Calidad de vida y trabajo: entre lo cotidiano y lo esencial.

Yeimy Marcela Osorio Ruíz

Trabajo de grado presentado para optar al título de Trabajador Social

Asesora

Yulieth Carvajal Londoño, Doctor (PhD) en Ciencias Humanas y Sociales

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Trabajo Social

Medellín, Antioquia, Colombia

2025

Cita	(Osorio Ruíz, 2025)
Referencia	Osorio Ruíz, Y. (2025). *Calidad de vida y trabajo. Entre lo cotidiano y lo esencial*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	

creative commons CC BY NC SA

Biblioteca Carlos Gaviria Díaz.

CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: http://bibliotecadigital.udea.edu.co

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: Jhon Jairo Arboleda Céspedes.

Decana: Alba Nelly Gómez García.

Jefa de departamento: Martha Cecilia Arroyave Gómez.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Agradecimientos

Doy gracias a mi asesora de tesis Yulieth Carvajal Londoño por su paciencia y dedicación, por acompañarme en cada paso e inspirarme cada día para hacerlo mejor. A mi pareja Daduán Maya por estar siempre a mi lado ayudándome a superar cada reto, confiando en el amor y vislumbrando las bellezas de la vida. Agradezco a la Universidad de Antioquia y a todos mis maestros, por confiar en mí e inspirarme con los autores y las metáforas correctas que me ayudaron a formar mi camino.

Tabla de contenido

Resumen 6

Abstract 7

Introducción 8

1. Planteamiento del problema 10

1.1 Problema y supuesto de investigación. 13

1.2 Justificación 14

1.3 Objetivos 14

1.3.1. Objetivo general 15

1.3.2. Objetivos específicos 15

1.4 Estado del arte 15

2. Referente teórico conceptual 18

3. Memoria metodológica 24

3.1 Contexto 24

3.2 Tipo de investigación. 25

3.3 Técnicas de generación y organización de la información: 26

3.4 Consideraciones éticas 30

4. Resultados 32

4.1. Dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de las personas 32

4.2. Expresiones del trabajo formal y su interacción con jóvenes trabajadores, de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín. 42

4.3. Relaciones que emergen entre el trabajo formal y la calidad de vida. 48

5. Conclusiones y recomendaciones 55

Referencias 58

Anexos 60

Lista de tablas

Tabla 1 Rutina diaria de la persona promedio con trabajo formal 12

Tabla 2 Categorías de análisis. Calidad de vida y trabajo 28

Lista de figuras

Figura 1 Índice para una vida mejor. (2023) 17

Figura 2 Organización Mundial de la salud. (OMS) - Elementos para la calidad de vida. (2012) 19

Figura 3 Interpretación calidad de vida. Max Neef. (1986) 20

Figura 4 Caracterización comuna 7 Medellín. (2020) 24

Figura 5 Edades de los jóvenes caracterizados. 32

Figura 6 Estrato socio económico de los jóvenes caracterizados 33

Figura 7 ARL. Afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales de los jóvenes caracterizados 34

Figura 8 Afiliación a Fondo de pensiones de los jóvenes caracterizados 34

Figura 9 Aporte monetario al sostenimiento de la vivienda de los jóvenes caracterizados 35

Figura 10 Distancia temporal vivienda a lugar de trabajo de los jóvenes caracterizados 35

Figura 11 Nivel de escolaridad de los jóvenes caracterizados 36

Resumen

En este trabajo de grado se destaca la importancia que tiene en términos prácticos, la calidad de vida sobre la dimensión subjetiva de las personas, la cual tiende verse opacada por las dimensiones materiales y económicas, en medio de una dinámica de supervivencia y actividad productiva del sistema capitalista. Esto genera un gran impacto la deteriora aspectos de la vida, lo que además segrega y expande las brechas sociales, debido al agotamiento físico y mental de los sujetos por exceso de trabajo.

Es por ello que la presente investigación se enfoca en estudiar la relación entre calidad de vida y trabajo. Enfatiza la relevancia que este último ha pasado a tener en la vida de las personas a lo largo de la historia, opacando los demás aspectos que también se consideran trascendentales para tener calidad de vida, como lo son la salud, el ocio, el vínculo emocional, entre otros; por el contrario, se da un lugar más protagónico al trabajo, dejando de ser una actividad más que acompaña, como medio y lugar que contribuye a la dignificación de la vida de las personas. Se trasciende así a la prioridad del tener quitando fuerza a la relación armónica entre las capacidades del ser, el hacer y el estar que son parte de la construcción personal y la interacción social.

Para entender mejor el problema de investigación abordado, metodológicamente se planteó un análisis de tipo cualitativo, fenomenológico que priorizo como sujetos de la investigación a jóvenes trabajadores de la comuna 7 de Medellín. Para ello se utilizaron técnicas y herramientas como la caracterización de la población, la entrevista y el mapa de sueño buscando entender las necesidades y subjetividades según el contexto y las circunstancias que hacen parte de cada sujeto.

Palabras clave: Calidad de vida, trabajo formal, vida digna, jóvenes de la comuna 7 de Medellín, dimensión subjetiva.

Abstract

This thesis highlights the practical importance of quality of life in the subjective dimension of people, which tends to be overshadowed by material and economic dimensions amidst the dynamics of survival and productive activity of the capitalist system. This has a significant impact on the deterioration of various aspects of life, which also segregates and widens social gaps due to the physical and mental exhaustion of individuals due to overwork.

For this reason, this research focuses on studying the relationship between quality of life and work. It emphasizes the importance that the latter has gained in people's lives throughout history, overshadowing other aspects that are also considered essential for quality of life, such as health, leisure, and emotional connection, among others. On the contrary, work is given a more prominent role, ceasing to be an accompanying activity, a means and place that contributes to the dignity of people's lives. This transcends the priority of having, weakening the harmonious relationship between the capacities of being, doing, and existing, which are part of personal development and social interaction.

To better understand the research problem addressed, a qualitative, phenomenological analysis was methodologically proposed, prioritizing young working people from Commune 7 of Medellín as research subjects. Techniques and tools such as population profiling, interviews, and dream mapping were used to understand the needs and subjectivities of each subject according to their context and circumstances.

Keywords: Quality of life, formal employment, dignified life, youth in Commune 7 of Medellín, subjective dimension.

Introducción

En el marco de mi proceso formativo como estudiante de Trabajo Social, se hace la investigación de trabajo de grado, que se enmarcó en la línea de profundización Cultura política y sociedad. Desde el comienzo del proceso siempre estuvo clara una pregunta: ¿cómo es la calidad de vida de las personas?; esto debido a que me ha inquietado la noción que prevalece en el sistema económico actual, que el capital, la economía y los bienes materiales determinan las formas de vivir, de ser y de estar de las personas.

De ahí la curiosidad de ver, de pensar y de sentir a las personas más allá de su actividad productiva y económica. Es por eso que el campo temático que se abordó en esta investigación es la calidad de vida y su relación con el trabajo, orientando específicamente los análisis hacia un grupo poblacional de jóvenes entre los 18 y los 28 años de edad con empleo formal y ubicados en la ciudad de Medellín, comuna 7, barrio Robledo.

Para esta investigación fue crucial reconocer que la calidad de vida se ha normalizado a nivel mundial, como un índice de medida, dentro de una perspectiva marcadamente modernizante y de capitalismo global, que busca determinar el nivel de desarrollo de los países y personas por medio de dimensiones económicas, indicadores de crecimiento, progreso y desarrollo. Sin embargo, esta aproximación ha dado como resultado una visión limitada y poco contextualizada respecto a la calidad de vida, ignorando por completo condiciones subjetivas, dinámicas y características culturales, necesidades específicas, los contextos particulares y las posibilidades reales de quienes habitan en los diferentes territorios.

Partiendo del planteamiento anterior, en la presente investigación se analizó el fenómeno de la calidad de vida y su relación con el trabajo en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín, que se encuentran vinculados a un empleo formal. A partir de esto se planteó una pregunta de investigación que permite acercarse a entender la relación que se da entre la calidad de vida y trabajo, la cual parte de las vivencias cotidianas de los sujetos de investigación. Para dar respuesta a ella se planteó un objetivo general y tres específicos, los cuales buscaron explorar las diferentes dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de personas, reconocer las diversas formas de trabajo formal, su interacción con jóvenes y determinar las relaciones que emergen entre trabajo formal y la calidad de vida en estos sujetos de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín.

En esta investigación que es de tipo cualitativo, se realizó un diseño metodológico que incluye categorías, subcategorías y observables que permiten un acercamiento detallado a la relación trabajo y calidad de vida en medio de la vida cotidiana. Con ello en mente, se da preferencia al enfoque fenomenológico y a la hermenéutica interpretativa.

Para la generación y recolección de la información se optó por tres herramientas de investigación, las cuales son la caracterización de los sujetos de investigación, la entrevista semi estructurada y el mapa de sueños, cada herramienta tuvo un uso diferente: caracterizar las condiciones básicas de la población, generar una conversación guiada para obtener información genuina y directa de los sujetos protagonista de la realidad abordada, por último un mapa de sueños que permitiera identificar cómo se proyectan los jóvenes a futuro, a través de una estrategia que permitiera salir de la rutina y recurrir a la creatividad. Con esta última herramienta, se tomó la decisión de dejarla para ejercicio de devolución, socialización y validación de los hallazgos encontrados con las personas que hicieron parte de la investigación.

Por último, se encuentra el desarrollo del análisis que da cuenta de los hallazgos de todo el proceso investigativo, los cuales se basan en los objetivos y las categorías de investigación, haciendo un análisis de la información obtenida en las diferentes herramientas.

1. Planteamiento del problema

Para dar inicio a esta investigación, es importante acercarse histórica y contextualmente al concepto calidad de vida. Según las diferentes fuentes consultadas, se puede detectar que no hay un consenso universal que determine cómo debe ser la calidad de vida de las personas, para ello retomo a Jiménez (2010) quien plantea lo siguiente.

> El uso de la renta como indicador de calidad de vida requiere establecer una relación de referencia con los bienes y servicios que se pueden adquirir en el mercado, para lo cual se suele recurrir al Índice de Precios al Consumo (IPC), calculado de forma estadística a partir de una muestra representativa de bienes y servicios. El primer problema de este planteamiento reside en la delimitación de una cesta de la compra que incluya aquellos productos demandados para la satisfacción de las necesidades personales; esta demanda no sólo cambia en los distintos países y culturas, sino que también difiere en los distintos estratos sociales y se adapta más o menos elásticamente a las variaciones del precio. El segundo problema reside en la diversa oferta de bienes y servicios fuera del mercado monetario: servicios públicos, trabajo doméstico, trueque, economía informal. Por último, aunque resulta sencillo medir el coste de adquisición de los bienes y servicios monetizados, la complicación reside en evaluar la satisfacción que proporcionan, sin entrar a valorar sus posibles efectos secundarios (p. 7)

Lo anteriormente planteado sirve para resaltar que medir la calidad de vida únicamente con indicadores económicos, como índices de riqueza, de pobreza, de capacidad de adquisición material o de desarrollo económico, son insuficientes ya que se quedan cortos a la hora de explorar en los demás factores que complementan la calidad de vida, subjetivos e individuales, como lo son el afecto, la creatividad, el ocio, la participación, la identidad, la libertad, entre otros, los cuales se vinculan con la parte no solo del tener, sino también del ser, del hacer y de estar como lo plantea Max- Neef (1986) en su matriz de necesidades y satisfactores del ser humano.

Aportando a esto, Urzúa y Caqueo (2012) se expresan sobre la calidad de vida desde una perspectiva más complementaria en la cual llegan a la conclusión de que no existe criterio único para definirla, pero que, aun así, hay elementos comunes como el bienestar, la satisfacción, lo

multidimensional, lo subjetivo/objetivo, lo cual según ellas permite llegar a un marco común, con posibilidades de vislumbrar una definición global que pueda abarcar la calidad de vida.

Si bien, no existe una definición concreta sobre la calidad de vida, todas las aproximaciones incluyen variables claves, aspectos relevantes como la vivienda, el empleo, la educación, los ingresos, el medio ambiente, la salud y la seguridad. Dentro de estos elementos el trabajo se destaca por ocupar una parte significativa en la cotidianidad de las personas, influyendo de manera importante en la calidad de vida de estas.

Profundizando en lo anterior, Alves et al., (2013) expresan que el trabajo ocupa gran parte de nuestras vidas y que parte trascendental de nuestra existencia transcurre en el entorno laboral, correspondiendo de manera importante con la calidad de vida, también afirman que es a través del trabajo se suplen, necesidades económicas y las necesidades más elevadas de autorrealización personal y profesional.

En referencia al territorio de interés de esta investigación, según el (Colombia. Ministerio de Trabajo, 2023) se encontró que en la ciudad de Medellín, el trabajo ocupaba entre ocho y diez horas diarias del día a día de las personas sumando 48 horas semanales, y aunque este es considerado solo como una variable más de las tantas que se han explorado para la calidad de vida, el trabajo ha terminado por adquirir una prioridad tal que supera a otras igualmente importantes como lo son, la salud mental y física, la familia, el ocio y demás que también deben tenerse en cuenta para la calidad de vida.

Como dice Han (2012) es importante tomarse el tiempo para estar bien, para no perder la concertación y la creatividad que nos distinguen como seres humanos, la salud física y mental, tener tiempo para formar y fortalecer vínculos, para soñar despiertos, para contemplar y poder elegir de forma consciente, permitiendo explorar así todas las formas, tamaños y posibilidades que puede tener la vida.

Aunque la historia mundial, tiene como dato importante la lucha por las 8 horas diarias máximas laborales, que se da en Chicago en el año 86, ya han pasado 36 años desde entonces, y en Colombia aún se aplica esta regla. Según Mendoza et al., (2018), en su comparativo de la jornada diurna máxima en Latinoamérica, Colombia se encuentra entre los países con mayor jornada laboral, oscilando entre 8 y 10 horas diarias para un total de 48 horas semanales. En la actualidad, en Colombia, con el nuevo gobierno de turno, se está implementando una reforma laboral, la cual

pretende disminuir gradualmente la jornada laboral con la Ley 2101 de 2023, de 48 horas semanales hasta llegar a las 42 horas semanales en los próximos tres años.

Lo anteriormente planteado, termina rigiendo también para la ciudad de Medellín, sin que las jornadas laborales dejen de ser demasiado extensas, y agotadoras, influenciadas por esa estructura capitalista, de corte desarrollista. En el caso de Medellín, estando también impregnadas de una cultura paisa muy característica, la cual logramos describir a continuación de manera muy acertada con González et al., (1923), quienes presentan a una raza antioqueña, como personas en las cual es propio de sí mismos, un instinto pujante y progresista, con espíritu de trabajo y disciplina.

Ese instinto pujante y progresista con espíritu de trabajo y disciplina que es característico de la cultura antioqueña, termina adaptándose sin ninguna clase de resistencia a las lógicas del capitalismo, del progreso y del desarrollo, que terminan acudiendo al llamado constante de trabajar, trabajar y trabajar que en realidad no compensa el tiempo, la salud, el ocio, la creatividad y el bienestar que se dejan de lado por estar en esa constante dinámica de trabajo constante.

Para darnos un ejemplo claro de esto, retomo el código sustantivo del trabajo, el cual dicta en su artículo 161 que “La duración máxima de la jornada ordinaria de trabajo es de ocho (8) horas al día y cuarenta y ocho (48) a la semana” (Colombia. Congreso de la República. Código sustantivo del trabajo. 2019) rigiendo para todo Colombia en general, lo cual llevado a la cotidianidad inmediata implica lo siguiente:

Tabla 1
Rutina diaria de la persona promedio con trabajo formal

HORAS DÍA. (L/V)	ACTIVIDAD COTIDIANIDAD INMEDIATA.	OBSERVACIONES.
8	Dormir	Entre 6 y 8 horas diarias
1	Alistarse para el trabajo.	Tener en cuenta si hay que encargarse de menores, empacar el almuerzo… entre 1 y 2 horas
2	Desplazarse al trabajo.	(Ida y regreso) depende la distancia, y si cuenta con transporte particular.

HORAS DÍA. (L/V)	ACTIVIDAD COTIDIANIDAD INMEDIATA.	OBSERVACIONES.
4	Jornada laboral de la mañana.	
1	Almuerzo	
4	Jornada laboral de la tarde.	
7	Tiempo restante.	Disponible entre las 5 de la tarde y las 11 de la noche. Para estudio, familia, deberes del hogar, salud… (Los sábados es la misma dinámica hasta las 2pm y los domingos "descanso") o actividades del hogar que requieran esfuerzo y concentración.

Esto implica que son, 48 horas de trabajo fijo semanales mínimo, 56 horas para sueño y alimentación semanales, 60 horas (disponibles) en la semana, las cuales serían para estudiar, leer, compartir con la familia, descansar, cuidar la salud, ser creativo, tiempo de ocio, entre otros, pero para la mayoría de las personas este tiempo terminan siendo en gran medida usado en tiempo laboral extra, ya que si no se está tratando de sobrevivir porque lo mínimo no alcanza para una vida digna, se está tratando de acumular para alcanzar el éxito, el progreso y el desarrollo del cual hablamos párrafos anteriores.

