

<https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1380>

Artículos científicos

**Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública
de Lima, Perú**

Psychological Well-Being in Students of a Public University of Lima, Peru

*Bem-estar psicológico em estudantes de uma universidade pública de Lima,
Peru*

Juana Matilde Cuba Sancho

Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

jcubas@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-9803-1571>

Nancy Huamán-Salazar

Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

nhuamans@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0001-5436-3198>

Teresa de Jesús Vivas Durand

Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

tvivasd@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-3614-931X>

Nancy Aida Córdova Chávez

Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú

ncordovac@unmsm.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-2418-2940>

Resumen

El objetivo de este trabajo fue determinar el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. Se trata de un estudio de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo y de corte transversal. La muestra fue de 199 estudiantes; se utilizó un muestreo probabilístico. Se aplicó el cuestionario de la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) de Casullo (2000), cuya confiabilidad se ha demostrado ser alta (un alfa de Cronbach de 0.9). Entre los resultados, del total de estudiantes, 51.76 % presenta un bienestar psicológico adecuado y 48.24 % uno inadecuado. La mayoría de los estudiantes presentan un bienestar psicológico adecuado de manera global, así como particularmente en las dimensiones relacionadas con el establecimiento de vínculos, tener un proyecto de vida y control del entorno; mientras que denotan debilidad en la aceptación de sí mismos, en cuya dimensión más de la mitad de los estudiantes presentan un nivel inadecuado, lo que evidencia que no están conformes con su cuerpo, su forma de ser y sienten que no despiertan simpatía.

Palabras clave: bienestar del estudiante, enseñanza superior, psicología del desarrollo, salud mental.

Abstract

The objective of this study was to determine the psychological well-being of students at a public university in Lima, Peru. This is a quantitative, non-experimental, descriptive and cross-sectional study. The sample consisted of 199 students; a probabilistic sampling was used. The Psychological Well-Being Scale for Young People questionnaire by Casullo (2000), whose reliability has been shown to be high (Cronbach's alpha of 0.9), was applied. Among the results, of the total number of students, 51.76 % present an adequate psychological well-being and 48.24 % an inadequate one. Most of the students present an adequate psychological well-being globally, as well as particularly in the dimensions related to the establishment of bonds, having a life project and control of the environment; while they denote weakness in self-acceptance, in which dimension more than half of the students present an inadequate level, which shows that they are not satisfied with their body, their way of being and feel that they do not arouse sympathy.

Keywords: student well-being, higher education, developmental psychology, mental health.

Resumo

O objetivo deste trabalho foi determinar o bem-estar psicológico em estudantes de uma universidade pública de Lima, Peru. Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, não experimental, descritivo e delineamento transversal. A amostra foi de 199 alunos; foi utilizada uma amostragem probabilística. Foi aplicado o questionário Psychological Well-Being Scale (BIEPS-J) de Casullo (2000), cuja confiabilidade tem se mostrado alta (alfa de Cronbach de 0,9). Dentre os resultados, do total de alunos, 51,76% apresentam um bem-estar psicológico adequado e 48,24% inadequado. A maioria dos alunos apresenta um adequado bem-estar psicológico de forma global, bem como particularmente nas dimensões relacionadas com o estabelecimento de vínculos, ter um projeto de vida e domínio do ambiente; enquanto denotam fragilidade na aceitação de si mesmas, em cuja dimensão mais da metade das alunas apresentam um nível inadequado, o que mostra que não estão satisfeitas com seu corpo, seu jeito de ser e sentem que não despertam simpatia.

Palavras-chave: bem-estar do aluno, ensino superior, psicologia do desenvolvimento, saúde mental.

Fecha Recepción: Junio 2022

Fecha Aceptación: Diciembre 2022

Introducción

La salud es definida como el completo bienestar físico, social y mental. Este último, el bienestar psicológico, es un elemento esencial en el individuo para desarrollar sus capacidades, afrontar las tensiones de la vida, trabajar productivamente y contribuir con la comunidad (García, 2013), así como para desplegar sus potencialidades en la convivencia, trabajo y recreación (Organización Mundial de la Salud [OMS], 17 de junio de 2022). Asimismo, es concebido como una característica relativamente estable y permanente de la persona (Barradas, Sánchez, Guzmán y Balderrama, 2015). Y está determinado por factores genéticos y ambientales que condicionan el bienestar emocional, fundamental para lograr las competencias y expectativas de todo ser humano (Etienne, 2018).

Cuidar la salud mental es igual de valioso que cuidar la dimensión física, entre otras cosas para minimizar el riesgo a presentar tensiones que, de no ser tratadas oportunamente, progresan a trastornos psíquicos. Esto implica mantener el equilibrio de la persona con el ambiente, lo que garantiza su participación en todos los ámbitos de la vida para lograr su

bienestar, el cual alude a una forma positiva de pensar, actuar, expresar emociones y gozar de la vida (Araujo y Savignon, 2018).

