

6.1.3. Artículo 3: Promoción de salud más allá de los estilos de vida saludables: propuestas de actuación en una Universidad chilena

Promoción de salud más allá de los estilos de vida saludables: propuestas de actuación en una Universidad chilena.

Patricia Pérez-Wilson^{*1,2,3}, Jorge Marcos-Marcos⁴, Mercedes Carrasco-Portiño^{2,3,5}, María Teresa Ruiz-Cantero^{3,6}, Carlos Alvarez-Dardet^{3,6}

¹ Programa de Salud y Medicina Familiar, Facultad de Medicina, Universidad de Concepción, Concepción, Chile.

² Programa Universidad Promotora de la Salud (Promosalud) Universidad de Concepción, Concepción, Chile.

³ Grupo de Investigación de Salud Pública Universidad de Alicante, Alicante, España.

⁴ Departamento de Psicología de la Salud, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Alicante, España.

⁵ Dpto. de Obstetricia y Puericultura, Facultad de Medicina, Universidad de Concepción (Chile).

⁶ Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública. CIBERESP, Madrid, España

Aceptado para publicación en revista Global Health Promotion

Obs. El texto de este trabajo se presenta en formato documento de Word (en mismo formato que fuera enviado a la revista GHP), dado que pese a estar aceptado para publicación, aún no ha sido publicado ni entregada su galerada por parte de la revista. El respaldo de la aceptación se encuentra en el Anexo 3.

Tipo de artículo: original

Factor de Impacto 2021: 1.976

Factor impacto 5 años: 2.070

PROMOCIÓN DE SALUD MÁS ALLÁ DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES: PROPUESTAS DE ACTUACION EN UNA UNIVERSIDAD CHILENA

RESUMEN

Las intervenciones centradas en cambios de conducta, sumadas a la escasa evidencia de mapeo y dinamización de activos en Universidades Promotoras de Salud (UPS), hacen necesario potenciar enfoques integrales y sistémicos que contribuyan al bienestar y empoderamiento de sus integrantes. El objetivo de este artículo es explorar propuestas de acción que contribuyan a fortalecer activos en una comunidad universitaria chilena. Se desarrolló un estudio cualitativo con 72 hombres/77 mujeres (estudiantes, trabajadores, jubilados y exestudiantes). Se realizaron 48 entrevistas individuales y 14 grupos focales. Se efectuó un análisis de contenido utilizando el software QRS NVivo 12. Las propuestas identificadas se agruparon en: desarrollo de la participación e inclusión; promoción de la salud mental; mantenimiento y mejora de áreas verdes e infraestructura; y fortalecimiento del acceso a actividades deportivas, culturales y de extensión universitaria. Las mujeres valoraron las propuestas de la difusión de activos comunitarios y el cuidado de las personas y el entorno. Y los hombres, el fortalecimiento del capital social, la docencia, y transferencia de conocimiento. Las propuestas de acción tienen una orientación colectiva, que favorece el vínculo de las personas con su entorno y el desarrollo del sentido de comunidad. Desde una perspectiva de género, se observa reproducción de roles y estereotipos arraigados al sistema patriarcal. Esto constituye un desafío para potenciar las UPS en tanto política pública, considerando los principios de participación, justicia social y equidad.

INTRODUCCION

Las Universidades Promotoras de Salud (UPS) aspiran a generar un ambiente de aprendizaje y cultura organizacional orientados a mejorar la salud y bienestar

de la comunidad, permitiendo que las personas alcancen su máximo potencial (1,2). Pese a su rol relevante en cualquier estrategia sistémica de promoción de salud (PS) transdisciplinaria e intersectorial (3), las intervenciones de PS en las universidades son mayormente individuales, preventivas y orientadas al cambio de conducta (4,5), sin enfatizar la participación y el empoderamiento (6), siendo este último el proceso mediante el cual las personas, organizaciones y comunidades ganan control sobre asuntos de su interés (7). Potenciar la PS requiere transitar desde una perspectiva individual hacia una más amplia, incluyendo el análisis ambiental e intervenciones organizacionales y comunitarias (4,8).

Los enfoques de desarrollo comunitario en PS fomentan procesos participativos para identificar problemas, desarrollar soluciones y facilitar cambios, empoderando a las comunidades para influir en la formulación de políticas con impacto en la salud (6). Los espacios de diálogo, interacción y toma de decisiones, contribuyen a la factibilidad de las propuestas, sostenibilidad y logro de mejores resultados vinculados a la acción y creación de capacidad (2,9,10).

La carta de Okanagan propone incorporar en las UPS los principios de equidad, justicia social y bienestar de las personas, reflejando una orientación salutogénica (3), teoría propuesta por Antonovsky, centrada en los recursos para la salud y los procesos promotores de ella (11,12). En esta línea, los activos en salud son definidos como recursos que potencian la capacidad de personas, comunidades y poblaciones para mantener y promover su salud y bienestar, redirigiendo la mirada hacia aquellos elementos que permiten aumentar el control sobre su propia salud (9). Recientemente, el "modelo sinérgico para la salud" integra conceptos clave de ambos enfoques, facilitando su contextualización en las políticas y prácticas de salud pública orientando la salutogénesis a la acción y fortaleciendo la teorización en el modelo de activos (13).

