

El bienestar psicológico en estudiantes universitarios de carreras pedagógicas

Psychological well-being in university students of pedagogical careers

Yalenis Orfila Obregón¹ (yoobregon@uclv.cu) (<https://orcid.org/0000-0002-7619-6033>)

Maydell Pérez Inerárity² (maydell@uclv.cu) (<https://orcid.org/0000-0002-5581-2263>)

Resumen

El bienestar psicológico centra su interés en el desarrollo personal, en el estilo y manera de afrontar los retos vitales, y en el esfuerzo de los individuos por conseguir sus metas. En este artículo se tiene como objetivo investigar la producción científica existente sobre el bienestar psicológico en estudiantes universitarios. Se revisaron artículos de revistas indizadas en las bases de datos Scopus, SciELO y Redalyc, publicados en el periodo entre 2017 y 2022. Para la búsqueda y tratamiento de los datos se priorizó el análisis de contenido de artículos originales y revisiones sistemáticas. Entre los principales hallazgos se encontraron estudios relacionados con diagnósticos y propuestas de intervención para su promoción en instituciones de salud y socio comunitarias, además en el contexto educativo se destacan propuestas de diseños y estrategias educativas para la evaluación y promoción del bienestar en estudiantes universitarios. Los estudios evidenciaron que el bienestar psicológico no es ajeno a estudiantes que cursan carreras pedagógicas, ya que el Modelo General del Profesional de la Educación responde a la profesión de educador y requieren competencias generales y específicas para las cuales la orientación y el apoyo psicológico son útiles para garantizar su bienestar psicológico teniendo en cuenta su futuro desempeño profesional; además de la necesidad de desarrollar estrategias psicoeducativas para su estimulación desde un enfoque preventivo para jóvenes sanos.

Palabras clave: estimulación, bienestar psicológico, estudiantes universitarios.

Abstract

Psychological well-being focuses its interest on personal development, on the style and way of facing life challenges, and on the efforts of individuals to achieve their goals. The aim of this article is to investigate the existing scientific production on psychological well-being in university students. Articles from journals indexed in the Scopus, SciELO and Redalyc databases, published in the period between 2017 and 2022, were reviewed. For the search and data processing, content analysis of original articles and systematic reviews was prioritized. Among the main findings were found studies related to diagnoses and intervention proposals for its promotion in health and socio-community institutions, in addition, in the educational context, proposals for educational designs and strategies for the evaluation and promotion of well-being in university students

¹ Máster en Ciencias de la Educación. Especialista de docencia en Psicopedagogía. Profesora Asistente de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Villa Clara, Cuba.

² Doctora en Ciencias de la Educación. Máster en Ciencias de la Educación. Especialista de docencia en Psicopedagogía. Profesora Titular de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Villa Clara, Cuba.

stand out. The studies showed that psychological wellbeing is not alien to students pursuing pedagogical careers, since the General Model of the Education Professional responds to the profession of educator and they require general and specific competencies for which psychological guidance and support are useful to guarantee their psychological wellbeing taking into account their future professional performance; besides the need to develop psychoeducational strategies for their stimulation from a preventive approach for healthy young people.

Key words: stimulation, psychological well-being, university students.

Introducción

El bienestar psicológico ha sido estudiado por varios autores como Arroyo (2020), Maldonado (2018), Solórzano-Conzález (2019), Delgado y Tejeda (2020), Núñez (2019), Collas y Cuzcano (2019), Ruiz (2019), Tello (2018), Elera (2018), Téllez (2020), Este expresa el sentir positivo y el pensar del ser humano acerca de sí mismo, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social como tener buena salud, estabilidad económica y estar a gusto con uno mismo. También está relacionado con afrontar los retos y actividades diarias de forma positiva, desarrollar nuestras capacidades y crecer como personas.

Posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo; ambos estrechamente vinculados entre sí y muy influidos por la personalidad como sistema de interacciones complejas, y por las circunstancias medioambientales, especialmente las más estables.

