>Tabla 3.</b> Normas que incluyen las CVRS .....	29
<b>Tabla 4.</b> Normas ambientales .....	34
<b>Tabla 5.</b> Análisis de la evidencia Científica sobre investigaciones de la calidad de vida relacionada con la salud aplicando diferentes cuestionarios .....	39
<b>Tabla 6.</b> Variables sociodemográficas .....	47
<b>Tabla 7.</b> Variables del cuestionario SF-36 .....	48



## RESUMEN EJECUTIVO

**INTRODUCCIÓN:** En el campo laboral existen diferentes entornos en los cuales los trabajadores pasan el mayor tiempo de las horas del día ejerciendo sus tareas laborales, debido a que es el sustento económico de sus familias; pero aun así en ciertos entornos corren algunos riesgos físicos, psicológicos y ambientales, debido a esto se han iniciado con investigaciones sobre los riesgos que presentan los trabajadores en su espacio laboral, incluyendo valores sobre la calidad de vida relacionada con la salud; para realizar estos estudios se han implementado cuestionarios con puntajes valorados en una escala de menor a mayor, donde el mayor valor indica una excelente CVRS, este término es definido como la apreciación que tiene una persona desde su punto de vista acerca de su salud, capacidades y condiciones físicas con las cuales pueda realizar actividades de menor a mayor impacto. **OBJETIVO:** Plantear una propuesta metodológica de medición de la calidad de vida relacionada con la salud en empleados administrativos y docentes de las UTS, a través del cuestionario SF-36. **METODOLOGÍA:** Se desarrolló a través de una revisión teórica con el fin de plantear los procedimientos y requisitos óptimos en los cuales se debe aplicar este instrumento para ser aplicado a docentes y administrativos de las UTS. **CONCLUSIONES:** El cuestionario SF-36 es uno de los instrumentos más aplicados para medir la CVRS en diferentes espacios laborales. **RECOMENDACIONES:** Realizar un diagnóstico muy general de las características del entorno laboral que se va estudiar con el fin de determinar los factores de riesgos, luego seleccionar el instrumento más adecuado para determinar la CVRS.

**PALABRAS CLAVE:** Salud en el trabajo, calidad de vida, entorno laboral, cuestionario SF-36, estrés laboral.

## INTRODUCCIÓN

Con el paso de los años, se ha evidenciado en el entorno laboral gran preocupación por la salud de los trabajadores, debido a situaciones tales como accidentes y/o enfermedades laborales que se han generado después de varios años de trabajar bajo ciertas posturas o movimientos repetitivos en el mismo puesto de trabajo. Debido a esto, ha tomado importancia el concepto de calidad de vida relacionada con la salud en trabajadores, para tener en cuenta desde una perspectiva del mismo acerca de su percepción de su condición física, mental, moral y psicológica desarrollando sus compromisos laborales. El entorno laboral debe cumplir con las condiciones óptimas y ergonómicas para que el empleado pueda cumplir todas sus obligaciones en el tiempo establecido y de la misma manera, generar una satisfacción de éxito y gratificación por su trabajo. Sin embargo, existen diferentes situaciones donde las personas manifiestan que tienen una elevada carga laboral, que su puesto de trabajo no es ergonómico, generan demasiada presión, y que algunas veces pueden presentarse momentos de estrés y cansancio físico, entre otros, de lo cual se podría concluir que no tienen un manejo adecuado de la gestión y seguridad en el trabajo o que tienen dificultades para administrar su tiempo en sus actividades laborales.

En las Unidades Tecnológicas de Santander cuentan con empleados administrativos y docentes que tienen el apoyo desde los diferentes programas desde la oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo para atender sus necesidades, sin embargo, no se ha encontrado dentro de la revisión de la literatura, un estudio de la calidad de vida relacionada con la salud con un instrumento con buenas propiedades psicométricas, tal como el cuestionario SF-36 y que relacione ambos tipos de población. Este cuestionario es una herramienta utilizada para la valoración de la calidad de vida relacionada con la salud en docentes universitarios y el personal administrativo, por lo tanto el objetivo del proyecto es diseñar una metodología de aplicación para el

R-DC-125

INFORME FINAL DE TRABAJO DE GRADO EN MODALIDAD DE PROYECTO  
DE INVESTIGACIÓN, DESARROLLO TECNOLÓGICO, MONOGRAFÍA,  
EMPRENDIMIENTO Y SEMINARIO

VERSIÓN: 01

cuestionario SF-36, con el fin de analizar las respuestas de sus ítems para generar una descripción de la calidad de vida relacionada con la salud de los empleados administrativos y docentes de las UTS, en una investigación a corto o mediano plazo.

## 1. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La calidad de vida es un concepto multidimensional que, en el trabajador, se relaciona con su actividad laboral y su propia percepción, donde se cubran necesidades como la complacencia por el trabajo, la incorporación al puesto de trabajo y soporte institucional. (González, Hidalgo, Salazar y Preciado, 2009). Por año se presentan aproximadamente 160 millones de nuevos casos relacionados con enfermedades profesionales a nivel mundial, entre las que se encuentran los trastornos musculoesqueléticos pero que incluyen también enfermedades respiratorias, cardiovasculares, cáncer y enfermedades mentales y neurológicas, las cuales pueden estar asociadas con afectaciones directas al nivel de la calidad de vida relacionada con la salud en el campo laboral. (OMS, 2016).

El entorno laboral es un espacio que debe reunir unas características específicas para que el empleado pueda desempeñarse de forma óptima. En algunas situaciones, la calidad de vida puede verse afectada debido a condiciones tales como un clima laboral inadecuado, sobrecarga de labores y poca actividad física, las cuales influyen en la salud y en su desempeño laboral. (Ministerio de Salud, 2015).

Recopilando otros conceptos la calidad de vida se ha determinado con una definición controvertida para la sociedad, en las últimas décadas se ha logrado convertís en un tema primordial para la investigación y aplicación en el aspecto laboral este concepto ha sido empleado por varios sectores económicos como responsabilidad empresarial o laboral con el fin de tener en cuenta todos los factores positivos y negativos que influyen en sus trabajadores en los cuales puede afectar su desempeño laboral y su salud. (Ríos, A. 2012).

En algunos estudios se hablan acerca de enfermedades laborales invisibles, como se menciona a continuación: Aproximadamente mueren 2.350.000 personas anualmente por motivo de una pandemia que se relaciona con enfermedades dentro del ambiente laboral, se determina que casi 2.020.000 muertes son ocasionadas por los diferentes riesgos que tienen en su trabajo, en algunas ocasiones no se registran ni se reconocen y mucho menos presentan síntomas los cuales sirvan como signos de alertas para ejecutar acciones de prevención y control con el propósito de evitar daños a la salud de los trabajadores, este punto es importante debido a que se debe reconocer los factores que desarrollan cada una de estas enfermedades a través de impulsar nuevas investigaciones como la que ha iniciado la Escuela Nacional de Medicina del Trabajo, rigiéndose en el marco de la formación MIR, finalmente poder recolectar conocimientos de las actuales enfermedades laborales guiándose por el análisis informático de la más reciente bibliografía científica publicada.(Nieto, J. 2014).Cifras reunidas por la OIT la cual es la organización internación del Trabajo, alrededor de 2,78 millones de personas al año fallecen por motivos de enfermedades desarrolladas en el trabajo o accidentes laborales, debido a esto la OIT ha tomado medidas para estudiar las problemáticas que más sobresalen en el sector laboral, beneficiando a todos los trabajadores; su objetivo es concientizar a todo el mundo sobre los efectos de las lesiones, enfermedades y accidentes relacionados con el trabajo y el gran problema a nivel mundial que ocasiona las cifras tan alarmantes de las muertes de los trabajadores, poner a la salud y la seguridad en prioridad ante cada empresa sin importar su magnitud.

La salud y calidad de vida son términos que van de la mano en el sector laboral e influyen negativamente o positivamente tanto al empleado como a la empresa y la familia del mismo, dependiendo en el estado que se encuentre; hoy en día es preocupante la salud laboral debido a que estas enfermedades no presentan síntomas, son invisibles o nadie expresa su inconformidad por miedo a que sea

despedido, pero en algunas ocasiones su desempeño disminuye y a la misma vez su salud física o mental toma más fuerza aumentando la posibilidad de no poder seguir cumpliendo con sus obligaciones diarias.

Los empleados administrativos y docentes en las Unidades Tecnológicas de Santander cuentan con diferentes programas desde la oficina de Seguridad y Salud en el Trabajo para atender estas necesidades, sin embargo, no se cuenta con un perfil definido acerca de cómo se ve afectada la calidad de vida relacionada con la Salud para estos empleados.

Teniendo en cuenta todos los datos e información anterior se evidencia una necesidad de realizar el estudio a diferentes docentes y personal del sector administrativo de la universidad en vista que, ellos son un pilar importante en el funcionamiento óptimo de esta entidad educativa, para que sus estudiantes puedan adquirir sus conocimientos con personas aptas físicamente, emocionalmente y manifiesten tener una buena calidad de vida laboral; añadiendo que no se da a conocer la práctica de alguna prueba o test que logre describir la calidad de vida de los empleados actualmente existiendo un desconocimiento importante de las dificultades labores por las cuales puede estar presentando cada empleado.

¿Cuál es la metodología para evaluar la calidad de vida con el cuestionario SF36 en funcionarios administrativos y docentes de las UTS de Bucaramanga?

## 1.2. JUSTIFICACIÓN

Algunos aspectos de la vida están dominados o influenciados de modo significativo por la salud personal, hacen connotación a la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS). (Urzua, A. 2010).

Debido a que la calidad de vida es una medida subjetiva, se requieren cuestionarios que sean válidos y reproducibles para hacer un adecuado análisis de la información (Casa, J. Repullo, J. Lorenzo, S. Cañas, J. 2002). El cuestionario MOSSF-36 es un instrumento que mide aspectos positivos y negativos en 36 preguntas que se dividen en nueve dimensiones: salud general, salud mental, dolor corporal, rol físico, rol emocional, función física, función social, vitalidad y por último un ítem de cambio de salud a través del tiempo. (García H y Lugo L. 2002). El instrumento se ha validado transculturalmente y ya ha sido aprobado en Colombia en alguna población con las mismas características laborales. (Lugo L, García H y Gómez R. 2006). Este instrumento que en la aprobación al español se conoce como SF-36 ha sido utilizado durante años y es un método confiable para evaluar la CVRS. (Gemma, V. Ferrera, M. Rajmilb, L y Rebollo, P. 2005). Además, El SF-36 fue estructurado para ser aplicado durante una entrevista cara a cara con encuestados de 14 años en adelante o por vía telefónica. (Alonso J, Prieto L, Antó JM. 2003).