El mapeo de activos permite identificar y movilizar recursos comunitarios participativamente, ayudando a crear una red de relaciones y soluciones

basadas en los elementos positivos que tienen las personas, su comunidad y su contexto. Si bien existen experiencias de mapeo de activos en comunidades, las publicaciones sobre intervenciones para dinamizarlos son aún escasas, desaprovechando su capacidad transformadora (10).

Este estudio parte de la experiencia de integrantes de una UPS y pertenece a un proyecto para el fortalecimiento de activos comunitarios. Puesto que su dinamización requiere de un proceso participativo, el objetivo de este artículo es explorar propuestas de acción que contribuyan a fortalecer activos en una comunidad universitaria chilena.

METODOLOGIA

Se realizó un estudio cualitativo descriptivo (14), con diseño fenomenológico (15), en la Universidad de Concepción, Chile, integrante de la Red Chilena e Iberoamericana de UPS desde 2004. Se realizó análisis de contenido convencional (16) e inductivo (17) de la información recopilada mediante entrevistas semiestructuradas y grupos focales.

El muestreo fue intencional, considerando como criterios de inclusión: 1) personas con relación académica o profesional de al menos un año con la universidad: estudiantes de pregrado, post grado y trabajadores, y 2) personas con relación por vía de extensión universitaria: exestudiantes (egresados) y jubilados desde al menos un año antes de este estudio (Tabla 1).

La captación de participantes se realizó en diferentes facultades y centros de la universidad, mediante informantes clave y la técnica de cadena o bola de nieve (15), procurando la homogeneidad y diversidad necesaria para identificar diferencias y similitudes. La muestra final, determinada por criterio de saturación (15), fue de 149 personas. Se obtuvo la aprobación del Comité de Ética Universitario (informe CEI-045-17).

El trabajo de campo se desarrolló entre Julio 2017- Diciembre 2018, en el Campus Concepción. Se realizaron 48 entrevistas semiestructuradas y 14 grupos focales (Tabla 1). Combinar ambas técnicas facilitó realizar chequeos cruzados, según los criterios de confiabilidad de Guba y Lincoln (18).

Puesto que previamente los participantes habían identificado activos en la comunidad universitaria, se les solicitó que sugirieran propuestas de acción para desarrollarlos. Se elaboró un guión con preguntas como: a) ¿Qué propuestas de acción sugerirías para fortalecerlos? b) ¿Cómo podrían desarrollarse? c) ¿Cómo podrían potenciarse los activos identificados anteriormente? d) ¿Podrías facilitar un ejemplo concreto?

El pilotaje del instrumento se efectuó en base a la primera entrevista (trabajadores, exestudiantes y jubilados) y el primer grupo focal (estudiantes). Se realizó un proceso iterativo, produciendo y analizando la información en fases integradas y simultáneas, guiando el muestreo y la toma de decisiones respecto de quiénes entrevistar, cuándo y con qué técnica (individual o grupal), en función de los resultados emergentes.

Los audios grabados se transcribieron textualmente, y se hizo una lectura exhaustiva de ellos para facilitar su comprensión. Mediante el Software QRS NVivo 12, se realizó un análisis de contenido convencional (16), identificando variaciones sobre diferencias y similitudes en los datos. Esto permitió organizarlos, fragmentarlos, rescatar observaciones emergentes de la lectura (mediante bitácoras reflexivas y memos), clasificarlos y elaborar categorías iniciales, utilizando una estrategia inductiva (17).

Inicialmente se realizó el procesamiento de los datos, y se estableció un árbol de categorías, con un libro de códigos, describiendo cada uno de ellos. Estas categorías fueron revisadas y reagrupadas para consolidar un número menor que permitiera sintetizar los hallazgos. Posteriormente se realizó la codificación, que fue chequeada por dos especialistas en análisis de datos cualitativos externos al estudio. Se establecieron matrices de codificación para visualizar los

énfasis en las propuestas de acción que plantearon los participantes y se agregó un investigador externo para la interpretación.

Para contribuir a la confiabilidad del análisis efectuado, con mayor credibilidad y rigor metodológico, se utilizaron estrategias de triangulación entre los miembros del equipo -multidisciplinario-, y comprobaciones efectuadas por expertos en investigación cualitativa externos al equipo (18,19). Adicionalmente, se revisó que el estudio diera cuenta del cumplimiento de los criterios de calidad de Tracey (20).

RESULTADOS

Para los participantes, conversar sobre cómo fortalecer activos en la universidad constituyó una oportunidad para reflexionar y aportar ideas desde la propia experiencia, valorando además el clima emocional que promovían estas conversaciones.