Lo anteriormente planteado, aplica solo para quienes ejercen su actividad laboral bajo la restricción o el amparo de un trabajo formal, el cual nos dice el código sustantivo del trabajo (2023), Ley brinda parámetros u obligaciones a una persona natural cuando presta sus servicios a una persona natural o jurídica a cambio de una remuneración. y para la mayoría de personas que desempeñan una actividad laboral que normalmente trabajan en ese horario específico, ya que es posible que varíe según el tipo de contrato.

1.1 Problema y supuesto de investigación.

Partiendo del análisis previo, uno de los supuestos de esta investigación, busca identificar las consecuencias del exceso de trabajo y como este en lugar de dignificar la calidad de vida, ha tendido a deteriorarla, considerando con ello que el problema radica en la tendencia que tiene el sistema capitalista en reducir la calidad de vida a los bienes materiales, priorizando la cotidianidad

en función del trabajo, la productividad y desatendiendo la subjetividad que construye al ser humano como seres sociales (desde el ser, el hacer y el estar), con base en esto, planteo la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las relaciones que se generan entre el trabajo formal y la calidad de vida de personas jóvenes, de estratos socioeconómicos 1 y 2 habitantes de la comuna 7 de la ciudad de Medellín?

Dicha pregunta, permitió explorar las diferentes formas en que las personas perciben la calidad de vida desde la perspectiva material y subjetiva a través del proceso metodológico.

1.2 Justificación

Continuando con lo anterior, es importante destacar que la calidad de vida cuenta hoy en día con un sólido referente teórico. Este la posiciona como concepto y un indicador de medida, dotándola en un sistema categorial y pautas para el desarrollo económico, convirtiéndose además en una lista de requisitos con sus respectivos índices, permitiendo clasificar como alta, baja, buena o mala, según corresponda.

Conectando con esto Han (2012), manifiesta que el ser humano ha pasado a ser parte del fin acumulativo y productivo del sistema capitalista, un "Animal laborans que se explota a sí mismo, sin coacción externa" (p.30) siendo al mismo tiempo, verdugo y víctima, un ser humano que solo trabaja, que se explota y permite que los demás lo exploten por una recompensa, ya sea dinero, estatus o éxito, la cual al complejizar al ser humano más allá de su labor productiva, es poco en comparación.

Con ello, la pertinencia de esta investigación para el trabajo social, la cual es de carácter multidimensional, al comprender la calidad de vida va más allá del desarrollo económico, ubicando la cotidianidad inmediata de las personas, la cultura, la política y el contexto social permitiendo reconocer los límites y las posibilidades que la condicionan.

1.3 Objetivos

Partiendo de lo anterior es preciso plantear los objetivos con la capacidad explorar, analizar, reconocer y determinar las relaciones que emergen entre la calidad de vida y el trabajo con el fin

de dar respuesta a la anterior pregunta. Dando pie a un objetivo general con capacidad de análisis, y delimitación poblacional dirigida a la comuna 7 de Medellín.

Analizar la relación calidad de vida y trabajo formal en personas jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín, para determinar las relaciones que emergen entre trabajo formal - calidad de vida. Explorando así unos objetivos específicos con la capacidad de examinar, reconocer y determinar las dimensiones y condiciones de la calidad de vida, las formas en las que se expresa el trabajo formal y la relación calidad de vida y trabajo.

1.3.1. Objetivo general

Analizar la relación calidad de vida y trabajo formal en personas jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín, para determinar las relaciones que emergen entre trabajo formal - calidad de vida.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Examinar las diferentes dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de personas según la teoría del buen vivir, en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín.
2. Reconocer las diferentes expresiones del trabajo formal y su interacción con jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín.
3. Determinar las relaciones que emergen entre trabajo formal y la calidad de vida en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín.

1.4 Estado del arte

Para entender el concepto calidad de vida, lo primero es revisar la historia, para ello se retoma a Jiménez (2010) quien plantea una primera impresión.

> Aparece en los debates públicos en torno al medio ambiente y al deterioro de las condiciones de vida urbana. Durante la década de los 50 y a comienzos de los 60, el creciente interés por conocer el bienestar humano y la preocupación por las consecuencias de la industrialización de la sociedad hacen surgir la necesidad de medir esta realidad a

> través de datos objetivos, y desde las Ciencias Sociales se inicia el desarrollo de los indicadores sociales estadísticos que permiten medir datos y hechos vinculados al bienestar social de una población. (p. 2)

Aunque en esta primera perspectiva, no se habla directamente de la calidad de vida, si se marca el inicio de una preocupación por el deterioro de las condiciones de vida, junto con ello aparecen conceptos como el bienestar humano y el bienestar social. Los años 50 y 60 fue una época en que la modernidad estaba dando sus primeros pasos, la producción desde entonces y hasta hoy se establece como una máquina gigante con la que se ambiciona futuro y se promete igualdad, sin embargo, esta ambición conlleva a negar la condición humana, de la cual finalmente terminan surgiendo la necesidad de bienestar humano y bienestar social en medio de unas dinámicas de agotamiento extremo y enfermedad por exceso de trabajo de la clase obrera en su momento.

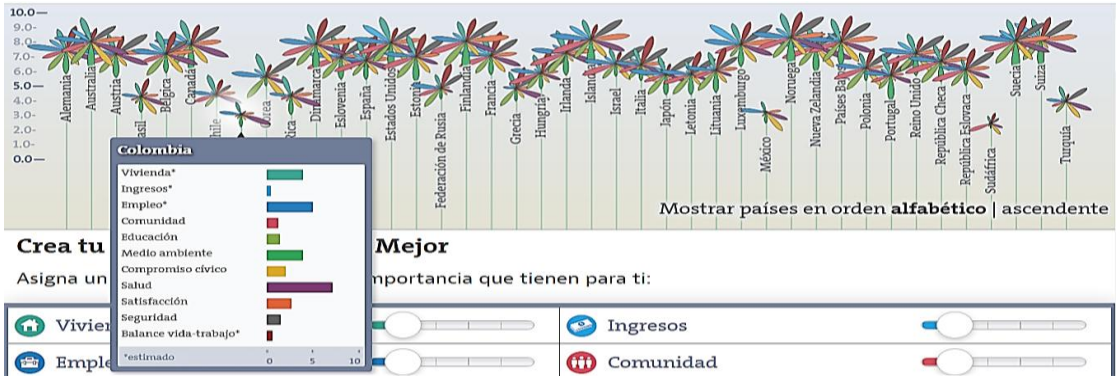
Continuando con lo anterior Acosta (2015) se expresa sobre el deterioro de la vida humana y se remite a los inicios del desarrollo como sistema global, dice entonces, que después de la segunda guerra mundial, en plena guerra fría, el desarrollo se establece con el objetivo de que todos los países y las personas en él, sean avanzados, civilizados, ricos y modernos, afirma que este fue un momento coyuntural en el que se separa a los países desarrollados o de primer mundo, de los países subdesarrollados o de tercer mundo, lo cual tiene grandes implicaciones políticas, sociales y económicas imponiendo así un nuevo orden mundial, el cual todos aspiran alcanzar siguiendo las lógicas capitalistas, las cuales con el tiempo han conducido reforzar las condiciones de deterioro y desigualdad.

Acosta (2015), también plantea que el funcionamiento del sistema mundial contemporáneo es mal desarrollador, que aceptamos las reglas de que todo vale y de que todo se tolera en nombre de la salida del subdesarrollo, señalando que todo se santifica en nombre de este desenvolviéndose en un proceso de mercantilización a ultranza, donde se acepta como normal que todo se compra y todo se vende.

Continuando con esto, se encontró que la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) utiliza dos índices que se refieren a la calidad de vida, estos son, ¿Cómo va la vida? y ¡El índice para una vida mejor! a través de los culés se evalúan diferentes factores como la vivienda, el empleo, la educación, el compromiso cívico, la satisfacción, el balance entre la vida y el trabajo, los ingresos, la comunidad, el medio ambiente, la salud y la seguridad, con los cuales

pretende medir el Producto Interno Bruto (PIB) y las estadísticas económicas de cada país, aun así, con todo lo que evalúa, no deja de ser más que una clasificación numérica que ubica a unos países por encima de otros siguiendo las mismas lógicas de desarrollo en las cuales citamos Acosta anteriormente. A continuación, remito dicho estudio.

Figura 1
Índice para una vida mejor. (2023)



Revisando fuentes más cercanas, en el caso de Medellín, se analizó un informe disponible al público, el cual aparece en la red como el, informe de calidad de vida de Medellín 2020, este también maneja algunas variables mencionadas en el índice anterior, como la vivienda, el empleo, la educación, el medio ambiente, la salud, la seguridad, entre otras, pretendiendo a partir de ello dar cuenta de la calidad de vida de los ciudadanos, tomando como eje principal el desarrollo económico de la ciudad.

En dicho informe se detectó que más que informar sobre la calidad de vida, da cuenta del desarrollo económico de la ciudad, aun cuando evalúa diferentes variables como salud, vivienda, educación, empleabilidad, entre otros, palabras como capital humano y capital social son usadas como factores importantes para el desarrollo económico, cada factor evaluado se revisa en torno a detalles económico, a la capacitación para el trabajo, a la capacidad productiva según la edad o el nivel educativo, etc.

2. Referente teórico conceptual

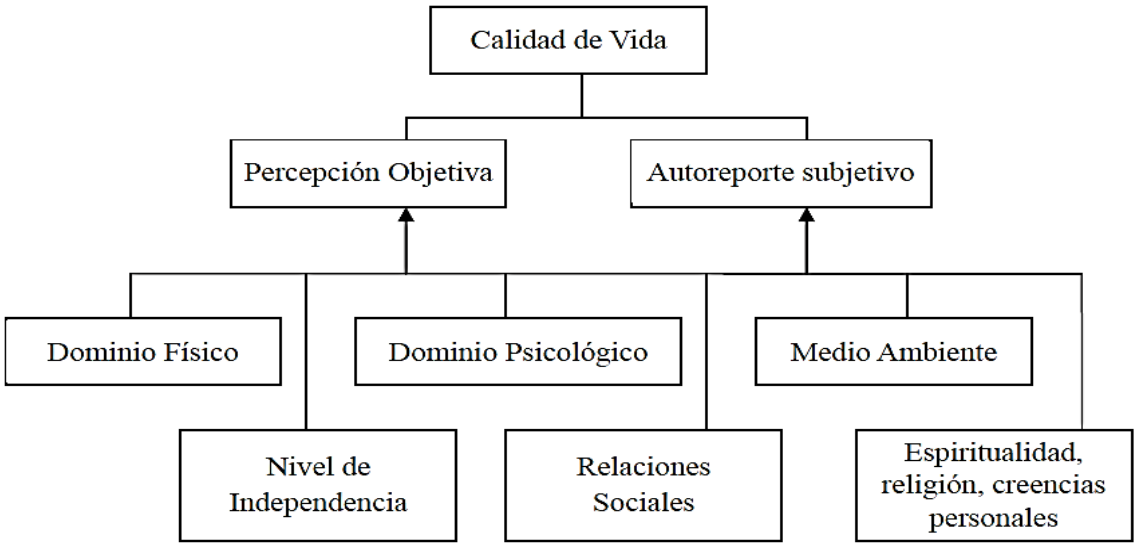
Continuando con el propósito de darle respuesta a la pregunta de investigación y darle un soporte teórico a la investigación en su totalidad, se da paso al marco conceptual en el que se apoyan los supuestos, el análisis y las diferentes perspectivas convirtiéndose en el soporte que permite enmarcar la reflexión empírica.

Uno de los conceptos principales de esta investigación es la calidad de vida, para la cual retomamos a Urzúa et al., (2012), quienes, en su búsqueda por definir este concepto, se encontraron con que no hay una definición universal, mencionan que, sin embargo, hay algunos acuerdos comunes y esquemas bastante interesantes que quisiera retomar para esta investigación.

Uno de estos esquemas o acuerdos que retomo del texto, es planteado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), ya que siendo esta organización quien lo plantea, toma cierta validez o prestigio ante otras organizaciones. Dicho esquema es bastante interesante ya que considera unas dimensiones objetivas y otras subjetivas en una misma horizontalidad, concediéndoles el mismo nivel de importancia, ya que, en otros acercamientos a dicho concepto, usualmente se suele conceder mayor importancia a las variables más objetivas, por su valor verificable, cuantificable y replicable de tipo método científico y de corte positivista.

Es importante ver en este esquema, que el nivel de indecencia, las relaciones sociales, la espiritualidad, religión y creencias personales, se vincula en una horizontalidad en la que no se le resta importancia a ninguna de sus variables en comparación de la otra, dejando claro la igualdad de relevancia de los aspectos materiales de la calidad ante los aspectos subjetivos de la misma. A continuación, encuentra dicho esquema.

Figura 2
Organización Mundial de la salud. (OMS) - Elementos para la calidad de vida. (2012)



Desde la perspectiva del esquema anteriormente expuesto, se resaltan las dimensiones complementarias que se tuvieron en cuenta para la construcción de la calidad de vida, que le compete más al ser humano desde las posibles formas de ser, hacer y estar en medio de su cotidianidad inmediata, que exploran más allá de las variables económicas y sistemáticas que se plantean desde la mirada del desarrollo económico para la calidad de vida, permitiendo retomarla como base teórica para la construcción del instrumento de recolección de la información e instrumentos de análisis de esta investigación.

Complementaria ello, en este mismo texto, se encontró un acercamiento sobre la calidad de vida, en el que Urzúa (2012) retoma a Meeberg (1993), para condensar algunos elementos y atributos diferenciales que rescatan la calidad de vida de otros conceptos, como el sentimiento de satisfacción con la vida en general, la capacidad evaluar la vida propia como satisfactoria o no, un aceptable estado de salud física, mental, social y emocional, junto con la capacidad objetiva de evaluar las condiciones de vida a nivel personal. Lo cual implica estar más allá de las capacidades y la estructura del sistema, siendo autocríticos y reflexivos ante la vida misma.

Partiendo de lo anterior y sin perder de vista que estamos en un momento de la historia en el que todo se quiere estandarizar, contabilizar y medir, es importante reconocer la contradicción

que esto implica para la calidad de vida, ya que si bien hay algunas variables que son objetivas y medibles, la calidad de vida, debería poder ser situada de manera circunstancial, contextualizada a nivel histórico, político y cultural, permitiendo que cada persona la construya y la explore a partir de sus necesidades personales y particulares, dejando de ser presa de las altas expectativas que constantemente exige el desarrollo, el progreso, el éxito, etc.

Aún sí, es necesario hablar de las diferentes variables de la calidad de vida, para ello retomo una de las fuentes más completas que encontré, en el texto de Acosta (2015), quien en su teoría del buen vivir retoma a Max Neef (1986), con su matriz de necesidades y satisfactores, en la cual se tiene en cuenta la calidad de vida desde una visión del tener, el ser, el hacer y el estar, partiendo de la necesidad más básica y complementaria del ser humano, el cual ubico a continuación en una versión general que parte de mi interpretación.

Figura 3
Interpretación calidad de vida. Max Neef. (1986)



En dicha interpretación, la calidad de vida es el eje principal, se vincula con las necesidades existenciales y axiológicas determinadas por Max Neef et al., (1986), las cuales se enlazan de

manera articulada, donde el ser, el tener, el hacer y el estar, se expresan a través de la subsistencia, la protección, el afecto, el entendimiento, la participación, el ocio, la creación, la identidad y la libertad que construyen y permiten la existencia del ser humano, en el entorno político, social y económico.

En este punto es pertinente reflexionar sobre la segunda categoría de interés de esta investigación, el trabajo, para lo cual me apoyo Acosta (2015) quien habla desde las filosofías del buen vivir, desde la cual expresa que el trabajo es un derecho y un deber social y que no se trata simplemente de producir para acumular, sino de producir para vivir bien, de manera que contribuya a la dignificar la vida de las personas.

Anhelando que este acercamiento, no se quede solo en palabras, recomiendo quedarnos con ella en mente, ya que el buen vivir es una de las bases teóricas de esta investigación. Aun así, también es necesario acercarnos al trabajo en sus formas más cotidianas para tener en cuenta el contraste que puede presentar.

Para ello me atrevo a retomar Alves et al., (2013), quienes en su investigación encontraron que el trabajo, más que un concepto, es una ocupación de espacio y tiempo relevante en la vida cotidiana, afirmando que gran parte de nosotros desarrolla una actividad laboral, y que buena parte de la existencia transcurre en ello, permitiendo así su reflejo en la calidad de vida. Reconocen que es a través del trabajo que se obtiene el sustento económico en cual se suplen también necesidades como la auto realización personal y profesional.

Las autoras resaltan como atributo que el trabajo no solo es un medio para ganarse la vida, considerándolo más como una forma de vivir a través de las experiencias y las acciones productivas, mencionando, que este también se presenta como una actividad ennoblecedora capaz de elevar el statu quo, proporcionando identidad social y dando sentido a la vida en comunidad. Todo esto sin dejar de lado que el trabajo, también puede ser poco grato, desprovisto de significados, rutinario de una forma negativa, opresiva o incompatible con las necesidades personales.

