
**CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES SOBRE PRÁCTICAS DE VIDA SALUDABLE
DE ESTUDIANTES DE TECNOLOGÍA MÉDICA DE LA UNIVERSIDAD
DE TALCA**

**JAVIERA ISLAS BUENO
LICENCIADO EN TECNOLOGÍA MÉDICA**

RESUMEN

El concepto de vida saludable es un tema que está tomando relevancia en el consiente colectivo gracias a las políticas públicas y toda la información disponible entregada por las instituciones de salud y los medios de comunicación masiva. Los hábitos de vida se encuentran explicados por las variadas teorías de comportamiento social como las propuestas por Martin Fishbein, Campbell, Jhon Dollard & Neal Miller, Albert Bandura entre otros.

La vida universitaria es considerada una etapa relevante en la adquisición y desarrollo de hábitos que pueden llevar a que las personas tomen diferentes decisiones y entre estas la adquisición de hábitos saludables y también resultan ser la población más expuesta a comportamientos que representan riesgos a llevar estilos no saludables. Es por ello que el presente estudio del tipo descriptivo transversal tuvo por objetivo el evidenciar qué conocimientos y actitudes sobre prácticas de vida saludable que tienen los estudiantes de Tecnología Médica de la Universidad de Talca. Como población se utilizó a 220 estudiantes en sus 5 niveles de estudio de la carrera a los cuales se les aplicó una encuesta de conocimientos y actitudes. Los resultados demuestran que a mayor nivel de estudio presentan mayores conocimientos respecto a hábitos saludables, aunque tienen una menor disposición a generar algún cambio es los hábitos que poseen. Como conclusión del estudio se obtiene que la universidad resulta ser escenario ideal para implementar planes de educación y promoción de la salud, puesto que incluye a un amplio número de jóvenes en formación, además de que sería prudente el efectuar un estudio en donde se indaguen con profundidad las razones para evitar el cambio en las conductas sexuales, para así formular planes de intervención a futuro.