

INSTITUTO SUPERIOR
DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE

ISEO®



POSGRADO
TESIS



INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE
DOCTORADO EN SALUD MENTAL

**RELACIÓN ENTRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y LA CALIDAD
DE VIDA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DEL ESTADO DE
SONORA**

Tesis para obtener el grado en:

DOCTORADO EN SALUD MENTAL

PRESENTA:

KARLA CELINA AVILES ARREDONDO
CÓDIGO ORCID: 0009-0003-4899-3486

Directora:

RAQUEL GARCÍA FLORES
CÓDIGO ORCID: 0000-0002-2786-5069

Codirector:

ALBANO TORRES GÓMEZ
CÓDIGO ORCID: 0000-0002-8451-031X

Obregón , Sonora México , Septiembre , 2025

ACTA DE APROBACIÓN DE TESIS

Nombre de la alumna: KARLA CELINA AVILES ARREDONDO Matrícula: C231020

Programa académico: DOCTORADO EN SALUD MENTAL

Título de la tesis: RELACIÓN ENTRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y LA CALIDAD DE VIDA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DEL ESTADO DE SONORA

Nombre del Director de Tesis: RAQUEL GARCÍA FLORES

Nombre del Codirector de Tesis: ALBANO TORRES GÓMEZ

Fecha de aprobación: 26 de septiembre de 2025

DECLARACIÓN DE APROBACIÓN

El Comité de Tesis del Instituto Superior de Estudios de Occidente, después de la revisión exhaustiva del presente trabajo de investigación y en virtud de que satisface los requisitos establecidos en el Reglamento General Institucional, certifica que la tesis titulada Relación entre el rendimiento académico y la calidad de vida en jóvenes universitarios del estado de Sonora, presentada por la alumna Karla Celina Aviles Arredondo, cumple con los requisitos académicos y metodológicos establecidos para optar al grado de **DOCTORA EN SALUD MENTAL**.

COMITÉ DE TESIS

DIRECTOR DE TESIS

Raquel García F.

DRA. RAQUEL GARCÍA FLORES

DIRECTOR ACADÉMICO Y CIENTÍFICA

Paula Carolina Estrada Aguilera

DRA PAULA CAROLINA ESTRADA AGUILERA

CODIRECTOR DE TESIS

Albano Torres Gómez

DR. ALBANO TORRES GÓMEZ



SELLO

INSTITUTO SUPERIOR DE
ESTUDIOS DE OCCIDENTE

INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE®

Nuevos Retos, Nuevas Oportunidades®

Av. Juárez, No. 67, Col. Centro, C.P. 63000, Tepic, Nay. México,
(01 311) 160 51 13, 160 22 18

CONSTANCIA DE DECLARACIÓN DE CESIÓN DE DERECHOS A FAVOR DEL INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE

Por este medio, el que suscribe, Karla Celina Aviles Arredondo, en mi calidad de autor legítimo del trabajo titulado **Relación del rendimiento académico y calidad de vida en estudiantes universitarios del estado de Sonora**, manifiesto que, como antecedente, he firmado la **CARTA DE DECLARACIÓN DE CESIÓN DE DERECHOS DE LA TESIS** mediante la cual he cedido los derechos patrimoniales sobre mi obra **A FAVOR DEL INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE**.

En este sentido, autorizo al **INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE** a realizar el depósito, preservación, difusión y publicación digital de mi obra en su **Repositorio Institucional** y en plataformas académicas reconocidas, tanto nacionales como internacionales. Esta autorización incluye la reproducción, distribución, comunicación pública, transformación y cualquier otra forma de explotación permitida por la Ley Federal del Derecho de Autor, siempre garantizando el reconocimiento de mi autoría.

Declaro que la obra es original, inédita y no infringe derechos de terceros. Asimismo, me comprometo a colaborar con el **INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE** en las adaptaciones necesarias para su publicación y a respetar los lineamientos establecidos para su divulgación.

El presente documento se incluye como comprobante de la cesión de derechos a favor del **INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE** y forma parte integral de los anexos de "LA OBRA".

ATENTAMENTE



Karla Celina Aviles Arredondo

INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE (ISEO)

PUBLICACIÓN DE TESIS DIGITAL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega:	Karla Aviles
Título del ejercicio:	Quick Submit
Título de la entrega:	doctorado
Nombre del archivo:	oio_de_Investigaci_n_ISEO_VANCOUVER_revisión_final_Turnitig...
Tamaño del archivo:	107.67K
Total páginas:	76
Total de palabras:	15,996
Total de caracteres:	91,970
Fecha de entrega:	06-feb-2026 01:33p.m. (UTC-0600)
Identificador de la entrega:	2872735245

Resumen

El objetivo del estudio fue examinar el rendimiento académico en planes universitarios y su asociación con las formas de la calidad de vida, tales como el bienestar físico, psicológico y las relaciones sociales. Los participantes fueron 110 estudiantes universitarios entre los 18 y 30 años de edad, siendo 60 hombres (54.5%) y 50 mujeres (45.5%) provenientes de dos universidades del estado de Florida. Se realizaron análisis descriptivos de las variables de estudio, análisis factorial exploratorio para los instrumentos de medida, análisis de análisis de fiabilidad (Cronbach's alpha) y T de Student para comparar el rendimiento académico y la calidad de vida entre hombres y mujeres, análisis de correlaciones lineales y por último una regresión lineal logística para explicar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Los resultados señalan modestas relaciones entre el rendimiento académico como la calidad de vida en los planes universitarios, se encontraron diferencias significativas en algunas variables de calidad de vida por el sexo del estudiante, específicamente la salud psicológica y el ambiente. Los análisis factoriales exploratorios muestran un buen ajuste del modelo con pocos factores que varían entre .80 y .90, de igual manera el análisis de fiabilidad arroja buenos índices para los constructos de estudio. Las correlaciones lineales señalan asociaciones modestas y altas entre el rendimiento académico y la calidad de vida. Por último, la regresión lineal logística muestra que el rendimiento académico en estudiantes universitarios se explica de manera significativa por la salud física y psicológica.

DEDICATORIAS

- La presente investigación quiero dedicársela a mi esposo e hija que han sido un gran apoyo para mí, ya que ellos siempre mostraron empatía y colaboración conmigo para que yo pudiera llevar acabo mis tiempos de estudio.
- A mi esposo como compañero de vida y como colega profesional que siempre me brindo apoyo en cuanto a mis dudas sobre ciertos temas vistos durante el tiempo que curse el doctorado.
- A mis padres y hermanos que siempre me brindaron apoyo emocional motivándome a continuar y esforzarme para llevar a cabo dicha meta académica. así como familia en general y amigos queridos.

Con profundo agradecimiento,

Karla Celina Aviles Arredondo

AGRADECIMIENTOS

- Le doy mi más sincero agradecimiento a mis Directores de Tesis la Dra. Raquel García Flores y el Dr. Albano Torres Gómez que dispusieron de su tiempo y dedicación de revisar la presente investigación, siempre con profesionalismo y una gestión tutora excelente.
- Finalmente agradezco al Instituto Superior de Estudios de Occidente por haberme dado la oportunidad de formar parte de la misma como alumna. Agradezco su atención y orientación brindada en el transcurso de mis estudios en dicha institución.

Con gratitud:

Karla Celina Aviles Arredondo

ÍNDICE GENERAL

INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE.....	2
ACTA DE APROBACIÓN DE TESIS	
 CARTA DE PUBLICACIÓN PARA EL DEPÓSITO Y PUBLICACIÓN DE CONTENIDOS DIGITALES EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE ISEO.	
 PUBLICACIÓN DE TESIS DIGITAL EN ISEO – REPOSITORIO INSTITUCIONAL	5
INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD	6
DEDICATORIAS	7
AGRADECIMIENTOS	8
ÍNDICE GENERAL	9
ÍNDICE DE TABLAS.....	12
RESUMEN	13
ABSTRACT	15
INTRODUCCIÓN	16
CAPITULO I : PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	19
1.1. Antecedentes	19
1.2. Contexto	22
1.3. Definición del problema de investigación	26
1.4. Objetivo General	29
1.5. Objetivos específicos	30
1.6. Justificación.....	30
1.7. Beneficios esperados:	34
1.8. Limitaciones	35
1.9. Alcances.....	36
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	37
CAPITULO III: MÉTODO.....	53
3.1. Línea de Investigación	53
3.2. Metodología Utilizada	53
3.3. Diseño metodológico	55
3.4. Población	57

3.5. Procedimiento de selección de la muestra	57
3.5.1. Criterios de inclusión, exclusión y eliminación	58
3.6. Participantes.	58
3.7. Técnicas e Instrumentos empleados	59
3.8. Procedimiento de Recolección de Datos	59
3.9. Desarrollo de Etapas de la Investigación	60
3.9.1. Etapa 1.....	60
3.9.2. Etapa 2.....	60
3.9.3. Etapa 3.....	61
3.9.4. Etapa 4	62
3.9.5. Etapa 5.....	62
3.10. Aspectos bioéticos	63
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	64
4.1. Análisis de Resultados	64
Tabla 2. Estadísticos descriptivos y de normalidad en las variables de estudio.....	64
Tabla 3. Confiabilidad de las dimensiones en las escalas de medida.....	65
Tabla 4. Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo	65
Tabla 5. Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo	66
Tabla 6. Comparación de medidas por t Student en muestras independientes.....	67
Tabla 7. Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones de la calidad de vida.....	68
Tabla 8. Correlaciones bivariadas de las dimensiones de estudio.....	68
Tabla 9. Resumen del análisis de regresión lineal jerárquica prediciendo el rendimiento académico universitario subjetivo por la salud física y salud psicológica.....	69
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES	72
5.1. Hallazgos	75

5.2. Recomendaciones.....	79
5.3. Investigaciones Futuras	81
5.4. Limitaciones	82
5.5. Validez de la Investigación	83
5.6. Conclusión General y Reflexiones Personales.....	84
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	88
APÉNDICE: Título del apéndice.....	97
Apéndice A. Aceptacion para Realizar Investigacion	97
Apéndice B. Instrumento de aplicación	98
Apéndice C. Consentimiento informado de aplicación de instrumento	99
DICTAMEN DE APROBACIÓN EMITIDO POR EL COMITÉ DE BIOETICA EN INVESTIGACIÓN	104
CURRICULUM VITAE	105

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Antecedentes Internacionales, Nacionales y Estatales.....	21
Tabla 2. Estadísticos descriptivos y de normalidad en las variables de estudio . 6¡Error! Marcador no definido.	
Tabla 3. Confiabilidad de las dimensiones en las escalas de medida	68
Tabla 4. Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo	68
Tabla 5. Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo.....	69
Tabla 6. Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones del desempeño académico universitario	70
Tabla 7. Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones de la calidad de vida.....	71
Tabla 8. Correlaciones bivariadas de las dimensiones de estudio	71
Tabla 9. Resumen del análisis de regresión lineal jerárquica prediciendo el rendimiento académico universitario subjetivo por la salud física y salud psicológica	72

RESUMEN

El objetivo del estudio fue examinar el rendimiento académico en jóvenes universitarios y su asociación con los factores de la calidad de vida, tales como el bienestar físico, psicológico y las relaciones sociales. Los participantes fueron 112 estudiantes universitarios entre los 18 y 51 años de edad, siendo 44 hombres (39.3%) y 68 mujeres (60.7%) provenientes de dos universidades del estado de Sonora. Se realizaron análisis descriptivo de las variables de estudio, análisis factorial exploratorio para los instrumentos de medida además de análisis de fiabilidad. Se llevó a cabo una T de Student para comparar el rendimiento académico y la calidad de vida entre hombres y mujeres, análisis de correlaciones invariadas y por ultimo una regresión lineal jerárquica para explicar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Los resultados señalan niveles moderados tanto de rendimiento académico como de calidad de vida en los jóvenes universitarios, se encontraron diferencias significativas en algunas variables de calidad de vida por el sexo del estudiante, específicamente la salud psicológica y el ambiente. Los análisis factoriales exploratorios muestran un buen ajuste del modelo con pesos factoriales que oscilan entre .35 y .92, de igual manera el análisis de fiabilidad arroja buenos índices para las variables de estudio. Las correlaciones bivariadas señalan asociaciones moderadas y altas entre el rendimiento académico y la calidad de vida. Por último, la regresión línea jerárquica muestra que el rendimiento académico en estudiantes universitarios es explicado significativamente por la salud física y psicológica

del estudiante, especialmente por el bienestar psicológico.

ABSTRACT

The objective of this study was to examine academic performance in young university students and its association with quality of life factors, such as physical and psychological well-being, and social relationships. Participants were 112 university students between the ages of 18 and 51, 44 men (39.3%) and 68 women (60.7%) from two universities in the state of Sonora. A descriptive analysis of the study variables, exploratory factor analysis of the measurement instruments, and reliability analysis were performed. A Student t-test was used to compare academic performance and quality of life between men and women, invariant correlation analysis was used, and finally, a hierarchical linear regression was used to explain the academic performance of university students. The results indicate moderate levels of both academic performance and quality of life among university students. Significant differences were found in some quality of life variables by student gender, specifically psychological health and environment. Exploratory factor analyses show a good model fit with factor loadings ranging from .35 to .92, and reliability analysis also yields good indices for the study variables. Bivariate correlations indicate moderate to high associations between academic performance and quality of life. Finally, hierarchical linear regression shows that academic performance in university students is significantly explained by the student's physical and psychological health, especially psychological well-being.

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes que atraviesan la etapa universitaria se ven en la necesidad de adquirir habilidades que los ayudaran a resolver problemas y tomar decisiones que sean prudentes, esto es, elegir conductas y hábitos que conduzcan a su bienestar y satisfacción. La autonomía se vuelve un factor clave que permite tomar decisiones y establecer metas de acuerdo al joven universitario, basándose en sus intereses y habilidades. De acuerdo con los modelos de calidad de vida, la independencia y la capacidad de afrontar dificultades permite al estudiante adquirir habilidades importantes para su adultez, donde la autorregulación y la interiorización de los motivos que previenen de conductas de riesgo, tales como el consumo de tabaco, pocas horas de sueño y/o actividad física. La alimentación también es un factor protector relevante para la salud física.

Diversos estudios señalan la influencia de la salud física en la salud psicológica y viceversa. El organismo se puede ver expuesto a una serie de eventos adversos y estresantes que dificultan su desarrollo cognitivo y afectivo, lo que dificulta el aprendizaje y la adaptación efectiva. Periodos prolongados de estrés o malestar emocional provocan respuestas fisiológicas que conllevan a un pobre desempeño académico en los jóvenes universitarios. Diversos estudios señalan la asociación entre la experiencia de emociones negativas prolongadas (como la depresión, la ansiedad o la soledad) y las dificultades académicas. Pocas horas de sueño (o excesivas horas de sueño), irritabilidad, pobres estrategias de afrontamiento, dificultades de regulación emocional, problemas en la atención que repercuten en

el aprendizaje. Por su parte, los pares, maestro o pareja ejercen una influencia significativa en la calidad de vida, promoviendo los beneficios sociales del buen desempeño académico (orientación al logro de dominio), siendo las interacciones positivas entre los estudiantes un factor clave para el sentido de identidad y aceptación. El ambiente se refiere al bienestar material, el acceso a la información, la percepción de seguridad y el transporte. Las horas de tráfico, los espacios de recreación y áreas verdes, dificultades en el acceso a servicios de salud o transporte obstaculizan la independencia y la autonomía del individuo. A su vez son factores estresantes que repercuten en el bienestar de la persona.

El presente estudio plantea la influencia de la calidad de vida del estudiante con su desempeño académico, señalando la importancia no solo de la salud física, sino de la satisfacción personal, el bienestar y el manejo de las emociones como aspectos relevantes para concluir exitosamente los estudios universitarios. El autoconocimiento, el reconocimiento de emociones, la autoestima positiva, la regulación emocional son habilidades intrapersonales que facilitan al individuo alcanzar su máximo potencial y desarrollarse en el ámbito académico, laboral y personal. El acervo de conocimiento sobre las dimensiones de la calidad de vida, bienestar subjetivo o satisfacción con la vida y su influencia en el rendimiento académico en educación superior son necesarios para establecer una estructura de las habilidades, conductas y actitudes son necesarias entrenar y dominar. Una guía en la intervención tanto de las y los estudiantes, estableciendo en el tratamiento ciertas pautas relevantes para trabajar y mejorar.