El bienestar psicológico como elemento clave de la salud mental ha tenido diferentes conceptualizaciones a lo largo del tiempo. Conceptualmente se originó en los Estados Unidos y se desarrolló con ahínco en las entidades industrializadas (Castillo, 2018). En la actualidad su estudio se enmarca en la psicología positiva, desde donde se ha llegado a un consenso respecto a que el bienestar es un sentimiento de tranquilidad, confort y satisfacción personal.

Históricamente, el estudio del bienestar psicológico ha sido abordado desde dos perspectivas: 1) la hedónica, que está relacionada con el placer, y 2) la eudaimónica, que abarca el desarrollo de capacidades del individuo y la realización de su verdadera naturaleza. Al día de hoy, predomina la visión eudaimónica, caracterizada por rasgos positivos como adecuadas relaciones interpersonales, propósito en la vida, dominio del entorno, autoaceptación, autonomía y desarrollo personal (Flores, Muñoz y Medrano, 2018). Está basada en la teoría humanista de Abraham Maslow, específicamente en la satisfacción de las necesidades sociales, de reconocimiento y autorrealización, que, junto a un sistema de metas congruente y coherente, posibilitan un funcionamiento psicológico sano (Muratori, Zubieta, Ubillos, González y Bobowik, 2015), el cual se construye a través del desarrollo mental de la persona y de la capacidad para relacionar y relacionarse de manera positiva e integrada con las experiencias de vida (Sandoval, Dörner y Véliz, 2017).

Según Martina y Castro (2000), el bienestar psicológico es un ítem positivo que expresa la conexión de la persona consigo misma y su entorno, conexión que favorece su crecimiento como persona y como profesional. Por ello, es importante identificar el bienestar psicológico en la población estudiantil, ya que muchos de quienes la integran están en riesgo de adquirir hábitos que pueden afectar su salud mental y con ello perjudicar su desarrollo personal según reportan (Cassaretto, Martínez y Tavera, 2020). Un estudio acerca del afrontamiento al estrés y bienestar emocional realizado en Perú reporta que estudiantes de la ciudad de Lima tuvieron mayores puntuaciones en autonomía y crecimiento personal en comparación con estudiantes de Huancayo (Matalinares *et al.*, 2017).

Respecto al impacto de los problemas mentales, la OMS (17 de noviembre de 2021) apunta que estos suponen 13 % de la carga mundial de morbilidad en los adolescentes; además, el suicidio destaca como segunda causa de mortalidad en individuos de 15 a 29 años (OMS, 2021). En Latinoamérica, cerca de 15 % del total de este grupo etario sufre de algún trastorno mental (Noticias NCC, 2021). Aún más, durante la crisis de la enfermedad por

coronavirus de 2019 (covid-19), cerca de dos terceras partes de un sondeo a jóvenes latinoamericanos revelaron que tuvieron la necesidad de solicitar apoyo con respecto a su bienestar físico y mental (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [Unicef], 2021).

En el ambiente universitario, al discente le es difícil mantener el equilibrio mental debido a que enfrenta múltiples responsabilidades que generan sobrecarga académica (Cuamba y Zazueta, 2020). En efecto, muchas veces las responsabilidades sobrepasan su capacidad de afrontamiento, lo que produce algún grado de estrés como una respuesta negativa a estas exigencias. Al respecto, diversas investigaciones han demostrado que esto puede provocar la deserción de la carrera, falta de motivación y elevados niveles de ansiedad, angustia, entre otros factores que afectan su rendimiento académico (Ross, Salgado, Fernández y López, 2019).

En la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) se realizó un estudio de salud mental en alumnos del primer año de pregrado y entre los resultados destaca que 21.9 % presentó pensamiento homicida, 18.9 % conducta disocial, 7.5 % intento suicida, 4.8 % alcoholismo, 8.5 % depresión y 3.2 % angustia. Es necesario precisar que según transcurren los años de estudio la prevalencia de afecciones mentales fue mayor (Perales *et al.*, 2019).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) advierte la urgencia de promocionar la salud mental en los jóvenes. Y atendiendo a ese llamado, el Perú cuenta con la Política Nacional Multisectorial para los Adolescentes (*El Peruano*, 25 de junio de 2021) y el compromiso de adoptar medidas que mejoren la salud mental. En las universidades peruanas, la Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria promueve la salud mental positiva y la cultura de paz. Los profesionales de la salud no solo deben poseer las competencias requeridas para trabajar con la persona, familia y comunidad en contextos complejos, cambiantes y en situaciones críticas, sino que también es deseable que tengan el bienestar psicológico que posibilite comprender sin prejuicio a las personas y brindar un cuidado de calidad.