El formulario SF-36 que se utiliza para medir la calidad de vida en la salud, se elaboró en Estados Unidos para llevar a cabo en análisis de resultados clínicos en Medical Outcomes Study, MOS, a comienzos de los años noventa. El instrumento logra describir unas características del estado de salud en las personas al ser aplicados y se puede implementar en personas con alguna enfermedad determinada y a la población en general. Los estudios han sido de gran importancia para estimar la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) en grupos específicos y en cualquier tipo de comunidad, esto permite realizar comparaciones de las diferentes

cargas que provocan las enfermedades al ser humano, encontrar la eficiencia de los tratamientos en la salud de una población definida o una persona individualmente. Han sido revisados y evaluados aproximadamente 400 artículos y diferentes estudios médicos, los cuales permiten comparar los resultados esto gracias a las propiedades psicométricas de cada una de las preguntas por lo tanto es escogido como uno de los instrumentos con superior exactitud y potencial en el campo de las CVRS. (Vilagut, M; Montse, F; Rajmil, L, Rebollo, P; Miralda, G; Quintana, J; Santed, R; Valderas, J; Ribera, A; Salvany, A; Alonso, J. 2004).

Cuando se aplica la encuesta a una población, aquellos que presenten más altas puntuaciones medias en los dominios del SF-36: vitalidad, salud mental y salud general; al sumar todos los puntos de la encuesta, se tiene como conclusión que tiene una calidad de vida laboral buena, aunque se puede realizar un análisis minucioso de cada uno de los puntos para determinar cuál es el más bajo y así tener una mejor caracterización de los problemas que intervienen negativamente la calidad de vida relacionada con la salud. (Uribe, Y.; Dosman, V; Triviño, L; Agredo, R; Jerez, A.; Ramírez, R. 2010)

Además, este cuestionario resulta ser uno de los más aplicados, el cual aporta resultados descriptivos, predictivos o evaluativos de los grupos o de cada individuo en forma de puntuación de 0 a 100 en el cual se simplifica cada pregunta por dimensión de los puntos obtenidos y se resuelve atribuir diferentes estrategias con el fin de interpretar la suma total de los puntos, para finalizar con la caracterización del perfil de salud o calidad de vida global del sujeto. (Tuesca, R. 2005).

Los docentes en su proceso de enseñanza corren riesgos, es un cargo exigente por la dedicación que exige, compromiso y responsabilidad, ya que se tiene constante contacto con personas de diferentes edades (jóvenes en edades conflictivas, los padres de familia y compañeros de trabajo). Es un trabajo que se caracteriza por el



agotamiento, absentismos, agotamiento y manejar un grado de estrés alto. En el espacio laboral del docente se presentan diferentes tipos de violencia, el cual es un problema con mayor relevancia, interés y cuidado para los receptores de la información, los cuales deben soportarlos en la mayoría de ocasiones y hacer a un lado las agresiones verbales o de mal comportamiento de sus estudiantes incluyendo los riesgos medioambientales como el ruido y los riesgos físicos. A todo esto, se suman los aspectos psicosociales los cuales son características de la estructura del trabajo que intervienen en la salud del ser humano por medio de mecanismos psicofisiológicos, lo cuales son determinado como estrés, por lo tanto el estrés laboral, por lo tanto es una inferencia de la interpretación de los factores de riesgos de la naturaleza psicosocial optados por la organización del trabajo. (Calera, A; Esteve, L; Roel, J; Bona, V. 2014).

Las personas que trabajan en sectores administrativos, tienen limitada sus horas de actividad física, algunas veces tiene recargo de trabajo, sufren de diferentes enfermedades que afectan sus articulaciones, espalda, visión y demás; pero hay una que prevalece en todos los sectores de trabajo y es el estrés laboral el cual no se centra en el área profesional, ya que dispersa en la vida familiar y personal., puesto que la gran mayoría de personas todo su tiempo del día lo pasan gran parte del día en el trabajo, debido a que es parte central en su vida, como primordial fuente de sustento para su familia y formación de relaciones personales. En efecto, el trabajo tiene gran influencia en el estado de ánimo de las personas por lo tanto afecta su salud física y psicológica. (Chávez, L. 2016)

Esta investigación basa su importancia en plantear una propuesta metodológica para caracterizar la calidad de vida de los empleados docentes y administrativos universitarios y determinar cómo se ve relacionada con el desempeño del mismo, Así mismo, la información obtenida puede aportar a Bienestar Institucional para tomar

decisiones acerca de los programas dirigidos a esta población, a través del reconocimiento de los factores que influyen en la CVRS.

Este estudio aportará a la línea de investigación “Ejercicio Físico en Salud” del grupo GICED de las UTS.

### **1.3. OBJETIVOS**

#### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

Plantear una propuesta metodológica de medición de la calidad de vida relacionada con la salud en empleados administrativos y docentes de las UTS de la ciudad de Bucaramanga, a través del cuestionario SF-36

#### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Definir las bases teóricas que fundamentan la calidad de vida relacionada con salud, en empleados administrativos y docentes.
- Analizar la evidencia científica actualizada acerca de la calidad de vida relacionada con la salud en empleados administrativos y docentes a nivel regional, nacional e internacional.
- Diseñar los procedimientos para la medición de la calidad de vida relacionada con la salud en empleados administrativos y docentes de las UTS, a través del cuestionario SF-36.

### **1.4. ESTADO DEL ARTE**

En el año 1948, en la organización Mundial de la Salud (OMS) se determinó el concepto de salud como el “íntegro estado de bienestar mental, social, físico y

psicológico, no solamente la falta de una enfermedad”. En 1996 se realizó el Foro Mundial de Salud en cual se añadió el termino de Calidad de Vida definida como “la apreciación de un individuo sobre su realidad actual, en los espacios sociales, culturales y de formación de los valores en los que vive e intervienen sus objetivos, preocupaciones, normas y expectativas”. (Cardona, A y Agudelo, G. 2009).

El Grupo WHOQOL (del inglés World Health Organization Quality of Life) establece que en la calidad de vida concerniente con la salud se debe tener claro y de forma prioritaria la apreciación de la persona involucrada, así como también los factores multidimensionales que revelan diferentes aspectos de la vida del individuo, en los niveles emocionales, físicos, sociales e interpersonal entre otros (Robles, E. Rubio, B. De la Rosa, E. Nava, A. 2016). De igual forma incluye los diferentes sentimientos, pensamientos así sean positivos o negativos y también debe precisar los cambios que puede tener esta condición en el tiempo de vida del individuo (niñez, adolescencia, adultez, adulto mayor). (Misrachi, C. Espinoza, I. 2005)

El Grupo de Trabajo Europeo de la OMS (Levi, L., 2001) considera que para el 2020 el estrés sería la principal causa de mortalidad, relacionada con enfermedades cardiovasculares y depresión con riesgo suicida (Schwartzmann, L. 2003). En el área de la educación, se han realizado estudios que demuestran el factor estrés dentro del desempeño docente, característico de sus funciones y que diferencia su perfil epidemiológico de otras profesiones (Gómez, M. 2010). Se ha evidenciado que entre las patologías más prevalentes en el docente se encuentran las alteraciones circulatorias, diferentes enfermedades relacionadas con la voz y trastornos como la depresión y la ansiedad, lo cual conllevaría al deterioro de su calidad de vida. (Oramas et al., 2007; Arquero y Donoso, 2013). Estas condiciones han sido evaluadas por Bartoli y Tifner quienes señalan que debe existir una dignificación de la profesión docente debido al riesgo laboral al que se ven expuestos por su carga laboral y situaciones de estrés relacionadas con su trabajo (Bartoli y Tifner, 2006), Igualmente,

se ha encontrado que la labor docente implica en su mayor porcentaje un trabajo individual y aislado (Verdugo, J. 2008).

A nivel nacional, un estudio realizado en Bogotá a 230 docentes, demostró que existe la necesidad de implementar estrategias que fomenten las intervenciones de los docentes en la seguridad en el trabajo y gestión de la salud. (García, M y Muñoz, A. 2013). En otro estudio realizado en una institución superior pública de Cartagena a 150 docentes demuestra que el cansancio físico personal es uno de los factores que más se refleja en la calidad de vida debido a su desempeño laboral. (Bedoya, A; Vega, N; Severiche, C; Meza, M. (2017). De igual forma Matud, García y Matud (Matud, 2002), encontraron en personal docente, que los cambios negativos e incontrolables en la presión del trabajo con sintomatología somática, depresiva y ansiedad e insomnio, finalmente altos niveles de insatisfacción laboral. Así mismo, un estudio realizado en la ciudad de Medellín en profesionales docentes de enfermería encontró una tendencia al estrés laboral crónico o Burnout, lo cual los convierte en un grupo vulnerable en el área docente - asistencial. (Bareño, J; Berbesi, D; Montoya, C, 2008)

Por otra parte, a nivel de empleados de instituciones educativas desde la parte administrativa, se ha encontrado que en Ecuador se realizó un estudio a 447 individuos pertenecientes al sector administrativo de la Universidad Pública del Ecuador, donde se aprecia que los síntomas fisiológicos del estrés, lo cual es un indicativo de riesgo en términos de bienestar, se relaciona directamente con la calidad de vida. (García, M; González, R; Aldrete, M; Acosta, M y León, S. 2014). A nivel nacional se encontraron estudios en personal administrativo en Tunja con una población de 132 trabajadores adscritos a la Empresa Social del Estado en el cual los resultados demostraron insatisfacción por parte de éstos en sus condiciones laborales y, por tanto, son vulnerables al riesgo de una desestabilización en la calidad de vida laboral. (Moreno Á, Aranda C, Preciado M y Valencia, S. 2010). En Barranquilla la corporación universitaria de la costa efectuó una investigación en la cual su principal

objetivo era reconocer y caracterizar los factores de riesgos psicosociales extralaborales en 227 trabajadores de la parte administrativa, el valor de su nivel de estrés y su dominio en la calidad de vida de cada uno de ellos; se verifico que hay diferentes factores de riesgos en el traslados de vivienda-trabajo-vivienda, el factor de riesgos en la población de estudios obtuvo un porcentaje mayor a 75% cuando se suman los niveles muy alto, alto, medio y bajo. En esta posición, teniendo en cuenta los planteado por Gutiérrez y García (2005), el aumento o la presencia de altos niveles de estrés en los trabajadores, afecta directamente su desempeño y la calidad de vida en el área de la salud. (Romero-Díaz, C.H., Beleño, R., Ucros, M., Echeverría, A. y Lasprilla, S 2016). No obstante, no se encontró amplia evidencia científica a la fecha, referente a el análisis de la CVRS revisada para los términos de estudio.