La universidad se vuelve el escenario ideal para promover hábitos, rutinas y conductas saludables, dirigidas a la resolución de problemas y el bienestar psicosocial. El rol de la universidad como institución de progreso social implica formar profesionistas tanto con habilidades técnicas y teóricas para satisfacer las necesidades de la sociedad y las empresas, al mismo tiempo que genera seres humanos capaces de afrontar las adversidades de la vida y ser proactivos para su comunidad. El estado y la dirección de la universidad deben promover estrategias que incentiven conductas saludables y de bienestar.

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Antecedentes

El desempeño académico se conceptualiza como las metas logradas por los estudiantes en función de competencias curriculares previstas, el progreso del estudiante implica cierto grado de ansiedad académica, por las dificultades y presiones que siente el estudiante por adquirir el conocimiento (un esfuerzo cognitivo prolongado). Estas habilidades para afrontar las dificultades académicas y de aprendizaje se desarrollan durante la formación educativa básica y media superior. Se podría evaluar el desempeño académico de la siguiente manera:

- Suficiente. Aquellos alumnos que logran superar los obstáculos de aprendizaje y adquieren las competencias curriculares.
- Insuficiente. Cuando el alumno es incapaz de aprender los conocimientos, actitudes y habilidades establecidos en el diseño instruccional.
- Satisfactorios. El estudiante logra su potencial por medio de sus habilidades e intereses.
- Insatisfactorio. Al estudiante se le dificulta adaptarse al nivel de aprendizaje esperado de acuerdo a pares de su misma edad cronológica, señalando posibles problemas de aprendizaje.

La calidad de vida, entendida como la satisfacción de las necesidades afectivas,

familiares, de pareja, logro profesional, amistades, disposición de servicios de información y transporte, bienestar material, seguridad entre otros. La conceptualización de la calidad de vida en estudiantes universitarios se estructura de acuerdo con ciertos factores, tanto contextuales como interpersonales, que son clave para la mayor autonomía y autorregulación necesarias para su desarrollo personal y profesional. El comunicar cómo te sientes, la capacidad de cuidar de otros y ser productivo, se logra por relaciones equilibradas entre la salud física y psicosocial. (2)

En la actualidad, la calidad de vida, específicamente la salud mental de los estudiantes universitarios es un tema de importancia. La dimensión de salud psicológica de la calidad de vida se correlaciona conceptualmente con el bienestar psicológico, donde destacan dos dimensiones: a) la dimensión hedónica que se refiere a la satisfacción del placer en intereses y gustos del individuo y b) la dimensión eudaimónica, referida como la satisfacción del individuo en sus logros, propósito y crecimiento personal. El aprendizaje viene acompañado de una experiencia afectiva reforzante, la importancia de que el alumno sea capaz de regular sus experiencias afectivas durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en la escuela podrían implicar mayor motivación, una orientación de logro de maestría, mayores creencias de autoeficacia en cuestionar académicas, sociales, personales y, posteriormente, laborales.

Tabla 1

Internacionales	Nacionales	Estatales
En Chile fueron entrevistados 159 estudiantes (97 mujeres y 62 hombres), de la carrera de Medicina entre los 18 y 25 años. Se aplicó la versión breve (WHOQoL-BREF) que evalúa la calidad de vida percibida en el individuo (WHOQoL Group, 1996). Se observó que los hombres tenían una mayor percepción de salud física y psicológica que las mujeres, debido a que las mujeres tienden a puntuar más alto en índices de depresión y ansiedad, afectando negativamente su percepción respecto a la propia salud. (3)	Armenta, (6) indica que se llevó cabo una investigación cuantitativa en estudiantes de educación superior utilizando el test “Estrés y rendimiento académico. El total de participantes fueron 37, el 45.9% del sexo masculino y el 54.1% del sexo femenino. También se obtuvo que el 73% están en peligro de subir al nivel alto de estrés. Las variables de riesgo que mostraron una influencia significativa tales como pobre higiene del sueño, dificultades para tranquilizarse al reconocer y reflexionar sobre emociones negativas tales como ansiedad o depresión. El estrés académico o ansiedad académica, se asocia con el contexto social, las metas y valores personales con los cuales se enfrentan a las adversidades. Habilidades como la fortaleza, perseverancia, optimismo, aceptación, focalización positiva, toma de perspectiva, o la falta de ellas, pueden	Álvarez, (7) realizó una investigación en el estado de Sonora, los sujetos provenían de universidades privadas, de los cuales 55% eran hombres y el 45% eran mujeres, con edades entre 18 a 34 años, siendo así un total de 100 estudiantes de diversas carreras. De acuerdo a los instrumentos aplicados BP (Bienestar Psicológico) y RA (Rendimiento Académico) en universitarios, se evidenció que existe una relación entre estos mismos. El RA está relacionado con la maestría y satisfacción del estudiante por su aprendizaje y crecimiento personal. Las relaciones de amistad positivas son escenarios que satisfacen las necesidades de autonomía.

	potencializar o amortiguar los problemas socioemocionales, ayudando o afectando el bienestar y salud de los estudiantes. (6)	
Sotelo, (4) indica que en Lima, Perú, se encontró un índice de correlación de -0.550, lo que indica una correlación significativa inversa entre la procrastinación y el desempeño académico.		
Delgado, (5) señala como la construcción del aprendizaje esta mediada por el estado emocional del estudiante. La experiencia afectiva del aprendizaje permite interiorizar la motivación, propósito y satisfacción del alumno por aprender.		

1.2. Contexto

Souza, (8) señala a la universidad como un contexto de socialización que promueve el crecimiento personal, académico y profesional. La universidad no solo debe formar profesionistas, sino también personas con valores y actitudes que les permitan enfrentarse a las diversas adversidades de la vida. Para ello es necesario satisfacer las necesidades psicológicas del alumno universitario,

en esta etapa particular es necesario la capacidad autorregulatoria, de inhibición motora, automonitoreo y estrategias cognitivas para resolver problemas, que le permitirá independencia y compromiso con su desempeño académico. Los jóvenes pueden explorar y probar nuevas formas de vida. Los cambios biológicos, cognitivos, sociales y emocionales se reflejan en la mayor conciencia social y lo complejo del mundo social donde navegan los estudiantes. Los pares y amigos ejercen una mayor influencia en el alumno, los cuales pueden promover conductas de riesgo como el consumo de sustancias, lo que repercute en la calidad de vida.

El desempeño académico es proceso intencional y estructurado, que puede ser individual o grupal, donde convergen diversos factores tanto ambientales como intrapersonales. Aspectos físicos como salud (discapacidad sensoriomotriz), desarrollo madurativo, motivación, autoestima, personalidad, o las instituciones públicas de educación y la efectividad de sus programas educativos o la diferenciación por el estrato socioeconómico, donde las personas con menor ingreso y bienestar material, experimentan en mayor grado estrés y un ambiente que no satisface las necesidades del alumno. Un pobre desempeño en el alumno viene acompañado como una pobre autopercepción académica, sobre sus habilidades y aptitudes académicas, un ambiente familiar que es incapaz de brindar calidez y apoyo emocional, entre otros factores sociales. (9)

Las condiciones que integran y conforman una convivencia escolar de paz, justicia, inclusivas, equitativas y participativas facilitan al aprendizaje, el desarrollo de capacidades morales y democráticas, habilidades de

afrontamiento, resolver conflictos, cooperación, confianza, respeto entre otros valores y actitudes importantes para su bienestar. Los climas escolares adversos se caracterizan por una percepción de inseguridad escolar, violencia, injusticia, pesimismo, estrés, poco interés por las responsabilidades académicas, ausentismo, agotamiento emocional e irritabilidad. Es importante considerar a los diversos actores escolares, por ejemplo, la relación maestro-estudiante puede proteger al alumno al promover la seguridad escolar, la disposición de escuchar y brindar apoyo en los conflictos entre alumnos. Relaciones entre pares de amistad positivas, la disciplina escolar, condiciones del plantel adecuadas pueden mejorar a futuro el ámbito educativo. (10)

En cuanto a los estilos de vida saludables en universitarios están conformados en un conjunto de alternativas que llevan al beneficio de la salud. Estos beneficios se reflejan en las diversas áreas de la vida diaria del alumno. Los hábitos de vida saludables son indispensables para un equilibrio y salud mental, además una mayor prudencia del estudiante para evitar conductas desadaptativas que afecten su calidad de vida.

Los patrones de alimentación en universitarios representan ser determinantes en el estado nutricional. Los estilos de vida en el universitario también se ven afectados por cambios de clase social, económica, cultural y mental a los que se enfrentan durante su proceso de formación, ocasionando problemas a la salud tanto física como mental. (11)

Las relaciones interpersonales que se generan por parte de los jóvenes universitarios se generan en diversos contextos y en su ámbito escolar son

agentes que fortalecen las habilidades sociales. Las habilidades sociales hacen que se maximice la probabilidad de conseguir refuerzo externo, permite que los estudiantes tengan mayor capacidad para analizar su comportamiento, autorregulando sus emociones para expresarlas de manera apropiada generando así una mejor calidad de vida. Las habilidades sociales en universitarios son esenciales en el desarrollo y mantenimiento de relaciones exitosas con sus compañeros, maestros, empleadores, padres y nuevos conocidos. El alto nivel de habilidades sociales conlleva a que haya un incremento en conductas más saludables ante la crisis social que agudiza a las sociedades. (12)

(13), Franco señala que el bienestar psicológico en universitarios se asocia con la experiencia respecto a metas a futuro y logros en el momento actual que promueven un sentido de propósito y satisfacción, la autorrealización del ser humano se logra cuando este se siente vinculado con el mundo que lo rodea (trabajo, familia, escuela y colonia). Los estudiantes afrontan un conjunto de adversidades, obstáculos y desafíos que demandan un esfuerzo cognitivo prolongado, estrategias metacognitivas de aprendizaje y una experiencia afectiva caracterizados por desinterés, agotamiento mental, poca tolerancia a la frustración y a la crítica, lo que puede provocar dificultades con su ambiente. El acoso en estudiantes universitarios tiene efectos a largo plazo, conllevando al individuo al aislamiento, perdiendo la proactividad. Por ende, disminuye la productividad académica en un sentido más grave podría sufrir depresión. Se pueden distinguir cuatro formas de acoso escolar: 1) física, conductas agresivas

tales como empujones, golpes o imposición física; 2): verbal, expresiones verbales de abuso y agresión; 3): social, cuando con actos se aísla al individuo del grupo; 4): psicológico, acciones dirigidas a ridiculizar a la víctima, generando problemas de autoestima y miedo.

En cuanto al consumo del alcohol en estudiantes universitarios puede llevar a un deterioro cognitivo y neurológico. Por su parte, un sueño insuficiente se asocia con pobres hábitos de salud y un estado emocional negativo. La universidad es una institución privilegiada que puede cultivar e interiorizar conductas de vida saludable, incentivando la autonomía, flexibilidad, y pensamiento crítico respecto a sí mismos y los demás. Es necesario desarrollar habilidades personales que promuevan la salud y le faciliten al estudiante dirigir y elegir hábitos de vida más saludables, aspecto prudencial para una mejor calidad de vida. (14)

1.3. Definición del problema de investigación

Un pobre desempeño académico es el resultado de la interacción de diversas variables de riesgo en el entorno familiar, sociocultural, personal y académico, durante periodos de tiempo prolongados sin que estos se manifiesten directamente. Este ambiente estresante dificulta el aprendizaje del estudiante, disminuyendo su atención y memoria, potenciando dificultades de aprendizaje tanto específicas o inespecíficas que conllevan a un bajo promedio escolar.

Desde la teoría social-cognitiva toma en cuenta tanto las variables ambientales como el medio físico, cultural, familiar, relaciones con pares, amigos, familiares, profesores y los servicios de educación brindados junto con factores intrapersonales como el temperamento, personalidad, resiliencia, conciencia de las fortalezas y debilidades, motivación, valores, , necesidades, autonomía, etc. Una orientación al logro académico saludable se caracteriza por una motivación intrínseca, buscando metas de maestría dirigidas a la autosuperación y una experiencia afectiva satisfactoria respecto al aprendizaje y su propósito. (15)

Orizano, (16) señala que en la vida académica universitaria pueden surgir desequilibrios en cuanto al modo y hábitos de vida, lo que crea una repercusión en el rendimiento académico. Aspectos como la poca actividad física, mala organización del tiempo, inadecuados hábitos alimenticios, desorganización en las actividades, problemas de sueño, consumo de bebidas alcohólicas y otras sustancias. Estas variables impactan en el desempeño académico del alumno y se relaciona con enfermedades tales como sobrepeso, diabetes, obesidad, presión alta, problemas cardiorrespiratorios, algunos tipos de cáncer y experiencias emocionales negativas.

De acuerdo a una investigación aplicada a estudiantes universitarios de la Facultad de Educación Inicial, los estilos de vida medianamente saludables en estudiantes universitarios favorece el rendimiento académico a un nivel promedio o el logro de aprendizaje regular.

El bienestar psicológico, el estado de humor, la regulación e inteligencia emocional han sido foco de atención en estudios de rendimiento académico. Aspectos como la orientación al logro, la autoeficacia académica, autoimagen y motivación son explicados por la experiencia afectiva del estudiante, tanto en su vida personal como en el aprendizaje.

Diversas instituciones de educación superior plantean como misión y visión el formar jóvenes profesionistas que desarrollen competencias de capital humano para su comunidad y las industrias, a la vez que promueven la búsqueda de lograr un mayor potencial de acuerdo con sus intereses, recursos y aptitudes. Estas se relacionan con ciertos valores, metas y expectativas que permiten al estudiante afrontar problemas tanto en su vida profesional como personal. Para ello, es necesario trabajar habilidades emocionales que permitan al joven reconocer, reflexionar e integrar sus emociones de forma equilibrada. Estas competencias emocionales se asocian con características positivas como la fortaleza, perseverancia, aceptación, afrontamiento asertivo y empatía. Sin duda, la convivencia y clima escolar se vería beneficiado de este reforzamiento del tejido social, promoviendo interacciones entre estudiantes y maestros más sanas, facilitando la inclusión, la equidad y la participación activa. El cómo son percibidas las experiencias afectivas diferencia la vida del alumno en aspectos tanto académicos como sociales.

Licht, (17) señala la ansiedad académica como algo común entre los jóvenes universitarios bajo la presión y el estrés académico, similar a lo que sucede

con el estrés laboral. Jovenes que tienen la necesidad de trabajar y estudiar enfrentan mayores dificultades en organizar su tiempo y eso afecta negativamente su rendimiento académico. Un estudio realizado en Barranquilla mostro que los alumnos que trabajan se perciben como mas autoeficaces en comparación con los estudiantes que no laboran, aunque también perciben mayores estrés y ansiedad por las demandas laborales.

La ansiedad académica genera una serie de respuestas fisiológicas, cognitivas, emocionales y conductuales ante situaciones académicas. El desequilibrio en el bienestar físico y emocional puede agotar al joven y disminuir el rendimiento académico.

Por lo tanto, se plantean las siguientes preguntas acorde a lo mencionado en el presente documento:

- ¿Cuál es la relación entre el rendimiento académico y la calidad de vida en estudiantes universitarios?
- ¿Cuáles son las dimensiones de la calidad de vida que predicen el rendimiento académico en estudiantes universitarios?

1.4. Objetivo General

La presente investigación pretende indagar en cómo es que se presenta el rendimiento académico y calidad de vida en estudiantes universitarios de estado de Sonora. Tiene el fin no solo de identificar las variables que intervienen en la calidad de vida, sino el cómo estas variables están relacionadas y como afectan al rendimiento académico.

Se llevará a cabo la aplicación de un instrumento de evaluación cuantitativa transversal no experimental para identificar estadísticamente la población afectada en el rendimiento académico y calidad de vida.

1.5. Objetivos específicos

- Se analizará la influencia del bienestar físico en el rendimiento académico de estudiantes universitarios del estado de Sonora.
- Se analizará la influencia del bienestar psicológico en el rendimiento académico de estudiantes universitarios del estado de Sonora.
- Se analizará la influencia social en el rendimiento académico de estudiantes universitarios del estado de Sonora.
- Se analizará la influencia del ambiente en el rendimiento académico de estudiantes universitarios del estado de Sonora.
- Se adaptará una escala para medir el rendimiento académico en alumnos universitarios del estado de Sonora.