Carlis y Massa (2007) y González *et al* (2002) plantean que contribuir al desarrollo de la salud mental constituye una tarea prioritaria dentro del Sistema de Educación Superior. Estimular la elaboración e implementación de políticas de bienestar universitario que fomenten la salud mental y el desarrollo personal de sus miembros repercute directamente en el estado de satisfacción y la excelencia de la labor que se desarrolla desde estos centros.

De acuerdo a Chacón *et al* (2017), el período universitario viene marcado por el inicio de los estudios superiores. Esta etapa supone diversidad de cambios en el estilo de vida e incluye la configuración de relaciones sociales novedosas, la emancipación familiar, inmersión en entramados académicos diferentes o tener que vivir de modo autosuficiente. En este sentido González *et al* (2017) establecen que la percepción de los estudiantes universitarios sobre su calidad de vida resulta un elemento sustancial en la configuración de su bienestar subjetivo, el cual resulta esencial en la configuración de su personalidad.

Según Chapoñan (2022)

...los estudiantes de educación superior no sólo deben formarse en conocimientos técnicos relacionados a su carrera profesional sino también, se debe potenciar su

desarrollo desde un enfoque biopsicosocial que les permitirá hacer frente a los retos que la sociedad exige, por tanto, un gran paso es identificar el nivel de bienestar psicológico existente en dicha población. Asimismo, a partir de los resultados obtenidos, la institución puede diseñar y ejecutar programas de promoción, así como de prevención psicoeducativa dirigidos a incrementar el nivel de bienestar psicológico en sus estudiantes. Así también, profundiza el área de la psicología positiva, fortalece el campo del método científico y contribuye con la comunidad lectora, así como con posteriores investigadores interesados en realizar trabajos aplicativos sobre el constructo en beneficio de la población. (p. 8)

Entre los trabajos más relevantes se destacan los estudios de diferentes autores que han investigado sobre el tema, como el de Aknin *et al* (2013) y el de Blanco y Díaz (2005), los que configuran el concepto bienestar social, el cual se basa en el significado que se le otorga a las circunstancias vivenciales de cada individuo en la sociedad, así como al funcionamiento del mismo dentro de ella, configurando cinco grandes dimensiones: integración social, referida a la calidad de las relaciones sociales; aceptación social, asociada al sentimiento de pertenencia a grupos sociales establecidos; contribución social, dimensión que concreta la capacidad del sujeto para la organización y realización de acciones con objetivos sociales; actualización social, referida al dinamismo que presenta la sociedad y sus instituciones y la confianza depositada en las mismas; y coherencia social, relacionada con la capacidad de entender la dinámica social, así como la preocupación por comprender lo que sucede en la sociedad.

De acuerdo a Cruz *et al* (2017), diferentes autores señalan que el bienestar se ha investigado desde concepciones hedónica y eudaimónica. Él considera que no deben confundirse percepciones del bienestar con la existencia de este porque son concepciones diferentes y contrapuestas del fenómeno, que han sido, históricamente interpretadas, como dos tipos de bienestar, dos concepciones que pertenecen a un único proceso. Tales corrientes ven asociado el bienestar a factores diferentes, particularidad que ha marcado las teorías posteriores hasta la modernidad, así, se asocia el bienestar al predominio de emociones positivas sobre negativas, a satisfacción con la vida (una buena vida) o al logro de metas y propósitos y al desarrollo de potencialidades, el vivir acorde a principios (una vida de bien).

Autores como Actis (2017) han realizado acciones desde los contextos comunitarios y de salud sobre la estimulación del bienestar. Pero, aún son escasas las contribuciones sobre la estimulación del bienestar en instituciones educativas, de acuerdo a Chacón *et al* (2020).

En el primer encuentro de la Sociedad Cubana Multidisciplinaria para el Estudio de la Sexualidad (SOCUMES), Arés (2018) se refirió a los grandes desafíos que tienen las ciencias sociales latinoamericanas y cubanas en fomentar modelos alternativos al bienestar y la felicidad. Además ella aborda las definiciones de la felicidad y el bienestar en las realidades actuales, la cultura del exceso y su relación con la felicidad y el bienestar, la familia, la felicidad de cubanas y cubanos y los saboteadores

psicólogos de estas categorías. Ideas parecidas a la de Arés (2018) también pueden ser encontradas en Téllez (2020).