## 2. MARCO REFERENCIAL

### 2.1. MARCO TEÓRICO

Para evaluar la calidad de vida en trabajadores se recomienda tener un conocimiento integral para el uso de los métodos objetivos que son para la valoración del entorno laboral y subjetivos para valorar cada trabajador de forma individual, considerando los diferentes espacios multidimensionales, psicosocial, la holística para contextualizar la calidad de vida del trabajador, los indicadores se deben formular a partir del puntos de vista del empleador, el trabajador y su entorno social, teniendo en cuenta los diferentes eventos laborales pasados o cambios en el entorno (Patlán, J. 2016).

La gran mayoría de encuestas que existen integran la apreciación de la calidad de vida percibida en la salud de cada uno de los individuos en sus rutinas de la vida cotidiana, por lo tanto, se ha convertido en un objetivo creciente de interés por las asociaciones de investigadores de universidades y relacionados al sector de la salud. El manejo de instrumentos para la reunir datos que caracterizan y midan el estado de salud de manera íntegra, asegura un acercamiento en la relación entre empleado-empresario o médico-paciente, de tal forma que se verán nuevas estrategias, opciones y mejorar en los diferentes tipos de prestaciones sociales o trabajos, en los cual se podrá dar una opinión concreta de la efectividad del manejo de la población. (Zúñiga, M; Carrillo, G; Peter J; Gandek, M; Medina, M. 1999).

Para estimar desde el punto de vista laboral la calidad de vida, se emplean diferentes herramientas las cuales se dividen en dos: las específicas son aquellas que se han implementado para estimar la CVRS en enfermedades determinadas, incluyendo las afectaciones sufrida por el uso de tecnologías, económicas y físicas;

posee un alto nivel de sensibilidad al cambio si se presenta algún problema de salud, el cual es una gran ventaja que tiene ante los otros tipos de cuestionarios, pero su desventaja es que no permite evaluar dos enfermedades al mismo tiempo. El segundo tipo de instrumento es llamado genéricos fueron establecidos para ser aplicados en individuos, grupos de poblaciones y en diferentes tipos de enfermedades, sin importar lo que les está dañando su calidad de vida. Tiene una gran ventaja de poder establecer diferentes comparaciones específicas y globales entre los factores que están afectando al individuo en las etapas. La productividad central está basada en la sociedad y la preparación para distribuir los recursos sanitarios. (Guzmán, A; Arocha, C; Castillo, I; Cueto, M; Armas, N. 2009).

El instrumento SF-36 es un cuestionario sobre la salud el cual corresponde al grupo de tipo genérico donde se evalúa la calidad de vida (donde el individuo estima su salud actual según lo note), está aprobado por varios estudios nacionales e internacionales, fue adaptado principalmente como una herramienta para valorar resultados médicos. Este cuestionario ha probado su capacidad para percibir las variaciones en la salud de la población y los cambios en la salud según su tipo de nivel socioeconómico, en distintos ambientes sociales, laborales e incluso en la enfermedad entre otras. (García, M; Santibáñez, M; Soriano, G. 2004). Para determinar la calidad de vida en pacientes, trabajadores o cualquier tipo de personas, el SF-36 es uno de los cuestionarios más comunes debido a su facilidad para contestar, utilidad y para obtener datos sobre la función mental, física y percepción de la salud. Asimismo, es un instrumento genérico de los más comunes para determinar la calidad de vida de los trabajadores, pacientes y cualquier tipo de individuo, en conclusión, es una herramienta fácil, útil, segura y confiable la cual brinda una descripción de la salud relacionada con su calidad de vida. El cuestionario SF-36 fue elaborado con un total de 36 preguntas con el fin de evaluar el estado mental y físico por medio de diferentes ítems (funcionalidad social, física, vitalidad, molestias físicas, salud mental, variaciones en la salud, problemas emocionales, la salud en general), en un rango de

0 a 100, donde el valor de 100 muestra el mejor estado de salud y 0 es considerando el más bajo estado de salud. Este cuestionario brinda diferentes garantías como su confiabilidad, es aprobada su validez además es aproximadamente corto. (Martínez, L; Segura, N; Antonio, A; Torres, A; Murillo, Erika. 2010).

En los ítems se encuentran de una manera clara descrita cada uno de sus contenidos:

**Tabla 1** Descripción de las dimensiones del instrumento SF-36

<b>DIMENSIONES</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
<b>Función física</b>	Mide las limitaciones de la salud en el desarrollo de actividades físicas como: autocuidado, subir escaleras, caminar al supermercado, llevar una bolsa, autocuidado entre otras
<b>Rol físico</b>	Evalúa el nivel de intervención que tiene la salud física en las actividades diarias y en el trabajo, por lo tanto, incluye el menor rendimiento al que desea, el impedimento en la ejecución de actividades.
<b>Dolor corporal</b>	Evalúa magnitud del efecto y dolor al realizar actividades laborales diarias incluyendo las labores en la casa.
<b>Salud general</b>	Suministra la evaluación personal actual de la salud, como la relaciona en un futuro y las probabilidades a enfermarse.
<b>Vitalidad</b>	Mide la vitalidad y el grado de energía cuando siente agotamiento o cansancio.
<b>Función social</b>	Permite describir los problemas de salud emocional o física que se interponen en la



	comunicación de las relaciones sociales diarias.
<b>Rol emocional</b>	Le da un nivel valorativo a la capacidad que tienen los problemas o dificultades emocionales en interferir en el desarrollo de las actividades diarias o de la casa y el trabajo lo que comprende la disminución de tiempo que le dedican a esas actividades, el rendimiento y la pérdida del cuidado en el trabajo.
<b>Salud mental</b>	Mide la ansiedad. Depresión, control emocional, control de conducta y la salud mental en general.

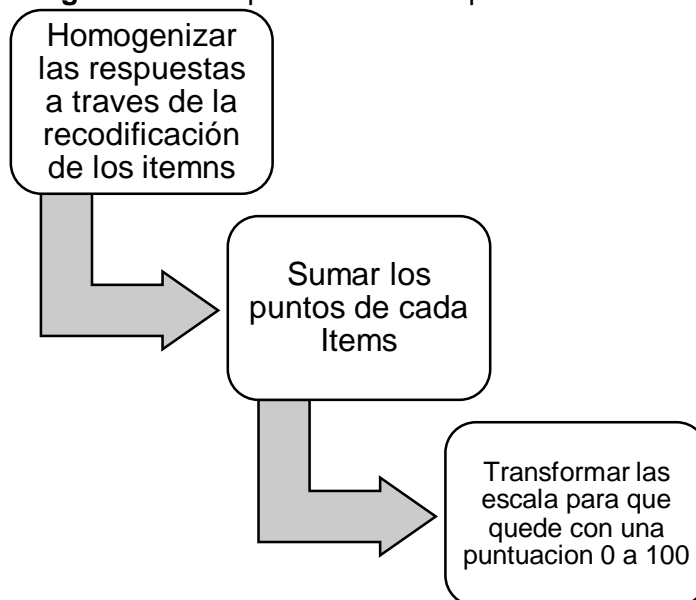
**Fuente:** Tuesca, R. (2005)

Con el pasar del tiempo se ha visto la obligación en varios países de estimar la salud vinculada a la calidad de vida en varios sectores de la sociedad, no obstante, Estados Unidos se creó el cuestionario original, por consecuencia se inició con la traducción en España debido a la necesidad de encontrar uno en idioma español, con esta traducción se han venido realizando diferentes estudios en Colombia, este procedimiento se hizo por dos personas que su idioma nativo es el español pero tenían estudios avanzados en inglés llamados bilingües, se inició una traducción independiente por cada uno de ellos con los diferentes ítems del instrumento y de las distintas respuestas con el fin de aplicarla en diferentes contextos; se siguieron los diferentes protocolos entre los varios países que formaron parte del proyecto internacional en la adecuación del primer instrumento original, en International Quality

of Life Assessment (IQOLA). (Vilagut, G; Ferrer, M; Rajmil, L; Rebollo, P; Permanyer, G; Quintana, J; Santed, R; Valderas, J; Ribera, J; Domingo, A; Alonso, J. 2004).

La gran mayoría de los indicadores de salud en el SF-36 están desarrollados por escalas, si es menor significa que su CV es de un nivel muy bajo, que sufre algunas dificultades para desarrollar sus actividades habituales y a mayor puntuación se refiere a una muy buena calidad de vida. Las puntuaciones se calculan después de aplicar el cuestionario, se debe llevar una secuencia:

**Figura 1** Pasos para calcular las puntuaciones del SF-36



Fuente: (Vilagut, G, 2010).

**Tabla 2.** Descripción de las puntuaciones en cada dimensión del cuestionario SF -36

**CONTENIDO DE LAS ESCALAS DEL SF – 36**  
**SIGNIFICADO DE LAS PUNTUACIONES DE 0 A 100**

<b>Dimensión</b>	<b># de ítems</b>	<b>Peor puntuación (0)</b>	<b>Mejor puntuación (100)</b>
<b>Función física</b>	<b>10</b>	Muy limitado para llevar a cabo todas las actividades físicas incluido ducharse a causa de la salud.	Realiza todo tipo de actividades físicas incluyendo las más vigorosas sin ninguna limitación debido a la salud
<b>Rol físico</b>	<b>4</b>	Debido a la salud física tienen problemas con el trabajo u otras actividades diarias	No tienen ningún problema las actividades diarias o el trabajo debido a la salud física
<b>Dolor corporal</b>	<b>2</b>	Dolor extremadamente limitante y muy intenso.	No sienten ningún dolor, por lo tanto, no sufren de ninguna limitación.
<b>Salud general</b>	<b>5</b>	Evalúa su salud propia como mala y cree que empeore.	Evalúa su propia salud como excelente
<b>Vitalidad</b>	<b>4</b>	Se siente cansado, agotado y exhausto durante todo el día.	Se siente muy dinámico y lleno de energía todo el tiempo
<b>Función social</b>	<b>2</b>	Interferencia extrema y muy frecuente con las actividades sociales normales, debido a	Lleva a cabo actividades sociales normales sin ninguna interferencia debido a

		problemas físicos o emocionales	o problemas físicos o emocionales.
<b>Rol emocional</b>	<b>3</b>	Problemas con el trabajo y otras actividades diarias debido a problemas emocionales.	Ningún problema con el trabajo y otras actividades diarias debido a problemas emocionales
<b>Salud mental</b>	<b>5</b>	Sentimiento de angustia y depresión durante todo el tiempo	Sentimiento de felicidad, tranquilidad y calma durante todo el tiempo.
<b>Ítem de Transición de salud</b>	<b>1</b>	Cree que su salud es mucho peor ahora que hace 1 año.	Cree que su salud general es mucho mejor ahora que hace 1 año.