Si bien no hubo discursos distintivos por grupo de participantes, técnica de recolección de información, o sexo, sí se observaron matices en el planteamiento y valoración de las propuestas de actuación en las personas relacionadas directamente con la universidad (estudiantes y trabajadores) en comparación con quienes lo hacen por la vía de extensión (jubilados y exestudiantes); como también entre mujeres y hombres. Las entrevistas facilitaron revelar y profundizar perspectivas individuales; y los grupos focales permitieron diversificar, comprender y validar estas propuestas mediante el intercambio de opiniones.

Estudiantes y trabajadores destacaron las propuestas de acción que generan condiciones de bienestar en los diferentes espacios físicos y relacionales donde desarrollan sus actividades estudiantiles y laborales. Jubilados y exestudiantes, aquellas que mantienen el vínculo con la comunidad universitaria mediante actividades de extensión y de difusión de activos.

Las propuestas recogidas fueron agrupadas en 8 categorías. Cuatro de ellas mencionadas en forma general por todos los participantes (Tabla 2). Las cuatro restantes, presentaron diferencias en la valoración que hicieron mujeres y hombres, por lo que se presentan en forma desagregada (Tabla 3).

I. Propuestas que emergen del análisis de las citas de los participantes (Tabla 2):

a) Desarrollo de la participación e inclusión

Docentes y estudiantes visualizaron la participación en la gobernanza universitaria como un aporte a la salud, bienestar y desarrollo de la comunidad. Propusieron incrementar la triestamentalidad (estudiantes, trabajadores y docentes) en la toma de decisiones, reforzar los mecanismos de representación (ej. centros de estudiantes), rotar los cargos de autoridad, favorecer la coexistencia de agrupaciones espontáneas con otras más formales y fortalecer la comunicación en la comunidad universitaria (Tabla 2:C1,C2).

Para desarrollar la inclusión y la equidad, estudiantes, docentes y trabajadores sugirieron eliminar barreras de acceso físico y académicas para personas en situación de diversidad funcional (Tabla 2:C3).

b) Promoción de la salud mental

Todos los grupos, especialmente los estudiantes, enfatizaron el cuidado y promoción de la salud mental. Propusieron facilitar el acceso a las diversas opciones que la universidad otorga para el apoyo en casos de estrés, crisis o enfermedad, incrementando cupos de atención y difundiendo servicios en esta área (Tabla 2:C4). Asimismo, sugirieron aumentar la oferta de cursos y talleres para desarrollar habilidades para la vida y una mejor gestión de eventos estresantes. Destacaron la necesidad de explicitar el bienestar como parte de la agenda de la institución, fomentándolo en las diferentes instancias de trabajo de la universidad (Tabla 2:C5). Además, propusieron facilitar la transición desde la

enseñanza secundaria a la universitaria, reconociendo la dificultad de adaptación que vivencian algunos estudiantes (Tabla 2:C6).

c) Mantenimiento y mejora de áreas verdes e infraestructura

Todos los grupos propusieron mantener las áreas verdes y ampliar infraestructura deportiva, promoviendo su utilización y aprovechamiento. Considerando la infraestructura como facilitadora del encuentro con otros, sugirieron optimizar los espacios de interacción para socializar, compartir e intercambiar información; fortalecer áreas comunes de esparcimiento y recreación; y habilitar infraestructura que facilite el descanso durante las jornadas de estudio y trabajo (Tabla 2:C7,C8).

d) Fortalecimiento del acceso a actividades deportivas, culturales y de extensión universitaria

Los participantes sugirieron fortalecer actividades deportivas y culturales, mejorando su oferta, continuidad y acceso, especialmente a grupos con menores oportunidades como jubilados y trabajadores administrativos (Tabla 2:C9). Los jubilados y exestudiantes propusieron potenciar la continuidad del vínculo con la universidad, participando en las actividades de extensión, y reforzar el carácter pedagógico de los medios de comunicación universitarios, visualizados como parte de la responsabilidad social de la institución (Tabla 2:C10,C11).

II. Propuestas que emergen del análisis de las citas de los participantes, con diferente valoración entre mujeres y hombres (Tabla 3):

e) Difusión de activos comunitarios identificados en la universidad

Esta línea de trabajo, valorada principalmente por las mujeres, apuntaba a potenciar la difusión de activos, actualizando información en portales y redes sociales para contribuir a su identificación y fortalecimiento. Según señalaron, la

falta de información sobre los recursos disponibles deriva en una menor visualización y uso, tanto por la propia comunidad universitaria como por la población general (Tabla 3:C12,C13).