En el contexto educativo se destacan autores como Fernández *et al* (2016), los cuales han propuesto diseño y estrategias educativas para la evaluación y promoción del bienestar en estudiantes universitarios desde el Centro de Bienestar Universitario de la UCLV “Marta Abreu”. Sin embargo, hasta la fecha no existen suficientes datos disponibles acerca de la estimulación del bienestar psicológico en estudiantes que cursan carreras pedagógicas.

El Modelo General del Profesional de la Educación responde a la profesión de educador, que se despliega en una estructura de carreras pedagógicas que prepara a los profesionales para los diferentes tipos de niveles educativos. Dado que se trata de una profesión, existen elementos comunes a todas las carreras pedagógicas en cuanto al ideal educativo, las características de la profesión, las instituciones educativas, los problemas profesionales y las funciones profesionales pedagógicas.

Las demandas de la formación de estos profesionales son altas en tanto se requieren competencias generales y específicas para las cuales la orientación y el apoyo psicológico son útiles para garantizar su bienestar psicológico. La consulta bibliográfica y a especialistas en el tema, así como la experiencia de trabajo en el proceso de formación de los futuros profesionales de la educación desde la Formación Pedagógica General, permiten identificar la situación problemática siguiente: existen insuficiencias en la estimulación del bienestar psicológico de los estudiantes que cursan carreras pedagógicas de la UCLV Marta Abreu de las Villas, Sede “Félix Varela”.

De ahí que se propuso como objetivo de la presente investigación revisar la producción bibliográfica e investigativa desarrollada sobre el estudio del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios.

Materiales y métodos

Para ello, se realizó un estudio de localización y revisión que incluyó una producción bibliográfica e investigativa desarrollada sobre el estudio del bienestar psicológico, específicamente en los estudiantes universitarios. Para ello se consultaron bases de datos digitales como: Scopus, SciELO y Redalyc, en el período entre 2017 y 2022. La búsqueda permitió seleccionar los documentos primarios más relevantes. Se eligieron fundamentalmente artículos de las revistas indizadas. Una vez recolectada la información, se efectuó una lectura para decidir si el documento se incluía o se descartaba. Cada documento recopilado se archivó en formato PDF y se realizó un resumen de los elementos más importantes en cada uno de ellos.

Resultados y discusión

Según Sandoval (2017, como se citó en Rodríguez y Sánchez, 2022), “el bienestar psicológico se forma mientras se produce el desarrollo psicológico del individuo, dependiendo de la manera cómo afronta las experiencias diversas” (p.5).

Asimismo, como señala Barrera *et al* (2019, como se citó en Rodríguez y Sánchez, 2022) ,“es posible afirmar que el bienestar psicológico es la evaluación que un individuo realiza acerca de su vida en áreas específicas, lo cual depende de las emociones involucradas en las experiencias que ha tenido en estas” (p.5).

De acuerdo a Carrera (2018), el bienestar psicológico se sostiene en un contexto sociocultural determinado, por lo cual inevitablemente tal aspecto se vincula con lo biológico y lo social, y en cuyo proceso la personalidad ejerce un papel importante al regular tales interacciones.

Según Salas (2018), Rossi *et al* (2019) y Alvarez (2019), el bienestar puede enfocarse, desde el punto de vista teórico, a través de la tradición hedónica y eudaimónica. La primera estrechamente relacionada con el bienestar subjetivo y la segunda con la idea de meta del ser humano y que se relaciona con el bienestar psicológico. La tradición eudaimónica busca el crecimiento personal del ser humano y sentido de la vida para él, por lo cual supera a la felicidad subjetiva, rasgo que caracteriza al enfoque hedónico.