**Fuente:** Gac Sanit. 2005

Las escalas del SF-36 se han utilizado en varios estudios y cuentan con la popularidad que, por su traducción directa del menor al mayor puntaje de los estados de salud posible, donde las puntuaciones son de 0 a 100 (Vilagut, G. 2010).

## 2.2. MARCO LEGAL

En Colombia existen varias leyes que velan por la seguridad social, física y psicológica de los trabajadores, en las cuales dan conceptos básicos para esclarecer ciertas dudas que surgen y también normas las cuales deben cumplir cada empresa

o empleador con el fin de generar un bienestar integral a sus trabajadores influenciado su calidad de vida

**Tabla 3. Normas que incluyen las CVRS**

LEY	DESCRIPCIÓN	AUTOR
<b>Ley 1562/2012</b>	Demarca un Sistema General de Riesgos Laborales como la agrupación de entidades, la creación de procedimientos y normas a seguir para alcanzar la prevención y protección de todos los trabajadores ante los accidentes, enfermedades y diferentes riesgos a los que se enfrentan en su ámbito laboral.	Ministerio de Salud
<b>Decreto 1443 de 2014</b>	Su objetivo principal es determinar las directrices de cumplimiento obligatorio con la finalidad de formar el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), el cual debe ser adoptado para todos los empleadores privados o públicos.	Ministerio de Trabajo
<b>Decreto 1477 de 2014</b>	Crea la nueva tabla de enfermedades laborales, establecido bajo los términos del Consejo Nacional de Riesgos Laborales, emitido en las sesiones 71 y 74 del 11 de junio y 20 noviembre de 2013, respectivamente.	Ministerio de trabajo

---

**Resolución 2646 del 2008** Define las responsabilidades de los Ministerio de la diferentes actores sociales, para la protección social. identificación, evaluación, prevención, y monitoreo de los diferentes factores de riesgos psicosocial que desarrollan en el trabajo los cuales afectan la calidad de vida.

---

**Decreto Ley 1295 de 1994** – Se define el sistema general de riesgos laborales se dictan algunas normas y procedimiento con la finalidad de prevenir accidentes y proteger la salud del trabajador. El ministerio de gobierno de la república de Colombia delegatario de funciones presidenciales

---

**Fuente:** Los Autores

## 2.3. MARCO CONCEPTUAL

### Calidad de Vida

Es una definición con diferentes conceptos los cuales dependen de cada entorno en la cual se evalúa o define, por lo tanto, es un concepto de medición compuesto por el bien mental, físico y social como lo siente o presenta cada individuo o grupo, según la felicidad, satisfacción y recompensa. (Ardila, R. 2003).

### Calidad de vida relacionada con la salud

Es una valoración subjetiva de como predomina la salud actual, en los ejercicios físicos que promueven el bienestar, la salud y el cuidado físico, en la faceta de cumplimiento de dichas actividades y un mantener un nivel óptimo de las funciones generales, las cuales permita desarrollarse correctamente, logre cumplir las metas propuesta y que todo lo anterior se refleje en el bienestar general. (Urzua, A. 2012).

### **Servicio de salud en el trabajo**

Es un grupo de dependencias en una empresa, las cuales tiene funciones esencialmente desde el área preventiva y se encargan de asesorar a los trabajadores, el empleador y los representantes de la compañía en temas de interés como: requisitos primordiales para conservar y establece un ambiente sano y seguro que proteja la salud mental y física en el entorno laboral y el acoplamiento a las diferentes habilidades de cada individuo en su trabajo, incluyendo su salud al iniciar el trabajo.

### **Enfermedades laborales**

Son aquellas enfermedades que presentan los trabajadores debido a la exposición de diferentes riesgos físicos como caídas, malos implementos de seguridad, exceso en horas de trabajos, presión laboral y de más que puede desencadenar enfermedades como: trastornos de aclimatación en el trabajo, presencia de cambios de humor ansioso, variaciones en el comportamiento o cambios del comportamiento y a la misma vez en sus emociones, trastornos psicóticos, agudos y transitorios, episodios depresivos, , presencia de depresión en los cambios de humor, variaciones consecutivas de humor, hipertensión arterial secundaria y otras más. (Ministerio del trabajo, 2014).

### **Instrumentos para medir CVRS**

Estos instrumentos son cuestionarios los cuales se emplean con el fin de evaluar los cambios probables de un entorno en el tiempo y definir los resultados de una intervención, con el cual se permita valorar la calidad de vida. (Tuesca, R. 2005)

- **Cuestionarios de medición de calidad de vida**

La calidad de vida es un tema amplio que reúne diferentes entornos por lo tanto existen varias áreas de estudios que se interesan en este tema como: médicos, sociales, deportivos entre otros, debido a esto se han desarrollado diversos cuestionarios para determinar o poder describir la CV de un grupo de personas determinados, estos cuestionarios pueden ser genérico o específicos ( según la característica general del grupo a practicar el estudio), estos cuestionarios han logrado demostrar su susceptibilidad al cambio, la confiabilidad de sus propiedades psicométricas y validez. (Sanjuas, B. 2005). Los cuestionarios que más influencia tiene en la revisión de la calidad de Vida son:

**a) Cuestionario WHOQOL-BREF**

Es un cuestionario derivado del WHOQOL-100, clasificado en los de tipo genéricos, el cual contiene 26 puntos, de los cuales 24 preguntas donde demarcan una descripción individual de la calidad de vida en cuatro secciones denominadas: relaciones sociales, medio ambiente, bienestar físico y relaciones psicológicas. (Cardona, J. Higueta, L. 2014).

Este cuestionario genera una reseña de cómo percibe la persona que lo realiza su calidad de vida; se diseñó para usarlo en una población con características generales como pacientes. En la actualidad se utilizan las únicas dos versiones creadas que son el WHOQOL-BREF y el WHOQOL-100, las dos tienen



investigaciones de su comprobación al español que siguen actualizándose. El cuestionario tiene un tiempo de referencia aproximado de dos semanas, este cuestionario debe ser autoadministrado, existen excepciones cuando las personas no sean capaz de escribir o leer por motivos de educación, salud o cultura poder se ejecutada por medio de una entrevista. (Torres M, Quezada M; Rioseco R, Ducci ME. 2008)

### **b) Cuestionario QLQ-C30**

Este cuestionario se emplea para encontrar una descripción del nivel de CV de una persona, lo integran 30 preguntas las cuales valoran la calidad de vida en características físicas, sociales, emocionales. Este cuestionario es específicamente para personas que sufren de cáncer valora el nivel de funcionalidad de los pacientes. Esta traducido por más de 80 idiomas. (Bermúdez, H; Moreno, J; Fonseca, A. 2013). Las escalas incluyen múltiples ítem los cuales se describen de la siguiente manera: cinco funcionales (cognitiva, emocional, social y física), tres síntomas (nausea-vomito, dolor y fatiga), la última que evalúa como influye la salud general en lo niveles de calidad de vida. Para cuantificar los resultados de cada ítem de forma individual se suma los puntos y se divide entre la cantidad de ítems que conforman el rango, con el fin de obtener unos valores de 0 a 100 mencionadas en las guías y formulas dadas en el EORTC QLQ-C30 Scoring Manual. (Muñoz, A; Morán, M; Solano, P; Balderas, M; Rivera, D; Iñiguez, A; Salcedo, García de Alba, J. 2012)

## **Salud ocupacional**

Es lograr el mayor nivel de bienestar social, psicológico, físico y mental de los trabajadores sin importar el tipo de trabajo y sus diferentes ocupaciones por medio de

la prevención de la salud, control de seguridad y riesgos, periodos de adaptación al trabajo. (OMS, 2018).

## 2.4. MARCO AMBIENTAL

Los diferentes tipos de empresas están en la obligación de brindar a sus trabajadores entornos laborales óptimos los cuales velen por la seguridad de sus trabajadores, así mismo brindar las capacitaciones con el fin de cuidar el medio ambiente y mitigar los impactos que se puedan generar por la empresa en la que laboran. En este proyecto se relacionan son las normas técnicas de carácter voluntarios que cualquier empresa o institución puede adoptar, manejando diferentes aspectos como el desempeño ambiental, seguridad laboral, bienestar del empleado y salud ocupacional para mejorar diferentes servicios que presta, a su vez minimizar los impactos y riesgos en la ejecución de sus actividades. Las normas técnicas ambientales establecidas son las que se describen a continuación:

**Tabla 4. Normas ambientales**

<b>NORMAS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
<b>ISO 9000</b>	Se dictan los sistemas de gestión de calidad que integran los servicios y productos. Los campos de aplicación son: cuando las empresas quieren llegar al éxito a través de llevar a cabo un sistema de gestión de calidad, la persona adquiere un producto o servicio en busca de la capacidad y confianza los cuales cumplan con los requisitos y expectativas, aplican la