Tomando en cuenta lo dicho hasta aquí, es pertinente investigar el bienestar psicológico en los estudiantes a fin de plantear, desde la universidad, proyectos que respondan a necesidades reales; de contribuir a que los estudiantes le encuentre sentido a la vida y autorrealización (Delgado, Oyanguren, Reyes, Zegarra y Cueva, 2021); de disminuir la aparición de patologías físicas, psicológicas y sociales que tienen un alto costo personal, familiar e institucional; de adoptar políticas educativas que brinden apoyo en los estudiantes

con resultados inadecuados (Zubieta y Delfino, 2010). Por todo ello, el objetivo de este estudio fue determinar el bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima.

Materiales y métodos

La presente es una investigación de enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal (Hernández y Mendoza, 2018). La población fue de 389 alumnos del internado de las cinco escuelas profesionales de la Facultad de Medicina de la UNMSM. Se utilizó la fórmula de proporciones para población finita, con un nivel de confianza $Z = 95\%$ (1.96) y un error de 10%. Por lo tanto, el tamaño de la muestra fue de 199 estudiantes. El muestreo fue probabilístico aleatorio estratificado (ver tabla 1). Cada escuela fue considerada como un estrato, esto permitió una mayor precisión y representatividad en la muestra. Asimismo, se siguieron los criterios de inclusión de ser estudiantes del internado, que realicen práctica preprofesional y de matrícula regular.

Tabla 1. Distribución muestral de los estudiantes según escuelas profesionales de la UNMSM, enero de 2020

Escuela profesional	Total	Muestra
Medicina	154	69
Enfermería	65	52
Nutrición	55	21
Obstetricia	55	42
Tecnología Médica	60	15
Total	389	199

Fuente: Elaboración propia

Las escuelas profesionales que participaron fueron Medicina (con 154 alumnos), Enfermería (65), Nutrición (55), Obstetricia (55), Tecnología Médica (60), cuyo total de estudiantes fue 389 estudiantes. La muestra se distribuyó de la siguiente forma: Medicina = 69, Enfermería = 52, Nutrición = 21, Obstetricia = 42 y Tecnología Médica = 15, lo que da un total de 199 alumnos y alumnas.

La técnica empleada fue la encuesta. El instrumento, la Escala de Bienestar Psicológico para Jóvenes (BIEPS-J) desarrollada por Martina y Castro (2000) en Argentina,

fue validado para ser aplicado en el Perú por Martínez y Morote en el 2001 (citados Mamani, 2018), quienes encontraron una adecuada confiabilidad (alfa de Cronbach de 0.57 y una correlación de ítem-test superior a 0.2). Además, la propia Mamani (2018) validó el instrumento con 384 estudiantes de las facultades de ciencias de la salud e ingeniería de una universidad privada de Lima: obtuvo un alpha de Cronbach de 0.86 a nivel global y por dimensiones obtuvo lo siguiente: Control = 0.69, Vínculos = 0.72, Proyectos = 0.71 y Aceptación = 0.56.

El instrumento incluye cuatro dimensiones y un total de 13 ítems: Aceptación (tres preguntas), Vínculos (cuatro preguntas), Control (cuatro preguntas) y Proyectos (dos preguntas). Las opciones de respuesta se presentaron en una escala tipo Likert de tres puntos, donde 1 = Desacuerdo, 2 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo y 3 = De acuerdo, de manera que a mayor puntaje mayor bienestar psicológico. Adicionalmente, para este estudio se encontró una adecuada confiabilidad (coeficiente alfa de Cronbach global de 0.9; por dimensiones: Control = 0.72, Vínculos = 0.84, Proyectos = 0.9 y Aceptación = 0.86, y una correlación de ítem-test superior a 0.2).

Para la recolección de datos, se solicitó la autorización de los directores de cada escuela, luego se coordinó con cada uno de los docentes responsables del internado por carrera. La fecha de aplicación de la encuesta se estableció para el día que tenían programada la reunión mensual de cambio de rotación con todos los estudiantes. Previo a la aplicación del instrumento se solicitó la firma de consentimiento informado de los estudiantes matriculados que, de acuerdo con la tabla de números aleatorios, fueron elegidos y a los que se les pidió quedarse para desarrollar la encuesta. Se les explicó el propósito de la investigación, que su participación era voluntaria, anónima y que los datos solo se utilizarían para fines de este estudio. La encuesta tuvo una duración promedio de 20 minutos.

El estudio fue revisado y aprobado por el Comité de Ética de la Facultad de Medicina de la UNMSM.