El bienestar Psicológico ha sido estudiado por diferentes autores citados por Bahamón *et al* (2019) Debe destacarse que el bienestar psicológico no implica la experimentación exclusiva de emociones positivas, sino la congruencia de las emociones, basada en el control de estas. Ahora bien, el bienestar psicológico en estudiantes universitarios se relaciona con la experimentación de emociones positivas, la capacidad de formar vínculos cálidos con los demás, además de una autoevaluación positiva. En este concepto, escribe Advíncula (2018), que existe un fuerte énfasis en el bienestar social que suelen requerir los jóvenes universitarios.

Sin embargo, la autora coincide con Ryff (1989) la cual propone un modelo multidimensional explicativo del bienestar psicológico que aún es vigente, y continua siendo una de las más brillantes aportaciones en las teorías y aplicaciones relacionadas con el bienestar humano. Esta autora define el bienestar psicológico a partir de seis elementos no Hedónicos: el funcionamiento humano óptimo es el que produce una mayor cantidad de emociones positivas o placer, y no al revés.

En el modelo de bienestar de Ryff (1989), las dimensiones no son predictores de bienestar, sino que cada dimensión es un índice de bienestar. Por ello, en este modelo se señalan las consecuencias de mantener niveles óptimos o deficitarios en cada uno de ellos. Dicha autora diseñó un cuestionario para evaluar estas dimensiones, llegó a señalar que las mismas estaban relacionadas con una mayor satisfacción vital y bienestar subjetivo.

Según Ryff (1989), existen indicadores que son propios de una buena salud física, tal como los niveles reducidos de cortisol, lo cual genera menos estrés; menores niveles de citoquinas, presentes en los procesos inflamatorios crónicos; menor riesgo cardiovascular y una mayor duración del sueño REM, e igual modo se pueden extraer indicadores de una óptima salud mental.

Cuando se habla de bienestar psicológico se hace referencia a un constructo amplio en el que se incluyen diferentes dimensiones, tales como las sociales, las personales y las psicológicas, además de comportamientos asociados a la salud en general que conducen a las personas a funcionar de manera positiva. Esto también está relacionado con la manera en que las personas afrontan los retos que se encuentran en sus vidas, aprendiendo de ellos y anclando su existencia a un sentido de la vida.

El modelo de bienestar psicológico se puede aplicar en diferentes contextos, de modo que muchas personas podrían alcanzar bienestar psicológico, capacidad de emprendimiento y satisfacción con la vida. Está conformado por seis dimensiones, así como por su respectiva escala para hacer las mediciones.

Las dimensiones son las siguientes:

Autoaceptación: esto es importante para el funcionamiento positivo. Quienes tienen una alta autoaceptación se caracterizan por una actitud positiva hacia sí mismas, aceptando los diferentes aspectos de su personalidad, incluidos los negativos, sintiéndose bien incluso con su pasado. En cambio, las personas que tienen una autoaceptación baja, se sienten insatisfechas consigo mismas y decepcionadas con su pasado.

De acuerdo a Collas y Cuzcano (2019), tener una baja autoaceptación, puede provocar en los estudiantes universitarios un sentimiento de insatisfacción, preocupación y decepción hacia ellos mismos, lo que puede repercutir en su propia estima y seguridad, afectando así el desempeño en su formación académica tanto en el rendimiento como en el deseo de desertar de la universidad.

Relaciones positivas: está relacionado con las relaciones de calidad que se tienen con los demás, gente a quien se puede amar y con quien se puede contar. De acuerdo con Ryff (1989), hay que evitar vivir en soledad o en aislamiento social, ya que estas formas de vida incrementan las probabilidades de sufrir enfermedades físicas y mentales y, por lo tanto, la esperanza de vida disminuye notablemente. Pero, las personas con puntuaciones altas en esta dimensión tienen relaciones satisfactorias, cálidas y de confianza; además, se preocupan por el bienestar de los demás y sienten empatía, intimidad y amor, entendiendo el proceso de dar y recibir. Quienes obtienen puntuaciones bajas, no tienen relaciones cercanas y tienen dificultad para ser abiertos, cálidos y preocuparse por otros.