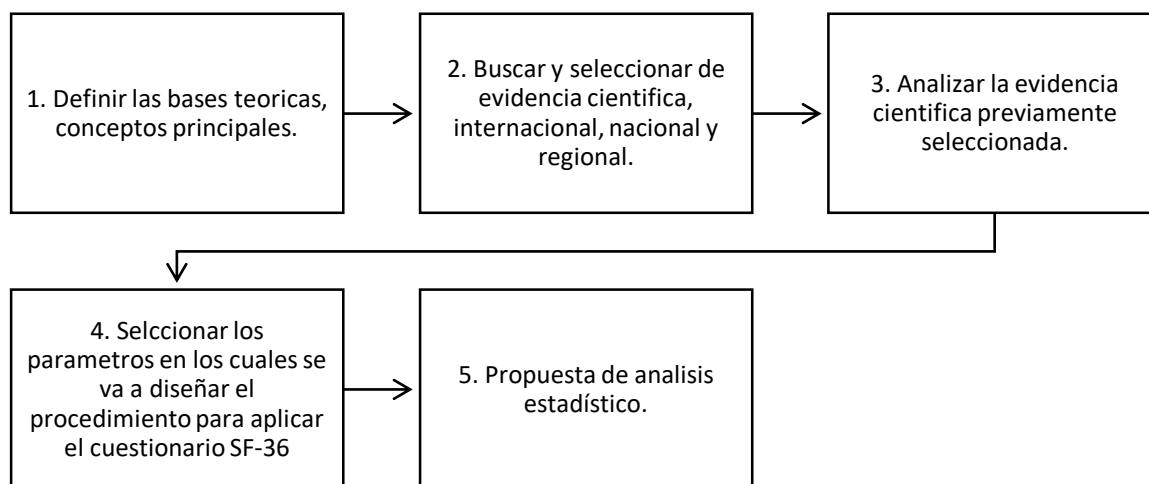
	<p>confianza en su cadena de suministros y finalmente buscan mejorar la comunicación mediante la ampliación y comprensión del vocabulario empleado en el área de gestión de calidad.</p>
<p><b>ISO 14000</b></p>	<p>Sistema de gestión ambiental, donde se crean los documentos que reglamentan los servicios o procedimientos para determinar los impactos que afectan al trabajador, así poder determinar estrategias de seguimiento y control. También incluye la organización de la estructura donde se organizan los cargos dentro de una empresa, responsabilidades, practicas, las actividades de y los recursos para lograr, implementar, desarrollar, revisar y mantener la política ambiental.</p>
<p><b>OSHAS 18000</b></p>	<p>Es un sistema de seguridad industrial y seguridad ocupacional de los trabajadores implementado la administración ambiental y los requisitos para cumplir niveles de alta calidad. Los principales objetivos de esta norma es planificar para controlar, identificar y evaluar los riesgos que pueden sufrir los empleados durante sus horas laborales, la preparación y respuesta rápida ante emergencias y la supervisión, medición y mejorar el rendimiento.</p>

**Fuente:** Autores

### 3. DISEÑO DE LA INVESTIGACION

El estudio ha sido planteado como una propuesta metodológica para ser desarrollado a través de un método descriptivo con el fin de realizar la medición de la CVRS en empleados administrativos y docentes de las UTS. La propuesta estuvo fundamentada desde el análisis de bases documentales científicas donde se haya aplicado el cuestionario SF-36 con la finalidad de evaluar la CVRS.

**Figura 2.** Pasos del diseño de la investigación



Fuente: Los autores

## 4. DESARROLLO DEL TRABAJO DE GRADO

### PASO 1. DEFINICIÓN DE LAS BASES Y FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Este paso se realizó con el fin de conocer, identificar y aprender los diferentes conceptos que se manejan en un entorno laboral definido, teniendo en cuenta el análisis de la calidad de vida relacionada con la salud de los trabajadores, se definieron los conceptos en escala de prioridad según la investigación que se está realizando:

1. Salud: Definición, conceptos relacionados.
2. Calidad de vida: Definición, historia, aplicaciones, estudios.
3. Calidad de vida relacionada con la salud: Definiciones, estudios realizados
4. Instrumentos de medición de Calidad de vida: Escala de Calidad de Vida (ECV), WHOQOL-BREF, QLQ-C30, KDQOL-36, SF-36.
5. Enfermedades laborales: miembros superiores, dolor lumbar, trastorno osteomuscular, depresión.
6. Estrés laboral: Definición, síntomas, afectaciones a la salud
7. Seguridad Laboral: Definición, aplicaciones
8. Reglamento de Salud en el trabajo: Definición, campo de acción, implementación.

### PASO 2. BÚSQUEDA DE EVIDENCIA CIENTÍFICA.

Se realizó la búsqueda de artículos científicos donde se aplique el cuestionario SF-36, con el propósito de evaluar la calidad de vida de un grupo de personas, especialmente enfocados en los docentes universitarios y personal administrativo. Los artículos fueron tomados de los buscadores académicos Google académico, Scielo, Scindirect, que fueran publicados entre los años 2004 a 2019 y con palabras claves como: calidad de vida, enfermedades laborales, instrumentos para valorar la CV, calidad de vida en personal administrativo y docentes, CV en personal universitario.

### **PASO 3. ANÁLISIS DE ESTUDIOS ENFOCADOS EN LA CALIDAD DE VIDA**

En la tabla a continuación, se encuentra la revisión de los estudios de calidad de vida que fueron analizados para la presente investigación

**Tabla 5.** Análisis de la evidencia Científica sobre investigaciones de la calidad de vida relacionada con la salud aplicando diferentes cuestionarios

AÑO	AUTORES	PAIS	POBLACIÓN	VARIABLES	INSTRUMENTOS	RESULTADOS
2004	García, M; Santibáñez, M; Soriano, G	Colombia	3915 trabajadores de 239 empresas	Salud general, salud mental. Función física, función social, desempeño emocional.	SF-36	La logro percibir que la calidad de vida en los trabajadores por características personales y de la empresa como el tamaño y nivel de riesgo. El cuestionario SF-36 es una herramienta de gran utilidad para valorar la CVRS debido a su validez y componentes primordiales en la salud.
2006	Lugo, A. García, H. Gómez C	Colombia	605 persona mayores de 18 años.	Salud mental, cambios en la salud, función física, desempeño	SF-36	El cuestionario después de su traducción al español presenta altos porcentajes de

				emocional, desempeño físico, vitalidad y dolor físico.		fiabilidad al aplicarlo en la población colombiana.
2008	Bareño, J. Berbesi, D. Montoya, C.	Colombia	150 personas de siete planteles educativos en Medellín con cargos de docentes, enfermeros profesionales, tecnólogos, auxiliares y profesionales de enfermería.	morbilidad sentida y variables sociodemográficas laborales.	Maslash Burnout Inventory (MBI).	El síndrome de Burnout tiene prevalencia en un 94,7% en enfermeros docentes.



2010	García, M; Muñoz, A.	Colombia	230 profesores de la Universidad Nacional pertenecientes a la facultad de enfermería.	Edad, sexo, años laborando, practica otra labor, cuantas horas trabaja	Orelac-Unesco	Los resultados mostraron que es importante involucrar a los docentes en actividades que promuevan la gestión en salud y seguridad en el trabajo.
2011	Cañón, S. Martínez, G	Colombia.	89 trabajadores de la salud.	Edad, genero, estrato socioeconómico, profesión, estado civil, especialidad, años en la institución, cargo, tipo de vinculación, área de trabajo, Salud general, Riesgos Psicosocial, calidad de vida laboral y Síndrome de	Questionnaire Maslach Burnout Inventory (HHS). Cuestionario de calidad de vida profesional – CVP-35.	Los trabajadores de la salud tienen sobre carga de trabajo, pero reciben gran apoyo de la parte directiva, demuestran una calidad de vida media.

				desgaste profesional "Burnout".		
2012	Valdovino, C, Zaldívar, F; Díaz, C; Athié, C	México	67 pacientes	Variables sociodemográficas, dolor corporal, desempeño físico y emocional, vitalidad y salud mental.	SF-36	Se pudo observar que los pacientes después de la operación se vio una mejoría en los niveles de calidad de vida, por lo tanto, el cuestionario brinda resultados acertados con alta confiabilidad.
2012	Peralta, N; Godoy, V; Harter, R; Miller, L.	Argentina	100 trabajadores de primera atención en la salud.	Salud mental, dolor corporal, vitalidad, desempeño físico y emocional	SF-36	Se logro demostrar que el instrumento cuenta con todos los parámetros necesarios para realizar una descripción optima de la CV en la salud.
2014	García, M; González, R; Aldrete,	Ecuador	447 docentes con una edad promedio de 47 años.	Síntomas de comportamiento social, intelectuales, fisiológicos de estrés,	CVT-GOHISALO" y "Evaluación de Síntomas de Estrés	La calidad de vida en el trabajo en un tema multidimensional en el cual se deben crear estrategias

	M; Acosta, M; León, S.			psicoemocionales y laborales.		para cubrir todas las necesidades del trabajador.
2015	Cardona, J. Ospina, L. Eljadue, A.	Colombia	565 personas mayores de edad, residentes de Rionegro, Antioquia	salud psicológica y física, relaciones sociales, desempeño emocional, salud mental y función social.  Desempeño físico, dolor corporal, funciones físicas, vitalidad y salud general.	WHOQOL-BREF  moss-f36	Los dos cuestionarios presentaron un gran desempeño, fiabilidad, medidas fiables y validas, por lo anterior se puede aplicar en diferentes tipos de poblaciones.
2016	Rodar, L. Araujo, R. Trejo, P.	México	107 personal de enfermería	Entorno laboral  Dolores musculoesqueléticos.  Riesgo laboral	CVP-35	Los niveles de calidad de vida laboral en el personal son bajo debido al entorno de trabajo.

2016	Romero-Díaz, C.H., Beleño, R., Ucros, M., Echeverría, A. y Lasprilla, S	Colombia	227 trabajadores del área administrativa de la universidad	Factores psicosociales, características intrínsecas al trabajador, horas extra laborales.	Cuestionario diseñado por Castillo y Villalobos en 1996 para la evaluación del estrés	El personal administrativo sufre de estrés laboral debido a la carga de trabajo y el horario de trabajo.
2017	Bedoya, A; Vega, N; Severiche, C; Meza, M	Colombia	150 personas con nombramiento de docencia en una institución superior pública	sociodemográficas, laborales y de morbilidad sentida	Maslach Burnout Inventory (MBI).	Las mujeres son las más influenciado por temas como estrés y la realización personal. Según el área de desempeño de los docentes varia significativamente el agotamiento emocional.