f) Cuidado de las personas y el entorno

Las propuestas de acción que generan bienestar fueron especialmente destacadas por las mujeres, e incluyeron garantizar tiempos y condiciones de alimentación, espacios de trabajo y estudio (Tabla 3:C14). Sugirieron facilitar a los estudiantes un acceso más económico a la oferta de alimentación saludable en la universidad, considerando situaciones especiales como alergias o enfermedades relacionadas con la alimentación. Si bien valoraron el menor costo y fácil acceso de alimentos mediante el comercio ambulante en el campus, plantearon la necesidad de regularlo para evitar problemas de salud derivados de la manipulación no controlada (Tabla 3:C15,C16). Respecto al cuidado del entorno, propusieron resguardar las áreas verdes y reciclaje, y mantener los recursos físicos (Tabla 3:C17).

g) Fortalecimiento del capital social

Los hombres incidieron especialmente en propuestas orientadas al desarrollo del sentido de pertenencia. Sugirieron fortalecer las relaciones en la comunidad universitaria, potenciando el sistema de comunicación interno, la vinculación con otros y el intercambio de experiencias, considerados elementos clave para su desarrollo personal y profesional (Tabla 3:C18,19).

h) Fortalecimiento de la docencia y transferencia de conocimiento

Los hombres valoraron especialmente las propuestas de optimizar espacios donde concurre la comunidad universitaria para socializar, debatir e intercambiar saberes entre diferentes disciplinas. Asimismo, sugirieron diversificar la gama de cursos, facilitando el acceso y continuidad en las actividades formativas, fortalecer la estrategia de apoyo entre pares y tutorías y fomentar la generación

de conocimiento, reflexionando sobre su propósito y sentido para la comunidad general (Tabla 3:C20,21).

También propusieron incrementar espacios físicos, con privacidad para conversar y desarrollar actividades laborales que requieren concentración, facilitando la productividad y transferencia de conocimiento (Tabla 3: C22). Los docentes, destacaron el desarrollo vocacional como parte de la responsabilidad social universitaria. Sugirieron revalorizar la docencia y revisar los estándares de evaluación académica, modificando su estructura e incorporando la divulgación y transferencia del conocimiento por otras vías (Tabla 3: C23).

DISCUSION

Los hallazgos de esta investigación muestran que los participantes valoran las propuestas orientadas a construir ambientes físicos, psicológicos y sociales que contribuyan al bienestar de la comunidad universitaria. Esto refuerza el rol de la universidad como agente promotor de la salud y respalda la necesidad de abordajes colectivos en una UPS, que consideren como ejes importantes de la vida universitaria el desarrollo de vínculos, cuidado de las personas y del entorno, participación, inclusión y convivencia. Estos resultados concuerdan con la literatura que señala la necesidad de potenciar la participación, realizando cambios estructurales en la universidad para un mayor empoderamiento (6,22) y sostenibilidad de acciones orientadas a la salud y bienestar de sus integrantes (23,24).

Fortalecer la inclusión facilita la integración al espacio universitario y avanzar en la equidad en las oportunidades de desarrollo, mediante acciones como mejoras en la experiencia educativa de las personas con diversidad funcional (25,26). Las propuestas de extensión y responsabilidad social facilitan la disminución de barreras de acceso económico a grupos de menores ingresos (jubilados, trabajadores administrativos, auxiliares de servicio) en actividades culturales, recreativas, prestaciones y servicios. Desde una mirada sistémica, la universidad

es un espacio favorable para dinamizar y contribuir a abordar los determinantes sociales de salud (26), posibilitando interactuar con otros sectores y fortalecer el desarrollo económico, social y cultural (28,29), incorporando explícitamente la participación de las personas y grupos con mayor riesgo de tener peores resultados de salud (22).

Esto implica evolucionar hacia estrategias ecológicas (4), favoreciendo el vínculo de las personas con su entorno, estimulando las oportunidades de pertenencia y desarrollando sentido de comunidad (30,31). Para ello la infraestructura y lugares públicos pueden desempeñar un rol facilitador, permitiendo compartir socioafectivamente y fortalecer una habitabilidad que incluya el apego, el encuentro y la pertenencia (31).

Las propuestas de abordaje individual coinciden con otros estudios donde se promueve adquirir o mantener hábitos saludables (36,37) y desarrollar acciones preventivas o curativas para disminuir riesgos o daños, como por ejemplo facilitar el acceso a la atención en salud mental. Estas se enfocan en una mejor gestión de las crisis y estrés (38-40) y la promoción del bienestar individual (36). Mantener el foco en el abordaje individual sin considerar la naturaleza social de las conductas y la salud de las personas, limita el desarrollo de la estrategia de UPS, que debiera orientarse a acciones más colectivas (42,43), multinivel, que permitan transformar el contexto y las inequidades en salud.

La reflexión acerca del propósito de generar conocimiento, permitiendo una distribución más equitativa, incluyendo espacios para intercambiar saberes y experiencias, concuerda con lo evidenciado en un estudio acerca de la crisis social en Chile. En este estudio, estudiantes y trabajadores señalan que la contribución de la universidad para ayudar a solucionar problemas sociales actuales implica poner a disposición el conocimiento generado, fomentando la investigación orientada a resolverlos (39). Esto supone transformar el contexto académico en un escenario que favorece la innovación para la acción social.