1.6. Justificación

La presente investigación es de suma importancia para la población estudiantil universitaria del estado de Sonora, ya que por medio de esta se busca analizar y describir los efectos colaterales en el rendimiento académico tras una deficiente calidad de vida. Se proporcionará información sobre los hábitos saludables, hábitos no saludables, percepción psicológica y manejo del estrés relacionados con la calidad de vida. De igual manera se proporcionará información sobre cómo pueden

los estudiantes universitarios prevenir la deficiente calidad de vida y mejorar su rendimiento académico.

En México el bajo desempeño académico y la deserción escolar es bastante común en la población universitaria (18), indicando bajas calificaciones y exámenes de recursamiento, siendo un problema prioritario. El indicador más estable del rendimiento académico son las calificaciones plasmadas en números, que nos proporcionan el promedio general. De acuerdo con datos de la UNAM 3 de cada 10 estudiantes universitarios ingresan a la educación superior, teniendo un 50% de deserción.

La orientación al logro académico es un marco teórico que establece que ciertas metas académicas pueden diferenciarse al ser motivados intrínseca o extrínsecamente, incluyendo ciertas expectativas sociales asociadas con el rendimiento académico. Las metas académicas con orientación a la maestría se enfocan en la experiencia afectiva y satisfacción que genera alcanzar una meta académica, caracterizado por una autopercepción académica positiva, buscando su crecimiento y planteando metas elevadas, lo que implica un esfuerzo elevado por parte del estudiante. Esta orientación se enfoca en la mejora constante respecto a uno mismo, buscando alcanzar su mayor potencial en sus intereses y consolidando la confianza en sí mismo. Tanto el locus de control como la motivación son intrínsecas, ósea algo que depende de su responsabilidad, perseverancia y esfuerzo. Si por el otro lado, el estudiante considera las consecuencias de su pobre desempeño académico como algo ajeno a ellos, nos buscara modificar su conducta

o superarse. (19)

México es uno de los países con mayores niveles de estrés en el mundo. La diferenciación socioeconómica y las consecuencias que esta conlleva (para aquellos con menores niveles de ingreso un ambiente mas hostil y estresante, que no le permite desarrollarse y alcanzar su potencial). En el mundo académico las emociones de presión, estrés y ansiedad como producto de la carga académica se le denominan ansiedad académica. Este exceso de carga académica genera sentimientos de agotamiento, poca energía, baja motivación y ansiedad por el futuro académico. La ansiedad académica provoca una serie de respuestas fisiológicas, afectivas y sociales que, al ser el estudiante presionado, despliega un repertorio conductual, cognitivo y emocional para afrontar el contexto escolar y alcanzar un desempeño académico satisfactorio. Estas habilidades pueden ser las habilidades de afrontamiento, resolución de problemas, estrategias de estudio para los exámenes, relaciones con pares, maestros e incluso la pérdida de algún ser querido. La incapacidad de adquirir estas herramientas provoca consecuencias físicas, psicológicas y emocionales adversas, que resultan en conductas desadaptativas, tales como trastornos emocionales o de personalidad. (7)

Cuamba (19) indica que en ciertas universidades del estado de Sonora existe un aumento de casos de posibles problemas de salud mental en estudiantes, tales como ideación suicida o autolesiones. Se reportan crisis de pánico, profundo malestar emocional e incluso suicidios. Esto aunado a una mayor población estudiantil, falta de personal para darle continuidad a los casos dificulta el monitoreo

e intervención de estas situaciones riesgosas. De acuerdo con los resultados de este estudio, se evidencia la presencia de malestar psicológico, tanto a nivel cognitivo, emocional y conductual, en general en todas las carreras. Se encontraron altos niveles de autculpa, negación y evitación con los eventos estresantes. Esto provoca aislamiento y sentimientos de soledad en los estudiantes, lo que finalmente se traduce en un pobre desempeño académico.

Acorde a la información investigada se puede observar que el rendimiento académico en estudiantes universitarios se ve afectado por la calidad de vida siendo está integrada por diferentes factores; físico, psicológico, social y ambiental. Es así como el alumno universitario se ve afectado en unas de estas áreas su rendimiento académico podría ser deficiente. Se espera poder tener nuevos datos estadísticos sobre la afectación en el rendimiento académico por el nivel de calidad de vida. Una vez que se haya obtenido esta información se podrá evidenciar a través de la presente investigación la importancia de fomentar la calidad de vida en los estudiantes universitarios del estado de Sonora.

La presente investigación es de gran relevancia ya que en México hay investigaciones que indican que una deficiente calidad de vida puede afectar el rendimiento académico de los estudiantes universitarios. Sin embargo, existen pocas investigaciones sobre el rendimiento académico acorde a la calidad de vida en alumnos universitarios el estado de Sonora. Por ende, se generaran nuevos conocimientos sobre esta temática en el estado de Sonora. Una vez generados estos conocimientos se podrá detectar estadísticamente la relación del rendimiento

académico con la calidad de vida de los alumnos. Y se podrá informar y crear conciencia en alumnos universitarios sobre la gravedad del problema y la prevención del mismo.

1.7. Beneficios esperados:

La presente investigación será de gran utilidad a la población de estudiantes universitarios del estado de Sonora. En ella se analizará e investigará a detalle sobre el rendimiento académico y la calidad de vida en la vida de alumnos universitarios del estado de Sonora. La aplicación de la escala analizará cómo es que estas dos variables (rendimiento académico y calidad de vida) se relacionan en el desempeño y bienestar del alumno universitario. Los resultados servirán para sustentar que es posible que el rendimiento académico está relacionado acorde a la calidad de vida. Es posible analizar a través de la escala estas variables en los estudiantes universitarios.

Duran (20) indica que la calidad de vida en el estudiantes es indispensable para un alto desempeño académico, entendido como los logros académicos alcanzados, el promedio, la capacidad de organizar recursos, las creencias sobre sus habilidades al hacer equipo, aportar ideas y resolver problemas, de la mano con el programa curricular. La población universitaria cobra interés para comprender como los jóvenes, como una población más independiente y autodeterminada, interactúa con factores de salud física, psicológica, social y ambiental. (21)

1.8. Limitaciones

Las limitaciones que podrían presentarse en la aplicación de la escala a estudiantes universitarios del estado de Sonora se pueden considerar distintos aspectos. Entre ellos la disponibilidad de tiempo de los alumnos, debido a que tienen su tiempo organizado acorde al horario de la carga académica en lo que respecta a sus materias. También otro factor es el ambiente escolar, ya que no serán llevados a un aula específica para la aplicación de la escala y puede haber distractores que en los estudiantes al momento de responder la escala. Otro factor podría ser que los docentes no acepten dar un espacio de tiempo en su materia para que los estudiantes respondan la escala. La escala no se aplicará solo a una universidad y eso puede influir en los resultados ya que cada universidad tiene su formato y ambiente escolar.

Es importante señalar en las escalas de auto reporte los sujetos pueden mostrar un sesgo de hacia respuestas centrales o extremas, dificultades para recordar eventos pasados o respuestas con deseabilidad social. Finalmente, el tiempo puede ser limitado debido a que los estudiantes tienen horarios académicos saturados y tareas en casa, podría implicar que no le den importancia suficiente a responder la escala y eso retarde el número de escalas aplicadas.

1.9. Alcances

Los resultados que se obtendrán en la presente investigación, solo son aplicables a jóvenes universitarios entre los 18 y 30 años de edad del estado de Sonora México. Los resultados no se podrán generalizar al resto de la población mexicana o de otros países debido a las características culturales, sociales y regionales del territorio.

El alcance del estudio está limitado por la descripción de que la medición de la escala se aplicara una vez en el tiempo. También se considera que la muestra no será elegida al azar ni se manipularan las variables ni se manejara grupo control. La aplicación de la escala se aplicará a distintas universidades del estado de Sonora siendo esta una delimitación en cuanto al ambiente escolar. Por lo tanto, los resultados deben ser considerados con cautela.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

En 1932 Arthur Pigou, teórico e investigador de la economía del bienestar, busco comprender los costos cuantitativos de los servicios sociales del estado para calcular el producto social. Después de la segunda guerra mundial, existió interés por comprender el desarrollo regional de países con alto capital humano y social, tales como Japón, Alemania o Corea. La calidad de vida se convirtió en un concepto que media la satisfacción, las experiencias afectivas, la afiliación social y los servicios del ambiente (agua, luz, drenaje, salud, información, etc.). Estos se asocian con el propósito y la experiencia afectiva del individuo respecto a sus logros en comparación con uno mismo o los demás (motivación intrínseca o extrínseca). (22)

En 1961 la ONU estableció doce requisitos para la equidad y justicia de una región: salud, hogar, nutrición, empleo laboral, clima laboral, capacidades de ahorro y consumo, transporte, vestido, tiempo de ocio y la libertad humana (elegir tu profesión, si tener hijos o no, casarte, gustos e intereses, etc.). (22)

La ONU, a través de la Organización Mundial de la Salud (OMS) fue la primera en explicar la calidad de vida como un fenómeno de salud física, psicológica, social y contextual. Entendida como la experiencia del sujeto sobre su situación en la vida, su propósito, las metas y valores elegidos. Se relacionan estándares culturales, en diferentes niveles, desde el género, edad o posición socioeconómica. En ella se

caracterizan dimensiones tales como la independencia, habilidades de afrontamiento asertivas, estabilidad emocional, redes de apoyo y buenas relaciones sociales y con su ambiente. (22)

De acuerdo con la OMS (1998) la calidad de vida es la perspectiva del individuo sobre su vida de acuerdo a ciertos criterios culturales, expectativas sociales, morales, normas entre otros, que se impregnan en sus actividades familiares, de salud, laborales o académicas, en su vida diaria en general. La calidad de vida se entiende como algo dinámico y complejo, donde diversas variables intra e interpersonales junto con el contexto, lo que converge en una percepción subjetiva de bienestar y satisfacción respecto al compromiso, propósito y sentido de los valores, metas, logros y su interacción con un ambiente que satisface o frustra las necesidades básicas de poder adquisitivo, empleo, transporte, percepción de seguridad, áreas verde, espacios de recreación, niveles bajo de tráfico, entre otros. (23)

2.2. Modelos de calidad de vida

La calidad de vida puede ser conceptualizada como una experiencia subjetiva sobre el bienestar físico y socioemocional de la persona, el logro en metas y congruencia con valores propios, expectativas y preocupaciones (24). Aspectos como el bienestar material, relaciones adaptativas con el ambiente y la salud objetiva.

El modelo de calidad de vida que propone Schalok y Verdugo definen la calidad de vida como una representación cognitiva del estado deseado, la cual es influenciada

por la región, etnia, cultura, tanto por criterios objetivos y subjetivos, tanto de la vida física, psicológica, social y ambiental.

A continuación, se describen las ocho dimensiones de calidad de vida propuestas por Schalok y Verdugo:

2.2.1. Bienestar emocional

La percepción de seguridad, intencionalidad de pedir o buscar ayuda, la sensación de tranquilidad, el autoestima, el bienestar psicológico (ausencia de emociones negativas prolongadas) y satisfacción con el sentido de propósito; colectivamente reducen el estrés, facilitan situaciones predecibles y la espiritualidad. (25)

2.2.2. Relaciones interpersonales

Se refiere a las competencias interpersonales del individuo para iniciar conversaciones, brindar apoyo emocional, ser sincero y responsable, lo que fortalece las relaciones de amistad y confianza. La intimidad es una necesidad psicológica del ser humano, la capacidad de cuidar de otros y ser cuidado, el involucramiento en la vida de los seres queridos, el apoyo familiar, de pareja o amistades. (26)

2.2.3. Bienestar material

La estabilidad laboral, un salario bien remunerado facilitan satisfacer necesidades psicológicas del organismo tales como seguridad, vivienda, ambientes de

esparcimiento, el apoyo del estado al empleo. Esta usualmente es medida con criterios como numero de cuartos en tu hogar, carros, dispositivos electrónicos (focos, televisiones), ingresos, entre otros. (27)

2.2.4. Desarrollo personal

El crecimiento personal es imprescindible en el aprendizaje, la experiencia afectiva de logro y edificación a nivel personal al adquirir nuevos conocimientos sitúa la motivación a un nivel más intencional e integrativo. La educación superior (al igual que la básica y media superior) debe fomentar actividades que incentiven la formación y vocación de futuros profesionistas y ciudadanos con un alto capital humano y social. (27)

2.2.5. Bienestar físico

Una alimentación balanceada, realizando tanto actividades físicas como intereses propios se asocian con esta dimensión. Una alimentación nutritiva, baja en grasas y carbohidratos, habilidades para regular el estrés son necesarios para que el estudiante mejore su calidad de vida por medio del autocuidado, elegir acciones prudentes que fomenten su autoestima, amplié su repertorio conductual, mejore su condición cardiorrespiratoria, tiempo de ocio y hobbies que resulten significativos para la persona, aumentando su calidad de vida por medio de competencias y ejercicio físico. (24)

2.2.6. Autodeterminación

De acuerdo con la Teoría de la AutoDeterminación (TAD) la autonomía es una necesidad psicológica entendida como la capacidad del individuo (estudiante) de realizar planes y tomar decisiones respecto a su curso de acción. Se relaciona con las metas personales, intereses y valores. El crecimiento personal es posible cuando el estudiante es capaz de explorar sus necesidades físicas, afectivas y socioambientales, desde una perspectiva asertiva y optimista, donde el estudiante muestra un interés activo por reflexionar sobre sus experiencias internas, sin juzgar o por medio de sesgos polarizantes, que le permitan reconocer y abordar las adversidades de forma integrativa, que faciliten el equilibrio del mismo. El crecimiento personal es posible cuando la persona es protagonista de su desarrollo propio. (27)

2.2.7. Inclusión social

Tiene que ver con las redes de apoyo sociales, ser miembro activo de la comunidad por medio de actividades altruistas y el percibirse afiliado al grupo son aspectos importante de esta dimensión. Es importante que la universidad promueva perspectivas que reconozcan la diversidad, la importancia de cada alumno y promover interacciones de respeto, amabilidad, empatía, tolerancia, etc. Las experiencias de los estudiantes con otros pares provenientes de comunidades marginadas o discriminadas concientizan y mejora la actitud de los estudiantes para trabajar en equipo o entablar relaciones de amistad con sus pares. (28)

2.2.8. Derechos

Para ello es necesario una sociedad equitativa, justa y cooperativa que busque brindar acceso a los derechos y libertades individuales. Reducir brechas sociales, votar por reformas estructurales y el respeto a la propiedad son indispensables. De igual manera el conocimiento de los derechos del individuo como persona. (27)

2.3. Base teórica científica

2.3.1. Teoría de persona y sociedad

Se plantea una relación dual entre el individuo y su ambiente, entendiendo el ambiente como un contexto de sociocultural complejo, donde los grupos e individuos interactúan entre sí, cooperando para la construcción de una sociedad justa e igualitaria, que permita el desarrollo personal del individuo. Así, desde la familia hasta las instituciones educativas, religiosas, sociedad civil, la colonia, ejercen una influencia que facilita o impide el desarrollo pleno del sujeto. (27)

Desde la teoría ecológica de Bronfrenbenner, las interacciones reciprocas entre el contexto y el individuo provocan cambios entre ellos, lo que influye en el desarrollo cognitivo, social y moral de los individuos. El concepto de capital social señala que la cooperación entre los miembros de una comunidad se logra por medio de la confianza y comunicación retroalimentativa, donde las personas se vinculan y organizan para lograr cambios positivos en su comunidad.

2.3.2. Teoría de los dominios

De acuerdo con Olson y Barnes de que la calidad de vida usualmente es relacionada con la percepción de propósito, plenitud y autorrealización en áreas consideradas significativas por el individuo. Así, los investigadores miran en estos factores

protectores o de riesgo tales como las relaciones de pareja, familia, amistades, hogar, empleo, estudios, acceso a servicios básicos y de información, seguridad, áreas verdes y de recreación, transporte, tráfico, entre otros. Cada persona elige los recursos y competencias que le permitirán satisfacer los dominios y la experiencia afectiva de logro y plenitud. (28)

2.3.2.1. Hogar y bienestar económico

Liu et al, (29) indica que, si la persona satisface sus necesidades de intimidad y vinculación, es decir, se relaciona con las personas con las que convive en su vida diaria, además de un buen salario y estabilidad económica (o la falta de ella) afecta en su calidad de vida.