Fuente: Los autores

## PASO 4. PLANTEAMIENTO DEL DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

Dadas las condiciones mundiales actuales, se realizó la propuesta para la metodología de un proyecto de investigación que pueda ser realizado a un corto o mediano plazo. Los criterios que son planteados para el proyecto son:

### **1. Población:**

Docentes de cátedra, medio tiempo y tiempo completo de los programas de las UTS y empleados administrativos de la misma institución. La información será obtenida por medio de correos electrónicos o números de celular gestionados por medio de bienestar institucional.

### **2. Muestra:**

Los resultados esperados en la aplicación de la encuesta es una descripción de la CVRS en los empleados de las UTS, son estudios descriptivos que provienen de ejercer su trabajo diariamente, existen dos métodos para hallar la muestra de la población escogida, tomados de Aguilar, S (2012):

TIPO CUALITATIVO: se refiere cuando la muestra tiene una condición, característica o cualidad (El sexo de una persona: femenino o masculino), esta se calcula de la siguiente manera:

- Se desconoce la población total de la muestra que integran la población objeto de estudio o la población es mayor a 10.000, esto corresponde a una población infinita se calcula con la siguiente formula:

$$n = \frac{z^2 s^2}{d^2}$$

- Cuando la se tiene el valor exacto de la población se denomina finita:

$$n = \frac{NZ^2S^2}{d^2(N-1) + Z^2S^2}$$

Donde:

n = tamaño de la muestra

N = tamaño de la población

Z = valor de Z crítico, calculado en las tablas del área de la curva normal. Llamado también nivel de confianza.

$S^2$  = varianza de la población en estudio (que es el cuadrado de la desviación estándar y puede obtenerse de estudios similares o pruebas piloto)

d = nivel de precisión absoluta. Referido a la amplitud del intervalo de confianza deseado en la determinación del valor promedio de la variable en estudio.

### **3. Método de recolección de la muestra**

La recolección de la muestra de realizara por medio un muestreo aleatorio simple, donde se elegiría al azar las personas que harán parte del estudio por medio de un sorteo, lo importante es tener claro cuantas personas se necesitan y asignarle un número a cada participante a la hora de realizar el sorteo.

### **4. Criterio de inclusión**

Involucrar las características particulares que se le atribuyen a una persona u objeto de estudio para que sea parte de la investigación. Para esta propuesta metodológica serán:

- Género: Docentes y empleados administrativos tanto de género masculino como femenino.
- Edad: Mayores de 18 años

### 5. Criterios de exclusión

Son condiciones que pertenecen a una persona por las cuales no puede hacer parte de la muestra a estudiar en esta investigación.

- Menores de edad
- Estudiantes de las UTS.

### 6. Variables del estudio:

Tabla 6. Variables sociodemográficas

VARIABLES	DESCRIPCIÓN
<b>SOCIODEMOGRÁFICAS</b>	
<b>GÉNERO</b>	Masculino / Femenino
<b>EDAD</b>	Mayor de 18 años
<b>CARGO</b>	Administrativo/ Docente
<b>TIEMPO QUE LLEVA LABORANDO EN LA INSTITUCIÓN</b>	Años/mes/días
<b>MODALIDAD DE CONTRATACIÓN:</b>	Indefinido/ Temporal / Formación y aprendizaje / Practicas
<b>HORAS LABORALES/ SEMANALES</b>	El tiempo total que trabaja a la semana en horas.

Fuente: Los autores

**Tabla 7. Variables del cuestionario SF-36**

<b>VARIABLES DEL CUESTIONARIO SF-36</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>
<b>FUNCIÓN FÍSICA</b>	La frecuencia con que realiza actividades físicas
<b>ROL FÍSICO</b>	Qué tipo de actividad física realiza, los hace por salud, recreación o deporte.
<b>DOLOR CORPORAL</b>	Describe si siente dolor al realizar actividades cotidianas como caminar, subir escaleras etc.
<b>SALUD GENERAL</b>	Si ha sentido algún dolor en las últimas semanas
<b>VITALIDAD</b>	Tiene la suficiente energía para realizar las actividades laborales, las labores de la casa y actividad física.
<b>FUNCIÓN SOCIAL</b>	Como se desenvuelve con las personas de su entorno laboral.
<b>ROL EMOCIONAL</b>	Los estados emocionales interfieren con el trabajo.
<b>SALUD MENTAL</b>	Siente que su trabajo compromete la salud mental.

Fuente: Los autores

## **7. Diseño del estudio:**

La presente investigación tiene un diseño de tipo descriptivo debido a que se busca describir la situación actual de la calidad de vida en los empleados



administrativos y docentes de las UTS, también involucra los factores que influyen en la misma, además se proporcionan datos sobre los cuales se basan teorías o hipótesis razonables (Veiga de Cabo, J; Fuente, E; Zimmermann, M. 2010), por medio del cuestionario SF – 36.

## **8. Consentimiento informado**

Se elaboró una propuesta de consentimiento informado para que todos los participantes puedan firmar su autorización al ingresar al estudio, respetando los derechos de confidencialidad, descritos en la Declaración de Helsinki. Además, serán informados totalmente del procedimiento a realizar, antes de colocar su firma. Añadiendo a lo anterior se establece como un estudio sin riesgo en la resolución 8430 de 1993 del ministerio de salud en el artículo 11 donde se define una “Investigación sin riesgo: son aquellos estudios donde se utilizan métodos y técnicas para una retrospectiva investigación documental, en el experimento de cambios intencionados de variables fisiológicas, psicológicas, biológicas y sociales, donde no se produce ninguna alteración al participante; son considerados, cuestionarios, entrevistas y otros donde no se revisen, ni identifiquen aspectos sensitivos de su conducta”. (Ministerio de salud, 2019) (Anexo el formato del consentimiento informado).

## **9. Aplicación de la encuesta**

La encuesta será aplicada teniendo en cuenta la disponibilidad de tiempo que tenga cada trabajador, se puede realizar de dos maneras:

- Presencial: el formato será impreso y entregado al participante para que lo resuelva en el tiempo estimado.
- Virtual: El cuestionario será enviado al correo electrónico o WhatsApp por medio de un formato Google Forms

## **PASO 5. Propuesta de análisis estadístico**

Elaborar la base de datos por duplicado en Microsoft Excel® de todas las variables sociodemográficas y de las variables del cuestionario SF-36 y exportarla a STATA 12.0. Así, se podrán realizar medidas de tendencia central y dispersión, para describir las características de los participantes. Se plantea que se busque la normalidad de las variables, para decir qué pruebas se deben utilizar según su escala de medición. Se considera buscar relación entre variables y así poder establecer diferencias entre la calidad de vida relacionada con la salud de los docentes, short form 36 y del personal administrativo.

## 5. CONCLUSIONES

En la búsqueda de conceptos para poder entender de la mejor manera la calidad de vida relacionada con la salud se puede dar a conocer como la percepción que tiene el ser humano sobre su propia vida, teniendo en cuenta los factores básicos así como la salud, el trabajo, estado físico, relaciones sociales y demás, por lo tanto la CV es una variable de estudio importante en los entornos laborales debido a que se ha visto afectada en algunos docentes y personal administrativo por estrés y diferentes riesgos laborales en los cuales se ven expuestos en sus días de trabajo.

En la revisión teórica se escogieron 12 estudios donde el más antiguo corresponde al año 2004 y el más reciente al año 2017 en los cuáles se evaluaba la calidad de vida, por medio de diferentes cuestionarios, pero se logra resaltar el SF-36 debido a que sus resultados son más consistentes y específicos en todos los aspectos físicos y psicológicos, incluyendo que se puede aplicar en menor tiempo. Por lo tanto, se puede deducir que el instrumento SF-36 es el más común, tiene un alto porcentaje de fiabilidad y cuenta con la facilidad para aplicar en diferentes grupos de personas con la finalidad de generar una descripción de la calidad de vida de cada uno de ellos y de esta manera, tener herramientas para tomar acciones para implementar programas de prevención.

La metodología para aplicar dicho cuestionario es sencilla, practica y fácil de aplicar: donde el encuestador tendrá de manera ordenada todos los datos necesarios para generar una descripción de la CV y el participante logrará entender todo lo descrito en la encuesta. Por lo anterior, se confirma que el cuestionario SF-36 es apto para determinar la CVRS en docentes y personal administrativo de las Unidades Tecnológicas, pues que su metodología de aplicación es sencilla y segura, además

para su aplicación requiere un requisito mínimo que es el consentimiento informado, donde al participante de la investigación se le da toda la información pertinente.

## 6. RECOMENDACIONES

Es importante saber identificar los factores de riesgos laborales que se originan en el entorno laboral, para reconocer el instrumento más adecuado en la generación de investigaciones para describir la calidad de vida en un grupo de personas determinado o en un solo individuo.

Se debe establecer una metodología exacta para definir la muestra real de la población elegida con el fin de establecer parámetros más definidos y resultados confiables.

Se recomienda en futuras investigaciones, realizar un diagnóstico inicial de las enfermedades más comunes que se presentan, además de aplicar un cuestionario de calidad de vida, también se puede incluir un instrumento que evalúe solamente el efecto de una enfermedad determinada en la CVRS de cada participante.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alonso J, Prieto L, Antó JM. (2003). Cuestionario de Salud SF-36 versión española (versión 2) Disponible en: [http://www.ser.es/wp-content/uploads/2015/03/SF36\\_CUESTIONARIOpdf.pdf](http://www.ser.es/wp-content/uploads/2015/03/SF36_CUESTIONARIOpdf.pdf)

Aplicaciones de un instrumento diseñado por la OMS para la evaluación de la calidad de vida. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2014.v40n2/175-189/es#:~:text=El%20WHOQOL%20DBREF%20es%20un,relaciones%20sociales%20y%20medio%20ambiente.>

Ardila, R. (2003). Calidad de vida: una definición integradora. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>

Bareño, J; Berbesi, D; Montoya, C- (2008). factores asociados al síndrome de burnout en docentes de enfermería, Medellín Colombia. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2390/239016508004.pdf>

Bedoya, A; Vega, N; Severiche, C; Meza, M. (2017). Síndrome de Quemado (Burnout) en Docentes Universitarios: El Caso de un Centro de Estudios del Caribe Colombiano. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50062017000600006&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50062017000600006&script=sci_arttext&tlng=en)

Bermúdez, H; Moreno, J; Fonseca, A. (abril, 2013) Medición de la calidad de vida por el cuestionario QLQ-C30 en sujetos con diversos tipos de cáncer de la ciudad de Bucaramanga-Colombia. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-)