Otro hallazgo importante es la diferente valoración de las propuestas desde la perspectiva de género, asociadas a una división tradicional del trabajo, evidenciando el histórico rol reproductivo que emerge de los discursos de las mujeres, alternativo al discurso de los hombres mayormente centrado en aspectos productivos (40). Esto muestra la reproducción de normas y estereotipos de género vinculados al sistema patriarcal en el espacio universitario (41), resultado llamativo en una institución responsable de una educación transformadora hacia mayor equidad y justicia social y que, por definición, es agente clave de socialización secundaria (42).

Incorporar la perspectiva de género en las UPS, contribuiría a visibilizar la normalización de roles que se reproducen en diferentes niveles sociales (46,48). Estas consecuencias pueden manifestarse también como barreras y facilitadores para la PS (28), especialmente en la participación y acceso a oportunidades y servicios (41). Por lo anterior, el desarrollo de una política de equidad e igualdad de género es relevante para la comunidad universitaria y constituye un indicador clave de cambio cultural promovido desde el entorno académico.

Esta recopilación de propuestas para el fortalecimiento de activos en una universidad puede ser parte de un proceso de reflexión mayor que impulse políticas institucionales salutogénicas. Ellas deben abordar los determinantes sociales de salud, favorecer la participación de la comunidad universitaria, y generar espacios de encuentro colectivos que fomenten la cohesión y el sentido de pertenencia.

Los resultados deben ser considerados a la luz de sus limitaciones. Si bien el hecho que el equipo de trabajo de campo fuera parte de la comunidad universitaria facilitó la contextualización del estudio, pudiendo contribuir a la transferibilidad de los resultados a escenarios similares, existía conciencia de que esto podía generar una interpretación sesgada de los datos. Para contrarrestar esta limitación fueron consultados investigadores externos expertos en investigación cualitativa. De este modo, los registros (cuaderno de

campo, fichas de observación) y datos transcritos se analizaron siguiendo un proceso iterativo de consulta y retroalimentación entre personas investigadoras del equipo y colaboradoras externas al proyecto.

CONCLUSIÓN

Los resultados manifiestan la necesidad de avanzar en el desarrollo de experiencias de PS más allá de los estilos de vida saludable en las UPS. Las propuestas de acción que emergen de este estudio apuntan al bienestar colectivo y al desarrollo del sentido de comunidad en la universidad. Estas acciones pueden reforzarse con la incorporación del enfoque de determinantes sociales de la salud, y las sinergias entre la salutogénesis y el modelo de activos en salud. Para ello se requieren cambios en la estructura universitaria, que permitan mejorar los procesos colectivos de toma de decisiones.

Esto implica el desafío de incorporar abordajes sistémicos que consideren los principios de participación, justicia social y equidad, para contribuir a potenciar el rol de transformación social de las universidades y revitalizar la estrategia de UPS en tanto política pública.

REFERENCIAS

1. Dooris M., Farrier A., Doherty S., Holt M., Monk R., Powell S. The UK Healthy Universities Self-Review Tool: Whole System Impact. *Health Promot Int.* 2018;33(3):448–57.
2. Dooris M., Cawood J., Doherty S., Powell S. Healthy Universities: Concept, Model and Framework for Applying the Healthy Settings Approach within Higher Education in England. 2010. Working Paper. UCLan, Preston / London. [cited 18 Aug 2021]. Available from: http://www.healthyuniversities.ac.uk/wp-content/uploads/2016/10/HU-Final_Report-FINAL_v21.pdf
3. International Conference on Health Promoting Universities and Colleges. The Okanagan Charter. An international charter for Health Promoting Universities

- & Colleges [Internet]. Kelowna, British Columbia, Canada; 2015 [cited 18 Aug 2021]. Available from: http://docs.wixstatic.com/ugd/cfb751_a1b5d827f0d8447e9f43bfb8c6320729.pdf
4. Villanueva G., Broad G.M., Gonzalez C., Ball-Rokeach S., Murphy S.T. Communication asset mapping: An ecological field application toward building healthy communities. *Int J Commun.* 2016;10:2704–24.
 5. Dooris M., Wills J., Newton J. Theorizing healthy settings: a critical discussion with reference to Healthy Universities. *Scand J Public Health.* 2014;42(15):7–16.
 6. Meier S., Stock C., Krämer A. The contribution of health discussion groups with students to campus health promotion. *Health Promot Int.* 2007;22(1):28–36.
 7. Rappaport J. Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *Am J Community Psychol.* 1987;15(2):121–48.
 8. Dooris M., Powell S., Farrier A. Conceptualizing the ‘whole university’ approach: an international qualitative study. *Health Promot Int.* 2020; 1;35(4):730-740.
 9. Morgan A., Ziglio E. Revitalising the evidence base for public health: an assets model. *Promot Educ.* 2007; 14(2):17-22
 10. Cofiño R., Aviñó D., Benedé C.B., Botello B., Cubillo J., Morgan A., et al. Promoción de la salud basada en activos: ¿cómo trabajar con esta perspectiva en intervenciones locales? *Gac Sanit.* 2016;30:93–8.
 11. Antonovsky A. The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promot Int.* 1996;11(1):11-8.
 12. Mittelmark M.B., Bull T. The salutogenic model of health in health promotion research. *Glob Health Promot.* 2013;20(2):30–8.
 13. Pérez-Wilson P., Marcos-Marcos J., Morgan A., Eriksson M., Lindström B., Álvarez-Dardet C. ‘A synergy model of health’: an integration of salutogenesis and the health assets model. *Health Promot Int.* 2021; 24;36(3):884-894
 14. Sandelowski M. Whatever happened to qualitative description? *Res Nurs Health.* 2000;23: 334–340.
 15. Hernández-Sampieri R., Fernández C., Baptista M.P. (2014) Metodología de la Investigación. 6ª ed. México, Mc Graw Hill; 2014. 1–600 p.