2.3.2.2. Amigos vecindario y comunidad

Se asocia con la aceptación social y la afiliación percibida, además del acceso a servicios y productos, realizar compras y la percepción de seguridad en el barrio o los lugares que frecuenta. (28)

2.3.2.3. Vida familiar y familia extensa

Se refiere a las relaciones interpersonales con la que la persona convive el individuo en su hogar, la familia aporta soporte emocional y afecto como también la comunicación (30). Una comunicación adecuada y abierta entre los integrantes de la familia es un requerimiento para una funcionalidad familiar saludable.

2.3.2.4. Calidad y ocio

Es la predisposición del espacio libre que tiene el individuo para hacer acciones recreativas y de deporte. Por lo tanto, la incentivación de los estudiantes con programas educativos (28). También se señala la calidad del sueño como un factor

relevante, donde perturbaciones del sueño empeoran la calidad de vida. (31)

2.3.2.5. Medios de comunicación

Se refiere a la satisfacción que puede tener una persona con los programas como la televisión, radio, y redes sociales. (29)

2.3.2.6. Religión

Hace referencia a la vida religiosa de la persona, pueden ser creencias de las familias, tiempo que ofrecen a su dios y la visita a iglesias o templos. (32)

2.3.2.7. Salud

De acuerdo con Mak et al, (32) hacen referencia a la calidad de salud que tienen tanto la persona como su familia, el estilo de vida y como esta puede afectar su salud, donde estilos de vida que promueven la salud, que se refieren a las acciones que el individuo realiza para tomar la iniciativa en buscar aquello que podría beneficiar su salud (dieta saludable, actividad física, bajo consumo de tabaco o alcohol).

2.4. Rendimiento académico

De acuerdo con Hernández (33) el modelo educativo busca formar el capital humano para satisfacer las necesidades económicas e industriales. Para ello, las competencias y productividad del trabajador, junto con procesos de innovación y desarrollo tecnológico de empresas y universidades, mejora la producción y servicios. Así, los mercados e industrias buscan diseñar métodos de evaluación, enfocándose en indicadores de productividad y desempeño, y por lo tanto, de los resultados de producción. Esta perspectiva de eficacia, productividad y calidad ha permeado diversas áreas de la vida social del hombre, entre ellas las instituciones

sociales, tales como la educación.

Los estudiantes universitarios enfrentan una amplia gama de factores estresantes continuos relacionados con el rendimiento académico (34). En comparación con la preparatoria, el entorno de aprendizaje y los métodos de aprendizaje de las universidades han sufrido cambios significativos. El conocimiento de la materia ha aumentado y los requisitos de aprendizaje se han vuelto más estrictos. Estos cambios han resultado en muchos estudiantes que experimentan problemas de adaptación y un menor interés en aprender.

A lo largo de los años, muchos enfoques sobre el rendimiento estudiantil durante el primer año de la universidad se han propuesto en la literatura (35). Hasta la fecha, un gran número de variables, por ejemplo, el estatus socioeconómico del estudiante, habilidades de estudio (36), aprendizaje autorregulado, creencias de autoeficacia (37) y apoyo social (35), se ha descrito que tienen un impacto directo en el rendimiento. Estos hallazgos dan crédito a una concepción del rendimiento académico como un proceso multifactorial complejo.

Para diversos países con alto nivel de innovación y desarrollo tecnológico, la educación y el rendimiento académico se ven como un factor relevante en el desarrollo industrial y económico del país, por medio de ideas innovadoras para mejorar la calidad de los productos o economizar los métodos de producción. (34)

Cárdenas et al (38) señala que el rendimiento académico es el producto de un proceso complejo multifactorial, desde aspectos biológicos del estudiante como organismo, su desarrollo cognitivo y bienestar socioemocional, y sus interacciones con la sociedad y la naturaleza de las interacciones entre sus miembros. Estos se

relacionan y conllevan a los resultados del proceso enseñanza/aprendizaje que ha logrado el estudiante.

2.4.1. Dimensión académica

Se refiere al proceso que conlleva el desarrollo académico y formativo del estudiante. Se relaciona con variables que afectan la obtención de resultados ya que los resultados académicos tienen una evidencia cuantitativa. Las calificaciones son predictores del adecuado desempeño de los alumnos. (36)

El desempeño académico es usualmente definido en términos de la puntuación promedio. El promedio es una medida objetiva con buena confiabilidad interna y estabilidad temporal. (37) Ninguna otra medida del desempeño académico rivaliza con el promedio académico. Por ejemplo, medidas conductuales tales como el tiempo dedicado a estudiar no se encuentran relacionado o es muy débil su asociación con el promedio.

Los estudios que analizan el rendimiento académico reconocen el impacto de procesos motivacionales y cognitivos en el mismo (37). El desempeño de los estudiantes depende de la combinación de motivaciones y estrategias de autorregulación en diferentes tareas y contextos.

2.4.2. Dimensión económica

Explica el bienestar material de los estudiantes, su capacidad para satisfacer sus necesidades mientras estudiante: alimentación, hogar, transporte, recursos académicos, gastos y tiempo de ocio. (38)

2.4.3. Dimensión familiar

La naturaleza de las dinámicas familiares juegan un rol determinante para el futuro

académico del estudiante, su autopercepción académica, creencias de autoeficacia, habilidades emocionales regulatorias son, en gran medida, nutridas por el ámbito familiar. Este contexto de socialización puede satisfacer o frustrar las necesidades de autonomía, competencia e intimidad del estudiante, interiorizando valores, expectativas y competencias que le serán útiles en su vida independiente, facilitando el aprendizaje. (39)

Aspectos como la cohesión familiar (participación de los miembros de la familia en decisiones, comunicación de calidad, apoyo y validez emocional), dinámicas familiares positivas y si el estudiante universitario vive con sus padres se asocia positivamente con la calidad de vida y el rendimiento académico.

2.4.4. Dimensión motivacional

Desde la perspectiva de las teorías de la motivación, en los estudios se identifican un numero de patrones relacionados al logro académico que activados por diferentes metas motivacionales (40). Los estudiantes orientados al logro académico persisten en tareas difíciles (41), reportan altos niveles de compromiso con la tarea (42), presentan altos niveles de esfuerzo y persistencia (43) y utilizan estrategias de aprendizaje que mejoran el entendimiento conceptual y el recuerdo de la información. Las metas de maestría también están asociadas con una percepción positiva de las habilidades académicas y la autoeficacia. (44,45,46)

2.4.5 Dimensión social

Una línea de investigación en las metas sociales se refiere a las metas académicas. Aquí se analizan las razones sociales para realizar el trabajo académico, tales como querer ganar aprobación de sus pares o maestros. Las metas sociales involucran

las razones sociales por las cuales el estudiante anhela obtener éxito en situaciones académicas (47)

Niemivirta et al, (48) reportan que después de controlar los efectos del dominio académico y el desempeño de objetivos, la preocupación social predecía positivamente el uso por parte de los estudiantes de estrategias de aprendizaje profundo, esfuerzo y compromiso motivacional. Mientras que las metas de afiliación social no estaban relacionadas con el esfuerzo y el compromiso motivacional.

El desarrollo de las metas sociales se asocia con relaciones sociales positivas, autoaceptación, crecimiento personal y adaptación social (47) conducta pro social, relaciones positivas con pares y metas de dominio académico (43), compromiso académico y satisfacción social.

Diversos estudios (35) señalan que el impacto del apoyo social en el desempeño académico esta mediado por el capital psicológico (incluyendo la resiliencia) y el compromiso al estudio, los estudiantes con más recursos personales y sociales puede mostrar más habilidades para lidiar con estresores del estudio y molestias ambientales y emplear conductas autor regulatorias más exitosamente.

2.5. Modelo de Carroll basado en las oportunidades de aprendizaje escolar

De acuerdo con el modelo propuesto por Carroll para explicar y medir el proceso de enseñanza-aprendizaje, existen dos factores que operacionalizan este fenómeno:

a) el tiempo invertido por el estudiante para lograr su aprender y comprender un contenido y b) el tiempo requerido para realizar una tarea o proyecto académico. Se han llevado a cabo una amplia gama de investigaciones empíricas y teóricas, utilizando el concepto de Oportunidad de Aprendizaje (OdA). Al contemplar los

factores externos de la escuela (estrato socioeconómico, clima y convivencia escolar) que se relacionan con la OdA, se tiene una perspectiva más amplia de acuerdo con la equidad y eficiencia del sistema educativo. (49)

Este modelo analizar las variables que influyen en la relación entre las capacidades cognitivas y actitudes respecto a la barrera de aprendizaje, esto es, las dificultades que enfrenta el estudiante para adquirir el conocimiento y comprender, lo que implica un esfuerzo cognitivo y el uso de estrategias de aprendizaje. Esto conlleva al logro académico, donde interactúan factores como: el periodo de tiempo que dedica el maestro a un contenido curricular, el compromiso e involucramiento del estudiante por aprender, la cantidad de tiempo y recursos empleados para participar activamente en su aprendizaje, las habilidades para lograr un aprendizaje significativo y profundo sobre la tarea, comprensión verbal del lenguaje empleado y la capacidad de comprender las instrucciones de la tarea a realizar. (50)

2.6. Teoría de la Modificabilidad Cognitiva, propuesta por Feuerstein, R. (1983)

Se basa en la idea de que, si bien hay factores socioeconómicos y culturales que influyen en el desempeño académico, los estudiantes pueden adquirir habilidades de afrontamiento resilientes, donde el alumno puede generar sus propios recursos para mejorar su calidad de vida y lograr el éxito académico. En este sentido, el buen rendimiento académico y la inteligencia son susceptibles de entrenamiento, empleando estrategias de aprendizaje y de resolución de problemas que pueden mejorarse. Esto permite al estudiante lograr su mayor potencial. (51)

2.7. Condicionantes del rendimiento académico

2.7.1 Inteligencia

Diversas teorías y modelos plantean una asociación entre la inteligencia y el desempeño académico. Aun así, es importante tomar en cuenta aspectos como la motivación, la orientación al logro, compromiso y satisfacción con los ambientes de aprendizaje para hablar de éxito académico, incluso con una alta inteligencia. La comprensión verbal (fluidez verbal, conocimiento cultural, lectoescritura) parece ser la que mayor influencia ejerce en el rendimiento académico. Esto se explica pues el aprendizaje parece ser mediado en gran medida por la aptitud verbal del alumno.

(46)

2.7.2. Personalidad

Durante la juventud, el desempeño académico puede verse afectado por los cambios biológicos y psicosociales asociados a esta etapa. Una mayor conciencia social y la revelación de un mundo social complejo donde nos navegamos pueden dificultar la adaptación positiva a la escuela. Los maestros deben promover un clima de empatía y de búsqueda de ayuda para mejorar la seguridad institucional. Rasgos como la conciencia (entendida como las formas en que una persona desarrolla sus compromisos personales, académicos o laborales) siendo estas meticulosas, detalladas u organizadas o, en su caso, la falta de una estructura para realizar sus planes y metas. La perseverancia ayuda a tener buenos resultados de aprendizaje.

(46)

2.7.3. Clima escolar social

El clima escolar está asociado a la convivencia escolar, donde se promueven

valores colectivos de equidad, inclusión, justicia, tolerancia y paz. Esto se logra cuando la cohesión escolar se caracteriza por interacciones positivas entre pares, y de los alumnos con los maestros y administrativos de la institución. Una estructura clara de las normas y formas de interacción social, expectativas sociales, junto a un ambiente de empatía y tolerancia promovida por los docentes, y una cultura de ayuda entre alumnos y maestros facilita el crecimiento personal y académico. (46)

2.7.4. El profesorado

Un maestro con vocación pedagógica facilita el alto desempeño académico en los cursos y programas curriculares que imparte, además de un sentido de compromiso y logro con el aprendizaje alcanzado por el alumno. En cambio, un maestro con poca vocación utiliza métodos poco flexibles y basados en la repetición para la enseñanza, impidiendo el aprendizaje significativo y profundo. (46)

2.7.5. El método de enseñanza

El docente planea un diseño instruccional basado en estrategias pedagógicas que faciliten el proceso de enseñanza-aprendizaje, estableciendo periodos de tiempo, metas y objetivos bien establecidos. La retroalimentación positiva del maestro hacia sus alumnos, evaluaciones constantes, aprendizaje cooperativo, adecuación de las estrategias de enseñanza y el uso de recursos tecnológicos que mejoren el aprendizaje. (46)

2.7.6. Escuela y clase

Los pares llegan a ejercer una mayor influencia en el adolescente en comparación con los padres. El clima y la naturaleza de las relaciones entre pares puede afectar tanto positiva como negativamente en el rendimiento académico del alumno. (46)

2.7.7. Contexto familiar

Los vínculos familiares, el apoyo a la autonomía, estructura e involucramiento en la vida personal y académica del alumno se asocia significativamente en sus competencias intelectuales y socioemocionales, así como el tiempo de ocio. (46)

2.8. Teoría del rendimiento académico

Diversas investigaciones han buscado comprender el desempeño académico de los estudiantes, tales como la orientación al logro, el compromiso, la autoestima, la motivación o las creencias de autoeficacia académica. La perseverancia, el uso de estrategias de aprendizaje, el esfuerzo cognitivo prolongado, habilidades de afrontamiento para los obstáculos de aprendizaje mejoraran la satisfacción del estudiante respecto a su aprendizaje. (47)

2.8.1. Tipos de rendimiento académico

Rendimiento suficiente: Cuando el alumno es capaz de superar las barreras de aprendizaje y lograr los objetivos curriculares de la materia, de acuerdo con el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Rendimiento insuficiente: El estudiante lo logra adquirir las competencias y aptitudes necesarias para aprobar el curso, fracasando en superar las barreras de aprendizaje.

Rendimiento satisfactorio: El alumno muestra la competencias requeridas del curso, generando recursos propios para afrontar las dificultades académicas..

Rendimiento insatisfactorio: El estudiante es incapaz de cumplir con las expectativas y capacidades mínimas especificados en el programa curricular.

CAPITULO III: MÉTODO

3.1. Línea de Investigación

La presente investigación sigue la línea psicoeducativa donde la primera línea es analizar y medir la relación del rendimiento académico con la calidad de vida. En la literatura existen investigadores que han analizado la relación entre el desempeño académico y la calidad de vida (35) y (48) para estos investigadores es importante entender que factores influyen en el desempeño académico tanto de forma positiva como negativa. Con ellos se busca establecer un marco de referencia para programas de prevención e intervención en la aminoración las variables que impactan de forma negativa la calidad de vida (estrés, depresión, problemas intrafamiliares, pobre autoestima, abuso de sustancias, y enfermedades).

3.2. Metodología Utilizada

El estudio fue realizado por medio del método cuantitativo. Se considera importante utilizar el método cuantitativo, este método nos proporcionó datos estadísticos de la muestra, que indican que tanto influye en rendimiento académico en la calidad de vida de los alumnos universitarios.

El diseño de investigación cuantitativa se caracteriza por ser sistemática, deductiva y explicativa. Se emplean estrategias de análisis estadísticos para comprender con mayor profundidad un fenómeno. De esta forma se establecen variables asociadas (dependiente e independientes) para conformar modelos explicativos, donde se secuencian y ordenan las variables de estudio. Estos diseños cuantitativos pueden ser experimentales o no experimentales, por lo que en algunos

casos se puede manipular la variable independiente y controlar el efecto de variables extrañas. (49)

En los procedimientos de la investigación cuantitativa se busca medir, cuantificar o establecer un valor numérico a los eventos o fenómenos de estudio, estableciendo posibles hipótesis de estudio que son verificadas estadísticamente (hipótesis nula o alterna). Aquí, el investigador plantea un problema de investigación, contextualizando por medio de antecedentes del fenómeno de interés. Las preguntas de investigación establecen el alcance de los problemas que se quieren resolver. Por medio de una búsqueda bibliográfica de los antecedentes, el investigador establece un marco teórico de trabajo, donde las hipótesis y las pruebas son sometidas a escrutinio, mediante un diseño de investigación adecuada. Si los resultados de los análisis estadísticos apoyan las hipótesis, se apoya la certeza del mismo, en cambio si los resultados son contradictorios o confusos, se descartan dichas hipótesis.