Los datos fueron analizados usando el *software* SPSS versión 22. Se utilizó la estadística descriptiva con promedio y desviaciones estándar para los puntajes ordinales, por presentar coeficientes de variación próximos a 0.20. Se realizó un análisis exploratorio que permitió evaluar los componentes del bienestar psicológico. Para optimizar la variabilidad de la escala se seleccionaron los puntajes de cada dimensión para ingresar en el modelo factorial. Posteriormente se efectuaron las comparaciones de los puntajes de la escala de bienestar y los puntajes factoriales con la prueba de análisis de varianza (Anova) y

comparaciones *post hoc* múltiples con la prueba de Scheffé. Se consideraron significativos valores *p* menores de 0.05.

Resultados

En relación con el género, de 199 (100 %), 70 (85 %) eran mujeres y 29.15 % varones. En cuanto a las edades, 66.83 % tenía entre 24 a 26 años, 22.11 % 21 a 23 años, 9.05 % era mayor de 27 años y 2.01 % tenía entre 18 a 20 años. Respecto al lugar de procedencia: 84.42 % era de costa, 13.56 % de sierra y 2.01 % de selva; 39.69 % vivían en Lima Este, 20.10 % en Lima Norte, 17.08 % en Lima Metropolitana, 13.06 % en Lima Sur y 10.05 % en Lima Oeste. Además, 68.34 % vivían al momento de la encuesta con sus padres, 11.06 % solo con su mamá y 7.03 % solos. Por último, 79.30 % eran católicos, 10.55 % evangélicos, 6.53 % ateos y 3.51 % otras religiones.

Respecto al bienestar psicológico, se encontró que del total, el 51.76 % fue adecuado y 48.24 % inadecuado (tabla 2).

Tabla 2. Bienestar psicológico en estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú.

Enero, 2020

Bienestar psicológico	Núm.	%
Inadecuado	96	48.24
Adecuado	103	51.76
Total	199	100

Fuente: Elaboración propia

De manera exploratoria, se evaluaron los puntajes de las dimensiones en los componentes factoriales de los alumnos. En la tabla 3 se observa que para el componente Vínculos sociales y Aceptación de sí mismo no existen diferencias significativas, sin embargo, se observan diferencias del componente Proyecto de vida y Control de situaciones entre las escuelas (*p* valor < 0.001, Anova)

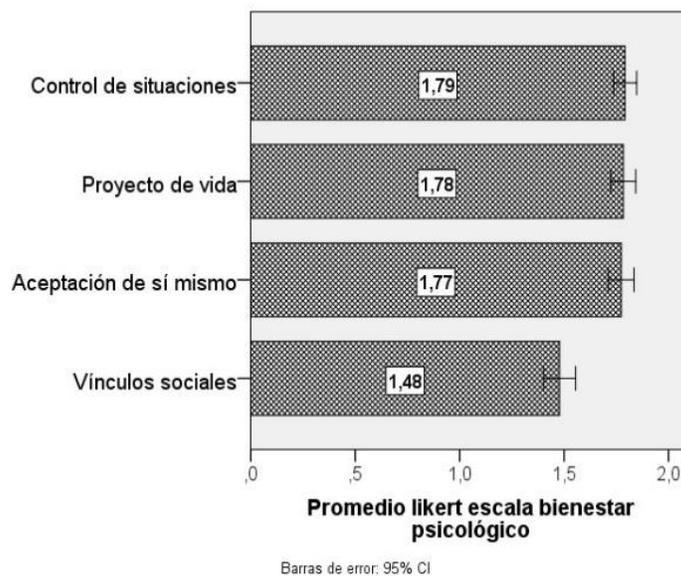
Tabla 3. Dimensiones rotadas del BIEPS aplicado a estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. Enero, 2020

	Componente 1	Componente 2
Vínculos sociales	0.78	0.19
Proyecto de vida	-0.03	0.87
Control de situaciones	0.27	0.75
Aceptación de sí mismo	0.85	0.01

Fuente: Elaboración propia

Al calcular el promedio de bienestar psicológico se observaron mayores puntajes para la dimensión Control de situaciones, seguido por Proyecto de vida y Aceptación de sí mismo, y el de menos puntaje fue Vínculos sociales (ver figura 1).

Figura 1. Puntajes Likert promedio de las dimensiones del BIEPS-J aplicado a estudiantes de una universidad pública de Lima, Perú. Enero, 2020



Fuente: Elaboración propia

Análisis factorial exploratorio

En relación con el análisis factorial exploratorio, se extrajeron dos factores con autovalores mayores a uno. La matriz fue rotada con el método varimax. La adecuación general, según la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin, obtuvo un valor de 0.934. El valor P de la prueba de Bartlett fue inferior a 0.001, lo que indica un análisis factorial adecuado. Los elementos de cada componente tienen una carga factorial superior a 0.5 (tabla 3). Al componente uno lo denominaremos *Vínculos sociales y aceptación de sí mismo*, el cual explica 42.6 % de la varianza, y al componente dos *Proyecto de vida y control de situaciones*, el cual explica 26.1 % de la varianza.