16. Hsieh H.F., Shannon S.E. Three approaches to qualitative content analysis. *Qual Health Res.* 2005;15(9):1277–88.
17. Graneheim U.H, Lindgren B.M, Lundman B. Methodological challenges in qualitative content analysis: A discussion paper. *Nurse Educ Today.* 2017;56:29–34.
18. Guba E.G., Lincoln Y. Paradigmas en competencia de la investigación cualitativa. En: Denman C., Haro J.A. (comps.). Hermosillo (Sonora): El Colegio de Sonora; 2002. p. 113–45.
19. Graneheim U.H., Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: Concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Educ Today.* 2004;24(2):105–12.
20. Tracy S.J. Calidad cualitativa: ocho pilares para una investigación cualitativa de calidad. *Márgenes.* 2021;2(2):173–201.
21. Christens B.D. In search of powerful empowerment. *Health Educ Res.* 2013;28(3):371–4.
22. Casseti V, López-Ruiz V, Paredes-Carbonell J., por el Grupo de Trabajo del Proyecto AdaptA GPS. Participación comunitaria: mejorando la salud y el bienestar y reduciendo desigualdades en salud. Zaragoza: Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social – Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud; 2018.
23. Popay J. Community Empowerment and Health Improvement: The English Experience. En: *Health Assets in a Global Context.* New York: Springer; 2010: p. 183–95.
24. Morris-Paxton A.A., Van Lingen J.M., Elkonin D. Wellness and academic outcomes among disadvantaged students in South Africa: An exploratory study. *Health Educ J.* 2017;76(1):66–76.
25. McNicholl A., Casey H., Desmond D., Gallagher P. The impact of assistive technology use for students with disabilities in higher education: a systematic review. *Disabil Rehabil Assist Technol.* 2021;16(2):130-143.
26. Rincón-Méndez A.Y., Mantilla-Uribe B.P. Universidades Promotoras de la Salud: Reflexión para su implementación desde los determinantes sociales de la salud. *Univ y Salud.* 2019;22(1):24–32.

27. François V. La responsabilidad social universitaria: un nuevo modelo universitario contra la mercantilización. *Rev Iberoam Educ Super* [Internet]. 2014;5(12):105–17.
28. Hermida C. Vinculación con la sociedad y universidad saludable. *Rev Fac Cien Med*. 2017;42(1):150–5.
29. McMillan D.W., Chavis D.M. Sense of community: A definition and theory. *J Community Psychol*. 1986;14(1):6–23.
30. Pérez-Wilson P., Álvarez-Dardet C., Ruiz-Cantero M.T., Martínez-Riera J.R., Carrasco-Portiño M. Desarrollo del sentido de comunidad: una propuesta para las universidades promotoras de la salud. *Glob Health Promot*. 2019; 27(3):236-239
31. Ganter R., Sandoval D., García D, de la Fuente H. Topofilia y cartografías participativas en el Sur de Chile. La experiencia comparada en las ciudades de Temuco-Padre las Casas, Valdivia y el Gran Concepción. *Prism Soc*. 2015;15:440–91.
32. Jafari M. Life101 enhances healthy lifestyle choices in pre-health undergraduate students. *J Univ Teach Learn Pract*. 2017;14(3): 1-17.
33. Plotnikoff R.C., Costigan S.A., Williams R.L., Hutchesson M.J., Kennedy S.G., Robards S.L., et al. Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: A systematic review and meta-analysis. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2015;12(1):1–10.
34. Dooris M, Powell S, Farrier A. Conceptualizing the ‘whole university’ approach: an international qualitative study. *Health Promot Int*. 2019;1–14.
35. Miller C.J., Elder K., Scavone A. The Feasibility of Bringing Brief Mindfulness-Based Training to the University Classroom. *Mindfulness*. 2017;8(4):1047–54.
36. Brown G.E., Bharwani A., Patel K.D., Lemaire J.B.. An orientation to wellness for new faculty of medicine members: meeting a need in faculty development. 2016;255–60.
37. López-Fernández L.A, Solar Hormazábal O. Repensar la Carta de Ottawa 30 años después. *Gac Sanit*. 2017;31(6):443–5.