Declaración de Helsinki de la asociación médica mundial principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. disponible en : [https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/etica/declarac\\_helsinki\\_ivestigacs\\_medicas\\_serres\\_hum.pdf](https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/etica/declarac_helsinki_ivestigacs_medicas_serres_hum.pdf)

García, M; Muñoz, A. (2013). Salud y trabajo de docentes de instituciones educativas distritales de la localidad uno de Bogotá. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/42690/44192>

García, M; González, R; Aldrete, M; Acosta, M; León, S. (agosto, 2014). Relación entre Calidad de Vida en el Trabajo y Síntomas de Estrés en el Personal Administrativo Universitario. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-24492014000200007&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-24492014000200007&script=sci_arttext)

García, M; Santibáñez, M; Soriano, G. (2004). Utilización de un cuestionario de salud percibida (SF-36) en vigilancia de la salud de los trabajadores. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/e190/571c381b58b00f2fb20d65b275e58fd6908c.pdf>

Garzón, M; Salas, C. (febrero 18 del 2013). La noción de calidad de vida y su medición. Disponible en: <file:///C:/Users/Windows%2010/Downloads/Dialnet-LaNocionDeCalidadDeVidaYSuMedicion-4549356.pdf>

Guzmán, A; Arocha, C; Castillo, I; Cueto, M; Armas, N. (junio del 2009). Propuesta de un instrumento para medir calidad de vida relacionada con la salud en instituciones sanitarias cubanas. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002009000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002009000200003)



Gómez, M. (Julio, 2010). Calidad de vida laboral en empleados temporales del Valle de Aburra – Colombia. Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/cienciasestrategicas/article/view/708/624>

Gemma, V. Montse, F. Rajmilb, L. Rebollo, P. Permanyer, M. Quintana, J. Santed, R. Valderas, J. Domingo, A. Alonso, J. (marzo, 2005). El Cuestionario de Salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0213-91112005000200007](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112005000200007)

Introducción. Extracto del Manual del usuario de la Encuesta de salud SF-36v2, Segunda edición, Capítulo 1, páginas 3-12. Disponible en: [https://www.optum.com/content/dam/optum/resources/Manual%20Excerpts/SF-36v2\\_Manual\\_Chapter\\_1.pdf](https://www.optum.com/content/dam/optum/resources/Manual%20Excerpts/SF-36v2_Manual_Chapter_1.pdf)

Lugo, A. García, H. Gómez C. (octubre 18 del 2006). Confiabilidad del cuestionario de calidad de vida en salud sf-36 en Medellín, Colombia. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v24n2/v24n2a05.pdf?fbclid=IwAR3mafysIJZXM>

Martínez, L; Segura, N; Antonio, A; Torres, A; Murillo, Erika. (2010). Validación del cuestionario SF-36 en pacientes adultos con asma y rinitis alérgica Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social, vol. 48, núm. 5, 2010, pp. 531- 534. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745510010.pdf>

Ministerio de gobierno de la Republica de Colombia. (junio 22 del 1994). Decreto-ley 1295 de 1994. Disponible en: <http://parquearvi.org/wp-content/uploads/2016/11/Decreto-1295-de-1994.pdf>

Ministerio de la protección social. (Julio 23 del 2008). Resolución 2646 del 2008.

Disponible en:

[https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/resolucion\\_minproteccion\\_2646\\_2008.htm](https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/resolucion_minproteccion_2646_2008.htm)

Ministerio de Trabajo (2014). Decreto del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud Decreto 1443 de 2014. Disponible en:

<https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/51963/Decreto+1443.pdf/e87e2187-2152-a5d7-fd1d-7354558d661e>

Ministerio del trabajo. (agosto 5 del 2014). Decreto 1477 del 2014. Disponible en:

[https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36482/decreto\\_1477\\_del\\_5\\_de\\_agosto\\_de\\_2014.pdf/b526be63-28ee-8a0d-9014-8b5d7b299500](https://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36482/decreto_1477_del_5_de_agosto_de_2014.pdf/b526be63-28ee-8a0d-9014-8b5d7b299500)

Ministerio de Salud. Resolución número 8430 de 1993 (octubre 4). Disponible en:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>

Ministerio de Trabajo. (2014). El Plan Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (PNSST). Disponible en: <https://www.mintrabajo.gov.co/relaciones-laborales/riesgos-laborales/plan-nacional-de-seguridad-y-salud-en-el-trabajo-2013-2021>

Misrachi, C. Espinoza, I. (junio 26 del 2005). Utilidad de las Mediciones de la Calidad de Vida Relacionada con la Salud. Disponible en:

<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/123542/Espinoza2005a.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Muñoz, A; Morán, M; Solano, P; Balderas, M; Rivera, D; Iñiguez, A; Salcedo, García de Alba, J. (2012). Papel del cuestionario EORTC QLQ-C30 en la predicción de riesgo de desnutrición en pacientes mexicanos con cáncer de cabeza y cuello. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v27n2/19\\_original\\_09.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v27n2/19_original_09.pdf)

Nieto, J. (marzo del 2014). Enfermedades laborales, una pandemia que requiere prevención. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0465-546X2014000100001](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2014000100001)

Organización Internacional del Trabajo (2020). Seguridad y Salud en el trabajo. Disponible en: <https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/lang-es/index.htm>

Patlán, J (agosto del 2016). Construcción y Propiedades Psicométricas de la Escala de Calidad de Vida en el Trabajo. Disponible en: [https://pdfs.semanticscholar.org/5e78/e7e03e8a33d1f746d38db0b6357b0c3f21b6.pdf?\\_ga=2.96978460.2088090143.1591032599-981926256.1591032599](https://pdfs.semanticscholar.org/5e78/e7e03e8a33d1f746d38db0b6357b0c3f21b6.pdf?_ga=2.96978460.2088090143.1591032599-981926256.1591032599)

Peralta, N; Godoy, V; Harter, R; Miller, L. (2012). Validez y confiabilidad del Índice de Capacidad para el Trabajo en trabajadores del primer nivel de atención de salud en Argentina. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/scol/2012.v8n2/163-173/>

Rios, A. (2012). Bienestar social laboral en las empresas como proceso para lograr calidad de vida. Disponible en: <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/2904/Alexandra%20R%C3%ADos%20Vidal%20Trabajo.pdf?sequence=1>

Riaño, M. Alvarez S. (noviembre 01 del 2018). La política pública de seguridad y salud en el trabajo: el caso colombiano. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/17-35%20\(2018-II\)/54557477008/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/17-35%20(2018-II)/54557477008/)

Robles, E. Rubio, B. De la Rosa, E. Nava, A. (octubre 30 del 2016). Generalidades y conceptos de calidad de vida en relación con los cuidados de salud. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/residente/rr-2016/rr163d.pdf>

Rodar, L. Araujo, R. Trejo, P. (octubre 04 del 2016). Calidad de vida profesional y trastornos musculoesqueléticos en personal de enfermería. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/308956385\\_Quality\\_of\\_professional\\_life\\_and\\_musculoskeletal\\_disorders\\_in\\_nurses\\_Calidad\\_de\\_vida\\_profesional\\_y\\_trastornos\\_musculosqueleticos\\_en\\_personal\\_de\\_enfermeria](https://www.researchgate.net/publication/308956385_Quality_of_professional_life_and_musculoskeletal_disorders_in_nurses_Calidad_de_vida_profesional_y_trastornos_musculosqueleticos_en_personal_de_enfermeria)

Romero-Díaz, C.H., Beleño, R., Ucros, M., Echeverría, A. y Lasprilla, S (2016). Factores de riesgos psicosociales extralaborales en personal administrativo universitario. Rev. Enfermería Actual en Costa Rica, 31, 1-15. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i31.22083>

Sanjuas, B. (2005). Medición de la calidad de vida: ¿cuestionarios genéricos o específicos? Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/a0b0/ae4d6257f5ae3233edcf0db6290a61d6e3b2.pdf>

Schwartzmann, L. (diciembre, 2003). calidad de vida relacionada con la salud: aspectos conceptuales. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-95532003000200002](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532003000200002)

Torres M, Quezada M; Rioseco R, Ducci M. (2008). Escala de calidad de vida WHOQOL-BREF. Disponible en:

[http://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/contenidos/publicaciones/Datos/426/pdf/Anexo\\_3-1\\_WHOQOL-BREF.pdf](http://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/contenidos/publicaciones/Datos/426/pdf/Anexo_3-1_WHOQOL-BREF.pdf)

Tuesca R. (diciembre del 2005). La calidad de vida, su importancia y como medirla. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/817/81702108.pdf>

Tuesca, R (abril 8 del 2005). La calidad de vida, su importancia y como medirla. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/4113/5676>

Tuesca, R (diciembre del 2005). La Calidad de Vida, su importancia y cómo medirla. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/817/81702108.pdf>

Uribe, Y; Dosman, V; Triviño, L; Agredo, R; Jerez, A.; Ramírez, R. (junio 2 del 2010). Relación entre la capacidad física y la calidad de vida en trabajadores de una institución universitaria. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3233/323327662003.pdf>

Urzua, A. Caqueo, A. (enero 10 del 2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto Quality of life: A theoretical review. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v30n1/art06.pdf>

Urzua, A. (marzo, 2010). Calidad de vida relacionada con la salud: Elementos conceptuales. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872010000300017&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872010000300017&script=sci_arttext)

Valdovino, C, Zaldívar, F; Díaz, C; Athié, C. (2012). Calidad de vida en pacientes operados de plastia inguinal mediante *short form 36* (SF-36). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=39823>

Veiga de Cabo, J; Fuente, E; Zimmermann, M. (marzo 2010). Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0465-546X2008000100011](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2008000100011)

Verdugo, J. (2008). Factores que influyen en la calidad de vida de profesores universitarios. Disponible en: <http://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/672/1182>

Vilagut, G; Ferrer, M; Rajmil, L; Rebollo, P; Permanyer, G; Quintana, J; Santed, R; Valderas, J; Ribera, J; Domingo, A; Alonso, J. (noviembre del 2004). Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/gs/2005.v19n2/135-150/es/>

Vilagut, M; Montse, F; Rajmil, L, Rebollo, P; Miralda, G; Quintana, J; Santed, R; Valderas, J; Ribera, A; Salvany, A; Alonso, J. (noviembre 22 del 2004). El Cuestionario de Salud SF-36 español: una década de experiencia y nuevos desarrollos. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/gs/2005.v19n2/135-150/es/fdd>

Zúñiga, M; Carrillo, G; Peter J; Gandek, M; Medina, M. (1999). Evaluación del estado de salud con la Encuesta SF-36: resultados preliminares en México. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/spm/1999.v41n2/110-118/>

## 8. ANEXOS

### ANEXO A. Formato del consentimiento informado

NOMBRE DE LOS INVESTIGADORES:

UNIVERSIDAD: UNIDADES TECNOLÓGICAS DE SANTANDER

#### **PROYECTO MEDICIÓN DE CALIDAD DE VIDA CON EL CUESTIONARIO SF-36 EN EMPLEADOS Y DOCENTES UTS DE BUCARAMANGA**

Información:

El estudio es una investigación acerca de la calidad de vida que se ve reflejada en la salud, y se experimente en el sector laboral administrativo y docentes universitarios, la finalidad es aplicar el instrumento Short Form 36, más conocido como SF-36 a una muestra de la población seleccionada para describir las características de la CVRS.