Respecto al bienestar psicológico en las escuelas profesionales, en la tabla 4, según el Anova de modo global, se observan diferencias significativas ($p < 0.001$). En el análisis *post hoc* con la prueba de Scheffé, solo se identifican diferencias significativas de los estudiantes de Medicina con los de Nutrición (p valor = 0.014) y Obstetricia (p valor = 0.001). Dichas diferencias se visualizan en la figura 2.

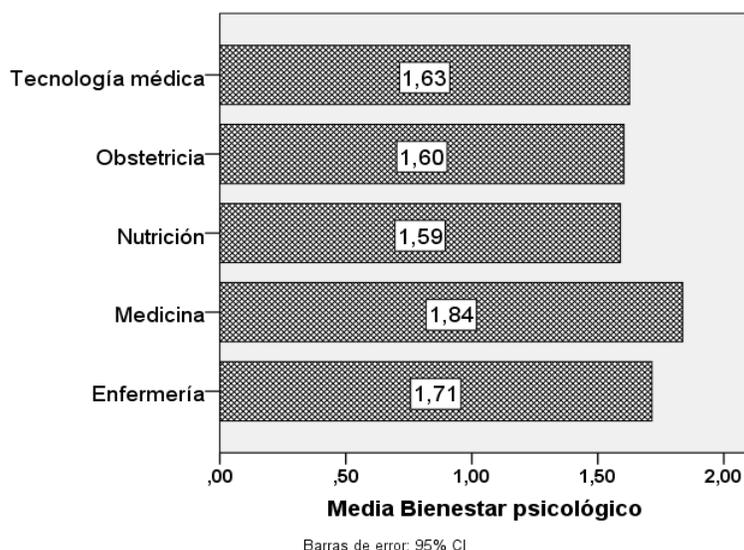
Tabla 4. Puntajes Likert promedio del BIEPS-J según escuela profesional

Escuela profesional	Promedio	DE
Enfermería	1.71	0.29
Medicina	1.84	0.19
Tecnología Médica	1.63	0.17
Obstetricia	1.60	0.36
Nutrición	1.59	0.34
Total	1.71	0.29

Fuente: Elaboración propia

Al calcular los promedios de bienestar psicológico según escuela profesional se observa que el mayor puntaje corresponde a medicina, seguido de Enfermería, Tecnología Médica, Obstetricia y el menor puntaje corresponde a nutrición.

Figura 2. Puntajes Likert promedio del BIEPS-J según escuela profesional



Fuente: Elaboración propia

Asimismo, en los puntajes factoriales promedios según escuelas se evidencia que la escuela de Medicina presenta puntajes más altos (tabla 5). En la comparación análisis *post hoc* con la prueba de Scheffé, la escuela de Medicina presenta promedio más altos que la escuela de Nutrición (valor $p < 0.001$), Obstetricia (valor $p = 0.009$) y Tecnología Médica (valor $p = 0.02$); y la escuela de Enfermería promedios más altos que la escuela de Nutrición (valor $p = 0.035$).

Tabla 5. Puntajes factoriales promedios del componente proyecto de vida y control de situaciones según escuela profesional

Escuela	Promedio	D.E
Medicina	0.44	0.445
Enfermería	0.04	0.849
Obstetricia	-0.24	1.323
Tecnología Médica	-0.47	1.079
Nutrición	-0.74	1.207

Fuente: Elaboración propia

Discusión

El bienestar psicológico es positivo cuando el individuo acepta su estructura de personalidad como un todo y es consciente de sus fortalezas y debilidades, considera las decisiones pasadas como una elección y oportunidad de desarrollo y toma en cuenta las interacciones entre personas basadas en la confianza, además del altruismo.

Los hallazgos evidencian que más de la mitad de discentes de las cinco escuelas profesionales de salud presentan un bienestar psicológico adecuado a nivel global (tabla 2). Por su naturaleza subjetiva, está estrechamente ligado a aspectos físicos, mentales y sociales, además de que tiene una relación significativa con la resiliencia. De acuerdo con Vásquez, Hervás, Rahona y Gómez (2009), permite gozar de mejor manera la vida y de resistir al dolor, al desencanto y la pena, así como poseer una mayor convicción de la dignidad propia y de las personas alrededor; en suma, de estar en condiciones de hacer frente a los retos y desafíos que le universidad les impone a los estudiantes para lograr sus objetivos. Estudios relacionados en poblaciones con otras características evidencian niveles de bienestar psicológico en su mayoría medio y en su minoría alto (Escudero, 2018; Mamani, 2018), similares a los resultados encontrados en la presente investigación, por lo que es necesario plantear otras pesquisas con poblaciones similares a la estudiada.