En función a relaciones positivas, según Ruiz (2019), si los estudiantes universitarios tienen puntuaciones bajas en este aspecto, pueden tener dificultades para establecer relaciones sociales cercanas con base en la confianza en los demás y no preocuparse por los sentimientos ajenos. En estas condiciones sufren de aislamiento, frustración y bajo comprometimiento afectivo en sus relaciones.

Propósito en la vida: es importante que la vida de una persona tenga un propósito y un sentido. Las personas necesitan vivir en función a objetivos y metas. De hecho, quienes obtienen puntuaciones altas en esta dimensión, siguen sueños, metas, objetivos y sienten que su vida se dirige hacia alguna parte; además consideran que su presente y

su pasado no carecen de significado, sino que conservan creencias que le dan un sentido a su vida. Por el contrario, quienes tienen puntuaciones bajas sienten que sus vidas no tienen sentido y que no van a ningún lado, no tienen creencias que generen sentido a sus vidas, también tienen pocas metas.

También Ruiz (2019) ha estudiado esta cuestión y en sus investigaciones ha demostrado que los estudiantes que poseen bajo este aspecto llegan a presentar dificultades en el sentido de vida, poseen bajas expectativas y limitaciones para establecer y alcanzar sus metas.

Crecimiento personal: esto consiste en sacar el mayor provecho de los talentos y habilidades, haciendo uso para ello de todas las capacidades y potencialidades. Es lo que permite que una persona crezca en medio de las dificultades. Quienes obtienen puntuaciones altas sienten que están en un crecimiento continuo y abierto a nuevas experiencias, deseando desarrollar su potencial. Quienes puntúan bajo se sienten atascados, sin sentir que mejoran, se sienten aburridos y con poca motivación, incapaces de desarrollar nuevos comportamientos y habilidades.

En relación al crecimiento personal, han investigado también Collas y Cuzcano (2019) y Ruiz (2019), los estudiantes universitarios que tengan bajo este nivel pueden experimentar sensación de estancamiento y sentirse incapacitados a la hora de desarrollar nuevos comportamientos. Lo descrito es importante porque una percepción negativa de sí mismos puede llegar a generar baja autovaloración y autoestima. Llegado este momento no serán capaces de establecer metas y el sentido de vida no se verá con claridad. Al ocurrir lo anterior, los estudiantes pueden llegar a presentar problemas de salud mental, bajo rendimiento y/o deserción en la carrera que escogieron para formarse como profesionales.

Autonomía: es la sensación de elegir por sí mismo, tomar sus propias decisiones, incluso si estas van en contra de la opinión de la mayoría. Quienes tienen autonomía pueden resistir a la presión social y regular sus comportamientos. Son más independientes y no se dejan dirigir fácilmente por otros. En cambio, quienes tienen baja autonomía se preocupan por las expectativas de los demás y se dejan influir por otros. Deciden con base a la opinión de terceros.

Dominio del entorno: se refiere al manejo de las oportunidades y exigencias del ambiente para satisfacer las capacidades y necesidades. Quienes tienen un alto autodominio del entorno sienten mayor control sobre el mundo y se sienten capaces de influir en su ambiente. Quienes tienen un bajo dominio suelen tener dificultades para manejar los asuntos de la vida diaria y se sienten incapaces de cambiar o mejorar su entorno.

Existen estudios sobre el papel de la autonomía y el entorno en los estudiantes universitarios. Entre los mismos se encuentran los de Ruiz (2019), Araque *et al* (2020) y Collas y Cuzcano (2019). Entre los resultados de estos estudios, se destaca que en su mayoría, los estudiantes tienen limitaciones a la hora de tomar decisiones en los

diferentes aspectos que abarca a la vida. Ellos sienten la presión social cuando tienen que actuar y pensar de determinada manera y le prestan más atención a lo que los demás piensan sobre él. Por lo anterior, cuando se deciden a tomar decisiones, primero piensan más en su entorno que en ellos mismos.