Este formulario tiene la finalidad de tener un consentimiento informado que está de acuerdo con el desarrollo del cuestionario SF-36. Se le hará entrega al finalizar una copia del presente documento.

Nosotros somos estudiantes de las Unidades Tecnológicas de Santander, de la carrera tecnológica Deportiva. Estamos investigando sobre la Calidad de Vida relaciona con el Salud, la cual es muy común en el país en el sector laboral, pero existen pocos estudios en el área administrativa y docentes universitarios. Se la dará la información respectiva e invitación a colaborar con esta investigación. Protegeremos su identidad e integridad a la hora de mostrar los resultados. Puede pensar y analizar acerca de la elección en participar o no de esta investigación. Si

existen algunas palabras o conceptos, por favor me avisa para explicarle de la mejor manera para que todo el procedimiento quede claro.

## DESCRIPCION DEL PROCESO

Se le hará entrega del cuestionario SF—36 de manera digital o en físico con el fin que lo lea completamente y quede claras todas las preguntas para que las puedan responder correctamente.

## DURACIÓN DE LA PRUEBA

El cuestionario tiene una duración promedio de 25 a 45 minutos dependiendo de la interpretación.

## BENEFICIOS

Si participa en la investigación tendrá un diagnóstico acertado acerca de la percepción personal que tiene acerca de su calidad de vida relacionada con la salud que esta experimentado en su espacio laboral, dependiendo de los resultados se le harán recomendación a la Institución Universitario de actividades o programas que puedan ayudar positivamente aumentar los niveles de su calidad de vida laboral.

## CONFIDENCIALIDAD

Los datos personales escritos en el cuestionario no serán divulgados de ninguna manera a personas ajenas de la investigación, incluyen los demás participantes, solo se publicarán las descripciones de los resultados en la investigación, con el fin de generar una conclusión final.



He leído y comprendido toda la información dada o se me ha sido leída dependiendo mis limitaciones. También tuve la opción de preguntar alguna inquietud sobre el procedimiento y me han resuelto positivamente mis dudas. Voluntariamente acepto hacer parte de esta investigación como integrante, debo responder completamente el cuestionario SF-36 a cabalidad.

**AUTORIZO** \_\_\_\_\_ **NO AUTORIZO** \_\_\_\_\_

Nombre del participante \_\_\_\_\_

Cargo del participante \_\_\_\_\_

Firma del participante \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_ Día/mes/año

**INVESTIGADOR PRINCIPAL**

**Nombre:** \_\_\_\_\_

**Contacto:** \_\_\_\_\_

**ANEXO B.**

**Cuestionario SF-36 sobre su estado de salud (español, Colombia), versión 1.2**

(Lugo, A. García, H. Gómez C. 2006)

**Link de acceso al cuestionario de forma digital:**

**<https://forms.gle/Dqn9w82xqWRuHtt76>**



## Cuestionario SF-36 Para medir la CVRS

\*Obligatorio

NOMBRE \*

Tu respuesta

NUMERO DE CÉDULA \*

Tu respuesta

EDAD \*

Tu respuesta

GENERO \*

Masculino

Femenino

FACULTAD O DEPENDENCIA A LA CUAL PERTENECE \*

Administrativo

Docente

TIEMPO QUE LLEVA LABORANDO EN LA UTS \*

Fecha

dd/mm/aa:

MODALIDAD DE CONTRATACIÓN \*

- Indefinido
- Temporal
- Formación y Aprendizaje
- Practicas

HORAS LABORALES SEMANALES \*

Tu respuesta

¿CUANTO TIEMPO EN HORAS ESTA SENTADO AL DÍA? \*

Tu respuesta

¿REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA REGULARMENTE ?( La actividad física se refiere a cualquier movimiento corporal producido por los músculos, generando un gasto energético. OMS, 2018) \*

- SI
- NO

Siguiente

**Instrucciones:**

Las siguientes preguntas hacen referencia a lo que usted piensa sobre su salud. Sus respuestas permitirán saber cómo se encuentra usted y hasta qué punto es capaz de hacer sus actividades habituales. Responda cada ítem tal como se indica; si no está seguro/a, responda según su criterio.

1. En general, ¿diría usted que su salud es? (Marque un solo número). \*

- Excelente (5)
- Muy buena (4)
- Buena (3)
- Regular (2)
- Mala (1)

2. ¿Cómo calificaría usted su estado general de salud actual, comparado con el de hace un año? (Marque un solo número). \*

- Mucho mejor ahora que hace un año (5)
- Algo mejor ahora que hace un año (4)
- Mas o menos igual que hace un año (3)
- Algo peor ahora que hace un año (2)
- Mucho peor ahora que hace un año (1)

3. Las siguientes preguntas se refieren a actividades que usted puede hacer durante un día normal. ¿Su estado de salud actual lo/la limita en estas actividades? Si es así, ¿cuánto? (Marque un número en cada línea). \*

	Si, me limita mucho (1)	Si, me limita poco (2)	No, no me limita para nada (3)
A. Actividades intensas, tales como correr, levantar objetos pesados, participar en deportes agotadores.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B. Actividades moderadas, tales como mover una mesa, empujar una aspiradora, trapear, lavar, jugar fútbol, montar bicicleta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C. Levantar o llevar las bolsas de compras.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
D. Subir varios pisos por las escaleras.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E. Subir un piso por la escalera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
F. Agacharse, arrodillarse o ponerse en cuclillas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
G. Caminar más de un kilómetro (10 cuadras).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
H. Caminar medio kilómetro (5 cuadras).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
I. Caminar cien metros (1 cuadra).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
J. Bañarse o vestirse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Durante las últimas cuatro semanas, ¿ha tenido usted alguno de los siguientes problemas con su trabajo u otras actividades diarias normales a causa de su salud física? (Marque un número en cada línea). \*

	SI (1)	NO (2)
A. ¿Ha disminuido usted el tiempo que dedicaba al trabajo u otras actividades?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B. ¿Ha podido hacer menos de lo que usted hubiera querido hacer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C. ¿Se ha visto limitado/a en el tipo de trabajo u otras actividades?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
D. ¿Ha tenido dificultades en realizar su trabajo u otras actividades (por ejemplo, le ha costado más esfuerzo)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Durante las últimas cuatro semanas, ¿ha tenido usted alguno de los siguientes problemas con su trabajo u otras actividades diarias normales a causa de algún problema emocional (como sentirse deprimido/a o ansioso/a)? (Marque un número en cada línea). \*

	SI (1)	NO (2)
A. ¿Ha disminuido el tiempo que dedicaba al trabajo u otras actividades?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B. ¿Ha podido hacer menos de lo que usted hubiera querido hacer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C. ¿Ha hecho el trabajo u otras actividades con menos cuidado de lo usual?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Durante las últimas cuatro semanas, ¿en qué medida su salud física o sus problemas emocionales han dificultado sus actividades sociales normales con su familia, amigos, vecinos u otras personas? (Marque un solo número). \*

- Nada en absoluto (5)
- Ligeramente (4)
- Moderadamente (3)
- Bastante (2)
- Extremadamente (1)

7. ¿Cuánto dolor físico ha tenido usted durante las últimas cuatro semanas? (Marque un solo número). \*

- Ninguno (6)
- Muy poco (5)
- Poco (4)
- Moderado (3)
- Mucho (2)
- Muchísimo (1)

8. Durante las últimas cuatro semanas, ¿cuánto ha dificultado el dolor su trabajo normal (incluyendo tanto el trabajo fuera del hogar como las tareas domésticas)? (Marque un solo número). \*

- Nada en absoluto (5)
- Un poco (4)
- Moderadamente (3)
- Bastante (2)
- Extremadamente (1)

9. Las siguientes preguntas se refieren a cómo se siente usted y a cómo le han salido las cosas durante las últimas cuatro semanas. En cada pregunta, por favor elija la respuesta que más se aproxime a la manera como se ha sentido usted. ¿Cuánto tiempo durante las últimas cuatro semanas... (Marque un número en cada línea). \*

	Siempre (1)	Casi siempre (2)	Muchas veces (3)	Algunas veces (4)	Casi nunca (5)	Nunca (6)
A. ¿Se ha sentido lleno/a de vitalidad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B. ¿Ha estado muy nervioso/a?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C. ¿Se ha sentido con el ánimo tan decaído/a que nada podría animarlo/a?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
D. ¿Se ha sentido tranquilo/a y sereno/a?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
E. ¿Ha tenido mucha energía?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
F. ¿Se ha sentido desanimado/a y triste?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
G. ¿Se ha sentido agotado/a?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
H. ¿Se ha sentido feliz?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
I. ¿Se ha sentido cansado/a?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



10. Durante las últimas cuatro semanas, ¿cuánto tiempo su salud física o sus problemas emocionales han dificultado sus actividades sociales (como visitar amigos, parientes, etc.)? (Marque un solo número). \*

- Siempre (5)
- Casi siempre (4)
- Algunas veces (3)
- Casi nunca (2)
- Nunca (1)

11. ¿Cómo le parece cada una de las siguientes afirmaciones? (Marque un número en cada línea). \*

	Totalmente cierta (1)	Bastante cierta (2)	No se (3)	Bastante falsa (4)	Totalmente falsa (5)
A. Me parece que me enfermo más fácilmente que otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
B. Estoy tan sano/a como cualquiera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
C. Creo que mi salud va a empeorar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
D. Mi salud es excelente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Atrás

Enviar