Las bases de datos numéricos permiten realizar análisis estadísticos que son aceptadas por la comunidad científica, llevando a interpretaciones o predicciones del fenómeno de estudio. Al final, se establece una discusión y conclusión del fenómeno, exponiendo los resultados, los límites del estudio y posibles futuras investigaciones. (50)

El diseño cuantitativo se caracteriza por una búsqueda de sustentación teórica y empírica durante el proceso de investigación. Se busca la menor influencia del investigador, evitando sesgos, creencias o deseos que puedan afectar los resultados del estudio. El mismo diseño de investigación especifica una serie de

pasos y criterios que permiten la fiabilidad y validez de los datos. De esta forma se puede caracterizar, explicar o predecir las variables de estudio y la relación entre ellas. (50)

El método científico exige una serie de procedimientos lógicos, tales como los tipos de muestreo, la calibración de los instrumentos de medida, el control del ambiente (siempre que sea posible) que validan los resultados. Esta generación de conocimiento permite aplicar un razonamiento deductivo, donde se pueden someter las variables de estudio en diferentes contextos o escenarios y buscar inconsistencias, de lo general a lo particular. Los modelos explicativos buscan una aproximación a la realidad, detectando patrones o leyes causales, de los fenómenos de estudio. (50)

3.3. Diseño metodológico

El diseño metodológico que se llevó a cabo es no experimental transversal descriptivo. El estudio se realizó de manera no experimental porque no hay un grupo control ni hubo control de la variable independiente. Tampoco hubo una medición pre y post.

La investigación no experimental presupone la sistematización de ciertas categorías, variables, eventos o contextos sin que el investigador interfiera directamente o manipule el grado de presencia-ausencia de la variable de estudio. En este tipo de estudio la observación se vuelve una herramienta indispensable, ya que se busca describir el fenómeno tal como se presenta en su estado natural para ser analizado. (50)

Es transversal porque se llevó a cabo la aplicación del instrumento en un solo

momento. Es descriptiva se señala la magnitud en la que se presentan las variables.

Los estudios descriptivos se especifican porque el investigador no manipula las variables de estudio y porque se retrata un momento específico del contexto, conducta o fenómeno de estudio. Esto significa que se hace un corte en el tiempo y espacio para detallar las características del fenómeno en un momento específico, usualmente descritos de corte transversal, esto permite establecer asociaciones entre dos o más variables. En cambio los estudios longitudinales realizan medidas en momentos diferentes durante un periodo de tiempo, permitiéndole comparar y comprender la forma en que fluctúa la variable de estudio durante el tiempo. (51, 52)

Es importante entender que los datos generados solo se aplican en la muestra recolectada (por ello la importancia del tipo de muestreo, que puede aumentar la validez y confiabilidad del estudio al asegurar el azar en la selección de los sujetos de estudio). De esta forma se mide un fenómeno, comunidad o evento en un momento dado. Examina el grado de presencia de la variable o variables, así como la forma en que se correlacionan. El alcance de este tipo de estudios son generalmente correlaciones, aunque también son de tipo exploratorio, incluso explicativos, reconociendo los límites de los resultados. (50)

La investigación transversal mide las características de una muestra que se analiza, buscando la validez y confiabilidad de los datos. Se impide influir en las variables a estudiar. Las preguntas de investigación, el planteamiento del problema y las hipótesis deben ser novedosas y creativas, buscando resolver un problema o generando conocimiento respecto a un vacío del conocimiento de una variable

respecto a otra o en un contexto específico. En los estudios cualitativos se emplean estudios de caso o grupos focales, generando descriptores y categorías de estudio, mientras que los estudios cuantitativos emplean escalas, cuestionarios o instrumentos estandarizados. (53, 54, 55, 56, 57)

3.4. Población

La población que se esperan explorar los resultados consta de jóvenes universitarios del estado de Sonora de ambos sexos en un rango de edades de 18 a 30 años de edad. El contexto consiste en el marco educativo a nivel superior en el Noroeste de México. La muestra se conformará de 112 estudiantes universitarios entre 18 y 30 años siendo de estos 100 hombres y 100 mujeres. Las universidades seleccionadas serán el Instituto Tecnológico de Sonora, y la Universidad Vizcaya de las Américas.

El muestreo será no probabilístico de forma intencional con criterios de inclusión para la muestra de estar inscrito en las universidades mencionadas, no ser menor de 18 años y estar cursando cualquier semestre o cuatrimestre de la carrera. Las carreras que se incluirán son psicología, educación, veterinaria, diseño y biotecnología. La selección de los grupos será a criterio del investigador de acuerdo al acceso que permitan los coordinadores de la institución.

3.5. Procedimiento de selección de la muestra

Se seleccionaron jóvenes universitarios entre edades de 18 a 30 años de ambos sexos del Instituto Tecnológico de Sonora en Cd Obregón Sonora, México que actualmente se encuentran cursando alguna carrera de dicha institución.

3.5.1. Criterios de inclusión, exclusión y eliminación

Los jóvenes universitarios que fueron seleccionados de ambos sexos en edades que oscila entre los 18 a 30 años se encuentran en estudiando en el Instituto Tecnológico de Sonora y pertenecen a un nivel económico medio en general y bajo en algunos casos.

Se incluyeron alumnos de la carrera de Psicología, Medicina veterinaria, Biotecnología, Ingeniería en Software, Diseño gráfico y Contaduría de primer y tercer semestre. Por su parte a la hora de aplicar el formulario los estudiantes dieron su consentimiento como mayores de edad para compartir información para el desarrollo de un proyecto de investigación, señalando la confidencialidad del estudio y que los datos no se compartirían.

Entre los criterios de exclusión estuvieron los alumnos que se dieron de baja durante el semestre y aquellos que no aceptaron responder el formulario.

3.6. Participantes

Fueron estudiantes universitarios de diversas carreras entre ellas Psicología, Medicina veterinaria, Biotecnología, Diseño gráfico y Contaduría. La mayoría son estudiantes jóvenes entre 18 y 30 años, siendo 20 hombres (48. %) y 21 mujeres (51.2 %).

En cuanto al contexto el Instituto Tecnológico de Sonora es un espacio para los jóvenes que quieren desarrollar competencias profesionales tanto en ingenierías

como en licenciaturas. Así, la visión de ITSON es formar jóvenes profesionistas de incidir las problemáticas regionales y sociales (salud, educación, economía, desarrollo industrial), y dar solución a las problemáticas de la región.

3.7. Técnicas e Instrumentos empleados

Se aplicaron dos escalas; la escala RAU de rendimiento académico universitaria y la escala Calidad de Vida WHOQOL-BREF.

La escala RAU es un cuestionario académico de rendimiento universitario, operacionalizándolo en dos dimensiones: rendimiento académico objetivo y subjetivo. La dimensión subjetiva consta de 20 ítems dividida en tres dimensiones (aportación en las actividades académicas, dedicación al estudio y falta de organización a los recursos didácticos) y el componente objetivo de 6 ítems por dos dimensiones (promedio de calificaciones y actividades de estudio). Los índices de confiabilidad fueron aceptables oscilando entre $\alpha = .54$ y $\alpha = .79$.

La escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF mostro índices de confiabilidad aceptables, mayores a $\alpha = .70$ y un Alpha de Cronbach global de $\alpha = .89$. El modelo establece cuatro dimensiones: a) Salud física, b) Salud psicológica, c) Relaciones sociales y d) Ambiente.

3.8. Procedimiento de Recolección de Datos.

Se agregaron la escala RAU de rendimiento académico universitaria y la escala de Calidad de Vida WHOQOL-BREF a un formulario de google. Se programó un total

de 46 ítems de las escalas y 5 ítems de las características sociodemográficas con sus respectivas opciones de respuesta.

Se platicó y solicito permiso a la coordinadora académica de una materia de tronco común que abarcaba las carreras de Psicología, Medicina veterinaria, Biotecnología, Diseño gráfico y contaduría.

Se visitó las aulas de los estudiantes y se les pregunto si querían participar en la aplicación del formulario a lo cual consintieron. Se les envió el formulario de manera digital.

3.9. Desarrollo de Etapas de la Investigación

3.9.1. Etapa 1. Selección del objeto de estudio

Para la presente investigación se acudió al Instituto Tecnológico de Sonora. Para que se llevaran a cabo los objetivos de estudio se estableció un acuerdo con la coordinadora académica de la materia de control común explicándole el propósito del levantamiento de datos. Después de su autorización se eligió a grupos de manera no aleatoria por conveniencia con grupos aproximados de 30 estudiantes. Confirmados los tres grupos de investigación para la prueba piloto de los instrumentos de medición, para su validación y corroborar su confiabilidad.

3.9.2. Etapa 2. Trabajo de campo

Se acudió a los salones de clases dentro de la universidad en un horario entre las 12:00 a 15:00 horas. El investigador se presentó frente al grupo brindando

información sobre la naturaleza del estudio aclarando dudas, y señalando la secrecía de la información que se iba a recolectar. Se les pregunto a los alumnos sobre su aceptación en la participación del estudio y se les facilito el link con el formulario de google. El tiempo estimado para contestar el formulario fue entre 15 y 20 minutos.

3.9.3. Etapa 3. Análisis de la información

Después de que los estudiantes contestaron el formulario se descargó la base de datos en Excel de la plataforma en formulario de google, el archivo Excel se convirtió en un formato para análisis en el software estadístico SPSS. Se diseñó la base de datos con la información sociodemográfica y los ítems de las escalas de medición. Se trató los datos de los ítems negativos y se calcularon las variables de estudio.

El primer análisis consistió en los estadísticos descriptivos (media, desviación estándar y estimadores de normalidad). Después se hizo un análisis de confiabilidad Alpha de Cronbach en las dimensiones tanto de desempeño académico como de calidad de vida. Enseguida se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio de extracción de máxima verosimilitud y rotación oblimin para comprobar la estructura de ambas escalas.

Para análisis inferenciales se llevaron a cabo análisis de T de student para comparar las medias entre hombre y mujeres y conocer si existían diferencias significativas. Después se llevaron a cabo análisis de correlación de Pearson y por ultimo una regresión lineal jerargica.

3.9.4. Etapa 4. Presentación de resultados

En la primera tabla se describen las medias tanto de desempeño académico como de calidad de vida de mujeres y hombres universitarios para establecer y hay diferencias significativas. Se llevó a cabo un análisis de correlación bivariada para conocer si existen asociaciones entre las dimensiones del desempeño académico y de calidad de vida. Por último se realizó una regresión lineal siendo la variable dependiente la calidad de desempeño académico y la variable de calidad de vida.

3.9.5. Etapa 5. Análisis de la información y conclusiones. Describes como se analizaron los resultados obtenidos y como bajo que metodología se obtuvieron las conclusiones (contraste teórico, proceso de análisis de resultados, entre otros que hayas utilizado para obtener tus conclusiones).

Se utilizó el software SPSS para describir los estadísticos descriptivos (media, desviación estándar y pruebas de normalidad), se diseñó una tabla para presentar dichos indicadores. Después de comprobar la normalidad de los datos se procedió a comparar la media de las variables de estudio entre hombres y mujeres universitarios por medio de una prueba T de student. Para los análisis inferenciales se llevó a cabo una prueba de correlaciones y unan regresión lineal para explicar el desempeño académico, se diseñaron dos tablas para mostrar los resultados de dichos análisis.

De este modo se pudo comprobar el nivel de calidad de vida y rendimiento académico de universitarios de Sonora México. Se discutieron los resultados y se

reflexionó sobre las consecuencias de factores contextuales e intrapersonales para el aprendizaje significativo y el desarrollo de competencias durante la carrera universitaria.

3.10. Aspectos bioéticos

Se informó a los estudiantes sobre la naturaleza del estudio explicándoles que la aplicación de las escalas no representa ningún tipo de riesgo físico o psicológico, se le señaló la secrecía de los datos recolectados y que no podría identificarse quien contesto las escalas por lo que se afirmaba el anonimato. Se les solicito su participación voluntaria por medio de un formulario en línea, donde para iniciar dicho formulario era necesario que el participante consintiera en su participación y en compartir los datos del formulario. Estos datos solamente serían manipulados por investigadores y asesores del proyecto de investigación.

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis de Resultados

La escala de respuesta de los instrumentos tiene un rango del 1 al 5, se puede observar en la Tabla 1 puntuaciones por arriba de la media teórica respecto a las dimensiones del desempeño académico y la calidad de vida. Las puntuaciones son moderadas, por lo que se puede asumir una percepción de rendimiento académico positivo, aunque es ligeramente positivo. De igual manera, si bien se percibe una calidad de vida buena, estas puntuaciones ni siquiera son moderadamente altas, por lo que se puede señalar que los universitarios perciben características de su calidad de vida que podrían mejorar. Se cumplen con los criterios de normalidad de todas las dimensiones de estudio, por lo que los datos son útiles para realizar análisis posteriores.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos y de normalidad en las variables de estudio

	<i>M</i>	<i>DE</i>	Curtosis	Asimetría
Aportación en actividades académicas	3.41	0.63	0.10	0.28
Dedicación del estudio	3.78	0.66	-0.43	-0.02
Falta de organización de recursos didácticos	3.20	0.41	-0.16	-0.03
Salud física	3.06	0.62	0.86	0.78
Salud psicológica	3.35	0.61	-0.07	0.34
Relaciones sociales	3.30	0.85	-0.09	0.05
Ambiente	3.40	0.61	0.15	0.41

El análisis de confiabilidad de las escalas empleadas se midió por medio del Alfa de Cronbach, como se puede observar en la Tabla 2 se obtuvieron índices aceptables de confiabilidad en la mayoría de las dimensiones de las escalas, excepto por la dimensión de falta de organización de recursos didácticos de la variable de

desempeño académico universitario. Los demás cumplen con los criterios de confiabilidad, lo que implica que las aplicaciones de las escalas en diferentes momentos obtendrán puntuaciones similares, esto implica consistencia de los resultados a través del tiempo.

Tabla 3

Confiabilidad de las dimensiones en las escalas de medida

	α
Aportación en actividades académicas	.818
Dedicación del estudio	.780
Falta de organización de recursos didácticos	.525
Salud física	.703
Salud psicológica	.795
Relaciones sociales	.722
Ambiente	.821

La Tabla 3 presenta los resultados del análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo, obteniendo un KMO de .724, una X^2 de 897.33 y $gl = 190$. La varianza explicada fue del 41.10%.

Tabla 4

Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo

	Factor 1	Factor 2	Factor 3
Ítem 1		.685	
Ítem 2		.809	
Ítem 3		.698	
Ítem 4	.403		
Ítem 5		.529	
Ítem 6			.301
Ítem 7			-.457
Ítem 8			-.819
Ítem 9			.766
Ítem 10			.686
Ítem 11	.551		
Ítem 12	.732		

Ítem 13	.641	
Ítem 14	.500	
Ítem 15	.485	
Ítem 16	.486	
Ítem 17	.495	
Ítem 18	.599	
Ítem 19		.372
Ítem 20	.501	

Nota. Método de extracción: Máxima verosimilitud. Método de rotación: Varimax
a. La rotación ha convergido en 5 iteraciones

La Tabla 4 presenta los resultados del análisis factorial exploratorio de la escala de calidad de vida WHOQOL-BREF, obteniendo un KMO de .845, una X^2 de 1331.25 y $gl = 276$. La varianza explicada fue del 49.85%.

Tabla 5

Análisis factorial exploratorio de la escala de rendimiento académico universitario subjetivo

	Factor 1	Factor 2	Factor 3
Ítem 3			.669
Ítem 4			.794
Ítem 5	.634		
Ítem 6	.654		
Ítem 7	.564		
Ítem 8	.608		
Ítem 9	.509		
Ítem 10	.652		
Ítem 11	.652		
Ítem 12		.597	
Ítem 13		.558	
Ítem 14		.543	
Ítem 15		.680	
Ítem 16	.570		
Ítem 17	.615		
Ítem 18	.614		
Ítem 19	.799		
Ítem 20	.674		
Ítem 21	.533		
Ítem 22	.488		
Ítem 23		.520	

Ítem 24	.631	
Ítem 25	.548	
Ítem 26		.379
Nota. Método de extracción: Máxima verosimilitud. Método de rotación: Varimax a. La rotación ha convergido en 5 iteraciones		

Se llevaron a cabo comparación de las medias por el sexo del universitario en las dimensiones de desempeño académico. Como se puede observar en la Tabla 5, no se encontraron diferencias significativas en las dimensiones del desempeño académico universitario, por lo que tanto hombres como mujeres perciben habilidades y aptitudes similares para obtener buenas calificaciones y aprender el contenido de los cursos.