Para el interés de esta investigación, es necesario definir el trabajo formal, del cual el código sustantivo del trabajo de Colombia, en su artículo cinco, nos dice que se clasifica como, “toda actividad humana libre, ya sea material o intelectual, permanente o transitoria, que una persona natural ejecuta conscientemente al servicio de otra, y cualquiera que sea su finalidad, siempre que se efectúe en ejecución de un contrato de trabajo” (Colombia. Congreso de la república. Código

sustantivo del trabajo. 2023, art. 5) el cual también nos dice en su artículo 22 que un contrato de trabajo “es aquel por el cual una persona natural se obliga a prestar un servicio personal a otra persona, natural o jurídica, bajo la continuada dependencia o subordinación de la segunda y mediante remuneración” (Colombia. Congreso de la República. Código sustantivo del trabajo, 2023. art. 22)

Para el concepto desarrollo se retomó a Acosta (2015), quien dice entonces, que después de la segunda guerra mundial, el desarrollo se establece con el fin de que todos los países y las personas en él, sean avanzados, civilizados, ricos y modernos, afirma que este fue un momento coyuntural en el que se separa a los países desarrollados o de primer mundo, de los países subdesarrollados o de tercer mundo, lo cual tiene grandes implicaciones políticas, sociales y económicas imponiendo así un nuevo orden mundial, el cual todos aspiran alcanzar siguiendo las lógicas capitalistas, las cuales con el tiempo han ido conduciendo a reforzar las a condiciones de deterioro y desigualdad.

Acosta (2015) nos menciona también que, a partir de dicha época, se empiezan a implementar planes estratégicos de carácter global, que tiene como objetivo lograr que los países sub desarrollados o de tercer mundo, entiéndase como pobres y poco civilizados, logren alcanzar el desarrollo, tomando como referente los catalogados países de primer mundo, entiéndase como ricos, modernos, civilizados o desarrollados. Asumiendo tal posición como dice Acosta (2015) en un acto generalizado de subordinación y sumisión. Este acercamiento sirve para entrar en contexto y entender las diferentes dinámicas que ejercen influencia sobre la calidad de vida y el trabajo.

Profundizando en lo anterior Byung-Chul Han (2012) y su sociedad del cansancio, permite comprender que la dinámica en la que se envuelve el sujeto en medio de las expectativas del desarrollo. En su planteamiento filosófico, habla de un sujeto libre que se somete por decisión propia, que, aunque es dueño y soberano de sí mismo, vive en una dinámica constante de auto explotación, convirtiéndose un sujeto de rendimiento que abandona su libertad, para entrar en una libertad obligada, donde maximiza el rendimiento. Dicha dinámica según Han (2012), termina dando como resultado, un sujeto colapsado, hiperactivo e híper neurótico, donde se pierde la conexión total con el yo contemplativo, reflexivo, creativo y libre.

Posterior a la definición de los conceptos de calidad de vida, trabajo, desarrollo y la auto explotación, es oportuno acercarme al factor poblacional en que se centra esta investigación, la cual ubica su mirada hacia los jóvenes trabajadores de la comuna 7 de la ciudad de Medellín.

Teniendo en cuenta el contexto social, retomo la Instituto de Bienestar Familiar (2021), la cual menciona que los jóvenes son el presente y no el futuro como normalmente se proyecta, afirma que son el agente de cambio de un mundo que está ocurriendo aquí y ahora, siendo estos los llamados a construir una sociedad justa. También dice que los jóvenes tienen la oportunidad de crear metas, soñar, hacer planes de vida, aprender, y arriesgarse otorgándoles una clara responsabilidad tanto a nivel personal como social.

Dicha definición permite pensar en la persona joven, como responsable de sí mismo, también de sus acciones y de su entorno social, con el compromiso de emprender acciones que le den sustento y construyan su futuro. Permitiendo ubicarlo como participante activo en la construcción de su proyecto de vida.

Finalmente, estas definiciones y acercamientos a los diferentes conceptos nos permiten entender las diferentes dinámicas que están alrededor de la relación calidad de vida y el trabajo, que son la inquietud principal de esta investigación.

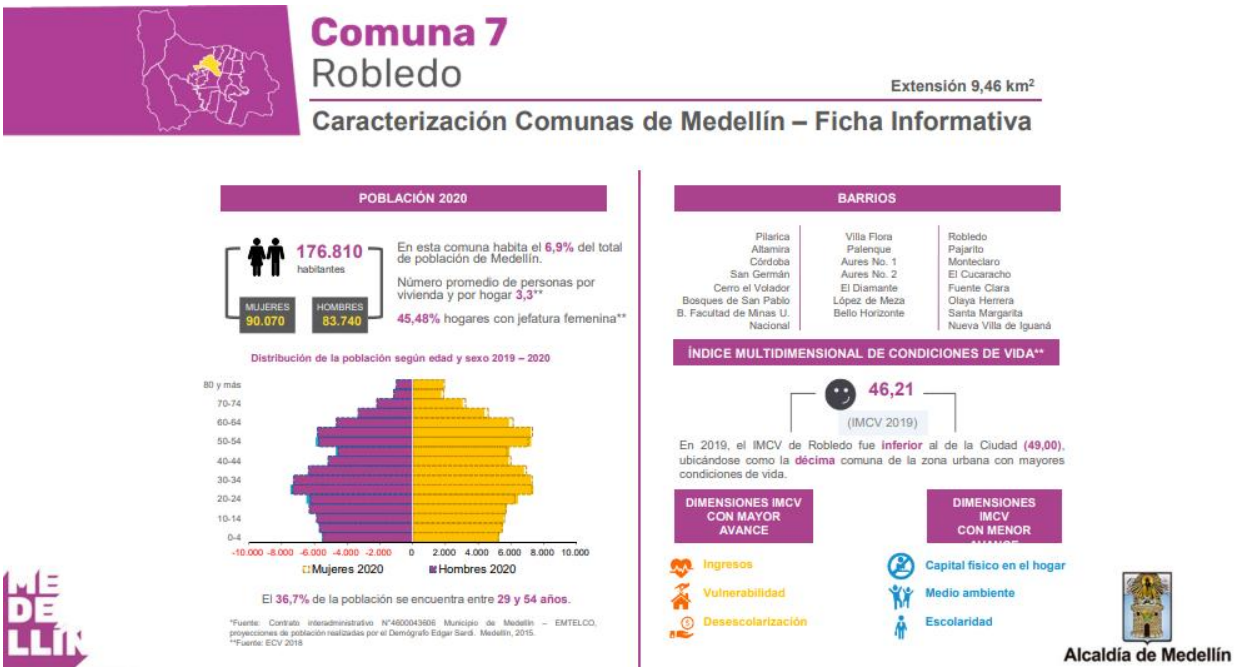
3. Memoria metodológica

3.1 Contexto

El territorio marco del análisis de la investigación realizada fue la comuna 7 de la ciudad de Medellín, para su contextualización se retomó información de la caracterización de las comunas de Medellín 2016 – 2020 Según dicho informe, la comuna 7, se encuentra ubicada al noroccidente de la ciudad de Medellín, con una población aproximada de 176.810 habitantes (Alcaldía de Medellín. 2020, p. 2) de los cuales el 50,94% son mujeres y el 45, 48% de los hogares son jefaturas femeninas. El índice multidimensional de las condiciones de vida según este informe, la comuna 7 se ubica en la décima zona urbana con mayores condiciones de vida.

Figura 4

Caracterización comuna 7 Medellín. (2020)



Lo anterior permite ubicar espacial y demográficamente la población objeto de esta investigación, la cual se centra en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín. Según el informe anteriormente expuesto, los jóvenes son la mayor cantidad poblacional de la comuna 7.

3.2 Tipo de investigación.

Con el propósito de ser coherentes ante la pregunta y el problema de investigación, el enfoque propuesto para el diseño metodológico y el análisis, es de corte cualitativo, para ello me apoyo en lo siguiente.

> El argumento del cual se parte es que la aplicación de la metodología cualitativa provee la posibilidad de comprender, en una forma sistémica, problemas y situaciones derivados de la desigualdad social. Además, permite conocer con mayor profundidad la perspectiva de las personas impactadas por estas realidades y examinar documentos pertinentes a la formulación, implantación y evaluación de políticas sociales, dirigidas a diversos sectores de la población. (Burgos, 2009, p. 217).

De lo anterior se entiende que la perspectiva cualitativa, permite un acercamiento de análisis que considera todas las la subjetividades, teniendo en cuenta el contexto, el momento histórico, la cultura y la necesidad inmediata que se busca atender.

- **Enfoque – Fenomenológico**

Partiendo de ello el enfoque metodológico que se estableció parte de situarse en una investigación de tipo cualitativa, para la cual se propuso enfoque inicialmente fenomenológico, el cual según Rizo (2015) es un enfoque que conduce a entender la relación entre lo objetivo y lo subjetivo en medio de la cotidianidad. Complementario a ello, en medio de los hallazgos de la investigación fue necesario agregar el enfoque de género, debido a las diferencias que se presentaron respecto a la calidad de vida entre hombres y mujeres. Para profundizar, Olarte (2018) plantean que el enfoque de género, al reconocer las diferencias entre hombres y mujeres, permite combatir las manifestaciones de discriminación y vulnerabilidad por razón de sexo, en aras de generar igualdad.

- **Paradigma - Hermenéutico interpretativo**

Con el enfoque fenomenológico, sumado al paradigma hermenéutico interpretativo, se busca entender la realidad y las diferentes dinámicas que se dan en medio del contexto, se trata de ir más allá de la carga instrumentalizada que se le ha otorgado a la calidad de vida y al trabajo, buscando más acá del desarrollo, en la cotidianidad inmediata donde se expresan los escenarios posibles.

Retomando a Rojas (2011), menciona que la hermenéutica interpretativa, trata de buscar el sentido profundo del discurso de los sujetos, tratando de develar la verdad que quizá está oculta para el propio sujeto, también menciona la importancia de un contexto histórico para entender la realidad y la construcción social de cada sujeto y su comunidad, en nuestro caso particular, nos permitirá acercarnos a la relación calidad de vida y trabajo para tratar de entender su dinámica desde su historicidad y la cotidianidad inmediata de los sujetos, con lo cual terminó dando paso a las técnicas de investigación.

3.3 Técnicas de generación y organización de la información:

Siendo coherente con el trabajo previamente realizado, inicialmente se plantean tres técnicas de investigación para la generación de la información como lo son la caracterización, la entrevista semi-estructurada y un grupo focal de mapa de sueños el cual por cuestiones de tiempo y aforo termina siendo ubicado para el ejercicio de socialización y validación de la información a los participantes de la investigación.

Para lograr los objetivos de la entrevista semi-estructurada y la caracterización, se permitió establecer una conversación con los sujetos de estudio, permitiendo acceso al llamado saber popular que le da lógica y sentido común a la realidad inmediata, donde las experiencias y los detalles de la cotidianidad toman relevancia para entender el fenómeno social.

Para entrar en detalle, retomo Díaz-Bravo et al. (2013) las cuales expresan que esta modalidad de entrevista permitirá el acercamiento, mediante preguntas respetuosas y generativas; estas presentan mayor de flexibilidad que las estructuradas, debido a que parten de preguntas planeadas, que pueden ajustarse a los entrevistados. “Su ventaja es la posibilidad de adaptarse a los sujetos con enormes posibilidades para motivar al interlocutor, aclarar términos, identificar ambigüedades y reducir formalismos” (Díaz-Bravo et al. 2013. p.10)

Respecto al grupo focal (mapa de sueños), este permitiría un acercamiento a los sujetos desde sus proyecciones personales, desde lo que desea y lo quiere hacer sin estar condicionado por sus límites y posibilidades, expresándose no desde lo que le toca o puede hacer para poder vivir, permitiendo que emerjan la creatividad, el ocio y la libertad que hay en cada persona. Durante la recolección de la información, se determinó dejar este ejercicio para la devolución y socialización de los hallazgos de la investigación.

Los instrumentos de recolección, se basan en las preguntas de la caracterización, en las preguntas guía de la entrevista semi estructurada y, por último, en la guía paso a paso del mapa de sueños. Dichos instrumentos arrojaron información valiosa, la cual fue recopilada en un instrumento de análisis de la información, un archivo de transcripción y codificación para la invisibilización de las fuentes y una matriz de análisis de resultados a partir de los objetivos y las categorías de análisis.

Para la recolección de la información y la aplicación de los instrumentos en el ejercicio de campo, se usó una grabadora de voz, una bitácora de apuntes, el consentimiento informado y una voz suave y moderada que permitió generar un espacio seguro y tranquilo, propicio para la conversación fluida y veracidad de la información.

- **Sistema categorial**

Continuando en esta misma lógica, posterior a la definición de la pregunta de investigación y en aras de cumplir los objetivos planteados anteriormente y de darle respuesta a la pregunta por la relación calidad de vida y trabajo, se definieron las categorías de investigación, el enfoque, las estrategias, las técnicas, e instrumentos de recolección de datos y análisis que usé para acercarme a entender esas relaciones que emergen entre la calidad de vida y el trabajo.

Tabla 2

Categorías de análisis. Calidad de vida y trabajo

Categorías	Subcategorías	Observables
Dimensiones de la calidad de vida.	Dimensiones personales - subjetivas (física, mental y espiritual) de la calidad de vida.	Percepción personal de la calidad de vida
		Estado de bienestar físico, mental y social.
		Diversidad de creencias, devociones (importancia y garantes).
		Vínculos familiares y sociales (importancia y garantes).
		Tiempo personal, ocio (importancia y garantes).
		Educación empírica y o formal (importancia y garantes)
	Condiciones materiales (económicas) de la calidad de vida.	Acceso a recursos económicos. (empleabilidad, economía informal)
		Acceso a la vivienda (importancia y garantes)
Trabajo Formal	Significación del trabajo - Jóvenes trabajadores.	Personal (ventajas, desventajas)
		Material (ventajas, desventajas)
		Acceso al trabajo (importancia y garantes)
Relaciones trabajo formal – calidad de vida.	Política de calidad de vida en el trabajo. bienestar del trabajador.	Calidad de vida en el trabajo.
	Ambiente laboral.	Precarización del trabajo (explotación laboral).
	Relación con el trabajo.	

Aquí el sistema categorial, en el cual, se plantea para entrar en detalle, de unas dimensiones y condiciones de la calidad de vida, teniendo en cuenta todas las variables posibles de esta, revisando la escala y el nivel de prioridad que se ha otorgado a cada una, haciendo énfasis en la variable y a su vez categoría de análisis trabajo formal, entiendo cuál es el papel de esta en la calidad de vida de las personas y así determinar las relaciones que emergen entre calidad de vida y trabajo, desde la satisfacción de necesidades materiales y personales que este puede propiciar, desde las condiciones de bienestar o precariedad del mismo, desde sus significados y la cotidianidad inmediata.

Dando pie a las subcategorías de análisis, entrando en detalle de cada categoría de análisis, enfoco en lo personal y lo material de la calidad de vida, en la significación del trabajo, en los jóvenes trabajadores y en las condiciones de laborales que van desde las políticas de bienestar hasta la relación de las personas con el trabajo, en aras de desarrollar los objetivos y dar respuesta a la pregunta de investigación.

Momentos de investigación

En este punto plantean un breve recorrido de la trayectoria investigativa, en la cual se tuvo en cuenta que para llegar al diseño metodológico, se recurrió hacer todo una lectura previa, que consta de la construcción de fichas de lectura y análisis teórico que le den soporte y forma a esa primera pregunta que surgió por ¿cómo es la calidad de vida de las personas?, momento en el cual se explora un primer planteamiento del problema de investigación, en el que se examinan conceptos como los índices de calidad de vida, la disponibilidad de tiempo de las personas respecto a su labor productiva, el desarrollo económico y la autoexploración, se entra en una reflexión filosófica con Han y con Chomsky sobre la calidad de vida, se escuchan opiniones críticas y asimila la necesidad del trabajo respecto a la calidad de vida.

Posterior a la reflexión teórica y la elección de las teorías para apoyar la investigación, las cuales son la teoría del buen vivir desde la mirada de Acosta y la reflexión filosófica de Han sobre la sociedad del cansancio, con ello en mente se da como resultados unas primeras categorías de análisis, que son las condiciones materiales de la calidad de vida, las dimensiones subjetivas de la calidad de vida, y la categoría trabajo.

Categorías las cuales se fueron ampliando con la lectura y la interpelación de la pregunta de por la calidad de vida, el tiempo y el deterioro de la vida misma, por parte de la tutora hacia la construcción del planteamiento del problema, la pregunta de investigación, los objetivos general y específicos, las categorías centrales y el enfoque de la investigación, de lo cual termina surgiendo la construcción un marco teórico, un referente conceptual, apoyados en la teoría del buen vivir y las ideas filosóficas del señor Han, entregando así una versión de anteproyecto.

Hay un segundo momento, ya no de construcción teórica, sino más bien de construcción y selección de metodología, enfoques, estrategias, técnicas, instrumentos que se usarían en el ejercicio de campo para alcanzar los objetivos planteados y dar respuesta a esa pregunta de investigación, en el cual se termina optando por un instrumentos que permita interpretar, hacer lectura de contexto, entender el fenómeno calidad de vida y trabajo en medio de su cotidianidad inmediata y develar los imaginarios sociales alrededor de esta.

En este segundo momento surgen algunas novedades, ya que se agregan dos compañeros a construir conmigo esta segunda versión del trabajo, en la cual, antes de pasar a la construcción de

los instrumentos, hay que reformular los objetivos, complementar las categorías y previamente hacer un plan de trabajo para acercarnos al ejercicio de campo.

Es un segundo momento bastante lento, de mucha incertidumbre, ya que la construcción colectiva no fluye y se ve interrumpida por la pasividad, poca iniciativa y ausencia de los nuevos agregados al equipo de trabajo, teniendo una primera devolución por parte de la asesora, en la que nos dice que los instrumentos están incompletos, que no hay una lógica de trabajo y que el proceso investigativo se ha visto disminuido de manera significativa. Causa por la cual tomo la decisión de continuar el trabajo de manera individual, con el acompañamiento de la asesora.

Posteriormente logro ponerme al día en poco tiempo, diseño instrumentos, elaboro un plan de trabajo y entramos a un pequeño receso académico, en cual se aplicaron los instrumentos previamente aprobados y piloteados. Al retorno de este pequeño receso, se exploraron las matrices de análisis y transcripción de la información obtenida con la cual termina el semestre.

Este tercer momento, ha constado de la corrección del proceso de transcripción de la información obtenida en el ejercicio de campo, de la elaboración de los capítulos de análisis y de la construcción del informe final. Momento que me ha generado bastante angustia, ya que, al estar sin un equipo de trabajo en este punto, no tengo el apoyo de alguien más para que lea, me convoque al debate, corrija mi elocuencia y construya conmigo, en fin. Aunque siento que los momentos anteriores fueron largos y cargados de trabajo, fueron más sencillos que esta etapa final de escritura.

En este punto, previo a la aplicación del ejercicio de campo, en el cual se realizan la caracterización y la entrevista semi – estructurada, me concentro en el desarrollo de los capítulos de análisis de los hallazgos encontrados en la investigación, los cuales se analizan atreves de los objetivos, las categorías de análisis, el enfoque fenomenológico y de género, y la estrategia hermenéutica interpretativa, tratando de darle respuesta a la pregunta de investigación, la cual se cuestiona por las relaciones que emergen entre la calidad de vida y el trabajo de los jóvenes trabajadores, de estrato socioeconómico 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín.

3.4 Consideraciones éticas

Pasando a las consideraciones éticas, Galeano (2012) nos habla de la ética como un estilo de vida que debe estar integrado en el sujeto investigador, con el fin de generar un ambiente de confianza donde se respeta el anonimato y la confidencialidad, reconociendo nuestros límites en

un ejercicio de reciprocidad y reconocimiento del otro, correspondiendo con la devolución de los resultados de la investigación y la transformación social, teniendo presente la dignidad, el respeto y una constante deconstrucción social del sujeto investigador.

Partiendo de lo anterior, en el proceso investigativo, siempre se procuró generar un ambiente de confianza, por medio de la presentación del proyecto de investigación y consentimiento informado, con el cual se establecen los límites y alcances de la participación y la generación de información entre el sujeto de investigación y el proceso investigativo, garantizando la invisibilización de las fuentes y el uso de la información sólo para fines académicos, complementándolo con una vos suaves y moderada, con una actitud de respeto y dignidad presentes en el proceso de recolección de la información.

En la construcción de mi papel como trabajadora social, desde el código de ética, se establece mi compromiso con la capacidad de identificar los imaginarios sociales excluyentes, discriminatorios y de segregación con el fin de no reproducirlos y estar presta a superarlos, respetando en cada momento los derechos de libertad, dignidad, igualdad y confidencialidad de cada sujeto participante del proceso investigativo.

No solo con el compromiso en el proceso de investigación, sino también en los resultados y la devolución de los hallazgos, se tiene en cuenta el ejercicio del grupo focal Mapa de Sueños con la intencionalidad de salir de la rutina y conectar con el ser creativo y ocioso y reflexivo del sujeto de investigación y sujeto investigador.

En la metodología se establecen los enfoques de investigación, esto es, cuantitativo, cualitativo o mixto.

4. Resultados

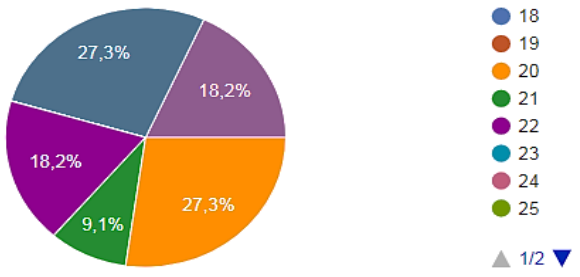
4.1. Dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de las personas.

En este capítulo, se exploran los hallazgos encontrados alrededor de las dimensiones subjetivas y las condiciones materiales que configuran la calidad de vida, de jóvenes trabajadores, ubicados en los estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín. Para llegar a ello se realizó trabajo de campo en el cual se aplicaron 10 ejercicios de caracterización, dicha información además de proporcionar datos valiosos, sirvió de filtro para seleccionar a las personas que estaban dentro del espectro de observación de esta investigación.

Ambos ejercicios se desarrollaron bajo una estrategia interpretativa que permitió ir más allá de las respuestas explícitas, revelando significados profundos desde un enfoque fenomenológico el cual fue clave para comprender la calidad de vida, especialmente en su relación con el trabajo. Asimismo, se incorporó un enfoque de género fundamental, para analizar los roles asignados socialmente a hombres y mujeres influyen en la percepción y experiencia de la calidad de vida.

El primer ejercicio de caracterización se llevó a cabo de manera individual y virtual, utilizando la plataforma Google Forms. En esta etapa se aplicó un filtro inicial de edad, basado en la definición de juventud establecida por el DANE, la cual comprende personas entre los 14 y los 28 años. No obstante, para efectos de esta investigación, se delimitó el rango entre los 18 y los 28 años. Finalmente, los datos recolectados arrojaron un grupo de participantes con edades comprendidas entre los 20 y los 28 años.

Figura 5
Edades de los jóvenes caracterizados.

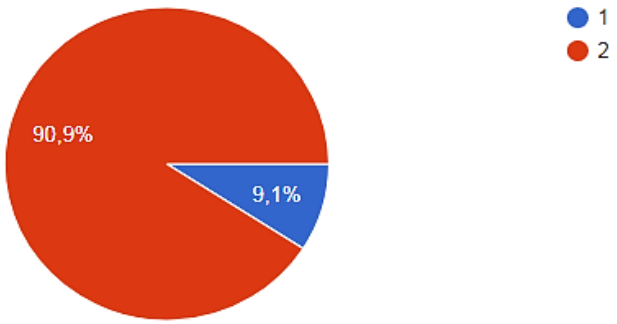


A partir de la caracterización realizada a diez jóvenes trabajadores de los estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín, se identificó lo siguiente, en primer lugar, se

evidenció una mayor participación femenina en el grupo, el estrato socioeconómico predominante fue el 2. No se registró representación étnica ni presencia de personas con discapacidad, aunque dos de los participantes fueron víctimas de desplazamiento forzado. En cuanto al nivel educativo, la formación técnica fue la más común, adicional a ello algunos de los jóvenes no contaban con ningún tipo de contrato formal, ya sea por encontrarse en condiciones de informalidad laboral o por estar recientemente desempleados.

Figura 6

Estrato socio económico de los jóvenes caracterizados



También se da que la mitad de los caracterizados inició su actividad productiva siendo menores de edad en la informalidad laboral, que en su mayoría se encuentran afiliados al sistema seguridad social y solo la mitad afiliados a la ARL, de los cuales cuatro del total no están afiliados al sistema de pensiones.

Figura 7

ARL. Afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales de los jóvenes caracterizados

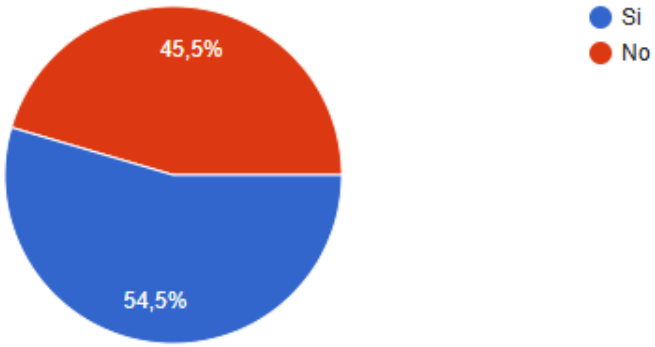
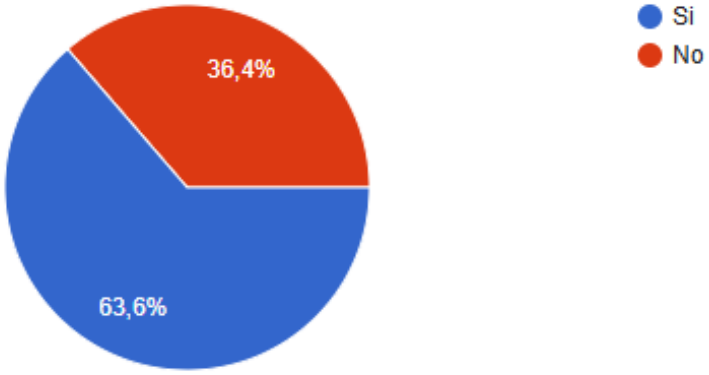


Figura 8

Afiliación a Fondo de pensiones de los jóvenes caracterizados



La mayoría de los caracterizados tienen una carga laboral entre 8 y 10 horas diarias y se tardan entre 30 minutos a una hora en transporte público para llegar a su lugar de trabajo, la mayoría realizan alguna actividad extra al trabajo, predominantemente educativa y en cuanto al aporte económico que hacen a la vivienda, 4 aportan entre l0% y el 20%, 4 aportan entre el 50% y el 80% y 2 aportan el 100%.

Figura 9

Aporte monetario al sostenimiento de la vivienda de los jóvenes caracterizados

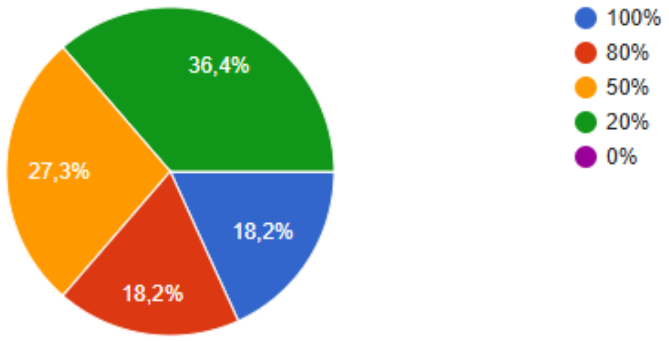
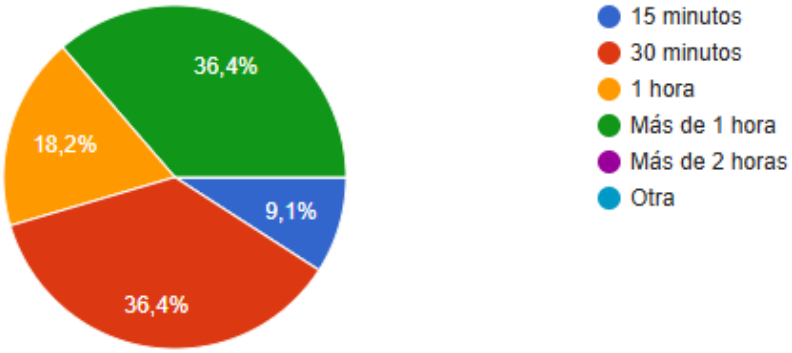


Figura 10

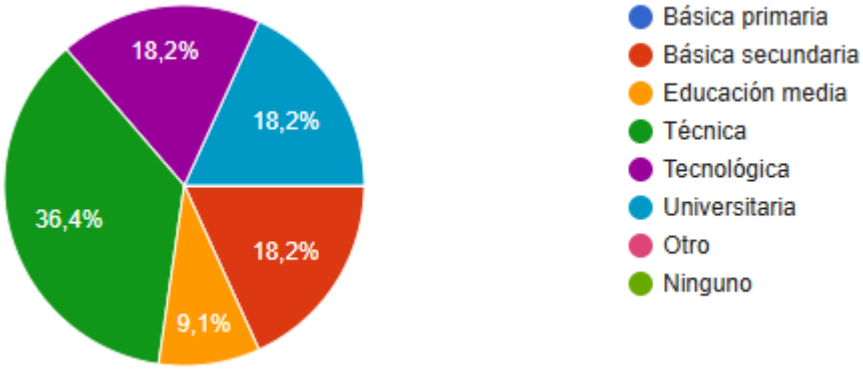
Distancia temporal vivienda a lugar de trabajo de los jóvenes caracterizados



También se encontró que del total de caracterizados, siete fueron mujeres y cuatro fueron hombres, de los cuales dos mujeres son víctimas de desplazamiento forzado; siete mujeres de las cuales en su totalidad ninguna pasa del grado mayor de escolaridad técnica; siete mujeres que los oficios o áreas laborales en los que se desempeñan son predomínateme dirigidos al servicio al cliente y administrativo, con una mayor carga horaria en comparación con los hombres caracterizados, finalmente de las mujeres caracterizadas dos no están afiliadas al sistema de seguridad social.

De los hombres caracterizados, se encontró que, el mayor grado de escolaridad que predomina es tecnólogo y universitario, que solo uno del total de no está afiliado a ningún fondo de pensiones, que su carga laboral es menor en comparación con la de las mujeres caracterizadas y que tiene a su cargo económico y emocional entre una y dos personas en promedio.

Figura 11
Nivel de escolaridad de los jóvenes caracterizados



En relación con el acceso al trabajo, se observa que los hombres entrevistados, al contar con formación tecnológica o profesional, perciben salarios más altos en comparación con las mujeres caracterizadas. Esta diferencia salarial obliga a muchas de ellas a desempeñarse en dos empleos para cubrir sus necesidades básicas, lo que reduce significativamente su tiempo disponible para actividades distintas al trabajo. En contraste, todos los hombres caracterizados afirmaron realizar actividades complementarias, como estudiar o hacer ejercicio físico, lo que evidencia una mayor disponibilidad de tiempo para el desarrollo personal.

Lo anterior deja en evidencia clara inequidad de género, no reconociendo el rol de cuidadoras y responsabilidades del hogar que socialmente se han dejado a cargo de las mujeres, las cuales en contraste les permiten a los hombres más espacio, para formarse y capacitarse en términos laborales. Se encontró entonces que el total de los hombres han podido acceder a la educación superior y algunos de ellos ya tienen profesiones, entre las mujeres, solo dos del total han podido acceder a educación superior y ninguna se ha graduado de una carrera profesional.

En este punto se da la incorporación del enfoque de género, buscando entender que hay diferentes necesidades y problemáticas de la cotidianidad y del contexto que atraviesan a las mujeres, en específico en la ciudad Medellín, permeada de una cultura “paisa” machista y patriarcal, lo cual termina añadiendo un elemento diferenciador que afecta su calidad de vida.

Históricamente, a las mujeres se les ha asignado el rol doméstico, reproductivo y de cuidado dentro de la estructura social. Aunque nos encontramos en pleno siglo XXI, esta distribución de responsabilidades no ha cambiado sustancialmente; incluso podría afirmarse que se ha intensificado. Hoy en día, no solo se espera que las mujeres mantengan esas funciones, sino que

también se les exige asumir el rol de proveedoras económicas, ser independientes y proyectar una imagen de empoderamiento.

Esta doble carga, sin embargo, suele ignorar el desgaste físico, emocional y mental que implica el trabajo doméstico, de cuidado y reproductivo, el cual continúa siendo invisibilizado y subvalorado. Para subrayar la relevancia de esta problemática, es pertinente retomar los aportes de ONU Mujeres "Entre cocinar, limpiar, ir a buscar agua o leña o cuidar de las niñas, los niños y las personas mayores, las mujeres realizan al menos 2,5 veces más trabajo doméstico y de cuidado no remunerado que los hombres. Por tanto, tienen menos tiempo para dedicar al trabajo remunerado o trabajan más horas, combinando trabajos remunerados con otros que no lo son" (Organización de Naciones Unidas [ONU] mujeres, 2016, párr.1).

Aunque ninguna de las mujeres entrevistadas no tiene hijos, si trabaja tiempo completo entre 8 y 12 horas diarias, adicional a ello cumplen su papel de cuidadoras, una de ellas es jefa hogar y entre sus rutinas esta cumplir también con labores domésticas del hogar, dejando poco tiempo y energía para que acceda fácilmente a otras actividades, ya sea de carácter formativo, de autocuidado, de ocio o recreativas, lo cual termina afectando su calidad de vida de formas diferentes.

De la caracterización en general se puede decir que estar vinculado a un trabajo formal, no necesariamente es garantía de seguridad social, entendiendo esta como contar con todas las seguridades que puede brindar el sistema en términos materiales y físicos, como un fondo de pensiones y la ARL, pensadas en términos de seguridad económica y física para el futuro.

Aunque el trabajo representa una fuente de ingreso económico que permite cubrir ciertas necesidades básicas de carácter físico y material, no garantiza por sí mismo el acceso a derechos ni condiciones de equidad, no existen garantías suficientes que favorezcan y protejan a los trabajadores jóvenes, sobre todo en sus inicios cuando aún son menores de edad en su primer acercamiento al mundo laboral, también se descubrió que el papel del proveedor del hogar, sigue siendo ocupado predominantemente por rol masculino y el trabajo doméstico y de cuidado, por el rol femenino, lo cual términos educativos y se ve claramente reflejado en hombres más capacitados profesionalmente que las mujeres, lo cual influye fuertemente en su calidad de vida, afectando su capacidad adquisitiva, disponibilidad de tiempo, desarrollo personal, etc.

Partiendo de lo anterior, es pertinente empezar mencionando que en pleno siglo XXI, en medio de un contexto capitalista y globalizado, los bienes materiales han terminado representando

más importancia que la propia dignidad humana. Lo increíble de esta afirmación, es que nos lo creímos y nos fusionamos con ella sin oponer resistencia alguna.

Como dice Han (2012), es como si estuviéramos sumergidos en un sueño profundo, en el que no tenemos conciencia de que nos auto explotamos y que consentimos que otros nos exploten, construyendo con ello condiciones de precariedad y desigualdad social, sin la consciencia de que debemos parar y hacer una pausa, para dejar de ser ese Prometeo cansado, carente de identidad y criterio propio, que ha terminado prometiendo todo su ser a la labor productiva, reproduciendo una y otra vez el sistema en el cual estamos envueltos, donde como dice Acosta, todo está en oferta, todo se compra y todo se vende.

Entre los hallazgos de la investigación, se encontró que no hacer pausas, que ¡trabajar, trabajar y trabajar! como dicen los grandes ilustres antioqueños, hace parte de no pensarse la calidad de vida y vender incluso la dignidad humana, trabajando al punto de enfermarse física y mentalmente, perdiendo el vínculo con la familia y amigos, minimizando los espacios de ocio y en consecuencia vivir en un agotamiento constante. Con lo anterior en mente, retomo a Morales y Mellizo (2004) quienes piensan que la dignidad y la calidad de vida deberían poder pensarse juntos. Uno de los hallazgos que generó la investigación, está muy relacionado con poder vincular la calidad y la dignidad.

Varios de los entrevistados y entrevistadas después de explorar la categoría de las dimensiones subjetivas y las condiciones materiales alrededor de la calidad de vida, en términos de bienestar físico, mental, social, espiritual, emocional, socioeconómico, ocio, espaciamiento y demás, terminaron expresando experimentar una angustia existencial, sintiéndose carentes ante la contemplación de todas las variables que abarca la calidad de vida, sintiendo que sí contemplaba todos esos aspectos para su propia vida, el resultado indicaría una mala calidad de vida. Uno de ellos dice, “si contemplo todo eso, mi calidad de vida está mal entonces” (E2H, comunicación personal, 18 de enero de 2023).

Partiendo de lo anterior, concientizarse de espacios para el esparcimiento, la formación personal, los límites salariales, y temporales, la precarización del trabajo y demás, lleva a la inevitable realidad, de que la calidad de vida tiene dimensiones, que pueden llegar a verse opacadas por la necesidad de cubrir diferentes aspectos materiales de esta, que también son primordiales para tener una buena calidad de vida.

Tener un equilibrio entre las dimensiones personales, subjetivas y las condiciones materiales, no es nada fácil, ya que aspectos tan básicos como alimentarse, tener en donde vivir, tener acceso a servicios de agua o electricidad y tener acceso a la salud por ejemplo, terminan dependiendo de tener acceso a dimensiones materiales de la calidad de vida, como lo son la estabilidad económica y el poder adquisitivo, lo cual depende muchas veces de un ingreso salarial, dando algunas posibilidades y poniendo algunos límites como ya lo hemos visto anteriormente. Como dice Han (2012) “La sociedad de trabajo y rendimiento no es ninguna sociedad libre. Produce nuevas obligaciones” “En esta sociedad de obligación, cada cual lleva consigo su campo de trabajos forzados” (p.48)

Lo que podemos decir al respecto de las dimensiones subjetivas y las condiciones materiales de la calidad de vida, es que las unas no pueden estar sin las otras, cuando se trata de la calidad de vida, es necesario un equilibrio. Mas que permitir seres productivos, también permitir seres ociosos, reflexivos, creativos, con posibilidades de ver el trabajo como un medio, como una opción y como una oportunidad, de tal forma que no se vea como una imposición alrededor del deber y la necesidad.

Remitiéndome a la teoría del buen vivir, la cual nos habla desde sus entendimientos cosmogónicos, en consonancia con la madre tierra. Se propone trabajar desde una economía solidaria, donde lo que cuenta es el trabajo comunitario y el trabajo para dignificar la vida. Proporcionado un lugar desde el cual el trabajo, no es para acumular, ni sobre producir, donde el fetiche del crecimiento económico y el fetiche del mercado como los denomina Acosta (2015), han sido superados.

Lo anterior me remite a mi investigación, la cual reveló que tener empleo, no garantiza tener calidad de vida. Aquí algunas respuestas de los entrevistados y entrevistadas, las cuales manifestaron que, aunque tenían dinero, tenían poco tiempo para realizar otras actividades o descansar, otra de las entrevistadas expresaba una contradicción, ya que, aunque trabajaba doble turno no tenía ni para pagar el psicólogo. Algunos contaban con tiempo, pero no con dinero suficiente para poder cubrir otras necesidades como estudiar, cuidar de su salud o invertir espacios recreativos.

Aquí algunas de las voces de las personas entrevistadas "Aunque tengo el dinero, el tiempo es poco, para mi bienestar económico debo sopesar o sacrificar ciertas cosas, como el ejercicio, la alimentación, igualmente que las horas de sueño" (E2H, comunicación personal, 18 de enero de

2023) el exceso de trabajo en caso, produce el acceso a bienes materiales, pero deja de lado el bienestar físico y mental. Otra de ellas dice, "No hay la economía para pagarlo, entonces reflexiono yo sola en mi habitación, en oración" (E3M, comunicación personal, 12 de diciembre de 2022) estas palabras son usadas para referirse al acceso a la salud mental a través de un psicólogo o psiquiatra según su necesidad y la de su familia.

Así mismo alguien más coincide diciendo, "Tengo algunos recursos, tengo algunos momentos de ocio, de compartir en sociedad, pero sí ha disminuido significativamente debido a mi horario laboral" (E2H, comunicación personal, 18 de enero de 2023) y finalmente otro de los entrevistados afirma, "podría estar mejor, finalmente, el trabajo solo me alcanza para cubrir necesidades básicas como mi arriendo, mi comida, y alguna cosa extra"(E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023) como se puede ver a través de los diferentes testimonios, el trabajo formal se presenta más como una necesidad que permite subsistir que como una alternativa que permita mejorar la calidad de vida.

Todas estas respuestas que se expresan a partir de la forma en que los entrevistados viven su cotidianidad, terminan dando forma a la calidad de vida y llevan a pensar en la importancia destacada que ha pasado a tener el aspecto material sobre los demás aspectos de la vida cotidiana, que finalmente pasan a conformar la calidad de vida. Donde el trabajo termina haciendo parte de la supervivencia, la precarización y cumplimiento de las necesidades del sistema capitalista, de corte progresista y vanguardista, donde todo pretende ser moderno y desarrollado como lo plantea Acosta (2015) y Max -Neff et al, (1986).

Teniendo en cuenta que estamos en un momento de la historia, en el que todo se quiere estandarizar, contabilizar y medir, es imposible negar la contradicción que implica esto para la calidad de vida, ya que, si nos remitimos a todo lo que hemos venido planteando en esta investigación, la calidad de vida, tendría que ser entendida desde el contexto, la situación particular, las circunstancia, el acceso y demás.

Reducir la calidad de vida, a una lista de cosas que se deben cumplir, que se deben hacer o tener, indica una negación total de la cultura, la historia, el contexto, las condiciones, las posibilidades y límites de una individuo o grupo de personas, poner como punto de llegada el cielo material, termina saliendo de toda proporción razonable.

Complementario a ello, Urzúa y Caqueo (2012), expresan que no existen criterios únicos para definir la calidad de vida, sin embargo, reconocen características comunes que giran al rededor

del bienestar y la satisfacción de necesidades, complementándolo con aspectos multidimensionales que ubican lo subjetivo y lo objetivo de la calidad de vida de las personas.

Lo mencionado anteriormente, plantea la necesidad de poner la calidad de vida en contexto, aterrizarla en escenarios históricos, culturales, problematizarla con la cotidianidad inmediata, evaluando el acceso, las posibilidades y los límites de esta, alejándola así, de la responsabilidad absoluta del sujeto individual. Entendiendo así que la calidad de vida no es una problemática individual, que cada sujeto tenga que resolver como nos lo ha hecho creer el sistema capitalista en el que estamos inmersos. Es imperativo reconocer que la calidad de vida es una problemática social, que no depende solo de la acción individual, si no de la acción colectiva, comunitaria y social.

Continuando con esta idea, quisiera diferenciar la calidad de vida, del proyecto de vida, entendiendo que está constantemente, es pensada como algo que depende de la voluntad individual, combinada con esfuerzo y trabajo duro, pero lo cierto es que depende también de factores circunstanciales y externos a las voluntades individuales. como lo son, la igualdad de oportunidades que permiten el acceso a educación, empleo, salud, vivienda digna, entornos saludables, espacios de ocio y demás.

En algunas de las personas entrevistadas, se detectó esta misma dinámica, por ejemplo, había quienes deseaban estudiar, pero el dinero no les alcanzaba y otras que, aunque tenían el dinero, no tenían el tiempo para hacerlo porque en sus empleos, normalmente sabe cuál es su horario de entrada, pero no su hora de salida.

Por tal razón hablar de calidad de vida, no es solo saber si hay trabajo para la gente, si no saber qué clase de trabajos hay para la gente, no es solo saber si hay viviendas, sino más bien las condiciones de esta y la accesibilidad, no es saber si hay salud, sino el servicio y la calidad de esta, no es solo saber si hay educación, sino más bien saber la calidad de esta y el acceso de la gente a ella y así sucesivamente. De allí la necesidad de dejar de verla como una lista a la que cada persona deba apegarse, vinculando aspectos que se derivan de la desigualdad social, el contexto histórico, político y económico.

En conclusión, este capítulo, me permitió entender, que tener trabajo, no necesariamente es indicador de bienestar, independencia, tiempo de calidad con la con la familia y amigos, satisfacción personal y demás. Que, aunque quizá permita el ingreso de recursos económicos a una persona o familia, se queda corto, para cubrir todo lo que en realidad abarca la calidad de vida, la

cual depende también del acceso, las condiciones, los límites y las posibilidades que se encuentran en el entorno social, cultural, político y económico.

Pensar en calidad de vida sin contexto, es recurrir al imaginario colectivo y permitir que las exigencias del sistema capitalista impongan las metas, los objetivos y las necesidades, llevando las personas al agotamiento extremo, la histeria colectiva y la falta de empatía que nos lleva a creer que estamos solos en el mundo. Con lo cual, me permito dar paso, al siguiente capítulo de análisis, acercándose a las diferentes expresiones del trabajo formal.

4.2. Expresiones del trabajo formal y su interacción con jóvenes trabajadores, de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín.

En este capítulo, se exploran los hallazgos encontrados entre trabajo formal y la calidad de vida en jóvenes trabajadores, de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín. Esto con el fin de entender como son las dinámicas que se presentan en medio de la cotidianidad inmediata, entre el trabajo formal y la calidad de vida de los jóvenes trabajadores, llevando así desmitificar la posición del trabajo en medio de la calidad de vida, teniendo en cuenta teorías como el buen vivir y la reflexión filosófica de Han.

En este punto es pertinente recordar que el trabajo formal, según el ministerio del trabajo en Colombia, es aquel que está dado por medio de un contrato legal, que compromete a los trabajadores, empleados o prestadores de servicios, a entregarse a una actividad laboral específica, en la que se acuerda un horario y una remuneración con su empleador.

Ante el panorama anteriormente planteado, el trabajo formal es un factor que tiene gran importancia e influencia para el sostenimiento de la calidad de vida en la actualidad, ya que, al presentarse como el mayor ingreso económico estable de los entrevistados, termina cubriendo diferentes necesidades básicas necesarias para la supervivencia, entre ellas, está la vivienda, la alimentación, y de más gastos que necesite cubrir una persona o familia para sobrevivir.

Así mismo, el trabajo formal, también termina permitiendo que se dispongan espacios para el aprendizaje, el esparcimiento, la estabilidad emocional, seguridad económica y demás, aunque no por esto termina siendo el único camino que conduzca a la calidad de vida. Ya que como se pudo detectar anteriormente este puede presentarse en condiciones precarias, que propicien el

exceso de trabajo, la precariedad salarial, el estancamiento personal y profesional, deteriorando así otros espacios que son importantes para la calidad de vida en general.

Teniendo en cuenta que para esta investigación se caracterizaron y se entrevistaron personas jóvenes, entre los 21 a los 28 años de edad, trabajadores ubicados en la comuna 7 de la ciudad de Medellín retomo lo siguiente. Para la RAE, ser joven, es el tránsito de la niñez a la adultez, en el caso de las personas entrevistadas, ser joven, es la época de adquirir responsabilidades, algunas de ellas económicas y personales, como lo son la formación profesional y la empleabilidad.

Complementario a ello, según un artículo de las Naciones Unidas, la imaginación, los ideales y la energía de los jóvenes, es vital para el desarrollo de las sociedades en que viven, aunque para definir a los jóvenes, me gusta más la definición que plantea el Instituto colombiano de bienestar familiar [ICBF]. (2021), ya que abarca más aspectos, es más crítica, contextual y reflexiva.

> los jóvenes son el presente, son agentes de cambio para el mundo, un mundo que está ocurriendo aquí y ahora; son los llamados a construir una sociedad justa, esa por la que tanto reclama toda la sociedad. Los jóvenes tienen la oportunidad de forjar metas, soñar, planear sus objetivos, aprender, arriesgarse y esto claramente, implica muchas responsabilidades, que deben asumir con el entusiasmo, las aptitudes y actitudes que tienen para desempeñarse en la sociedad (párr. 5).

Según lo anterior, que gran responsabilidad la que le corresponde a los jóvenes y me pregunto, ¿cómo se puede ser todas esas cosas? en medio de la precariedad, la explotación de terceros y la auto explotación en la cual nos sumergimos, en aras de cumplir con las expectativas de un sistema, el cual como dice Han (2012), no da más que seres colapsados, hiperactivos e híper neuróticos.

Respecto a lo que implica ser joven, los entrevistados y entrevistadas, coinciden en que sus empleadores no tienen en cuenta sus necesidades como población, en algunas de sus respuestas dijeron que, aunque contraten personal joven, no tienen en cuenta las exigencias, necesidades y oportunidades que implica esta etapa de su vida, como la educación formal, la conformación de una familia, la importancia del espacio de ocio, desarrollo personal, etc.

Una de ellas dice, "la mayoría de los últimos contratados son jóvenes, pero no tiene en cuenta las necesidades de los jóvenes como tal" (E1M comunicación personal, 17 de enero de 2023)

otra de ellas nos habla de la falta de motivación y la presión constante por cumplir con indicadores y rendimientos de producción, ella expresa "No le dan motivación al trabajador joven, hay mucha presión en el trabajo" (E3M, comunicación personal, 12 de diciembre de 2022), otro de ellos se expresa con un poco de enfado y dice "Soy joven solo si hay que cargar algo" (E4H, comunicación personal, 27 de enero de 2023). Con este panorama en mente, ¿cómo sobrevivir y al tiempo ser el agente de cambio que construye sociedad, que forja metas y sueños? Aun así, con todo lo anteriormente expuesto, ninguno de ellos o ellas, está dispuesto a dejar su empleo ya que este les otorga los medios para sobrevivir.

En este punto es pertinente retomar a Polo Blanco (2019), quien nos acerca a una reflexión sobre el sistema neoliberal y el poder que ha ido ejerciendo sobre los seres humanos del que se sostiene. Este nos habla del régimen neoliberal, al cual todos y cada uno estamos sometidos, el autor dice, que hoy creemos que no somos un sujeto sometido, sino que somos un proyecto libre que constantemente se replantea y se reinventa. Nos dice, que, impulsados por lograr el éxito y la felicidad, nos sometemos a grandes presiones laborales y que incluso aceptamos las condiciones precarias por medio al fracaso.

Polo Blanco (2019), nos habla de la entera mercantilización de la existencia, nos dice que la vida misma ha transmutado en el capital humano, en la que el intelecto, la emoción y todas las capacidades de la persona son completamente capitalizables. Donde lo que importa en últimas cuentas, es cuanta productividad o rendimiento se le puede sacar a algo o a alguien.

Quisiera pensar que el anterior planteamiento es una lógica poco imaginable, poco razonable y poco sustentable, quisiera pensar que no tiene sustento en la realidad inmediata y que no repercute en la configuración de la calidad de vida, pero la realidad cotidiana le da sustento a este planteamiento, con un dejo sorpresa y contrariedad hacia la vida misma.

Continuando con esta misma línea, respecto al acceso al trabajo, los entrevistados y entrevistadas expresaron, que fácilmente pueden acceder a trabajos de salario mínimo o salarios no muy altos, lo cual implica salarios bajos y jornadas laborales entre 8 y 10 horas diarias, expresan que no encuentran una gran oferta de trabajos y que muchas veces les toca aceptar cualquiera y en las condiciones que sea, para poder generar ingresos económicos y poder ingresar dinero en el hogar, ya que la alternativa seria prescindir de cubrir esas necesidades básicas sin las cuales no se pueden sobrevivir.

Finalmente, todos y todas convinieron, que es necesario capacitarse para mejorar el acceso a la empleabilidad formal, posibilitando así mejoras en el salario y un aumento en las capacidades de adquisición material. La capacitación y la educación formal aparece como un componente primordial, que permite mejorar el acceso a la empleabilidad y al incremento salarial.

Al parecer cada cosa que hace el ser humano en el medio capitalista en que nos desenvolvemos, ya sea capacitarse o adquirir habilidades, responde principalmente al propósito servir al sistema, o como señala Blanco (2019), esto termina traduciéndose en la entera mercantilización de la existencia. En consecuencia, se deja por fuera la capacitación y la adquisición de habilidades, para la vida restándole valor, como compartir con el otro de forma empática, la conservación del planeta en el que vivimos, la dignidad humana y tantas cosas que nos convergen como humanidad misma, lo cual termina condicionando de manera directa la calidad de vida.

Blanco (2019) muestra con claridad cómo actúa el sistema, como si tuviera pensamiento propio, este hace creer a las personas en la facultad de ser libres, con la pretensión de poder elegir. Partiendo de ello, plantea la idea del capital humano, un concepto que me parece bastante fuerte, pero descriptivo, ya que plantea a las personas como sujetos sin personalidad, carentes de identidad y de valor por sí mismos, lo cual termina permitiendo que el trabajo formal, se exprese pasando por alto las necesidades humanas y la calidad de vida, resumiendo todo en términos de dinero, productividad y capital.

Entre los entrevistados y entrevistadas, se encontró que su relación con el trabajo formal no es la más optimista, que, aunque resuelve problemas económicos inmediatos, no termina siendo una solución a largo plazo, que permita mejorar su calidad de vida, ya que espacios como la formación o capacitación formal o profesional tienden a verse interrumpidas y la mayoría terminan entregando gran parte de su día a día al campo laboral y productivo. En algunas de sus respuestas nos comparten, que, aunque el trabajo formal brinda ciertas posibilidades y estabilidad, no se quieren conformar, quieren aspiran a algo mejor en términos salariales y mayor disponibilidad de tiempo para poder dedicarse a cosas que generen más satisfacción y crecimiento tanto profesional como personal, Aquí algunas de sus respuestas.

Aun cuando se quieran mejorar las condiciones para la calidad de vida, la cotidianidad inmediata se impone con sus necesidades básicas que no pueden ser por alto, una de ellas expresa “pues en realidad, estoy contenta de tener trabajo, pero no quiero conformarme, quisiera hacer algo

mejor"(E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023) "el monto de nómina que recibo no es significativo para los gastos que se tienen, me da para mis gastos personales y cubrir necesidades" (E2H, comunicación personal, 18 de enero de 2023) con esto se puede observar que tener empleo no garantiza el acceso, aun cuando tiene la capacidad de suplir necesidades básicas para sobrevivir, debe permitir más que eso para poder garantizar que las persona tengan calidad de vida. Otra de las entrevistadas agrega "Me da para lo necesario y si quiero algo extra me toca una deuda, pero digamos que sí, porque si no tuviera empleo pues es peor" (E3M, comunicación personal, 12 de diciembre de 2022).

En este punto es importante resaltar que a lo largo de esta investigación se logra percibir, como el trabajo formal, el cual es planteado como una actividad por la cual prácticamente todo ser humando debe pasar, termina presentándose en formas precarias, abusivas y absorbentes, restándole importancia a la condición humana, a las necesidades que se expresa desde el ser, el tener, el hacer y el estar que dan pie a la calidad de vida y la vida misma.

En este punto, el trabajo ha terminado apareciendo más como una obligación, que una opción, más como un deber, que un derecho y más como un último recurso, que una posibilidad. Desde esta perspectiva la consecuencia de no trabajar, termina reflejándose en el aumento del empobrecimiento económico y social, la perdida de independencia económica, entre otras.

Después de esta mutación que ha tomado el trabajo, retomo a Acosta (2015) quien plantea que el trabajo es un derecho y un deber social, reconoce que el trabajo no se trata simplemente de producir más, sino de producir para vivir bien, de manera que contribuya a la dignificación de las personas. En palabras más concretas, se trata de trabajar para vivir y no de vivir para trabajar como se ha venido dando a lo largo de esta investigación.

Esto me lleva a pensar en la idea del mundo al revés, donde Galeano, uno de mis autores favoritos, nos lleva a imaginar un mundo inimaginable, donde todo es posible a través de del amor, la generosidad y la empatía que nos convoca como seres humanos sensibles. Donde no existen las brechas sociales y donde lo que prima es la dignidad humana, animal y natural, para el cual, en caso tal, habría que viajar al mundo de Alicia para que pudiese ser real. Aquí algunos fragmentos del poema el derecho al delirio de Galeano (2011):

> ¿Qué tal si deliramos por un ratito? ¿Qué tal si clavamos los ojos más allá de la infamia para adivinar otro mundo posible? Se incorporará a los códigos penales el delito de estupidez, que cometen quienes viven por tener o por ganar, en vez de vivir por vivir nomás, como canta el

> pájaro sin saber que canta y como juega el niño sin saber que juega; Nadie vivirá para trabajar, pero todos trabajarán para vivir; Los economistas no llamarán nivel de vida al nivel de consumo, ni llamarán calidad de vida a la cantidad de cosas. (p.1).

Lo anterior me permite pensar que solo así, en medio del delirio sería posible un mundo mejor, ya que lo que es real en este mundo, tiende a dejarnos sin palabras, sin dignidad, sin trabajo, sin calidad de vida y en ocasiones sin la vida misma. Debería ser posible, vivir por vivir nomas, sin estar en la lógica constante de vivir para producir y acumular, donde se legitiman la autoexploración, el agotamiento extremo, la indiferencia, el individualismo exacerbado del capitalismo, etc.

Finalmente, este capítulo me permitió entender que estar inmersos en el sistema, es un condiciónate para la calidad de vida, sin embargo, es posible imaginar un mundo diferente. Como seres cambiantes y dinámicos que somos, el sistema es el que terina adaptándose a nosotros, aun cuando nos hagan creer lo contrario como lo plantea Blanco (2019). cuando actuamos como colectivo, cuando nos movilizamos y cuando exigimos es posible cambiar las cosas, mientras todos guardemos silencio, no nos movilicemos y nos sigamos conformando con lo que hay, nada habrá de cambiar.

Fue posible entender que el trabajo en realidad no genera calidad de vida, si no que más bien permite que esta se financie en medio de la cotidianidad inmediata, permitiendo así ubicar el trabajo, no como la categoría más importante de la calidad de vida, sino más bien como parte de ella. El trabajo no siempre se da en las mejores condiciones y en repetidas ocasiones puede presentarse como escenario de vulneración de derechos, de discriminación social y abuso de poder, afectando así el desarrollo de la calidad de vida.

4.3. Relaciones que emergen entre el trabajo formal y la calidad de vida.

En este capítulo, se determinan las diferentes relaciones que emergen entre la calidad de vida y el trabajo formal en jóvenes trabajadores, de estrato socioeconómico 1 y 2 de la comuna 7 de Medellín. Para llegar a ello, se realizó un análisis previo de la información recolectada en el proceso del ejercicio de campo, analizada desde un enfoque fenomenológico y de género, permitiendo entender el fenómeno en medio de las dinámicas cotidianas.

Como se ha visto en el desarrollo de esta investigación, el trabajo más que un ingreso económico, puede presentarse como un espacio de aprendizaje, de vinculo social, de autorrealización personal y profesional y como emos visto igualmente puede presentarse como un espacio bloqueado por los abuso y las dificultades que se presentan a través de la precariedad salarial, el exceso de trabajo y un mal ambiente laboral, generando así consecuencias tales como, el cansancio físico, el estrés, la depresión, la frustración, el aislamiento, enfermedades y demás, que terminan por afectar la calidad de vida.

Continuando con esta idea, Acosta (2015) en su planteamiento, apuesta por el trabajo para significar y dignificar la vida. Desde esta perspectiva la percepción de las personas hacia al trabajo, no sería tan cruda y poco reconfortante como se muestra a continuación, en la cual las relaciones con el trabajo resultan estrictamente necesarias, poco satisfactorias y absorbentes.

Esto en términos de la calidad de vida de vida, resulta poco amigable y bastante alarmante, ya que se ha visto como la relación con el trabajo termina influyendo fuertemente en la calidad de vida, en términos ocupación espacio tiempo, de disponibilidad monetaria, de estabilidad económica, emocional, profesional, física y mental. Partiendo de la contradicción que esto representa para la calidad de vida, Acosta (2015), señala que esta dinámica, poco satisfactoria y poco retributiva que se presenta en términos de bienestar para la calidad de vida, se da como la consecuencia de lo que significa salir del sub desarrollo.

En medio de esta dinámica, se cree que tener calidad de vida se refleja a través del dinero, se cree que mientras más objetos materiales tengas y más exitoso seas en términos materiales, no importa si estas solo, sin amigos, sin familia, sin vínculos, si te alimentas de comida procesada y de mala calidad, porque lo justifica el trabajo. En fin, aun con todo eso, el llamado sigue siendo, trabajar, trabajar y trabajar garantizando así, una vida que gira en tono a la productividad, el capital y los bienes materiales, garantizando seguro una vida rica, pero poca de todo.

Aun así, no podemos obviar la necesidad de trabajar para poder vivir, si analizamos lo que propone Acosta (2015), logramos entender la lógica de las condiciones en las que se encontraron las personas entrevistadas. Posición en la cual aun con un trabajo precario, de extensas jornadas laborales, de malos pagos, con un mal ambiente laboral y demás, igualmente las personas, ven como alternativa esta clase de trabajos, ya que están en medio de la premura de satisfacer y resolver necesidades básicas que les permiten sobrevivir.

Byung-Chul Han (2012) en su sociedad del cansancio, no hace una referencia a la calidad de vida y el trabajo de manera directa, pero si hace referencia de las dinámicas del sistema capitalista y los diferentes fenómenos que surgen de este. Uno de ellos es el Animal laborans, al que se refiere para anotar que el ser humano en medio del sistema capitalista, es un instrumento de trabajo, que debido a esto se transforma en un muerto viviente, esclavo del trabajo, dice que estamos en un afán por lograr algo que nos identifique, que nos de reconocimiento, sumando tantas obligaciones que termina en precarización total del ser humano.

Han (2012) Afirma que, en medio de esta dinámica de estrés, multitasking y agotamiento extremo, llegan enfermedades patológicas como la depresión, el déficit de atención, el trastorno de personalidad y demás, provocando el infarto del alma, el cual se describe, no sólo como un estado de cansancio, sino más bien como la pérdida total de la persona, al estar detrás de las recompensas ficticias que le ofrece el sistema, como el éxito, el dinero o el estatus social.

También plantea que es necesario superar este patrón y que para ello se requiere entrar en un estado de contemplación, Han (2012) lo llama pedagogía del mirar o cansancio profundo, donde se hace un llamado a recuperar al ser humano profundo, que va más allá de un instrumento de trabajo, es un llamado a ese ser creativo, espiritual, ocioso, que siente, que sueña, que crea y permite este mundo, implicando dejar de ser meros instrumentos de trabajo, pasando a ser seres consientes, que se toman el tiempo de pensar y reflexionar, seres críticos, que cuestiones el sistema, que exijan sus derechos y los derechos, lo cual implica asumir la vida con dignidad.

Aunque suena muy lindo y filosófico, esto trae consigo retos y tensiones muy significantes, que llevan a tomar acciones, entre ellas, salir de la zona de confort, exigir el cumplimiento de derechos, reconocer cuando se presentan condiciones precarias y tomar las acciones necesarias para salir de ciclos nocivos, cuestionar lo que ofrece el sistema y mirar cómo puede ser mejor y más digno.

Por último, es importante y necesario tomar acciones frente a la calidad de vida y evaluar qué es lo que realmente, queremos y necesitamos para tener calidad de vida, si realmente mejora mis condiciones de vida y las de mi entorno o si por el contrario va afectarla de manera negativa en términos de salud, carga laboral, medio ambientalmente, vínculos afectivos y demás.

Implica preguntar cosas simples que hacen parte de nuestra cotidianidad ¿en un hogar son necesarios tres televisores y tres equipos de sonido? ¿Qué implicas si tenemos solo uno? ¿Cómo es mi alimentación? ¿Cómo mejorarla de tal forma que aporte a mi salud? ¿es necesario que trabaje tantas horas? ¿Cuál es la alternativa? y así sucesivamente con cada fracción que implica la calidad de vida, ya que como vimos anteriormente, no solo significa tener dinero.

En este punto es necesario dejar claro que más que una renuncia al trabajo, se hace un llamado de renuncia a la explotación y la auto explotación, las cuales han venido deteriorando al ser humano en diferentes aspectos, se hace un llamado a la conservación de la vida, una vida digna donde el ser humano es más que un instrumento de trabajo.

Para que esto sea posible, es necesario que el sujeto inmerso en el sistema capitalista, considere lo que es preciso e inevitable para tener una vida digna y tener calidad de vida, también reconocer las posibilidades y los límites que este le impone para cubrir las exigencias dejando de lado la búsqueda de aprobación externa. Complementario a ello es importante hablar de la calidad de vida en el trabajo, factor que termina influyendo, para que el ser humano, no sea tratado como un instrumento de trabajo, el cual Han (2012) describe anteriormente como un ser deshumanizado, que solo responde a la labor productiva, dando como resultado un sujeto agotado y carente de identidad.

Podría pensarse que la calidad de vida es inherente al ser humano; sin embargo, esta idea se ha desdibujado hasta volverse ambigua, especialmente en el ámbito empresarial, donde predominan las lógicas de ganancia y pérdida. Para entender esto, Alves. et al (2013) hacen un acercamiento al concepto calidad de vida en el trabajo, la cual es pensada alrededor de la productividad, la ganancia y la rentabilidad que pueda generar el trabajador para la empresa u organización.

En tal caso, la alimentación, el transporte, o incluso las zonas de descanso del ambiente organizacional, no son pensados para generar dignidad o calidad de vida en el trabajador, sino que son pensados alrededor del tiempo en el que regresarán a producir, o la cantidad de energía que tendrán para dedicarle a su labor e incluso el entusiasmo que tendrán para hacerlo. Según la

investigación de las autoras Alves et al (2013), se cree que mientras más cómodos y felices se encuentren los trabajadores dentro de la empresa u organización, con más ganas realizarán sus labores de producción y su rendimiento mejorará considerablemente.

También encontraron que la eficacia no depende tanto del saber hacer, sino más bien del querer hacer, porque mientras el trabajador quiera, puede aprender, ya que, en el caso contrario, si no existe la disposición, el entusiasmo o el deseo, no lo harás así tengas el conocimiento necesario. Las autoras Alves et al (2013) mencionan que, aunque sea pensado para mejorar la productividad, en cierta medida esto termina beneficiando al trabajador.

Al respecto, de las personas entrevistadas se encontró que, algunas se encuentran en ambientes organizacionales donde predomina el machismo, donde las mujeres no cuentan con apoyo emocional, acompañamiento psicológicos y seguridad física, poniendo su integridad personal en riesgo día a día, aun así, no es considerada por la entrevistada, como razón suficiente para denunciar o retirarse de este trabajo, ya que para ella no fue fácil conseguir empleo y aunque tiene otro trabajo no es suficiente para cubrir lo que ella considera necesario para su calidad de vida.

Respecto a los programas o proyectos que propicien la calidad de vida en el trabajo, se encuentra escases de este, algunos de los entrevistados expresan desconocimiento ante el tema, "Pues no, lo único es con los préstamos que se va descontando del salario, pero no más"(E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023) "No hay eso, es una empresa demasiado pequeña" (E3M, comunicación personal, 12 de diciembre de 2022).

Partiendo de la investigación realizada, respecto al ambiente laboral en general, se encontró falta de oportunidades para acceder a espacios que permitan mejorar la calidad de vida de los trabajadores, algunos de los entrevistados expresan "Es muy difícil, es algo contradictorio, porque si eres bueno en algo, te dejan siempre en ese puesto" (E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023), así mismo las tenciones laborales, la falta de motivación y agresión laboral, "Con mis compañeros bien, pero la empresa no motiva ni da espacios para el aprendizaje y la reflexión, no hay respeto y se maneja mucha grosería" (E3M, comunicación personal, 12 de diciembre de 2022).

La presión y la agresión laboral que lleven al deterioro de la calidad de vida, terminan presentándose en pequeñas formas, a las cuales, no se les presta importancia o se les pasa por alto, con tal de generar unos resultados en razón de la productividad. Al respecto una de las personas entrevistadas expresa "Hay alguien que pasa cada cierto tiempo para que hagamos pausas activas,

pero no se hacen porque baja el rendimiento en el trabajo y eso le quita puntos a uno en la calificación, entonces uno prefiere no hacerlo porque si tú te vas los 5 minutos cae tu porcentaje al piso"(E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023).

Respecto a la compensación extraordinaria, se encontró que no es algo que esté siempre presente, que la mayoría de sus ganancias se basan en el ingreso de su salario mensual, son pocas y escasas las empresas en Medellín las que tienen un proyecto, un plan o incluso un pensamiento hacia la calidad de vida de sus trabajadores, en el caso de los entrevistados y entrevistadas, solo uno se beneficia de programas para la calidad de vida de los trabajadores dentro y fuera de la empresa, el resto de las organizaciones de las que hacían parte los entrevistados no tenían ni un pensamiento alrededor del tema, lo cual es muy coherente con la relación de escasez, precariedad, agotamiento y necesidad que se ha venido dando entre el trabajo y la calidad de vida.

En cuanto a la relación de los jóvenes con el trabajo, se vio en el anterior capitulo, que no se encontró, ni se presentó al trabajo o la actividad laboral, como un espacio alternativo, que permitiera salir de condiciones de pobreza y desigualdad social a los jóvenes. Tampoco se encontró como un espacio seguro y propicios para el desarrollo personal y profesional, ni la garantía del mejoramiento de las condiciones materiales y las dimensiones subjetivas de la calidad de vida.

Al contrario de esto, el trabajo o la actividad laboral se presentó en condiciones de precariedad salarial, inequidad de género y explotación laboral, afectando la calidad de vida de tal manera que pone límites, para el acceso a la educación, la garantía de derechos, los espacios de ocio, esparcimientos y demás necesidades que el trabajo permite cubrir.

Partiendo de estas relaciones entre trabajo y calidad de vida, que se vienen visualizando, surge la inquietud por las garantías de los derechos de los trabajadores y el derecho al trabajo. ¿Quién va querer ir a trabajar en un lugar, donde se presentan casos de violencia física, verbal, psicológica? ¿Quién va a querer dedicar entro 8 y 10 horas de su día a una labor poco grata, en la que no eres reconocido o correctamente remunerado? son varias cuestiones las que surgen aquí, pero la realidad es que, si no te sometes a estas condiciones, entonces ¿Cuál es la alternativa?

Partiendo de esto se encontró, que, aunque se conoce de la existencia de los sindicatos y los mecanismos de demanda frente al acoso laboral, entre los entrevistados, no son vistas como alternativas viables, garantes de derechos o aliados del trabajador. Retomando un poco la historia del sindicato, José Lastra quien retoma a Baylos Grau, hablan del campo de acción del sindicato.

> El sindicato se confronta a un opositor fuerte: el empresario, quien manifiesta su poder en los lugares de producción fundamentalmente, donde él impone la organización del trabajo y las condiciones de prestación del mismo. No debe olvidarse que las condiciones de trabajo tienen que ver con las condiciones de vida y de existencia social. El sindicato para cumplir sus fines —para ser útil—, se despliega en el mercado (salario y tiempo de trabajo), en los lugares de producción de bienes y servicios (condiciones de trabajo) y en la esfera de lo político-social (condiciones de existencia y seguridad social). No sólo se refiere en su práctica a la cuestión salarial, sino al cambio en el modo de producir y a una existencia social en condiciones de dignidad y seguridad. (Lastar, 2012, párr. 4)

Para muchos, el sindicato, no hace parte de su vida laboral, más bien ha pasado a ser visto como un grupo de individuos, que hacen protestas y toman acciones que confrontan a las empresas, el punto, es que no es visto como un mecanismo o una herramienta garante de los derechos de los trabajadores. Lo cual indica que el sindicato, ha dejado de ser vista como alternativa para garantizar los derechos de los jóvenes trabajadores, ya sea por la falta de vinculación con las nuevas generaciones, por las restricciones y la opresión de las empresas hacia el derecho de sindicalización, la falta de interés o las dificultades del acceso empleo que terminan patrocinando trabajos poco dignos que deterioran la calidad de vida.

Estas son algunas respuestas de los entrevistados en relación con el sindicato. Esta primera respuesta, la da una mujer, “He escuchado que uno puede ir allá si tiene problemas en el trabajo, pero también si uno está ahí, al jefe no le gusta y más fácil se queda uno sin trabajo” (E1M, comunicación personal, 17 de enero de 2023), habría que cuestionar cual es el papel de las empresas, para que las personas abandonen el derecho a sindicalizarse.

Otro de los entrevistados expresa disgusto y desaprobación del proceso de afiliación y manejos del sindicato.

> Sí, al de Adida de maestros. En Colombia, una organización que pide tanto que al final quieren ser dueños de la empresa y jefes, unos descarados. En este caso Adida es una organización multimillonaria que cobra mensualidad a los docentes (E4H, comunicación personal, 27 de enero de 2023).

En realidad, el sindicato, es un derecho que tienen los trabajadores, pero debido al desconocimiento y los rumores que hay alrededor de él, se ha degradado su valor ante los jóvenes trabajadores, se ha ignorado su poder de acción y protección al cual tanto han temido las empresas a lo largo de la historia. Que exista el sindicato, no es en vano, ya que nace en medio de la sobre explotación de las empresas hacia los trabajadores, en plena época de industrialización, por lo cual no debería ser olvidado o un tema silenciado del que no se puede hablar en las empresas por miedo a perder el trabajo.

En este punto retomo las siguientes palabras "en la actualidad todo indica que el tan ansiado progreso, sintetizado comúnmente en el crecimiento material sin fin, podría culminar en un suicidio colectivo" (Acosta, 2015. p. 307), aunque el autor usa estas palabras para referirse al deterioro ambiental, es pertinente usarlas también para referirse al deterioro del ser humano ante las dinámicas del sistema capitalista. Reconociendo que es un sistema que le exige al ser humano que se auto explote, que pasa por alto los derechos humanos, la dignidad y reduce la calidad de vida a la cantidad de dinero que se tiene para comprar, para gastar, para invertir, para producir en términos del llamado al desarrollo para ser, civilizados, modernos y avanzados, limitando los argumentos a pérdidas y ganancias, en ultimas, contribuyendo al suicidio colectivo.

Finalmente, este capítulo de análisis, me permitió entender primero, que la relación calidad de vida y trabajo, es fundamental, segundo que esta relación, en medio del contexto de la ciudad de Medellín, no siempre se da en los mejores términos, que se puede dar en condiciones precarias, restrictivas y que aun así siguen siendo una alternativa para la supervivencia de las personas. Tres, que a las organizaciones solo les interesa el nivel de productividad que una persona puede representar para ellos, sin que exista preocupación por la seguridad integral del trabajador, careciendo empatía, igualdad, equidad y en todas sus formas posibles, poco compatible con la calidad de vida.

5. Conclusiones y recomendaciones

Esta investigación, me permite concluir en general, que es imposible no sumergirse y caer en patrones y conductas del sistema capitalista, en el que todos comemos, vestimos, dormimos, soñamos y en términos generales vivimos, haciendo imposible negar su existencia y su influencia. Es por ello que para tener calidad de vida es necesario cuestionarlo, y cuestionarse como sujeto, desde las acciones activas y pasivas que tenemos en él.

En razón de la calidad de vida, me permitió comprobar, que esta es de carácter multidimensional, que no solo es entendida y experimentada desde sus componentes y sus condiciones materiales, sino que también se construye, desde las subjetividades humanas más básicas, permitiendo así que la calidad de vida esté más allá de los alcances de la productividad, la explotación laboral y el capital. Se logra entender también, que la calidad de vida, es más que una lista de variables y componentes, que adquieren el carácter de buenos o malos, que implican las necesidades más básicas y razonables de las personas a medida que se desarrollan y desenvuelven en medio de la dinámica social.

Respecto al trabajo, fue posible entenderlo como una actividad que hace parte del desarrollo de la vida misma, en medio del sistema capitalista, cumple la función financiar y promover la calidad de vida según lo que se pudo detectar en esta investigación. En medio del sistema capitalista como está configurado, es imposible pensar en calidad de vida sin vincularla con el trabajo, siendo este la principal forma de generar ingresos económicos.

Mientras el trabajo cumpla la función de financiar la calidad de vida, desde sus necesidades más básicas, será imposible sostenerla de otras maneras. Por ejemplo, actualmente el trabajo, aparece como el sustento económico principal de las personas y con él se cubren gastos de alimentación básica, vivienda, servicios públicos, atención médica, necesidades básicas, entre otras, las cuales, si no se financiaran con el trabajo, pondrían en peligro la integridad humana. En este caso, resulta mejor tener cualquier trabajo, que no tenerlo, justificando ante esto las condiciones de trabajo poco dignas que se disponen para los trabajadores.

De aquí que la relación calidad de vida y trabajo se exprese desde la carencia, la necesidad, la obligatoriedad, la insatisfacción y la opresión, en la que se terminan negando los espacios que promuevan el aprendizaje, la autorrealización personal y profesional, los espacios de ocio, esparcimiento y demás que permitan garantizar la calidad de vida de las personas. De esta

dinámica, solo queda la opción de trabajar para sobrevivir, sin que se preste para sostener la calidad de vida, ya que la preocupación principal se concentra en cubrir las necesidades básicas.

Para sostener la calidad de vida, las necesidades básicas que permiten la supervivencia de las personas, deberían estar cubiertas primero, permitiendo así que se generen otras dinámicas, entre el trabajo y la calidad de vida. Si las necesidades basias de supervivencia estuvieran cubiertas, no cabría la posibilidad de poner en riesgo la integridad propia y la de tus seres amados, ya que no estarían en riesgo la vivienda, la alimentación, la salud y demás. Lo contradictorio de esto, es que hoy en día las personas deben decidir, si pagan la cuenta de servicios, compran alimentos, pagan el alquiler de la vivienda, financian su educación, etc.

Es un panorama poco justo y equitativo, que deja a la calidad de vida sin argumentos para adherirse, ya que una necesidad tan básica, como alimentarse bien, no depende solo del deseo, más bien depende de la disponibilidad de dinero para cubrir esta necesidad, al igual que vivir en un buen lugar con un entorno saludable o acceder a buen colegio y demás aspectos que puedan conformar la calidad de vida.

Si el trabajo estuviera en términos de la dignificación de la vida como lo plantean las teorías del buen vivir, las prioridades serian diferentes, el trabajo no sería el componente principal para tener calidad de vida, sino solo un recurso que contribuya a esta. La dinámica de dependencia que se presenta en la actualidad entre el trabajo y la calidad de vida, termina ubicando el trabajo no como un componente que conforma la calidad de vida, sino más bien como un componente que la permite, la financia y la patrocina, restándole valor a los demás componentes y reduciéndola a que sea tratada como índice y un indicador de medida, ubicándola como buena, mala, alta y baja, pasando por encima de la subjetividad y las necesidades reales de las personas.

En últimas, se entiende que la calidad de vida es multidimensional, tanto a nivel material como subjetivo, el trabajo dentro de su carácter de variable material actualmente es gran patrocinador de la calidad de vida, limitando las posibilidades de concebir, a la calidad de vida sin el trabajo. Esto termina estableciendo una relación poco constructiva y llena de carencias, entre el trabajo y la calidad de vida, en la cual, la calidad de vida no se puede expresar, ni desarrollar, sin la contribución o aporte material que representa el trabajo dentro del medio capitalista.

Respecto a la relación entre el trabajo y la calidad de vida, se recomienda estar atento a los cambios y transformaciones de carácter social y político que puedan hacer un aporte a la calidad de vida, permitiendo así la confrontación y actualización constante, ya que hacer un cambio

inmediato en la actualidad, depende absolutamente de la subjetividad de cada persona, la cual sigue estando sujeta a las necesidades de la cotidianidad inmediata.

En términos de la labor investigativa, se recomienda implementar el trabajo en equipo, ya que aparte de compartir responsabilidades se garantiza el debate y la complementación de información, reforzando así la coherencia y el acompañamiento emocional en todo el proceso investigativo, adicional a ello es pertinente crear una base de datos de carácter bibliográfico para la investigación, la cual pueda estar a la mano para dar sustento teórico y coherencia al raciocinio empírico y filosófico de esta.

Se recomienda tener en cuenta los principios éticos durante todo el proceso de diseño metodológico y en la implementación de este, permitiendo así, garantizar un ambiente de confianza, la aplicación pertinente de los instrumentos de recolección de la información y el análisis fundamentado de la misma. Recomendando también, establecer vínculos de confianza con los diferentes actores participantes de la investigación, ya que esto facilitara el proceso de corrección y corroboración de la información en caso de ser necesario y para el ejercicio de devolución.

Como recomendación final, la implementación de varios instrumentos en la recolección de la información, que, aunque agregaran más trabajo, al proceso de diseño e implementación, terminaran arrojando datos e información valiosa para la investigación.

Referencias

Acosta. A. (2015). El buen vivir como alternativa al desarrollo. Algunas reflexiones económicas y no tan económicas. *Política y Sociedad, 52*(2) 299-330.

Alcaldía de Medellín (2020). *Caracterización territorial comuna 7 Robledo*. Censo DANE -

Alves. D; Yeda, O y Giuliani, A. (2013) Vida con calidad y calidad de vida en el trabajo. *invenio 16* (30) 145-163

Blanco, P. (2019). Autoexplotación posmoderna y esclavitudes modernas. Reflexiones en torno a la subjetividad neoliberal. *AGORA, Papeles de Filosofía 38*(2) 23-43.

Burgos Ortiz, N. (2007) *Breves Reflexiones sobre la Investigación Cualitativa para la Formación del Trabajador Social*. Palobra editores.

Chacón. B; Zabala, S; Trujillo, A; Velásquez, A y Cotos, A. (2002). *Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa.* Fundación Universitaria Luis Amigo.

Colombia. Ministerio del trabajo. (2019). *Rad. No. 08SE2019120300000020933, (mayo de 31). Jornada laboral en Colombia.* Ministerio del trabajo.

Colombia. Congreso de la República. (2019). *Jornada laboral*. Código sustantivo del trabajo.

Colombia. Congreso de la República. (2023). *Contrato laboral*. Código sustantivo del trabajo.

Díaz Bravo. L; Torruco García. U; Martínez Hernández. M; y Varela Ruiz. M. (2013). *Metodología de investigación en educación médica. La entrevista, recurso flexible y dinámico.* Universidad Nacional Autónoma de México.

Galeano. E. (2011). *Entrevista TV catalana* [Entrevista]. Derecho al delirio.

Galeano. M. (2012*). Estrategias de investigación social cualitativa. El giro en la mirada*. La carreta editores.

González. J y Ochoa. C. (1923). *La raza Antioqueña es única, y no esta degenerada*. Universidad de Antioquia.

Han. B. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder Barcelona.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (2012), ¿*Te has preguntado qué es ser joven*?

Jiménez. C. (2010) *"Calidad de vida" en: temas de sostenibilidad urbana*. Madrid, España. Biblioteca CF+S.

Larraín. A y Madrid, P. (2020). *Aproximaciones al discurso de lo paisa en Colombia.* Universidad Nacional de Colombia.

Lastra. J y Baylos, A. (2013) ¿Para qué sirve un sindicato? *Boletín mexicano de derecho comparado, 46* (138)

Max- neef. M; Elizalde. A y Hopenhayn M. (1986) *desarrollo a escala humana. Una opción para el futuro.* Fundación Dag Hammarskjöld.

Mendoza. N; Santisteban, D y Torres, J. (2018). *Jornada laboral en Colombia: Análisis a su proceso de transformación*. [Trabajo de grado] Universidad La Gran Colombia.

Morales. M y Mellizo W. (2004). *Calidad de vida: enfoques, perspectivas y aplicaciones del concepto*. Universidad Nacional de Colombia

Naciones unidas. Juventud (s.f.) - *Historias de la juventudm en la ONU*.

Olarte. T. (2018) La aplicación del enfoque de género en Trabajo Social: debilidades y fortalezas *Ehquidad: La Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, (10) 141-154.

Organización para la cooperación y el desarrollo económico [OCDE], (s,f). *Calidad de vida. "¿Cómo va la vida? y ¡El índice para una vida mejor!".*

Organización de las Naciones Unidas, Mujeres. (2016). *Redistribuir el trabajo no remunerado*. ONU Mujeres.

Real Academia Española, (2022). Definición: Joven.

Rizo-Patrón, R. (2015). Supervenencia o nacimiento trascendental. *Ápeiron: Estudios de filosofía: Filosofía y fenomenología*, (3), 381-397.

Rojas. I. (2011). Hermenéutica para las técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales: una propuesta. *Espacios Públicos, 14*(31), 176-189

Urzúa. A y Caqueo, A. (2012). Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. *Terapia psicológica* 30(1), 61-71.

Anexos

Anexo 1. Técnica - Caracterización.

Guía Caracterización - preguntas.

Fecha: Acordado con el sujeto de investigación.

Hora de inicio: Acordado con el sujeto de investigación.

Hora de finalización: N/A

Lugar:

Número de participantes: 10

Actividad: Caracterización, responder cuestionario con cada sujeto de investigación. Objetivos: Caracterizar el estatus socioeconómico de las personas participantes en el proyecto de investigación Calidad de vida y Trabajo.

Características: se presenta en forma de cuestionario simple, con respuestas cortas que revelan datos específicos permitiéndonos caracterizar a los diferentes sujetos de investigación y determinar algunos datos específicos sobre la relación trabajo - calidad de vida.

Descripción: Los sujetos en forma individual responden un cuestionario sencillo de preguntas cortas y respuestas específicas sin mayor grado de complejidad. A continuación, el cuestionario:

Preguntas	Nombre completo	Edad	Genero	¿Cuál sector de la comuna 7 habita? ¿Barrio?	Estrato socio-económico	¿Pertenece alguna etnia?

¿Tiene alguna necesidad especial o nivel de discapacidad? ¿Cuál?	¿Ha sido víctima de desplazamiento rural o urbano?	¿Cuál es su nivel de escolaridad?	¿Actualmente cuenta con un empleo formal? ¿Tipo de contrato?	¿A qué edad empezó a trabajar?	¿A qué edad tuvo su primer contrato formal?	¿Está afiliado al sistema de seguridad social?

¿Está afiliado a la ARL?	¿Está afiliado algún fondo de pensiones?	¿Cuál es su horario laboral?	¿Cuál es el oficio o área en la que se despeña laboralmente?	¿En qué comuna o corregimiento queda su lugar de trabajo?	¿Cuánto tiempo le toma llegar de su casa a su lugar de trabajo?	¿Qué transporte utiliza para llegar a su lugar de trabajo?

¿Hace alguna actividad diferente a su trabajo? (estudiar, deporte, voluntariado, club recreativo....)	¿Tiene personas mayores o menores a cargo? ¿Cuántas?	¿Con quiénes comparte su hogar?	¿Número de personas que comparten la vivienda?	¿Cuenta con una habitación propia en la vivienda?	¿Hace algún aporte monetario al sostenimiento de la vivienda?	¿Cuantas personas más, aportan monetariamente al sostenimiento de la vivienda?	Medio de contacto - Correo electrónico o número celular.

*Nota: las preguntas se hicieron por medio del siguiente formulario de Google: https://forms.gle/zSuUe75W5Jc1z7qcA

Anexo 2. Técnica - Entrevista semiestructurada.

Hora de inicio: Acordado con el sujeto de investigación.

Hora de finalización: N/A

Lugar: Acordado con el sujeto de investigación.

Número de participantes: 4 participantes de la muestra de 10 a los que se realizó la caracterización.

Actividad: Entrevista semiestructurada, responder entrevista con cada sujeto de investigación.

Objetivos: Examinar las diferentes dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de personas según la teoría del buen vivir, en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín durante el año 2021.

Características: se presenta en forma preguntas abiertas, con respuestas espontáneas, que revelan datos ocultos a la vista, vinculados con las emociones y las formas de vida de cada sujeto de investigación, permitiéndonos determinar cómo es la relación trabajo - calidad de vida.

Descripción: Los sujetos en forma individual y un ambiente seguro, responden un listado de preguntas abiertas, con respuestas que les permitan expresar quienes son. A continuación, preguntas entrevistas.

Categorías	Subcategorías	Observables	Preguntas entrevista semi-estructurada
Dimensiones y condiciones de la calidad de vida.	Dimensiones personales - subjetivas (física, mental y espiritual) de la calidad de vida.	Percepción personal de la calidad de vida	¿Qué entiende por calidad de vida? ¿Cómo te sientes respecto a tu calidad de vida?
		Estado de bienestar físico, mental y social.	¿El estado actual de la calidad de vida, le permite tener bienestar físico? (hacer ejercicio, alimentación sana, descanso, salud física…) ¿El estado actual de la calidad de vida, le permite tener bienestar mental? (salud mental, terapia, descanso…) ¿El estado actual de la calidad de vida, le permite tener bienestar social? (socioeconómica, vinculante emocional)
		Diversidad de creencias, devociones (importancia y garantes).	¿Consideras que los espacios espirituales contribuyen a su calidad de vida? ¿El estado actual de su calidad de vida, le permite acercarse con la frecuencia que quisiera, a espacios espirituales de meditación y reflexión que usted considera importantes?
		Vínculos familiares y sociales (importancia y garantes).	¿Siente que el estado actual de su calidad de vida, le permite generar espacio de vinculación con familiares y amigos que usted considera importante para su vida?
		Tiempo personal, ocio (importancia y garantes).	¿Siente que el estado actual de su calidad de vida, le permite disfrutar de espacios para el ocio, la creatividad, proyección personal, etc.?
		Educación empírica y o formal (importancia y garantes)	¿El estado actual de tu calidad de vida, permite generar espacios para la educación formal o empírica si quisieras acceder? (tiempo/monetariamente/gratuidad)
	Condiciones materiales (económicas) de la calidad de vida.	Acceso a recursos económicos.	¿Con cuántos ingresos económicos cuentas? ¿Te gusta la labor que desempeñas? si / no ¿por qué? Si su respuesta no es positiva / ¿Qué es lo que te gustaría hacer? ¿Cuentas con las habilidades, conocimientos y destrezas para desempeñarse en lo que quieres? ¿Crees que existe la posibilidad de desempeñarte en lo que deseas? ¿Sientes que tener un empleo formal mejora tu calidad de vida?
		Bienestar material. (Vivienda, transporte, poder adquisitivo…)	Teniendo en cuenta el estado actual de la calidad de vida, ¿cómo sientes que es tu nivel de poder adquisitivo? (capacidad para adquirir bienes materiales) Teniendo en cuenta el estado actual de la calidad de vida, ¿crees que cuentas con las garantías para acceder a una vivienda propia? Explica. ¿Crees que tener una vivienda propia, puede mejorar tu calidad de vida? Explica.
Trabajo Formal	Significación del trabajo.	Personal (ventajas, desventajas)	¿Cuál es tu sentir respecto a tu trabajo actual? ¿Cómo te sientes?
		Material (ventajas, desventajas)	¿Sientes que tu trabajo actual, ha mejorado tus condiciones materiales? ¿Poder adquisitivo? ¿Capacidad de endeudamiento? ¿Gastos personales? ¿Suplir necesidades y responsabilidades?
		Acceso al trabajo (importancia y garantes)	¿Siente usted que cuenta con fácil acceso al empleo formal? ¿Cree usted que hay factores de su calidad de vida que podrían mejorar para facilitar ese acceso al trabajo formal?
	Jóvenes trabajadores.	Calidad de vida en el trabajo.	¿Sientes que en tu trabajo de alguna manera tiene en cuenta que eres un joven trabajador? ¿En su lugar de trabajo hay alguna política de calidad de vida en el trabajo, bienestar del trabajador, talento humano…? ¿Sientes que hay posibilidades de crecer o subir de puesto en tu trabajo?
		Precarización del trabajo (explotación laboral).	¿Cómo es el ambiente laboral? ¿Cuál es tu rutina laboral? ¿Manejan algún mecanismo de incentivos o compensación extraordinaria?
Relaciones trabajo formal – calidad de vida.		Funcionales, satisfactorias, necesarias, represivas….	¿Cómo sientes que es tu relación con el trabajo? ¿Estrictamente necesaria? ¿Satisfactoria? ¿Autorrealización? ¿Represiva? ¿Liberadora?

Expresión: Expresión individual que permite la expresión espontánea de los sujetos de investigación, permitiendo también momentos de reflexión y evaluación respecto a las diferentes formas de vida y a la relación trabajo-calidad de vida.

Evaluación: Valoración del espacio, la metodología y el acercamiento.

Anexo 3. Técnica - Mapa de sueños

Descripción: Los sujetos en forma individual, se permiten salir de su rutina y pensarse en otras posibilidades. A continuación, pasos a seguir para guiar la actividad:

Inicialmente, contar con un espacio amable y seguro donde las personas puedan expresarse libremente y sentirse cómodos.

1. Hacer una lista de deseos o sueños por cumplir.
2. Buscar imágenes, frases, fotografías entre otros que representen esa lista de deseos o sueños por cumplir (en periódicos, revistas, material impreso).
3. Contar con una base para asentar las representaciones de tu lista de deseos (cartulina, tablero, cuaderno, libreta, hojas de colores...)
4. Deja volar tu imaginación. - Pegar las imágenes, frases, fotografías, entre otros que representan tus sueños y deseos en la base que seleccionaste, con el orden y configuración que prefieras, **c**ontar con revistas, cintas, pega, pinturas, brillantinas, colores y demás manualidades que puedan facilitar hacer el mapa de sueños, puedes dividirlo por temas para que sea más fácil (salud, ocio, comida, viajes, empleo, dinero, emprendimiento...)

Nota: el paso a paso de mapa de sueños debe hacerlo cada persona de manera individual, al final de la actividad, en una mesa redonda se invita a una reflexión grupal y cada quien podrá compartirlo de manera voluntaria.

Expresión: creación individual que permite la expresión espontánea de los sujetos de investigación, permitiendo también momentos de reflexión y evaluación respecto a las diferentes formas de vida y a la relación trabajo-calidad de vida, a través de sus sueños, deseos y las diferentes posibilidades que puede tener la vida.

Interpretación: Al obtener las respuestas individuales de los sujetos de investigación lograremos observar cuales son los límites, posibilidades, habilidades, alcances y sentires de cada sujeto respecto a la relación trabajo -calidad de vida, permitiéndose soñar, y proyectarse hacia otras posibilidades, logrando salir de su rutina y su zona de confort.

Reflexión: permite el autoconocimiento y la proyección hacia otras posibilidades, donde se expresa lo que realmente cada quien quiere hacer y lograr en su vida.

Evaluación: Valoración del espacio, la metodología y el acercamiento.

Desarrollo taller mapa de sueños.

Saludo, presentación personal y actividad rompe hielo: Hacer un círculo o mesa redonda para poder vernos y compartir un mismo espacio que sea amigable, saludar, presentarse como moderadora de la actividad, e iniciar con la actividad rompe hielo (decir el nombre y algo que te guste mucho, a medida que avanzamos, mencionar también el nombre de la persona anterior y su lugar favorito y así sucesivamente hasta llegar a la primera persona que inició el círculo).

Acuerdos pedagógicos: en este momento se hablará del objetivo del taller, se les indicará que la información recolectada es para uso académico y publicación de trabajo de grado, publicado en el Centro de Documentación de la Facultad en Ciencias Sociales de la Universidad de Antioquia, socializado con la comunidad académica y posteriormente socializado con los participantes.

Explicación para hacer mapa de sueños: lo primero es disponer los materiales para la actividad como colores, hojas, cartulina, tijeras, cinta, revistas, periódicos, historietas, y demás manualidades que puedan ser traídos por los participantes. Lo siguiente es explicar la intención del mapa de sueños y proceder con el paso a paso.

Hacer una lista de deseos o sueños por cumplir. Preguntas para estimular esa lista de deseos o sueños por cumplir: ¿Cuál es tu trabajo soñado? ¿Cuáles son tus metas o propósitos respecto a tu salud? ¿A dónde quieres viajar? ¿Metas y sueños que compartes con tu familia o amigos? ¿Dónde quieres vivir? ¿Metas profesionales o académicas? Buscar imágenes, frases, fotografías entre otros que representen esa lista de deseos o sueños por cumplir (en periódicos, revistas, material impreso). Contar con una base para asentar las representaciones de tu lista de deseos (cartulina, tablero, cuaderno, libreta, hojas de colores...)

Finalización y valoración del espacio: se agradecerá por la participación, cada quien se llevará el material elaborado como parte de la actividad y se procederá a escuchar las devoluciones que los participantes tengan de la actividad.

Nota: La metodología para el diseño de instrumentos es retomado de: Chacón, B; Zabala, S; Trujillo, A; Velásquez, A. y Cotos, A. (2002).

Anexo 4. Formato consentimiento informado:

Proyecto de Investigación: “Calidad de vida y trabajo.”

Consentimiento informado para la generación de información primaria.

El presente consentimiento informado certifica que las partes involucradas participan de forma voluntaria y se comprometen al uso y utilización exclusivo para fines académicos, de la información que se genere y produzca en el marco de la investigación: “Calidad de vida y trabajo”, cuyo objetivo es “Analizar la relación calidad de vida y trabajo formal de personas jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín, para determinar las relaciones que emergen entre calidad de vida y trabajo formal”; la cual hace parte del proceso de formación académica de la estudiante de posgrado de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, Yeimy Osorio.

La utilización de la información primaria generada, contará con codificación e invisibilización de las fuentes y testimonios suministrados, no implicará ningún tipo de bonificación o contribución económica por participar en la investigación, los investigadores se comprometen a socializar los informes derivados del proceso; además, los actores entrevistados o participantes de alguno de los talleres, autorizará o no de forma explícita a registrar su imagen, voz o testimonio a través de algunos de los siguientes medios:

Fotos	SI		NO	
Videos	SI		NO	
Grabación de voz	SI		NO	

En caso de tener alguna inquietud o duda con la investigación, se puede contactar con la Oficina de admisiones y registros de la Universidad de Antioquia, sede Medellín, teléfono (604) 219 8332 – Facultad de ciencias sociales y humanas.

Aceptación a participar de la investigación:

Yo _____ identificado con cédula de ciudadanía número _____ de _____, manifiesto que he comprendido todo lo anterior y doy mi consentimiento para utilizar la información suministrada, con las características establecidas en este formato.

Firma de la estudiante investigadora:

Nombre completo: _____

Firma: _____

C.C. #: _____

Anexo 5. Formato Matriz análisis de información:

Objetivos	Categorías	Subcategorías	Hallazgos y hallazgos emergentes	Interpretación personal del investigador.
Examinar las diferentes dimensiones y condiciones que conforman la calidad de vida de personas según la teoría del buen vivir, en jóvenes de estratos socioeconómicos 1 y 2 de la comuna 7 de la ciudad de Medellín durante el año 2021.	Dimensiones y condiciones de la calidad de vida.	Dimensiones personales - subjetivas (física, mental y espiritual) de la calidad de vida. Condiciones materiales (económicas) de la calidad de vida.	- Al terminar de hacer las entrevistas, 4 de 4 entrevistados expresaron que no tienen una buena calidad de vida, que no hay un equilibrio, que tener empleo no significa tener calidad de vida, que si la mejora y permite acceso y poder monetario, pero que no lo es todo. (Tener empleo no garantiza tener calidad de vida). - Surgen algunas alternativas que según ellos permitirían mejorar la calidad de vida (jornadas laborales de medio tiempo - la cual permitirá tener ingresos económicos y tiempo para el esparcimiento, la educación, ocio... que también hacen parte de la calidad de vida; profesionalizarse o especializarse para poder acceder a un mejor empleo que permita incluir otros elementos que hacen parte de la misma calidad de vida). - La educación como componente primordial para mejorar la calidad de vida. (Todos hicieron mención de que tener acceso a la educación mejoraria su capacidad para acceder a empleos mejor pagados donde el desgaste sea menor). -La entrevista se hizo a igual cantidad de hombres y de mujeres - se encontró que: Los entrevistados hombres, tenían educación superior tecnológica o profesional, y las entrevistadas mujeres, solo tenían educación técnica. Hombres con salarios mayores al mínimo, mujeres con salario mínimo y dos trabajos para poder ajustarse a sus necesidades. - el total de los hombres entrevistados tienen personas a cargo, el total de mujeres no tienen personas a cargo. -El total de las mujeres responde que no hacen ninguna actividad diferente al trabajo; el total de los hombres responde que si hace actividades diferentes al trabajo. En la caracterización: El total de los hombres han podido acceder a la educación superior y algunos de ellos ya tienen profesiones; entre las mujeres, solo dos del total han podido acceder a educación superior y ninguna se ha graduado de una carrera profesional.	Respecto a esta categoría, se puede decir que los entrevistados, al inicio de la entrevista, tenían una actitud bastante positiva y optimista, pero a medida que se fue desarrollando la entrevista, algunos terminaron mencionando que su calidad de vida no era la mejor. Al concientizarse de espacios para el esparcimiento, la formación personal, los límites salariales, y temporales, entre otros, llegaron a la reflexión de que su calidad de vida tiene dimensiones que pueden llegar a verse opacadas por la necesidad de cubrir diferentes aspectos materiales que también son primordiales para tener una buena calidad de vida. Tener un equilibrio entre las dimensiones personales - subjetivas y las dimensiones materiales, no es nada fácil, ya que si lo pensamos bien, aspectos tan básicos como alimentarse, tener en donde vivir y tener acceso a la salud por ejemplo, terminan dependiendo de tener acceso a dimensiones materiales de la calidad de vida como la estabilidad económica, la cual depende muchas veces de un ingreso salarial, el cual termina dando algunas posibilidades y ciertos límites.
Caracterizar el estatus socioeconómico de la personas participantes en el proyecto de investigación Calidad de vida y Trabajo.	Trabajo Formal	Significación del trabajo. Jóvenes trabajadores.		Respecto a esta categoría, podemos decir que el trabajo formal, es un factor que tiene gran importancia e influencia para el desarrollo de la calidad de vida, ya que al presentarse como el mayor ingreso material estable de los entrevistados, termina cubriendo diferentes necesidades básicas necesarias para la supervivencia como son la vivienda y la alimentación, este también termina permitiendo que se dispongan espacios para el aprendizaje, el esparcimiento, la estabilidad emocional y demás, aunque no por esto termina siendo un propiciador perfecto para la calidad de vida, ya que en este pueden presentarse condiciones precarias que propicien el exceso de trabajo, la precariedad salarial, el estancamiento personal y profesional deteriorando así otros espacios que son importantes también para la calidad de vida.