38. World Health Organization. The Ottawa Charter for Health Promotion [Internet]. WHO. Geneva. 1986 [cited 18 Agosto 2021]. Available from: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
39. Dirección Estudios Estratégicos Universidad de Concepción. Estudio de Percepción acerca de la Crisis Social en Chile [Internet]. Concepción: Universidad de Concepción. 2019. [cited 18 Agosto 2021]. Available from: https://chileactual.udec.cl/sites/default/files/estudio_percepcion_6.pdf
40. Miller T., Saad P., Martínez C. Population Ageing, Demographic Dividend and Gender Dividend: Assessing the Long Term Impact of Gender Equality on Economic Growth and Development in Latin America. En: Pace R., Ham-Chande R. Demographic Dividends: Emerging Challenges and Policy Implications. New York: Springer; 2016: p 23-43
41. Risman B.J., Davis G. From sex roles to gender structure. *Curr Sociol.* 2013;61(5–6):733–55.
42. Artazcoz L., Chilet E., Escartín P., Fernández A. Incorporación de la perspectiva de género en la salud comunitaria. Informe SESPAS 2018. *Gac Sanit.* 2018;32:92–7.
43. Winslow S., Davis S.N. Gender Inequality Across the Academic Life Course. *Sociol Compass.* 2016;10(5):404–16.

Tabla 1. Distribución de participantes por técnica, grupo y sexo.

Técnica	Participantes	Mujeres	Hombres	Total
Entrevistas	Estudiantes pre grado	1	3	4
	Estudiantes post grado	4	4	8
	Trabajadores	13	12	25
	Jubilados	0	0	0
	Ex estudiantes (egresados)	7	4	11
	Total entrevistas	25	23	48
Grupos focales (GF)	Estudiantes pre grado (9 GF)	24	33	57
	Estudiantes post grado (1 GF)	7	5	12
	Trabajadores (2 GF)	9	5	14

	Jubilados (2 GF)	12	6	18
	Ex estudiantes (egresados)	0	0	0
	Total grupos focales (14 GF)	52	49	101
Total		77	72	149

Tabla 2.
Opiniones de participantes para fortalecer activos en una comunidad universitaria

Categoría	Citas (C)
a) Desarrollo de la participación e inclusión.	<p>C1. “Me gustaría que las personas tengan más participación en la democracia universitaria...encuentro que es demasiado jerarquizada la elección de cargos... es súper estresante no poder elegir su líder si al final igual son parte de la comunidad. Yo encuentro que eso es súper importante para ser más comunidad todavía” [Participante 24, Mujer, estudiante]</p> <p>C2. “Quizá lo que más otorga bienestar es sentir que tu opinión es valorizada. Me parece que, si bien hay espacios para que los alumnos voten sus autoridades estudiantiles, debería haber participación triestamental” [Participante 79, Hombre, trabajador, docente]</p> <p>C3. “Ustedes ven rampas por todas partes. Pero qué pasa con aquellos [estudiantes] que tienen algún otro tipo de discapacidad motora? que requieren más tiempo para contestar un certamen, siendo intelectualmente capaces, iguales o sobre el promedio? Si no le das el tiempo van a rendir subvaloradamente, no van a alcanzar a contestar lo que saben, porque su actividad motora es más lenta” [Participante 85, Mujer, trabajadora, docente]</p>
b) Promoción de la salud mental	<p>C4- “Debería haber alguien preocupado de la salud del personal y de los estudiantes, porque las cifras de depresión y de trastornos ansiosos son súper elevados” [Participante 57, Hombre, estudiante]</p> <p>C5. “En las reuniones de consejo [académico] se conversa principalmente sobre: cómo están los programas de postgrado? cómo está la carrera académica? Entonces no es tema el bienestar de la comunidad, nunca conversamos de cómo nos sentimos. Es importante que esto permee a las autoridades y que sea considerado como tema digno de debatirse” [Participante 52, Mujer, estudiante]</p> <p>C6. “Pienso en lo que debe costarle a los chiquillos más introvertidos, que les cuesta más relacionarse. La universidad tiene</p>