Tabla 6

Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones del desempeño académico universitario

	Femenino		Masculino		<i>gl</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>			
Aportación en actividades académicas	3.36	0.60	3.49	0.67	110	1.000	.32
Dedicación del estudio	3.76	0.69	3.81	0.62	110	0.400	.69
Organización de recursos didácticos	3.20	0.42	3.20	0.40	110	- 0.073	.94

En cambio, como se puede observar en la Tabla 6, se encontraron diferencias significativas en algunas dimensiones de calidad de vida, ya que los hombres muestran una media ligeramente mayor tanto en su salud psicológica como en su percepción del ambiente en comparación con las mujeres.

Tabla 7

Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones de la calidad de vida

	Femenino		Masculino		<i>gl</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>			
Salud física	2.99	0.56	3.17	0.70	110	1.505	.13
Salud psicológica	3.26	0.53	3.49	0.70	110	1.988	.04
Relaciones sociales	3.20	0.78	3.46	0.94	110	1.584	.11
Ambiente	3.29	0.57	3.56	0.64	110	2.264	.02

En la Tabla 7 se presentan las correlaciones bivariadas de las variables de estudio, específicamente las correlaciones de Pearson. Los resultados señalan que existen asociaciones positivas y significativas entre el desempeño académico y la calidad de vida del estudiante universitario. Tanto en las dimensiones de aportación en actividades académicas y dedicación del estudio parecen influir los factores ambientales e intrapersonales del individuo, mientras que la falta de organización de recursos didácticos no muestra una relación significativa, excepto con la salud psicológica.

Tabla 8

Correlaciones bivariadas de las dimensiones de estudio

	1	2	3	4	5	6
1 Aportación en actividades académicas						
2 Dedicación del estudio	0.48**					
3 Falta de organización de recursos didácticos	-0.25**	-0.11				
4 Salud física	0.44**	0.23*	-0.29**			
5 Salud psicológica	0.51**	0.30**	-0.29**	0.69**		
6 Relaciones sociales	0.37**	0.22*	-0.08	0.58**	0.64**	
7 Ambiente	0.34**	0.20*	-0.07	0.66**	0.53**	0.61**

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

Predicción del rendimiento académico universitario subjetivo. En el paso 1 se utilizó la variable de salud física (variable independiente) para explicar el rendimiento académico universitario subjetivo, siendo esta relación significativa, $F(14,067) = 9.50$, $p < .003$, $R^2 = .08$. En el paso 2 se incluyó la dimensión de salud psicológica, siendo esta significativa pero la salud física dejó de ejercer una influencia significativa en la variable dependiente, $F(13,215) = 8.52$, $p < .000$, $R^2 = .13$.

Tabla 9

Resumen del análisis de regresión lineal jerárquica prediciendo el rendimiento académico universitario subjetivo por la salud física y salud psicológica

		Rendimiento académico universitario subjetivo	
		ΔR^2	β
Paso 1		.08**	
	Salud física		.28**
Paso 2		.13***	
	Salud física		.05
	Salud psicológica		.33**

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

4.2. Discusión

Se comprueba la hipótesis de estudio donde factores tales como la salud física como la psicológica explican un desempeño académico alto en estudiantes universitarios. Se demostró la importancia de la salud física del estudiante, que se refiere a la capacidad de ser independiente, realizar ejercicio físico, transportarse de un lugar a otro y no ocupar medicamentos para su funcionalidad. Por su parte la salud psicológica se refiere a la satisfacción del estudiante sobre su apariencia física

y la presencia o ausencia de emociones negativas tales como la depresión o la ansiedad.

Así, la actividad física, una buena calidad de sueño, y una buena salud permiten al estudiante transportarse a la institución educativa con la energía para concentrarse en sus estudios y responsabilidades académicas. Por su parte una buena autoestima y habilidades de regulación emocional permiten al estudiante llevar a cabo sus tareas y exámenes de forma adecuada, las ausencias de emociones negativas permiten la concentración y motivación del estudiante, lo que conlleva a una constancia y disciplina escolar. Por último las relaciones sociales son un factor que influye en el buen desempeño académico, la percepción del estudiante de redes de apoyo sociales y relaciones de amistad cercanas promueven la motivación y metas académicas orientadas al desempeño (socialmente atractivo para colaborar y realizar trabajos en equipo), donde también influyen las relaciones de pareja.

Por su parte los análisis de confiabilidad y validez de las escalas arrojaron una buena bondad de ajuste, señalando la consistencia de resultados a través del tiempo y cumpliendo con el supuesto de que realmente estamos midiendo los decimos medir, esto es la calidad de vida y el rendimiento académico en universitarios. Los índices de confiabilidad oscilaron entre .54 y .83 y el análisis factorial exploratorio arrojó un modelo que concordaba con los factores de la escala de rendimiento académico en universitarios aunque no fue así en la escala de calidad de vida donde solamente se mostraron tres factores cuando en la escala original son cuatro.

En lo que respecta a conocer si hay diferencias en las puntuaciones de las escalas por el sexo del universitario no se encontraron diferencias significativas en ninguna de las dimensiones del desempeño académico, por su parte la calidad de vida si mostro diferencias significativas, específicamente en la salud psicológica y el ambiente. Las implicaciones son diversas, las mujeres tienen una percepción más negativa de su ambiente y experimentan en mayor medida emociones negativas. Se ha comprobado que desde la adolescencia las mujeres tienen mayor dificultad para lidiar con el estrés, por lo mismo es importante desarrollar estilos de afrontamiento y redes de apoyo que faciliten la resiliencia.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados, los jóvenes universitarios perciben niveles moderados en sus habilidades de estudio, autorregulación, aprendizaje y disponibilidad de recursos académico para su desarrollo profesional, lo que implica una percepción positiva de su desempeño académico. Por su parte, la percepción de su calidad de vida también fue moderada, aunque más baja en comparación con su percepción de rendimiento académico. Esto implica que los alumnos de universidad se sienten satisfechos respecto a necesidades básicas de salud, bienestar psicológico, percepción de amistades y redes de apoyo positiva y un ambiente relativamente seguro, con acceso a información, servicios de salud y transporte. Las relaciones entre estos factores con el rendimiento académico son bastante claros y se discutirá sus repercusiones.

La etapa universitaria está marcada por un aumento de la autonomía del estudiante, donde la adopción de hábitos saludables son factores fundamentales para el bienestar físico y psicológico. Una pobre dieta alimenticia, fumar, irregularidades en el sueño y poca actividad física parecen predisponer habilidades de afrontamiento inadecuadas, problemas de aprendizaje y afecta el promedio académico. Estas consecuencias son fáciles de entender, problemas de sueño, consumo de sustancias, alimentación inadecuada, falta de actividad física, afectan la motivación, aumentan el cansancio, irritabilidad o el malestar físico, lo que podría explicar las pobres estrategias de afrontamiento, dificultades para resolver problemas, de aprendizaje o ausentismo escolar en el estudiante universitario. Es pertinente

considerar la asociación entre la falta de hábitos saludables con problemas emocionales o de baja autoestima.

La salud psicológica, entendida como las experiencias satisfactorias de vida, tanto a nivel afectivo como cognitivo, impacta en el rendimiento académico de los universitarios al permitir un pensamiento flexible, aumenta el logro y mejora las metas dirigidas a la maestría. Variables como la felicidad, el bienestar emocional, el abordaje emocional mostraron una influencia positiva en el desempeño académico, mientras que la depresión mostro una relación negativa. La frustración de las necesidades psicológicas, desde la Teoría de la Autodeterminación, conlleva a dificultades de regulación emocional, una autopercepción negativa y experiencias emocionales negativas (depresión, sentimientos de soledad, ansiedad), lo que a su vez afecta la motivación en la orientación al logro académico. Los problemas emocionales parecen ser un factor determinante en el pobre desempeño académico. Las experiencias familiares y escolares son críticas para la salud psicológica, los climas de estos escenarios influyen en el desarrollo de estrategias de regulación emocional conductual y cognitiva, la autopercepción, autoconocimiento, motivación, estrategias de afrontamiento entre otros factores intrapersonales.

En la actual investigación si bien la salud física y la psicológica ejercieron una asociación significativa con el rendimiento académico en universitarios, ni las relaciones sociales ni el ambiente mostraron una relación significativa. Aun así, es importante resaltar la influencia de estos factores en el bienestar del individuo. La

calidad de las relaciones familiares, de amistad, noviazgo, junto con los factores contextuales como la seguridad, ocio, lugares de recreación, acceso a servicios, bienestar material, influyen en la satisfacción con la vida del alumno universitario. Desde un abordaje de la calidad de vida, todos estos factores físico, psicológico, social y ambiental se correlacionan e influyen entre ellos.

El actual estudio viene a contribuir al acervo respecto a la calidad de vida y el rendimiento académico. Tanto la salud física como la psicológica son importantes para el éxito académico del estudiante universitario, por lo tanto, es necesario que el clima escolar y familiar promuevan hábitos saludables, como el ejercicio, desarrollo de hobbies o actividades extracurriculares satisfactorias, una alimentación balanceada, autorregulación, higiene del sueño entre otras cosas. Las instituciones públicas y privadas deben promover campañas de información y concientización respecto a la salud física.

Respecto al bienestar psicológico o salud psicológica presenta otras características que hacen necesario que su intervención se lleve a cabo en los ambientes sociales más relevantes e inmediatos para el estudiante, la familia, la escuela y el trabajo (en caso de que trabaje y estudie). Aspectos como la cohesión familiar, la naturaleza de las dinámicas familiares, la calidad de la relación padre-hijo, apoyo parental a la autonomía, control conductual (estructura) y el involucramiento (interés y recursos invertidos en el quehacer diario de la vida de su hijo) son factores familiares que deben promoverse desde las instituciones de salud y educativas. Por parte de la escuela, el clima escolar, las interacciones entre pares, la búsqueda de ayuda o la

dirección de los maestros influyen en la calidad de vida. La convivencia de paz en los contextos educativos es importante para el desarrollo de emociones morales y satisfacción con la vida. Por lo tanto, es importante promover en centros universitarios programas de intervención dirigidas a mejorar la calidad de vida por medio de cursos o talleres de bienestar físico y emocional, alimentación sana, activación física, actividades extracurriculares, desarrollar habilidades de regulación emocional, afrontamiento y fomentar la autopercepción positiva.

Es necesario tomar los resultados con cautela, no se manipularon las variables independientes por lo que no es posible generalizar los resultados. Es relevante llevar a cabo estudios longitudinales respecto a la influencia de la calidad de vida en el desempeño académico

5.1. Hallazgos

Tanto el bienestar físico como el psicológico facilitan herramientas conductuales y cognitivas para obtener un desempeño académico satisfactorio. El realizar ejercicios físicos que fortalezcan las funciones cardiorrespiratorias (sin importar el peso de una persona) aumenta la expectativa de vida y mejora la calidad de la misma. No solo eso, facilita estrategias de resolución de problemas en la escuela, hábitos de estudio, motivación y aprendizaje, ya que el ejercicio reduce el estrés y las hormonas asociadas a esta (cortisol). Al reducir el estrés, la atención de los alumnos aumenta y mejora la integración del contenido curricular. Por su parte, la percepción de autonomía, de independencia del mismo estudiante es importante,

incluso es una necesidad psicológica del ser humano. La capacidad de llevar a cabo planes y ejecutarlos, de transportarte y la movilidad de forma independiente, habilidades para resolver problemas de forma autónoma genera confianza, fortaleza y resiliencia. Como se puede inferir, la salud física y la autonomía están sumamente intercorrelacionadas, las enfermedades obstaculizan al individuo para llevar a cabo sus actividades de la vida diaria, pueden interferir de forma directa o indirecta. La necesidad de tomar algún medicamento, seguir una rutina o dieta puede dificultar la independencia del alumno. En el caso de alumnos con alguna discapacidad motriz o sensorial también son notorias las dificultades en lo que respecta al desarrollo profesional y académico. En este caso la infraestructura y equipamiento tecnológico adecuado a cada situación es lo ideal, junto con una cultura de inclusión y reconocimiento de esta población en la institución de educación superior.

La salud psicológica o bienestar psicológico se complementa con la salud física. Ambas se influyen mutuamente, estableciendo algunas conductas que protegen y otras conductas de riesgo asociadas al malestar emocional. El consumo de tabaco, pobre higiene del sueño, poca actividad física se asocia con la depresión y la ansiedad. Por su parte, hábitos de alimentación equilibrados, la activación física y conductual, el desarrollo de intereses (hobbies) aumenta el repertorio conductual y la satisfacción con la vida, además de promover un círculo social más amplio y redes de apoyo.

El éxito o fracaso académico se asocian con factores intrapersonales, tales como las creencias de autoeficacia académica, motivación y orientación al logro, los

cuales se relacionan con la autoestima, la imagen que tiene el alumno de sí mismo, respecto a sus capacidades, su historial de éxitos o fracasos durante la infancia y el apoyo y validez emocional otorgado por los padres. Los alumnos que se perciben como incapaces académicamente, con pobres habilidades de estudio o aprendizaje, experimentan emociones negativas regularmente. Experimentar las emociones como fuentes de información, de forma acrítica, reflexionando sobre las metas, valores y significados que fueron transgredidos y provocan dichas emociones, permite una mejor conciencia e integración de las emociones, lo que facilita el elaborar un plan o estrategias para resolver el problema o manejar las experiencias afectivas de forma más saludable. En cambio, cuando se evitan las emociones (un distanciamiento a la conciencia de dichas emociones) o se las ignora, estas son manejadas de forma no auténtica y estas son vistas como excesivamente intensas e incontrolables. Sus efectos en el bienestar del estudiante se reflejan en su vida académica, social, familiar y de pareja. Poca motivación, dificultades para salir de su cuarto, tiempo prolongado de aislamiento, sentimiento de indefensión, pobres estilos de afrontamiento y una autopercepción negativa.

Sin duda, las habilidades regulatorias emocionales son promovidas durante la infancia por el modelamiento de los padres (como ellos manejan situaciones emocionales estresantes), sus esfuerzos activos por reconocer pistas emocionales durante la interacción con sus hijos y ayudarles a resolver la dificultad (conductas dirigidas a resolver el problema), acompañamiento y afecto (consuelo) promueven habilidades de reconocimiento y regulación emocional. La comunicación de calidad

y una relación padre e hijo satisfactoria permiten mayor involucramiento de los padres en la vida de sus hijos y sus experiencias emocionales.

En cuanto la diferencia asociada al sexo se encuentra que el desempeño académico es similar, tanto en mujeres como hombres perciben habilidades, tiempo dedicado al estudio y recursos. En cambio, en las dimensiones de calidad de vida se denotan algunas diferencias. En la salud psicológica se encontraron diferencias significativas, siendo las mujeres quienes puntúan ligeramente menor, aunque significativamente, respecto a los varones. De acuerdo con los estándares culturales de género, socialmente es más esperado que las chicas sean más conscientes emocionalmente, lo que les permite brindar mayor apoyo emocional a otros. Algunos estudios señalan mayores dificultades para afrontar el estrés en mujeres adolescentes en comparación con hombres. Estas características podrían explicar esta percepción más pobre de su estado emocional. También las alumnas percibieron más dificultades ambientales, esto es, mayor inseguridad, menos espacios de recreación y ocio, dificultades de transporte o movilidad, acceso a información o servicios. Una posible explicación son los mayores riesgos que sufren las mujeres en la sociedad mexicana, secuestro, agresiones, feminicidios o acoso son, desafortunadamente, escenarios relativamente comunes. Cd. Obregón es uno de los municipios con mayor percepción de inseguridad en México, es viable asumir que esto afecta la percepción de la sociedad estudiantil respecto su seguridad en el hogar o en el transporte durante su trayectoria a la universidad o el trabajo.