El bienestar psicológico se abordó aquí desde cuatro dimensiones (tabla 3) (figura 1). Sin duda es un elemento que constituye una señal positiva entre el vínculo de una persona consigo misma y el entorno que la rodea, tiene en cuenta trazas de valor y emotividades que, fusionadas, se proyectan en el futuro y dan sentido a la vida (Cuadra, Cáceres y Guerrero 2016; Oramas, Del Castillo y Vergara, 2017). En relación con Vínculos sociales, a pesar de ser la dimensión con menor puntaje, la mayoría de los discentes establecen vínculos intrapersonales e interpersonales adecuados, siendo el indicador de llevarse bien con las demás personas el que obtiene la más alta puntuación; esto indica que establecen relaciones interpersonales cálidas, satisfactorias, confiables y de ayuda mutua. Estos hallazgos difieren con lo reportado por Sandoval *et al.* (2017), quienes encontraron que cerca de la mitad de los discentes presentan relaciones positivas con nivel bajo, lo que podría limitar su naturaleza social como ser humano. No obstante, existe una cuarta parte de la población estudiada que establece vínculos intrapersonales e interpersonales inadecuados, lo cual constituye una debilidad debido a que el personal sanitario trabaja en interacción constante con los miembros del equipo y los usuarios del servicio de salud. Desde esta perspectiva, la estrecha relación

con el otro puede producir un alto desgaste psicológico, por la complejidad de cada ser humano; por ello, es fundamental que en la formación universitaria se fortalezca esta área con la intención de desplegar acciones que fomenten el desarrollo de sus capacidades y que les permitan establecer una relación empática, de confianza, respeto y trabajo en equipo.

Respecto al Proyecto de vida, destaca la claridad de los participantes respecto a sus metas y al sentimiento de desarrollo continuo; resultados que son similares a los encontrados por Ross *et al.* (2019), en cuya investigación la mayoría de discentes presentó un alto nivel en el aspecto de propósito de vida. En la misma línea se encuentra el estudio de Tello (2018), en el cual una cantidad de estudiantes presentó un alto nivel. Cabe señalar que este tipo de investigaciones se enmarcan en la corriente de la psicología positiva y que “tienen el propósito de contribuir a una comprensión científica más completa y equilibrada de la experiencia humana y transmitir lecciones valiosas acerca de cómo construir una vida feliz, saludable, productiva y significativa” (Park, Peterson y Sun, 2013, p. 11). Aun con todo, volviendo a la dimensión en turno, un buen porcentaje de estudiantes tienen una percepción inadecuada, por lo que se constituye en un punto de partida para emprender estudios que profundicen los factores que inciden en ese estado de bienestar de proyecto de vida.

Referente a Control de situaciones, los resultados indican un nivel adecuado, es decir, se hacen cargo de sus acciones, aceptan sus errores y tratan de mejorar, así como admiten cuando algo les sale mal, los hallazgos denotan similitud con los de Cruz *et al.* (2020). Estos resultados podrían deberse a que los más altos puntajes para el ingreso a la universidad son los de las carreras de salud, especialmente medicina, esto es, existe una alta selectividad en los ingresantes, lo que puede constituirse como una fortaleza, porque impulsa a los postulantes a aprender de sus errores; no obstante, una minoría de estudiantes denota bienestar inadecuado en esta dimensión, por lo que es importante que este se desarrolle durante la formación profesional.

En relación con la dimensión Aceptación de sí mismos, los puntajes de los participantes indican una aceptación inadecuada, siendo más marcada en los ítems vinculados con no estar conformes con su cuerpo, su forma de ser y percibir que no le caen bien a la gente. La aceptación se caracteriza por que el individuo realiza una autoevaluación positiva de sí mismo, de las diferentes esferas del yo, de su vida pasada que incluye por supuesto las cualidades y debilidades (García, 2013). Estudios realizados reportan que un clima universitario positivo favorece la autoaceptación y la aceptación de los otros, lo que contribuye a tomar decisiones apropiadas y a tener un mejor control de la vida. Al respecto,

Silva y Mejía (2015) señalan que las situaciones controladas por los estudiantes se ven favorecidas por un clima positivo, lo que mejora la autoestima y el rendimiento académico (Pendones, Flores, Espino y Durán, 2021). Es importante destacar que la aceptación de sí mismo es un pilar de la autoestima. Y de acuerdo con Branden (2011, citado en Espinoza, 2021), implica ejercerla en la cotidianidad de la vida, lo que va a supeditar algunas adecuaciones psicológicas y sociales de la persona.

Por último, si analizamos los datos obtenidos según escuelas profesionales (tabla 4) (figura 2), los participantes de Medicina y Enfermería denotan un bienestar adecuado, mientras que los de Obstetricia, Nutrición y Tecnología Médica, uno inadecuado. Además, según dimensiones, existen diferencias significativas en Proyecto de vida y Control de situaciones en lo que refiere a los de Medicina y Enfermería (tabla 5), pero los de Nutrición y Medicina tienen mayor puntaje en Aceptación a sí mismos. No se han encontrado estudios similares en estudiantes del área de la salud; solamente el de Escudero (2018), que reporta que cerca de la mitad de los estudiantes de psicología de su muestra presentan un nivel medio de bienestar. Por ello, es necesario abordar estudios similares que involucren a estudiantes de ciencias de la salud, por sus competencias, compromiso y vocación de servicio a la población.

Conclusiones

La mayoría de los estudiantes universitarios del área de salud presentan un bienestar psicológico adecuado, lo que podría influir en sus relaciones sociales, en su crecimiento personal y en el rendimiento académico.

Los estudiantes universitarios en su mayoría presentan un nivel adecuado en relación con el establecimiento de vínculos, tener un proyecto de vida y control del entorno, sin embargo, más de la mitad de estudiantes tienen un nivel inadecuado en la dimensión Aceptación, que está relacionado con que no están conformes con el cuerpo que tienen, no le caen bien a la gente y que no están conformes con su forma de ser, lo cual influye en su autoestima y rendimiento académico.

Los estudiantes universitarios en su mayoría presentan bienestar psicológico inadecuado en las escuelas de Tecnología Médica, Nutrición y Obstetricia, y bienestar psicológico adecuado en las escuelas de Medicina y Enfermería.

Una de las limitaciones del presente estudio fue que no se han encontrado muchos trabajos previos que permitan realizar otras comparaciones.

Futuras líneas de investigación

Se recomienda desarrollar la línea de investigación de bienestar estudiantil, y realizar investigaciones cuali-cuantitativas que abarquen los factores que influyen en el bienestar psicológico del estudiante, así como intervenciones psicoeducativas que fortalezcan su autoaceptación.

Referencias

- Araujo, V. y Savignon, D. (2018). Bienestar psicológico en estudiantes repitentes de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. *Revista Cubana Educación Superior*, 2, 178-188. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rces/v37n2/rces14218.pdf>.
1. Barradas, M., Sánchez, J., Guzmán, M. y Balderrama J. (2015). Factores de salud mental positiva en estudiantes de psicología universidad veracruzana. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 1(1), 138-150. Recuperado de <http://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/19>.
- Cassaretto, M., Martínez, P. y Tavera, M. (2020). Aproximación a la salud y bienestar en estudiantes universitarios: Importancia de las variables sociodemográficas, académicas y conductuales. *Revista de Psicología*, 38(2), 499-528. Recuperado de <https://doi.org/10.18800/psico.202002.006>.
- Castillo, M. (2018). *Relación entre el clima social laboral, afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de tratamiento del Establecimiento Penitenciario de Lurigancho*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/9783>.
- Cruz Xenos, M. M., Martínez Debs, L., Lorenzo Ruiz, A., & Fernández Vega, D. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes de la Universidad de La Habana. *Wimb Lu*, 15(2), 69-93. Recuperado de <https://doi.org/10.15517/wl.v15i2.44086>
- Cuadra, A., Medina, E. y Salazar, K. (2016). Relación de bienestar psicológico, apoyo social, estado de salud física y mental con calidad de vida en adultos mayores de la ciudad

- de Arica. Límite. *Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 11(35), 56-67. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/836/83646545005.pdf>.
- Cuamba, N. y Zazueta, N. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 71-94. Recuperado de <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.351>.
- Delgado, A., Oyanguren, N., Reyes, A., Zegarra, A. y Cueva, M. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y Representaciones*, 9(3). Recuperado de <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>.
- Diario, El Peruano, 25 de junio de 2021) Decreto Supremo que aprueba la Política Nacional Multisectorial para las Niñas, Niños y Adolescentes al 2030. Recuperado de <https://busquedas.elperuano.pe/download/url/decreto-supremo-que-aprueba-la-politica-nacional-multisector-decreto-supremo-no-008-2021-mimp-1966624-1>.
- Escudero, J. C. (2018). *Espiritualidad y religiosidad en relación con el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de dos universidades de Lima Metropolitana*. (Tesis de magíster). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima. Recuperado de http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/9866/Escudero_nj.pdf?sequence=3&isAllowed=y.
- Espinoza, O. (2021). *Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de la escuela de Tecnología Médica de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. (Tesis de maestría). Universidad Privada Norbert Wiener. Recuperado de <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5722>.
- Etienne, C. (2018). Salud mental como componente de la salud universal. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 42. Recuperado de <https://doi.org/10.26633/RPSP.2018.140>.
- Flores, P. E., Muñoz, R. y Medrano, L. A. (2018). Concepciones de la felicidad y su relación con el bienestar subjetivo: un estudio mediante redes semánticas naturales. *Liberabit*, 24(1), 115-130. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/686/68656777008/html/>.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [Unicef]. (2021). El impacto del COVID-19 en la salud mental de adolescentes y jóvenes. Recuperado de <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>.

