



**UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

*La Universidad Católica de Loja*

**ÁREA SOCIOHUMANÍSTICA**

**MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA CLÍNICA CON MENCIