

> Dimensiones, subdimensiones y niveles de desarrollo

Indicador

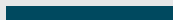
Hábitos de vida saludable



> Dimensiones, subdimensiones
y niveles de desarrollo

Indicador

Hábitos de vida saludable



Agencia de Calidad de la Educación

contacto@agenciaeducacion.cl

www.agenciaeducacion.cl

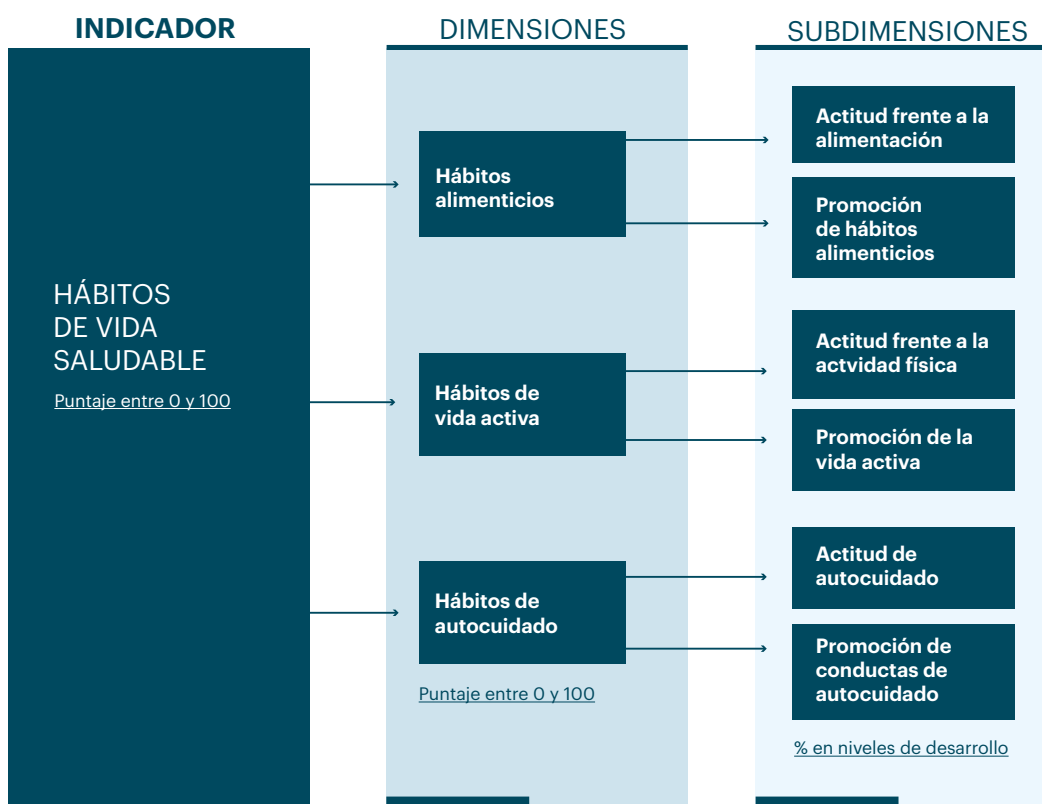
Marzo, 2026

Introducción

En este documento se presentan las definiciones de **Hábitos de vida saludable**, uno de los Indicadores de Desarrollo Personal y Social (IDPS)¹ evaluados por la Agencia de Calidad de la Educación. El propósito es entregar una visión completa de los aspectos evaluados y apoyar el análisis que realizan los y las profesionales del establecimiento, es decir, equipo directivo, encargado(a) de convivencia, equipo psicosocial y docentes de cada comunidad educativa. Se espera que esta información permita comprender e interpretar de mejor manera los datos entregados en el [portal web de resultados](#).

Los IDPS entregan información sobre el desarrollo personal y social de las y los estudiantes de un establecimiento. Sus resultados se constituyen como un aporte para ampliar la mirada de calidad y avanzar en el logro de una educación integral para todos(as) los niños, niñas y jóvenes del país. Dichos indicadores se elaboran con la información que proviene de los *Cuestionarios de Calidad y Contexto de la Educación*, aplicados censalmente junto a las pruebas Simce. El año 2025, estos cuestionarios fueron contestados por estudiantes; docentes; y padres, madres y apoderados(as) de 4° y 8° básico, y II medio.

Para el indicador Hábitos de vida saludable es posible distinguir las siguientes dimensiones y subdimensiones:



Importante: Las subdimensiones presentadas en esta tabla corresponden a las que fueron consultadas a los y las estudiantes, a través de los Cuestionarios de Calidad y Contexto de la Educación. Para conocer todas las subdimensiones consulte el Marco de Evaluación de los Indicadores de Desarrollo Personal y Social.

¹ Para más información sobre los IDPS, dimensiones y subdimensiones, puede consultar el [Marco de Evaluación de los Indicadores de Desarrollo Personal y Social](#).

Los resultados de los IDPS entregados al establecimiento a nivel de indicador y dimensiones, son presentados como puntajes para cada grado evaluado. Adicionalmente, con el objetivo de complementar estos resultados generales, se entregan resultados a nivel de subdimensiones, **que corresponden a aspectos específicos que componen cada dimensión e indicador.**

De esta manera, se espera aportar a una mejor comprensión e interpretación de los resultados presentados, entregando información detallada a las comunidades educativas para la toma de decisiones basada en evidencia, promoviendo así el mejoramiento integral de la educación.

Para analizar estos resultados, es importante considerar lo siguiente:

- En el cálculo de los resultados de los **indicadores y dimensiones de Clima de convivencia escolar y Participación y formación ciudadana** –a diferencia de Autoestima académica y motivación escolar y Hábitos de vida saludable–, se consideran las percepciones de distintos miembros de la comunidad educativa, por lo que, para lograr una mejor comprensión, es importante considerar la información presentada en la página siguiente de la Tabla *Dimensiones, subdimensiones y actores evaluados en Hábitos de vida saludable* que detalla los actores consultados en la evaluación de este indicador.
- Los resultados en cada indicador y dimensión se presentan en una escala que varía entre 0 y 100 puntos. En esta escala, un valor más cercano a 0 indica que se ha alcanzado un menor logro; mientras que un valor más cercano a 100 indica un mayor logro en el indicador o dimensión.
- Los resultados de los indicadores y dimensiones no pueden compararse entre sí, debido a que cada uno es elaborado a partir del análisis de respuestas a preguntas distintas.
- Los resultados de cada **subdimensión** corresponden al porcentaje de estudiantes en cada **nivel de desarrollo**. Dichos niveles son una clasificación en progresión de los aspectos percibidos por los y las estudiantes en cada subdimensión.
- Algunas subdimensiones cuentan con tres niveles: Bajo, Medio y Alto, y otras con dos: Bajo y Alto, dependiendo de las características del aspecto evaluado.
- Las descripciones de los niveles de desarrollo, a diferencia de lo que se puede observar para algunos indicadores, **expresan solo las percepciones de los y las estudiantes**, aspecto que se debe tener en cuenta al momento de analizar sus resultados.

> Indicador

Hábitos de vida saludable

El indicador **Hábitos de vida saludable** considera la percepción de los y las estudiantes sobre cómo se promueven hábitos beneficiosos para la salud al interior de la comunidad educativa, junto con su actitud hacia la alimentación, la actividad física y el consumo de alcohol, tabaco y drogas.

La siguiente tabla presenta las **dimensiones y subdimensiones** que conforman el indicador Hábitos de vida saludable, junto con los actores que son considerados en la medición.

Tabla Dimensiones, subdimensiones y actores evaluados en Hábitos de vida saludable

Dimensión	Subdimensión	Estudiantes	Docentes	Apoderados(as)
Hábitos alimenticios	Actitud frente a la alimentación	X		
	Promoción de hábitos alimenticios	X		
Hábitos de vida activa	Actitud frente a la actividad física	X		
	Promoción de la vida activa	X		
Hábitos de autocuidado	Actitud de autocuidado	X		
	Promoción de conductas de autocuidado	X		

Como muestra la tabla, las tres dimensiones de Hábitos de vida saludable son evaluadas a partir exclusivamente de las respuestas de los y las estudiantes en los *Cuestionarios de Calidad y Contexto de la Educación*.

DIMENSIÓN

HÁBITOS ALIMENTICIOS

Esta dimensión considera las actitudes y las conductas autodeclaradas de los y las estudiantes hacia la alimentación. A su vez, considera sus percepciones sobre el grado en que el establecimiento promueve hábitos de alimentación sana.

A continuación se presentan y definen las subdimensiones que componen la dimensión Hábitos alimenticios.

SUBDIMENSIONES

DE HáBITOS ALIMENTICIOS

Tabla Subdimensiones de Hábitos alimenticios

Subdimensión	Definición
Actitud frente a la alimentación	Evalúa la percepción que tienen los y las estudiantes acerca de la importancia que tiene para su salud mantener buenos hábitos y evitar malos hábitos de alimentación.
Promoción de hábitos alimenticios	Evalúa la percepción de los y las estudiantes acerca de la educación que reciben en el establecimiento educacional sobre buenos hábitos alimenticios y los riesgos para la salud de malos hábitos alimenticios.

NIVELES DE DESARROLLO DE LAS SUBDIMENSIONES

DE HáBITOS ALIMENTICIOS

En la siguiente tabla se presentan las descripciones de los niveles de desarrollo en los cuales se distribuyen las respuestas de los y las estudiantes en las subdimensiones de la dimensión Hábitos alimenticios.

Es importante tener presente que solo para las subdimensiones **evaluadas en estudiantes** se reportan resultados en niveles de desarrollo, los que se encuentran disponibles en el portal de resultados de la página web de la Agencia.

Tabla Niveles de desarrollo de las subdimensiones de Hábitos alimenticios

Subdimensión	Nivel de desarrollo	Descripción para 4° básico, 8° básico y II medio
Actitud frente a la alimentación	Alto	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable frente a la alimentación, señalando que es importante para su salud evitar la comida chatarra y las golosinas, así como comer fuera de horario. Además, consideran relevante alimentarse al menos tres veces al día e hidratarse adecuadamente. Por otra parte, perciben que es importante para su salud consumir frutas y verduras regularmente, y evitar comer en exceso .
	Medio	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable frente a la alimentación, señalando que es importante para su salud evitar la comida chatarra y las golosinas, así como comer fuera de horario. Además, consideran relevante alimentarse al menos tres veces al día e hidratarse adecuadamente.
	Bajo	Los y las estudiantes tienen una actitud desfavorable frente a la alimentación, señalando que es poco importante para su salud evitar la comida chatarra y las golosinas, así como comer fuera de horario. Además, consideran irrelevante alimentarse al menos tres veces al día e hidratarse adecuadamente.
Promoción de hábitos alimenticios	Alto	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, les enseñan a tener buenos hábitos de alimentación y les explican los riesgos que las malas rutinas alimenticias tienen para su salud. Además, señalan que, en el colegio, se realizan talleres y campañas para promover la alimentación saludable.
	Bajo	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, no les enseñan a tener buenos hábitos de alimentación ni les explican los riesgos que las malas rutinas alimenticias tienen para su salud.

DIMENSIÓN

HÁBITOS DE VIDA ACTIVA

Esta dimensión considera las actitudes y las conductas autodeclaradas de los y las estudiantes hacia un estilo de vida activo. A su vez, considera sus percepciones sobre el grado en que el establecimiento fomenta la actividad física.

A continuación se presentan y definen las subdimensiones que componen la dimensión Hábitos de vida activa.

SUBDIMENSIONES

DE HáBITOS DE VIDA ACTIVA

Tabla Subdimensiones de Hábitos de vida activa

Subdimensión	Definición
Actitud frente a la actividad física	Evalúa la percepción que tienen los y las estudiantes acerca de la importancia que tiene para su salud realizar actividad física y deportes de manera regular, junto con la identificación de los riesgos del sedentarismo y el exceso en el uso de pantallas.
Promoción de la vida activa	Evalúa la percepción de los y las estudiantes acerca de la educación que reciben en el establecimiento educacional en relación a la actividad física y el deporte.

NIVELES DE DESARROLLO DE LAS SUBDIMENSIONES

DE HáBITOS DE VIDA ACTIVA

En las siguientes tablas se presentan las descripciones de los niveles de desarrollo en los cuales se distribuyen las respuestas de los y las estudiantes en las subdimensiones de Hábitos de vida activa.

Es importante tener presente que solo para las subdimensiones **evaluadas en estudiantes** se reportan resultados en niveles de desarrollo, los que se encuentran disponibles en el portal de resultados de la página web de la Agencia.

Tabla Niveles de desarrollo de las subdimensiones Hábitos de vida activa, 4° básico

Subdimensión	Nivel de desarrollo	Descripción para 4° básico
Actitud frente a la actividad física	Alto	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable a la actividad física, señalando que es importante jugar y moverse durante el recreo. Perciben el riesgo que tiene para su salud pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión. Además, les parece importante hacer actividad física los fines de semana y después del colegio los días de semana.
	Medio	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable a la actividad física, señalando que es importante jugar y moverse durante el recreo. Perciben el riesgo que tiene para su salud pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión.
	Bajo	Los y las estudiantes tienen una actitud desfavorable a la actividad física, señalando que es poco o nada importante jugar y moverse durante el recreo. No perciben el riesgo que tiene para su salud pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión.
Promoción de la vida activa	Alto	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, se promociona la vida activa, señalando que les enseñan los beneficios que conlleva para la salud realizar actividad física. Además, señalan que les animan a realizar actividad física y deporte en talleres del colegio o lugares fuera de él.
	Bajo	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, no se promociona la vida activa, señalando que no les enseñan los beneficios que conlleva para la salud realizar actividad física. Además, señalan que no les animan a realizar actividad física y deporte en talleres del colegio ni en lugares fuera de él.

Tabla Niveles de desarrollo de las subdimensiones Hábitos de vida activa, 8° básico y II medio

Subdimensión	Nivel de desarrollo	Descripción para 8° básico y II medio
Actitud frente a la actividad física	Alto	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable a la actividad física, señalando que les parece importante practicarla, así como hacer ejercicio, al menos tres veces a la semana, y evitar pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión. Además, les parece importante practicar deporte en talleres u otras instancias durante el fin de semana.
	Medio	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable a la actividad física, señalando que les parece importante practicarla, así como hacer ejercicio, al menos tres veces a la semana, y evitar pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión.
	Bajo	Los y las estudiantes tienen una actitud desfavorable a la actividad física, señalando que les parece poco o nada importante practicarla, así como hacer ejercicio, al menos tres veces a la semana. Además, no consideran que sea un riesgo pasar mucho tiempo frente a una pantalla viendo el celular, jugando videojuegos o viendo televisión.
Promoción de la vida activa	Alto	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, se promueve la vida activa, señalando que les enseñan los beneficios que conlleva para la salud realizar actividad física. Además, señalan que les animan a realizar actividad física y deporte en talleres del colegio o lugares fuera de él.
	Bajo	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, no se promueve la vida activa, señalando que no les enseñan los beneficios que conlleva para la salud realizar actividad física. Además, señalan que no les animan a realizar actividad física y deporte en talleres del colegio ni en lugares fuera de él.

DIMENSIÓN HÁBITOS DE AUTOCUIDADO

Esta dimensión considera las actitudes y las conductas autodeclaradas de los y las estudiantes ante la sexualidad, así como frente al consumo de tabaco, alcohol y drogas. A su vez, considera sus percepciones sobre el grado en que el establecimiento previene conductas de riesgo y promueve conductas de autocuidado e higiene.

A continuación se presentan y definen las subdimensiones que componen la dimensión Hábitos de autocuidado.

SUBDIMENSIONES DE HÁBITOS DE AUTOCUIDADO

Tabla *Subdimensiones de Hábitos de autocuidado*

Subdimensión	Definición
Actitud de autocuidado	Evalúa la percepción que tienen los y las estudiantes acerca de los riesgos que tiene para su salud el consumo de alcohol, tabaco y drogas y dormir menos de las horas recomendadas para su edad.
Promoción de conductas de autocuidado	Evalúa la percepción de los y las estudiantes acerca de la educación que reciben en el establecimiento educacional sobre el peligro del consumo de alcohol, tabaco y drogas, junto con el cuidado del cuerpo.

NIVELES DE DESARROLLO DE LAS SUBDIMENSIONES DE HÁBITOS DE AUTOCUIDADO

En la siguiente tabla se presentan las descripciones de los niveles de desarrollo en los cuales se distribuyen las respuestas de los y las estudiantes en las subdimensiones de Hábitos de autocuidado.

Es importante tener presente que solo para las subdimensiones **evaluadas en estudiantes** se reportan resultados en niveles de desarrollo, los que se encuentran disponibles en el portal de resultados de la página web de la Agencia.

Tabla Niveles de desarrollo de las subdimensiones de Hábitos de Autocuidado, 4° básico

Subdimensión	Nivel de desarrollo	Descripción para 4° básico
Actitud de autocuidado	Alto	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable al autocuidado, señalando que es peligroso fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas para la salud de personas de su edad. Además, consideran que es dañino dormir menos de ocho horas por la noche.
	Medio	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable al autocuidado, señalando que es peligroso fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas para la salud de las personas de su edad.
	Bajo	Los y las estudiantes tienen una actitud desfavorable al autocuidado, señalando que es poco o nada peligroso fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas para la salud de las personas de su edad.
Promoción de conductas de autocuidado	Alto	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, se promueven conductas de autocuidado, señalando que les enseñan los problemas que causa fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas. Además, les enseñan que nadie debe tocar o ver las partes íntimas del cuerpo.
	Bajo	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, no se promueven conductas de autocuidado, señalando que no les enseñan acerca de los problemas que causa fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas. Además, no les enseñan que nadie debe tocar o ver las partes íntimas de su cuerpo.

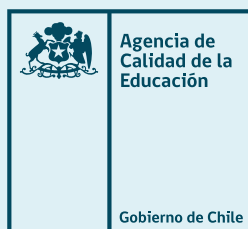
Tabla Niveles de desarrollo de las subdimensiones de Hábitos de Autocuidado, 8° básico y II medio

Subdimensión	Nivel de desarrollo	Descripción para 8° básico y II medio
Actitud de autocuidado	Alto	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable al autocuidado, señalando que es peligroso fumar cigarros, beber alcohol, fumar marihuana y consumir otras drogas para la salud de las personas de su edad. Además, consideran que es dañino dormir menos de siete horas por la noche.
	Medio	Los y las estudiantes tienen una actitud favorable al autocuidado, señalando que es peligroso fumar cigarros, beber alcohol, fumar marihuana y consumir otras drogas para la salud de las personas de su edad.
	Bajo	Los y las estudiantes tienen una actitud desfavorable al autocuidado, señalando que es poco o nada peligroso fumar cigarros, beber alcohol, fumar marihuana o consumir otras drogas para la salud de las personas de su edad.
Promoción de conductas de autocuidado	Alto	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, se promueven conductas de autocuidado, señalando que les enseñan los problemas que causa fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas. También les enseñan que nadie debe tocar las partes íntimas del cuerpo de una persona sin su permiso y los riesgos de tener relaciones sexuales sin usar protección.
	Bajo	Los y las estudiantes perciben que, en su colegio, no se promueven conductas de autocuidado, señalando que no les enseñan los problemas que causa fumar cigarros, beber alcohol y consumir drogas. Tampoco les enseñan que nadie debe tocar las partes íntimas del cuerpo de una persona sin su permiso ni los riesgos de tener relaciones sexuales sin usar protección.

Esperamos que la información presentada en este documento sea utilizada complementariamente para comprender e interpretar mejor los resultados entregados en el [portal web de resultados](#), y contribuya al análisis y reflexión de las y los profesionales del establecimiento, con el fin de que puedan tomar decisiones basadas en evidencia y así propiciar un mejoramiento integral de la calidad de la educación de los y las estudiantes en su comunidad educativa.

> Dimensiones, subdimensiones
y niveles de desarrollo

Indicador
Hábitos de vida saludable



[agenciaeducacion.cl](https://www.agenciaeducacion.cl)