Cuando los estudiantes llegan a pensar más en el entorno que en ellos mismos, corren el peligro de olvidarse de sí mismos para actuar en base a lo que los demás desean y así ser aceptados, pero esta situación les crea una dependencia emocional poco satisfactoria, les dificulta establecer metas y luchar por alcanzarlas, ya que desarrollan miedo al fracaso.

En el caso de la investigación que, de forma teórica, se desarrolla en este artículo, debe decirse que los estudiantes son de carreras pedagógicas y, por lo tanto, se preparan para ser profesores y ello conlleva no solo a impartir contenidos propios de la materia que enseñan, ellos también tienen que ser guías, orientadores y negociadores para sus estudiantes y para ello tienen que haber trabajado en sus propios aspectos internos para tenerlos en los niveles más altos y así poder influir de manera positiva en sus futuros estudiantes.

Por estas razones, es que en este artículo, se pretende mostrar, desde el punto de vista teórico, los aspectos más esenciales en cuanto al bienestar se refiere, para luego aportar una concepción del proceso de estimulación del bienestar psicológico de estudiantes universitarios que estudian carreras pedagógicas.

Conclusiones

Estos hallazgos evidenciaron la importancia que se le atribuye al bienestar psicológico en los jóvenes, pero a su vez se logró el objetivo del estudio. Se ofrecen datos científicos útiles, ordenados de manera sistemática, procedentes de fuentes primarias y fiables, para que los investigadores y gestores diseñen políticas e intervenciones donde se considere la necesidad de desarrollar estrategias psicoeducativas para la estimulación del bienestar psicológico en estudiantes universitarios que cursan carreras pedagógicas.

Referencias bibliográficas

- Actis Di Pasquale, E. (2017). Las dimensiones constitutivas del bienestar social: una propuesta conceptual. *Trabajo Soc.* (29), 493-515. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=387352369025>
- Advíncula, C. (2018). *Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. [Tesis de licenciatura. Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/12666>

- Aknin, L. B., Barrington-Leigh, C. P., Dunn, E. W., Helliwell, J. F., Burns, J., Biswas-Diener, R., y Norton, M. I. (2013). Prosocial spending and well-being: cross-cultural evidence for a psychological universal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(4), 635-652. <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/psp-104-4-635.pdf>
- Alvarez, N. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico*. [Tesis de licenciatura. Universidad de Lima] https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10604/Alvarez_Propiedades_psicométricas.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Araque, F., González, O., López, R., Nuván, I. & Medina, O. (2020). Bienestar psicológico y características sociodemográficas en estudiantes universitarios durante la cuarentena por Sars-Cov-2 (Covid 19). *Revista Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(8), 998-1004. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4544052>
- Arés Muzio, P. (2018). *Individuo, familia, sociedad: El desafío de ser feliz*. Caminos. 37
- Arroyo, J. S. (2020). *Diseño y Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico en estudiantes universitarios de 18 a 30 años de Lima metropolitana, 2020*. [Tesis de licenciatura. Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/47819>
- Bahamón, M. J., Alarcón-Vásquez, Y., Cudris Torres, L., Trejos-Herrera, A. M. y Campo Aráuz, L. (2019). Bienestar psicológico en adolescentes colombianos. *Arch Venez Farmacol Ter.*, 38(5), 519-23. https://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/17404
- Barrera, L. F., Sotelo, M. A., Barrera, R. A. y Aceves, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(2), 244-251. <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/42>
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589. <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3149>
- Carlis, M. F. y Massa, L. (2007). *Posibilidades y desafíos de la investigación sobre el Bienestar Universitario*. Trabajo presentado en II Congreso Nacional de Trabajo Social y Encuentro Latinoamericano de docentes, profesionales y estudiantes de Trabajo Social "Las prácticas en la formación y en el ejercicio profesional." Tandil.
- Carrera, F. E. (2018). *Inteligencia emocional, asertividad y bienestar psicológico en estudiantes del I ciclo de la Facultad de Administración y Contabilidad-Universidad Peruana Los Andes Huancayo*. [Universidad Peruana Los Andes]. <https://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/2027>

- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez, A. y Lucena, M. (2017). Análisis descriptivo del consumo de sustancias nocivas en estudiantes universitarios de Granada. *Revista Complutense de Educación*, 28(3), 33-47. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n3.50083
- Chacón-Cuberos, R., Martínez-Martínez, A., Puertas-Molero, P., Viciano-Garófano, V., González-Valero, G. y Zurita-Ortega, F. (2020). Bienestar social en la etapa universitaria según factores sociodemográficos en estudiantes de Educación. *Redie, Rev Electrón Invest Educ.* 22(e03), 1-9. <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e03.2184>
- Chapoñan Palacios, M. E. Del C. (2022). *Bienestar psicológico en estudiantes de un Instituto Superior Público Chiclayo*. [Tesis para optar el título de licenciado en psicología. Universidad católica Santo Toribio de Mogrovejo].
- Collas, D. y Cuzcano, S. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de tesis UPEU. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1906>
- Cruz Martin, O., Hernández Meléndrez, D. E. y Pérez Inerárit, M. (2017). Hospitalized sick children well-being. *Humanidades Médicas*, 17(2), 396-414. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202017000200011&lng=es&tlng=en.
- Delgado, A. M. & Tejeda, M. C. (2020). *Bienestar psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos*. [Trabajo de grado. Universidad Cooperativa de Colombia]. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16343/1/2020_estudiantes_psicologico_bienestar.pdf
- Elera, A. (2018). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en adultos jóvenes de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio de tesis UPC. <http://hdl.handle.net/10757/624034>
- Fernández Castillo, E., Molerio, O. y González Pereira, I. (2016). *La educación para la salud como parte de la estrategia educativa: experiencias desde el centro de bienestar universitario*. Trabajo presentado en el Congreso Internacional Universidad. La Habana.
- González, L., Aguilar, E. y Pezzano, G. (2002). *Reflexiones sobre bienestar universitario. Una mirada desde la educación a distancia y jornada nocturna*. Bogotá: Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior. http://www.fumc.edu.co/wp-content/uploads/resoluciones/arc_913.pdf

- González-Peiteado, M., Pino-Juste, M. y Penado Abilleira, M. (2017). Estudio de la satisfacción percibida por los estudiantes de la UNED con su vida universitaria. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(1), 243-260. DOI: <http://dx.doi.org/10.5944/ried.20.1.16377>
- Maldonado, R. (2018). *Inteligencia Emocional y Bienestar Psicológico en Estudiantes de Ciencias de la Comunicación de la Universidad Nacional Huacho 2017* [Tesis de licenciatura]. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/15099>
- Núñez, L. (2019). *El bienestar psicológico de los estudiantes del 3er ciclo de la carrera profesional de psicología de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Sede Lima - periodo 2018*. [Tesis de licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4179>
- Rodríguez Flores, E. A. y Sánchez Trujillo, M. Á. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1705. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705>.
- Rossi, J. L., Jiménez, J. P., Barros, P., Assar, R., Jaramillo, K., Herrera, L., Quevedo, Y., Botto, A., Leighton, C. & Martínez, F. (2019). Sintomatología depresiva y bienestar psicológico en estudiantes universitarios chilenos. *Revista Médica de Chile*, 147(5), 579-588. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872019000500579>
- Ruiz, K. (2019). *Bienestar Psicológico en los estudiantes de Psicología de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4590>
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Salas, C. (2018). *Afrontamiento del estrés y su relación con el bienestar psicológico e inteligencia emocional en alumnos preuniversitarios del CEPURP 2016*. [Tesis doctoral]. Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/21238>
- Solórzano-Gonzales, P. (2019). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes limeños. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(1), 30-36. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985489>

-
- Téllez, C. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes de educación superior. *Revista de Investigación e Innovación en Salud*, 3(3), 46-59.
<http://revistas.sena.edu.co/index.php/rediis/article/view/2974>
- 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]. Repositorio de tesis UNFV.
<http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/226>

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores: Los autores participaron en la búsqueda y análisis de la información para el artículo, así como en su diseño y redacción.