5.2. Recomendaciones

- La institución de educación superior debe ser un centro que promueva tanto el capital humano (habilidades, actitudes) respecto a competencias determinadas, como del capital social (cooperación, comunicación) que mejora el tejido social, la confianza y la organización de la comunidad para el progreso social.
- La universidad debe formar profesionistas no solo con habilidades técnicas y conocimiento científico para el desarrollo industrial, sino habilidades que permitan hacerle frente a las adversidades de la vida por medio de estilos de afrontamiento, resolución de problemas y habilidades de regulación emocional.
- La universidad debe promover estilos de vida saludable, que mejoran la calidad y satisfacción con la vida del estudiante, diseñando clases, promoviendo talleres que tengan el propósito de realizar tantas actividades físicas, artísticas y de crecimiento socioemocional.
- La universidad debe ofrecer un espacio destinado a la orientación y tratamiento psicológico a estudiantes que así lo requieran, producto tanto de problemas personales como del estrés de la carga curricular.
- Se deben incentivar programas dirigidos a mejorar la calidad de vida de los jóvenes, facilitando el transporte, infraestructura y concientización de

prácticas alimenticias adecuadas.

- Facilitar estrategias de autorregulación conductual y cognitiva, para desarrollar hábitos y rutinas saludables, tales como la activación conductual, técnicas de relajación, estrategias de afrontamiento, autoconocimiento, conciencia y regulación emocional (planeación, toma de perspectiva, focalización positiva, aceptación).
- Promover un clima de convivencia escolar de paz, buscando la solidaridad, empatía, respeto, tolerancia, prudencia, fortaleza, justicia y equidad. El maestro funge como un actor clave para crear este clima de seguridad educativa.
- Fomentar una cultura de inclusión e interacciones entre alumnos positivas, incentivando actitudes, una norma subjetiva y control conductual que facilite la integración de la diversidad de alumnos.
- Reformas políticas y sociales que beneficien a jóvenes en el transporte, acceso a información y servicios de salud. El gobierno estatal y federal debe dirigir recursos para estructurar mecanismos tales como transporte y acceso a la salud, en especial en casos particulares (p. ej., estudiantes con ETS o discapacidad motora/sensorial).
- El estado debe crear escenarios para los padres de familia y sus integrantes para recibir asesoría, tratamiento tanto físico como psicológico y talleres para

adquirir herramientas de cohesión y dinámicas familiares positivas.

- Garantizar un estado de derecho y seguridad para los jóvenes de la región, atacando los problemas de adicciones, su distribución y el crimen organizado.
- Crear espacios de recreación y esparcimiento, promoviendo eventos y actividades artísticas, deportivas, culturales y sociales.

5.3. Investigaciones Futuras

Diversos estudios han enfocado su atención en ciertos hábitos saludables y su repercusión en el rendimiento académico. La actividad física, bajo consumo de sustancias, higiene del sueño, las relaciones sociales y el contexto. Una línea de investigación que actualmente es de sumo interés y aun es relativamente inexplorada es el bienestar emocional y el rendimiento académico. A pesar de la diversidad de términos (inteligencia emocional, bienestar emocional, regulación emocional) los investigadores muestran interés por comprender mejor la relación entre las variables emocionales y el desempeño académico.

Sin duda, el objetivo de este acervo de conocimiento debe ir dirigido a investigaciones experimentales donde se llevan a cabo programas de tratamiento cognitivo conductual a muestras de adolescentes y jóvenes universitarios, basando su contenido en ciertas habilidades relevantes como el autoconocimiento, autorregulación, empatía, motivación, habilidades sociales y su repercusión en el

rendimiento académico. Se busca conocer que estrategias educativas y psicológicas son útiles para mejorar dichas variables, basadas en evidencia empírica. De esta forma se pueden ir mejorando los procedimientos y detectando errores o brechas.

Los procesos familiares y escolares son relevantes en las capacidades del individuo para manejar experiencias emocionales negativas. Profundizar en los factores que promueven o ponen en riesgo del desarrollo de habilidades socioemocionales debería ser un foco de atención de los próximos estudios, buscando comprender modelos de mediación o moderación entre diversas practicas parentales, la salud psicológica y el rendimiento académico. También pueden proponerse modelos similares respecto a la interacción entre pares, maestro, regulación emocional y desempeño académico.

Si bien a nivel universitario los alumnos adquieren mayor autonomía y responsabilidades, y los pares tienen mayor influencia en comparación con los padres, el repertorio conductual dirigido a la autorregulación conductual y emocional del estudiante es, probablemente, mayormente influido por la convivencia familiar y la crianza parental.

5.4. Limitaciones

Es necesario tomar los resultados con cautela, no se manipularon las variables independientes por lo que no es posible generalizar los resultados. Sería recomendable ampliar la muestra y evaluar otras zonas geográficas para analizar el

comportamiento de la calidad de vida y el desempeño académico en diferentes regiones de México.

Robustecer los análisis de los instrumentos de medida por medio de análisis factoriales confirmatorios, incluso contemplar la posibilidad de emplear otras medidas para el rendimiento académico universitario. Realizar una revisión sistemática de estudios de corte transversal y de intervención de los factores de calidad de vida y rendimiento escolar universitario. Es relevante llevar a cabo estudios longitudinales respecto a la influencia de la calidad de vida en el desempeño académico.

5.5. Validez de la Investigación

El estudio es de naturaleza cuantitativa, no experimental de corte transversal-correlacional. Si bien la selección de la muestra fue no aleatoria (intencional), el ajuste de los datos es aceptable. Empezando por los análisis descriptivos, la normalidad de los datos al verificar los índices de curtosis y asimetría y el tamaño de la muestra permitió llevar a cabo pruebas paramétricas para analizar la asociación entre las variables dependiente e independiente.

Después de comprobar la normalidad de los datos, se midieron las medias y desviaciones estándar de las variables de estudio y sus dimensiones. Esto da cierta información respecto al nivel de presencia o ausencia de dicha variable en la muestra. Inmediatamente después se buscó comprobar diferencias en las medias de acuerdo a ciertas variables moderadoras como el sexo o la edad. Por medio de

una prueba T de Student fue posible señalar diferencias significativas en algunas dimensiones de la calidad de vida, lo que es fructífero para la investigación pues señala comportamientos diferentes en grupos diferenciados y promueve un tratamiento más especializado de acuerdo con ciertos atributos.

Se llevaron a cabo análisis de correlación bivariada de Pearson para establecer una correlación entre ambas variables, obteniendo puntuaciones positivas y significativas entre las dimensiones de las variables de estudio. Esto confirma la existencia de dicha asociación, permitiendo analizar que dimensiones muestran mayor relación y poder predictivo.

Por último, se realizó un análisis de regresión lineal jerárquica, donde se establece un modelo estadísticamente ideal y se verifica si los datos empíricos concuerdan con este modelo ideal. El ajuste y parsimonia del modelo de regresión propuesta arroja que el bienestar físico y psicológico son esenciales para un buen desempeño académico, especialmente la salud psicológica. Reconocer la influencia de las variables por separado, analizando las diferencias del coeficiente de determinación permitió observar la salud psicológica como la variable más predictora del desempeño académico universitario.

5.6. Conclusión General y Reflexiones Personales

Cada vez es más complicado para los jóvenes continuar con sus estudios y desarrollar una carrera profesional. Las estadísticas señalan un pequeño segmento de la población que concluye sus estudios de educación superior. Comprender los

factores que promueven y dificultan el desempeño académico universitario es un buen punto de partida para evaluar e intervenir en dicha población. Los estudios son claros al respecto, hábitos de vida saludable no solo mejoran la esperanza de vida, brindan mejores habilidades de afrontamiento y de desempeño académico.

Primero, es importante comprender la percepción de los alumnos respecto a sus habilidades y la capacidad de resolver problemas asociados con sus estudios. Creencias de autoeficacia académica son relevante para explicar las conductas y hábitos de los estudiantes. Indagar en sus actitudes y percepciones respecto a sus competencias académicas es información útil para las universidades y el estado para promover dichas capacidades y actitudes.

Por su parte, estudiar conceptos asociados a la calidad de vida como bienestar subjetivo o satisfacción con la vida puede brindar una guía para comprender con mayor profundidad los aspectos más significativos del individuo, que permiten un sentido de vida y satisfacción personal, más allá de metas sociales, tales como el prestigio, estatus o simpatía es importante reflexionar que procesos llevan a la autorrealización de las personas en la sociedad. El desarrollo moral y la calidad de vida son dos lados de la misma moneda. Una sociedad capaz de cooperar, tener confianza y organizarse permite el desarrollo profesional, industrial y económico. En México y generalmente en toda Latinoamérica existe un profundo rezago social que es difícil abordar. Las brechas económicas y sociales aunado a una falta de infraestructura y un aparato estatal burocrático honesto y funcional, dificulta el desarrollo de un tejido social sano basado en familias, colonias y comunidades con

valores morales y conductas pro sociales.

La salud es un tema complejo, que tiene costos multimillonarios para el sector salud del estado, el cual implementa ciertas estrategias para encarecer determinados productos y así disminuir su consumo. Se espera que este tipo de impuestos disminuya la población afectada y recaude los recursos necesarios para brindar tratamiento. Campañas de prevención que concienticen sobre conductas de riesgo, como las adicciones (alcohol, tabaco, sustancias ilegales o uso compulsivo del internet), una pobre alimentación y poca actividad física. Los jóvenes deben contar con información psicoeducativa que les permita conocer las estadísticas y riesgos asociados a estos hábitos poco saludables. Interiorizar los motivos de seguir una dieta saludable, respetar las horas de sueño y mantener cierto grado de actividad física permite mayor aceptación y autorregulación del joven sobre conductas beneficiosas.

La salud emocional es de igual de importante que la salud física, cada vez es más claro los altos índices de depresión, ansiedad e ideación suicida tanto en jóvenes como en población general. Es probable que sea un problema antiguo, pero la capacidad de medición y los estudios transversales permiten evidenciar la prevalencia de ciertos trastornos mentales o criterios diagnósticos. La constante experiencia de emociones negativas aunado a pobre habilidades de regulación emocional, siendo producto de un núcleo familiar y/o social disfuncional, conlleva al fracaso académico e incluso la deserción. Cuando las emociones negativas son vistas como demasiado intensas e incontrolables, el individuo es incapaz de lograr

un equilibrio interno, generando conductas des adaptativas. La forma en que las emociones son experimentadas y comunicadas (neuroticismo) influye en aspectos claves del desempeño académico, tales como las creencias de autoeficacia, motivación y autorregulación académica. La forma en que uno mismo se percibe, la confianza en las habilidades propias, o su falta de ella, los sentimientos de valía, identidad y pertenencia juegan un rol crucial en las metas y estilos de afrontamiento.

Las estrategias asociadas con el reconocimiento de emociones, su regulación e integración saludable son habilidades para la vida que deben ser inculcadas en las futuras generaciones como una oportunidad para mejorar su calidad de vida, hábitos de salud y de estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pérez Y S, Navarro JRS, Núñez MDJC, Pereira LG, & Buelvas LA.
Percepciones de la asociación de la actividad física y la calidad de vida en el rendimiento académico en universidades colombianas. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. 2023 (47), 902-914
2. Gutierrez-Arias GR, Quiñones-Espinoza VE. Calidad de vida e inteligencia emocional en universitarios que realizan prácticas pre-profesionales.
CASUS Revista de Investigación y Casos en Salud [Internet]. 2022;6(1):19–30. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.35626/casus.1.2022.266>
3. Delannays-Hernández B, Maturana-Soto S, Pietrantoni-Richter G, Flores-Rivera Y, Mesina-Vilugrón Í, González-Burboa A. Calidad de vida y bienestar en estudiantes de medicina de una universidad del sur de Chile.
Rev Psicol [Internet]. 2020;29(1). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.58055>
4. Sotelo Narvaez VN. Relación entre calidad de vida y procrastinación académica en los estudiantes de Psicología de la. 2018.
5. Delgado GMP, Briones MFB. El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador. Dominio de las Ciencias. 2020;6:72–100.
6. Armenta Zazueta L, Quiroz Campas CY, De León F, Verdin A. Influencia del estrés en el rendimiento académico de estudiantes universitarios. Revista espacios. 2020;(48):4–10.

7. Alvarez PDG, & Valenzuela VMG. Análisis correlacional entre el rendimiento académico y el bienestar psicológico de estudiantes universitarios de Sonora, México. *Revista Científica de Psicología Eureka*. 2022; 19(2), 234-251
8. Souza-Martins D, Figueroa-Ángel MX. Factores psicológicos de los estudiantes universitarios y calidad de vida: Una revisión sistemática prepandemia. *Interdisciplinaria*. 2023;40(1):24–41.
9. Duran SE, Prieto Pulido RA, García J. Influencia de la Calidad de Vida en el rendimiento del estudiante universitario. *Calidad de vida, inclusión social y bienestar humano*. 2017;89–110.
10. Quinapallo XPL, Yépez MMM, Corbi RG. Clima de aula y rendimiento académico: apuntes en torno al contexto universitario. *Revista Venezolana de Gerencia: RVG*. 2021;26(5):140–56.
11. Veramendi Villavicencios NG, Portocarero Merino E, Espinoza Ramos FE. Estilos de vida y calidad de vida en estudiantes universitarios en tiempo de Covid-19. *Revista Universidad y Sociedad*. 2020;12(6):246–51.
12. Bravo C, Paredes Perez V, Pasquel Loarte MA, Cajas L. Habilidades sociales en Engagement y desempeño académico en estudiantes universitarios. *Comuni@cción*. 2020;11(1):77–88.
13. Franco Cedeño FJ, Osorio Sánchez AV, Cervantes Molina XP. Relación entre el bienestar psicológico, rendimiento académico y acoso en los estudiantes universitarios. *Revista Universidad y Sociedad*. 2019;11(5):301–8.

14. Villavicencio Guardia MDC, Deza Y Falcón I, Soto RDP. Estilos de vida y el rendimiento académico de los estudiantes de una facultad de enfermería en Perú. Conrado. 2020;16(74):112–9.
15. Brito-Jiménez IT, Palacio-Sañudo J. Calidad de vida, desempeño académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Santa Marta-Colombia. Duazary [Internet]. 2016;13(2):133. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.21676/2389783x.1719>
16. Orizano, JAP, Ypanaqué, G Z, & Quedo, LAO. Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Delectus, 2021 4(1), 82-92.
17. LICHT-ARDILA, V., Soto-Gualdrón, S., & ÁNGULO-RINCÓN, R. Nivel de estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios que trabajan y los que no. Espacios, 2021 42(7), 82-90.
18. Padua Rodríguez LM. Factores individuales y familiares asociados al bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. Revista mexicana de investigación educativa. 2019;24(80):173–95.
19. Osorio C, Sánchez N. Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Psicumex. 2020;10(2):71–94.
20. Duran SE, Prieto Pulido RA, García J. Influencia de la Calidad de Vida en el rendimiento del estudiante universitario. Calidad de vida, inclusión social y bienestar humano. 2017;89–110.