- García, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud & Sociedad*, 4(1), 48-58. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0718-74752013000100004&lng=pt&nrm=iso&tlng=es.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas: cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill educación. <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>
- Mamani, B. (2018). *Bienestar psicológico, satisfacción familiar y espiritualidad en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima.
- Martina, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 18(1), 35-68. Recuperado de <https://doi.org/10.18800/psico.200001.002>.
- Matalinares, M., Díaz, G., Arenas, C., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J. y Yaringaño, J. (2017). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Revista de Investigación en Psicología*, 19(2), 123-143. Recuperado de <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12894>.
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L. y Bobowik, M. (2015). felicidad y bienestar psicológico: estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhé*, 24(2), 1-18. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.7764/psykhe.24.2.900>.
- Noticias NCC. (2021). Los trastornos mentales afectan a millones de adolescentes en Latinoamérica. *Noticiero Científico y Cultural Iberoamericano*. Recuperado de <https://noticiasncc.com/cartelera/articulos-o-noticias/11/15/los-trastornos-mentales-afectan-a-millones-de-adolescentes-en-latinoamerica/>.
- Oramas, A., Del Castillo, N. y Vergara, A. (2017). Dos modos de vinculación con el trabajo: compromiso (work engagement) y adicción. Relación con bienestar físico y psicológico. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 18(3), 23-34. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77898>.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (17 de noviembre de 2021). Salud mental del adolescente. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.

- Park, N., Peterson, C. y Sun, J. (2013). La psicología positiva: investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31(1), 11-19. Recuperado de <https://doi.org/10.4067/S0718-48082013000100002>.
- Pendones, J. Á., Flores, Y., Espino, G. y Durán, F. A. (2021). Autoconcepto, autoestima, motivación y su influencia en el desempeño académico. Caso: alumnos de la carrera de Contador Público. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(23). Recuperado de <https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1008>.
- Perales, A., Izaguirre, M., Sánchez, E., Barahona, L., Martina, M., Amemiya, I., Delgado, A., Domínguez, I., Pinto, M., Cuadros, R. y Padilla, A. (2019). Salud mental en estudiantes de pregrado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 443-50. Recuperado de <http://dev.scielo.org.pe/pdf/afm/v80n4/a06v80n4.pdf>.
- Ross, G., Salgado, K., Fernández, M. y López, M. (2019). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia*, 8(51), 58-63. Recuperado de <http://www.educacionyciencia.org/index.php/educacionyciencia/article/view/492>.
- Sandoval, S., Dorner, A. y Véliz, A. (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 6(24), 260-266. Recuperado de <https://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v6n24/2007-5057-iem-6-24-00260.pdf>.
- Silva, I. y Mejía, O. (2015). Autoestima, adolescencia y pedagogía. *Revista Electrónica Educare*, 19(1), 241-256. Recuperado de <https://doi.org/10.15359/ree.19-1.13>.
- Silva, M., López, J. y Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia: de la Universidad Autónoma de Aguascalientes*, 28(79), 75-83. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7689029>
- Tello, J. (2018). *Calidad de vida y bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad nacional de Lima Metropolitana*. (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Federico Villarreal. Recuperado de <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2260>.
- Vásquez, C., Hervás, G., Rahona, J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28. Recuperado de https://www.academia.edu/22289129/Bienestar_psicol%C3%B3gico_y_salud_Aportaciones_desde_la_Psicolog%C3%ADa_Positiva.

Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de investigaciones*, 17, 277-283. Recuperado de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1851-16862010000100027&lng=es&nrm=iso&tlng=es.

Rol de Contribución	Autor (es)
Conceptualización	Dra. Nancy Huamán Salazar (Principal) , Mg. Juana Cuba Sancho (apoyo), Mg. Teresa vivas Durand (apoyo)
Metodología	Dra. Nancy Huamán Salazar (Principal)
Software	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal) , Mg. Teresa vivas Durand (principal).
Validación	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal) , Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Análisis Formal	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Investigación	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Recursos	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Curación de datos	Dra. Nancy Huamán Salazar (Principal), Mg. Juana Cuba Sancho (Principal), Mg. Teresa vivas Durand (Principal)
Escritura - Preparación del borrador original	Dra. Nancy Huamán Salazar (Principal), Mg. Juana Cuba Sancho (Principal), Mg. Teresa vivas Durand (Principal)
Escritura - Revisión y edición	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Visualización	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).
Supervisión	Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Dra. Nancy Huamán Salazar (apoyo)
Administración de Proyectos	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal),
Adquisición de fondos	Dra. Nancy Huamán Salazar (principal), Mg. Juana Cuba Sancho (principal), Mg. Teresa vivas Durand (principal), Lic. Nancy Córdova (principal).