	<p>que ser algo duro para ellos, especialmente para la gente que no es de Concepción, y que vive en una pensión, en invierno, sin alguien con quien conversar. Siento que a veces uno se despreocupa de ellos” [Participante 53, Hombre, estudiante]</p>
<p>c) Mantenimiento y mejora de áreas verdes e infraestructura</p>	<p>C7. “Infraestructura que permita una mayor interacción entre las personas, sitios comunes para que se puedan juntar los chiquillos... lugares para ponerse a conversar, para compartir un rato...Sería algo que nos haría bien a todos” [Participante 80, Mujer, docente]</p> <p>C8. “Me parece que esos son activos: los usos de los espacios de la comunidad universitaria para la vida al aire libre, la vida familiar. Creo que eso es algo que se podría potenciar” [Participante 113, Hombre, estudiante post grado]</p>
<p>d) Fortalecimiento del acceso a actividades deportivas, culturales y de extensión universitaria</p>	<p>C9. “Respecto a las medidas que habría que tomar para apoyar al adulto mayor... que tuviéramos un valor de entrada bastante más reducido y tentador para ir [actividades culturales].... si la entrada es más o menos cara con el tercio del sueldo que se gana esencialmente no puede, no puede y no quiere [ir]” [Participante 125, Mujer, jubilada]</p> <p>C10. “Lo que podría hacer la universidad es apropiarse más del rol que tiene con el resto de la comunidad, que se empodere de esto. No sólo con la comunidad universitaria, sino que con el resto de la comunidad de Concepción” [Participante 146, Hombre, ex estudiante]</p> <p>C11. “El TVU [canal de televisión de la universidad] a veces transmite programas muy buenos, informativos, estupendos, pero hay que sacarle más partido. De repente tirar programas cortos sobre salud, sobre psicología, porque los otros canales hablan pura farándula y están en eso toda la mañana” [Participante 135, Mujer, jubilada]</p>

Tabla 3.

Opiniones de participantes para fortalecer activos en una comunidad universitaria, desagregadas por sexo

Categoría	Citas (C)
Mujeres	
e) Difusión de activos comunitarios identificados en la Universidad	<p>C12. “Es que si es invisible para nosotros, imagínate para la comunidad! Entonces no se sabe cuándo comienzan los cursos ...nosotros no tenemos idea, por eso digo que habría que fortalecerlo” [Participante 122, Mujer, Jubilada]</p> <p>C13. “¿Cómo promovemos que la comunidad en general sepa apreciar eso? ... Se necesita la mediación entre lo que está y cómo lo observo, cómo lo aprecio. La idea es cómo sacarle provecho a los recursos que existen acá y eso no es tan difícil de mediar, igual podría hacerse una gigantografía o paneles explicativos...” [Participante 78, Mujer, trabajadora, docente]</p>
f) Cuidado de las personas y el entorno	<p>C14. “Que a los trabajadores se les revise sus espacios de trabajo, con algún taller o algo, que sea una vez al año. Que se pueda verificar que los espacios de uso cotidiano sean de uso adecuado, o las normativas que existen para evitar accidentes laborales” [Participante 63, Mujer, trabajadora, docente]</p> <p>C15. “Podría haber lugares donde se vendiera comida saludable más barata en el campus, para la gente que se va estudiar a la [biblioteca] central y que solo puede comprar un paquete de galletas o un pan” [Participante 32, Mujer, estudiante]</p> <p>C16. “La universidad podría regular mucho más qué es lo que se vende dentro... podría tener un rol mucho más protector de lo que están comiendo sus alumnos muchas veces, quizás promocionar que hayan más tíos [personas adultas] que vendan ensalada o potecitos [recipientes] con frutas...comida saludable” [Participante 3, Mujer, estudiante]</p> <p>C17. “Que fuera más verde el barrio, que haya más puntos de reciclaje” [Participante 66, Mujer, docente]</p>
Hombres	
g) Fortalecimiento del capital social	<p>C18. “Fomentar el desarrollo de la comunidad... generar comunidades, generar tejido social... quizás re-focalizar los planes de estudio en torno a ir generando comunidad, es super importante” [Participante 60, Hombre, estudiante]</p>

	<p>C19. “Fortalecer el sistema de comunicación interno de nuestra comunidad...No existe una cultura de comunidad. Hay que generarla” [Participante 86, Hombre, trabajador, directivo]</p>
<p>h) Fortalecimiento de la docencia y transferencia de conocimiento</p>	<p>C20. “[tutoría de pares]... fue una instancia súper bonita. La única diferencia entre los dos era que yo iba un año antes. Para mí era como darle tips: “organízate en esto”, “estudia de esto”... A él le gustó mucho. A mí igual me sirvió harto, te da seguridad y te sientes bien ayudando” [Participante 50, Hombre, estudiante]</p> <p>C21. “Para qué producimos conocimiento? ¿para qué existe la academia? Estamos tan metidos en esto de los rankings, publicaciones, indexaciones, ISIs, papers, normas APA ...pero... para qué estamos produciendo conocimiento? Para las veinte personas de todo el mundo que estudian una materia determinada? O para la comunidad en la que estamos?” [Participante 97, Hombre, trabajador]</p> <p>C22. “Acá en la facultad todas las actividades, incluso las docentes, se hacen en colaboración y eso es porque todos tenemos nuestra propia oficina y hay espacios en donde uno puede discutir y planificar, y establecer redes internas y potenciar el trabajo” [Participante 83, Hombre, docente].</p> <p>C23. “Revalorizar más la docencia porque la principal función de la universidad es la formación y luego investigación”[Participante 77, Hombre, trabajador, docente]</p>