21. Ramírez-Coronel AA, Malo-Larrea A, Martínez-Suarez PC, Montánchez-Torres ML, Torracchi-Carrasco E, González-León FM. Origen, evolución e investigaciones sobre la Calidad de Vida: Revisión Sistemática. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2020;39:954–9.
22. Grimaldo MP, Correa JD, Jara D, Belu Cirilo I, Aguirre MT. Propiedades psicométricas de la Escala de Calidad de vida de Barnes y Olson en estudiantes limeños (ECVOB). Health & Addictions/Salud. Drogas. 2020;(2).
23. Wang F-J, Choi SM, Lu Y-C. The relationship between physical literacy and quality of life among university students: The role of motivation as a mediator. J Exerc Sci Fit [Internet]. 2024;22(1):31–8. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jesf.2023.10.002>
24. Milic M, Gazibara T, Pekmezovic T, Kistic Tepavcevic D, Maric G, Popovic A, et al. Tobacco smoking and health-related quality of life among university students: Mediating effect of depression. PLoS One [Internet]. 2020;15(1):e0227042. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0227042>
25. Alves PC, Oliveira A de F, Paro HBM da S. Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? PLoS One [Internet]. 2019;14(3):e0214217. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0214217>
26. Muñoz López S. Factores que influyen en la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual: Terapia ocupacional y participación en ocupaciones significativas. 2023

27. Alsubaie MM, Stain HJ, Webster LAD, Wadman R. The role of sources of social support on depression and quality of life for university students. *Int J Adolesc Youth* [Internet]. 2019;24(4):484–96. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/02673843.2019.1568887>
28. Chahua Ochante ADLA. Burnout estudiantil y calidad de vida en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima Sur. 2022.
29. Liu X, Ping S, Gao W. Changes in undergraduate students' psychological well-being as they experience university life. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2019;16(16):2864. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph16162864>
30. Szegedi K, Györi Z, Juhász T. Factors affecting quality of life and learning-life balance of university students in business higher education. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2024;11(1):1–10.
31. Marques DR, Meia-Via AMS, da Silva CF, Gomes AA. Associations between sleep quality and domains of quality of life in a non-clinical sample: results from higher education students. *Sleep Health* [Internet]. 2017;3(5):348–56. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.sleh.2017.07.004>
32. Mak YW, Kao AHF, Tam LWY, Tse VWC, Tse DTH, Leung DYP. Health-promoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students. *Prim Health Care Res Dev* [Internet]. 2018;19(6):629–36. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1017/S1463423618000208>

33. Hernández E, Gonzalo A. El rendimiento académico y su relación con algunos factores asociados al aprendizaje en alumnos de educación superior. 2021.
34. Li K, Wang H, Siu O-L, Yu H. How and when resilience can boost student academic performance: A weekly diary study on the roles of self-regulation behaviors, grit, and social support. *J Happiness Stud* [Internet]. 2024;25(4). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-024-00749-4>
35. De Clercq M, Galand B, Frenay M. Transition from high school to university: a person-centered approach to academic achievement. *Eur J Psychol Educ* [Internet]. 2017;32(1):39–59. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1007/s10212-016-0298-5>
36. Wibrowski CR., Matthews WK., & Kitsantas A. The role of a skills learning support program on first-generation college students' self-regulation, motivation, and academic achievement: A longitudinal. 2017
37. Chen S. Structural modeling of Chinese students' academic achievement identity and basic psychological needs: do academic self-efficacy, and mindfulness play a mediating role? *BMC Psychol* [Internet]. 2024;12(1):142. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1186/s40359-024-01571-6>
38. Cardenas IT, Villanueva SV, Avalos EEV, Díaz EC. Rendimiento académico: universo muy complejo para el quehacer pedagógico. *Revista muro de la investigación*. 2020;5(2):53–65.
39. Leung CW, Farooqui S, Wolfson JA, Cohen AJ. Understanding the cumulative burden of basic needs insecurities: Associations with health and

academic achievement among college students. *Am J Health Promot*

[Internet]. 2021;35(2):275–8. Disponible en:

<http://dx.doi.org/10.1177/0890117120946210>

40. Hernandez H, Moreno-Murcia E, Cid JA, Monteiro L, Rodrigues D. Passion or perseverance? The effect of perceived autonomy support and grit on academic performance in college students. *International journal of environmental research and public health*. 2020;17(6).
41. Antaramian S. The importance of veryhigh life satisfaction for students' academic success. *Cogent Education*. 2017;4(1).
42. Wu H, Li S, Zheng J, Guo J. Medical students' motivation and academic performance: the mediating roles of self-efficacy and learning engagement. *Med Educ Online* [Internet]. 2020;25(1):1742964. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/10872981.2020.1742964>
43. Lyndon MP, Henning MA, Alyami H, Krishna S, Zeng I, Yu T C., & Hill AG. Burnout, quality of life, motivation, and academic achievement among medical students: A person-oriented approach. *Perspectives on medical education*. 2017: 6, 108.
44. Steinmayr R, Weidinger AF, Schwinger M, Spinath B. The importance of students' motivation for their academic achievement-replicating and extending previous findings. *Frontiers in psychology*. 2019;10.
45. Cherkezova S. Students' mastery goal orientation, academic achievement and education-to-employment transition attitudes. *Evidence from 30*

countries. *Environ Soc Psychol* [Internet]. 2024;9(5). Disponible en:

<http://dx.doi.org/10.54517/esp.v9i5.2313>

46. Steinberg O, Kulakow S, Raufelder D. Academic self-concept, achievement, and goal orientations in different learning environments. *European Journal of Psychology of Education*. 2024;1–25.
47. Alhadabi A, Karpinski AC. Grit, self-efficacy, achievement orientation goals, and academic performance in University students. *Int J Adolesc Youth* [Internet]. 2020;25(1):519–35. Disponible en:
<http://dx.doi.org/10.1080/02673843.2019.1679202>
48. Niemivirta M, Pulkka AT, Tapola A, Tuominen H. Achievement goal orientations: A person-oriented approach. *The Cambridge handbook of motivation and learning*. 2019;566–616.
49. Korpershoek H, Canrinus ET, Fokkens-Bruinsma M, & de Boer H. The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary. 2020
50. Quiroz SS, Dari NL, Iturre RC. Oportunidad de aprender y segmentación socioeconómica en Argentina-PISA 2015. *REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*. 2020;18:93–112.
51. Escudero ECL, Hoyos LLL. Teoría de la modificabilidad cognitiva de Feuerstein, R.(1983) y su aplicación en el contexto escolar. *Brazilian Journal of Development*. 2023;9(05):17565–82.

52. Hernández E, Gonzalo A. El rendimiento académico y su relación con algunos factores asociados al aprendizaje en alumnos de educación superior. 2021.
53. Bastidas KYM. Estudio de la relación entre la motivación y el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Conecta Libertad*. 2022;6(2):49–68.
54. Padilla-Avalos CA, Marroquín-Soto C. Enfoques de investigación en odontología: cuantitativa, cualitativa y mixta. *Revista estomatologica herediana*. 2021;31(4):338–40.
55. Hernández-Sampieri, R, & Mendoza C. Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. 2020
56. Vega C, Maguiña A, Soto JL, Lama-Valdivia A, Correa López J. Cross-sectional studies. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*. 2021;21(1).
57. Alban GPG., Arguello AEV, & Molina NEC. Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo*. 2020: 4(3), 163-173

APÉNDICE: Título del apéndice

Apéndice A . Aceptación para Realizar Investigación.



Tepic, Nayarit, 11 de enero del 2025.
Oficio No. DINV/048/24.

**ASUNTO: CONSTANCIA DE ASIGNACIÓN DE DIRECTOR
Y CODIRECTOR DE TESIS.**

El **INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE**, con clave institucional **18MSU0069U** y clave del centro de trabajo **18PSU0059K**; a través de la **Dirección de Investigación** y en uso de las facultades conferidas y establecidas en el Reglamento General Institucional y como parte de las actividades de formación e investigación, se hace del conocimiento, que el proyecto de investigación, tentativamente denominado:

“Relación del rendimiento académico y calidad de vida en jóvenes universitarios del estado de Sonora”

Del alumno (a) **Karla Celina Avilés Arredondo** con número de matrícula **no C231020**, del programa académico del **Doctor en Salud Mental**, se le ha designado a los siguientes investigadores como codirector de Tesis:

Director. Dra. Raquel García Flores

Codirector.-Dr. Albano Torres Gómez

Es importante resaltar que la asignación de Director y Codirector es un servicio adicional y completamente gratuito, el cual no está incluido dentro de los aranceles de colegiatura. En virtud de esta asignación, el tesista se compromete a desarrollar un artículo científico derivado de su tesis, el cual deberá ser publicado en la **Revista de Ciencias Médicas y Salud Mental ISEO Journal**. En este artículo, el Director de Tesis aparecerá como tercer autor y estará a cargo de la correspondencia, mientras que el Codirector figurará como segundo autor.

A nombre del **Instituto Superior de Estudios de Occidente**, le exhortamos a cumplir con las indicaciones y recomendaciones de su director y codirector, que su experiencia en la construcción de su protocolo de investigación sea favorable con el acompañamiento de nuestro claustro de investigadores expertos y altamente comprometidos en incidir en la formación de profesionistas de alto nivel.

ATENTAMENTE

Ruth Madera

DRA. RUTH LIZZETH MADERA SANDOVAL
ÁREA DE INVESTIGACIÓN
INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE
“NUEVOS RETOS, NUEVAS OPORTUNIDADES”

C.C.P. KARLA CELINA AVILES ARREDONDO - alumno


GOBIERNO DEL EDO. DE NAYARIT
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
“INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE”
PARTICULAR
CLAVE: 18PSU0059K
TEPIC, NAYARIT

INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE®

Apéndice B. Instrumento de aplicación

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeWdyINzeGOKH1yrbvh6gVfMX17ZDS9iyxbTI8f6VRVlyL5WQ/viewform>



Escalas de rendimiento académico y calidad de vida en universitarios

A continuación se presenta un cuestionario de rendimiento académico y calidad de vida. Responda con la respuesta con la que mas se identifique.

docs.google.com

Link:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeWdyINzeGOKH1yrbvh6gVfMX17ZDS9iyxbTI8f6VRVlyL5WQ/viewform>

Apéndice C. Consentimiento informado de aplicación de instrumento

 ISEO INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE	INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE CONSENTIMIENTO INFORMADO PRÁCTICA ACADÉMICA
---	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO	
INFORMACIÓN GENERAL	
Como alumnos en formación del Instituto Superior de Estudios de Occidente, es muy importante que sigas los procedimientos formales para realizar prácticas clínicas con ética y profesionalismo. Por ello, te proporcionamos este formato de "Consentimiento Informado", el cual tendrás que revisar detalladamente, con la finalidad de que puedas proporcionar toda la información necesaria a el participante y puedas resolver todas sus dudas.	
El presente es un documento de Consentimiento Informado consta de dos partes:	
I. PARTE 1. INFORMACIÓN. Proporciona información sobre la participación; propósitos, información sobre la práctica, privacidad y confidencialidad, participación o retiro, entre otros datos susceptibles a la práctica y que el participante deberá conocer para dar su consentimiento. II. PARTE 2. CONSENTIMIENTO INFORMADO. Formulario de Consentimiento (para firmar si está de acuerdo en participar, así como en autorizar la participación del menor).	
PASOS PARA EL LLENADO	
1. Lee detenidamente el formato y analiza la información detalladamente, comprendiéndola en su totalidad. 2. Llena con los datos que correspondan a tu Proyecto Integrador, los apartados señalados en amarillo y aquellos que requieran adecuación según tu práctica. 3. Imprime el formato y explícaselo con detenimiento al participante. 4. Firmen el consentimiento según los apartados. 5. Proporciona una copia al participante.	
Nota: Este formato constituye una guía que deberá completarse de acuerdo con las características propias de cada Proyecto Integrador, sin omitir información relevante del mismo. Cualquier duda relacionada al presente instrumento, consúltalo con tu tutor del módulo.	

 ISEO® INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE	INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE CONSENTIMIENTO INFORMADO PRÁCTICA ACADÉMICA
--	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARTE I. INFORMACIÓN
Introducción. Mi nombre es Karla Celina Aviles Arredondo Estudio en el Doctorado en Salud Mental en el Instituto Superior de Estudios de Occidente. El ISEO, nos prepara con un modelo de formación profesional, en donde es posible vincular los aspectos teóricos y metodológicos de mi profesión, con la práctica profesional. Le voy a proporcionar información e invitarle a participar en la aplicación de las Escalas de rendimiento académico y calidad de vida en universitarios. No tiene que decidir hoy si participar o no. Antes de decidirse, puede hablar con alguien con quien se sienta cómodo. Ante cualquier duda que tenga sobre lo escrito en este documento, indíqueme y le explicaré más detalladamente. Propósitos. Los propósitos principales de las sesiones de intervención son: 1. Recabar información para mi proyecto del doctorado dentro del Instituto Superior de Estudios de Occidente. 2. Identificar las correlaciones del rendimiento académico y calidad de vida en alumnos universitarios. Información sobre la práctica. Se busca establecer un convenio con el Instituto Tecnológico de Sonora para la recolección de datos en estudiantes universitarios de diversos semestres y carreras. Se accedería a las aulas con permiso previo al comité de ética y coordinación. Se explicaría a los estudiantes el propósito, confidencialidad de los datos, su participación voluntaria junto con un consentimiento informado. Se brindaría instrucciones y la liga por google forms para que los estudiantes accedan al cuestionario para contestar de manera digital desde sus móviles.

 ISEO INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE	INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE
	CONSENTIMIENTO INFORMADO PRÁCTICA ACADÉMICA

Duración.

La duración de las escalas duraría de 10 a 20 minutos dependiendo de cada persona.

Beneficios.

Se les informaría a los estudiantes que no habría algún beneficio por participar en el proyecto de investigación.

 ISEO® INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE	INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE CONSENTIMIENTO INFORMADO PRÁCTICA ACADÉMICA
--	--

Privacidad y Confidencialidad.

Los datos que se obtengan de su participación serán confidenciales. Se utilizarán únicamente con fines de formación por parte del equipo de alumnos y docentes que estudian y desempeñan su labor en la institución, manteniendo siempre sus datos personales en un lugar seguro de tal manera que ninguna persona ajena pueda acceder a esta información.

En ningún caso se harán públicos sus datos personales, siempre garantizando la plena confidencialidad de los datos y el riguroso cumplimiento del secreto profesional en el uso y manejo de la información y a los materiales obtenidos.

Artículo 16. Del Reglamento de la Ley General de Salud menciona que: en las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo sujeto de investigación, identificándolo sólo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice.

Participación o retiro.

Usted tiene derecho a negarse a participar en este proceso, si desea hacerlo. Así mismo, puede dejar de participar en el momento que lo desee. Es su elección y su decisión será respetada.

Artículo 58. Del Reglamento de la Ley General de Salud donde se establecen los criterios de participación de los grupos subordinados en sus numerales incluye: I. Que la participación, el rechazo de los sujetos a intervenir o retiro de su consentimiento durante el estudio, no afecte su situación escolar, y II. Que los resultados de la investigación no sean utilizados en perjuicio de los individuos participantes.

Contacto.

En caso de dudas o aclaraciones sobre sus derechos como participante podrá dirigirse al: Instituto Superior de Estudios de Occidente, con domicilio en Av. Juárez No. 67 Col. Centro, CP 63000, Tepic Nayarit México. Teléfono (311) 160 51 13. Correo electrónico academico@iseo.edu.mx

Última actualización 14 de julio 2024

 ISEO® INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE	INSTITUTO SUPERIOR DE ESTUDIOS DE OCCIDENTE
	CONSENTIMIENTO INFORMADO PRÁCTICA ACADÉMICA

 Dra. Raquel García Flores	 Karla Celina Aviles Arredondo
Testigo 1	Testigo 2
_____ Nombre, dirección, relación y firma	_____ Nombre, dirección, relación y firma

Última actualización 14 de julio 2024

DICTAMEN DE APROBACIÓN EMITIDO POR EL COMITÉ DE BIOETICA EN INVESTIGACIÓN

En este apartado, el tesista debe colocar el Dictamen de aprobación de su protocolo de investigación, emitido por el Comité de Bioética en Investigación del Instituto Superior de Estudios de Occidente.

CURRICULUM VITAE

Karla Celina Aviles Arredondo

Originaria de Culiacán Sinaloa, México, Karla Celina Aviles Arredondo realizó estudios profesionales en Doctorado en Salud Mental en el Instituto Superior de Estudios de Occidente, Campus Tepic Nayarit . La investigación titulada Relación entre el rendimiento académico y la calidad de vida en jóvenes universitarios del estado de Sonora.

Su experiencia de trabajo ha girado, principalmente desde la psicología clínica en adultos, jóvenes, adolescentes y niños en intervención psicológica cognitiva conductual, duelo y educación especial desde hace 11 años. Se ha desempeñado como docente universitario desde hace 8 años.

Así mismo ha participado en la construcción validez y confiabilidad de un instrumento para medir vigorexia en 2012 por medio del Instituto Tecnológico de Sonora en Cd Obregón Sonora.

Actualmente labora en la Unidad de especialidades médicas CAPASITS y el Instituto Tecnológico de Sonora en Cd Obregón Sonora, México, pertenece al Colegio de Profesionales de la Psicología en Sonora A.C. Karla Celina Aviles Arredondo se desempeña como psicóloga clínica en pacientes portadores de VIH ,

Hepatitis C y Sífilis donde realiza intervención para la psi coeducación sobre el diagnostico, adherencia al tratamiento y salud mental y docente universitaria en materias del departamento de psicología y colabora en el área de trabajo social en el Colegio de Profesionales de la Psicología en Sonora A.C. Presenta habilidades en la intervención clínica, enseñanza, comunicación asertiva, organización, disciplina y trabajo en equipo. Sus expectativas son utilizar los conocimientos aprendidos durante el doctorado para brindar una atención profesional y de calidad a los pacientes, así como el profesionalismo y calidad en la docencia. También seguir creciendo de manera integral como ser humano para llevar acabo su profesión con ética, respeto, humanidad y empatía.

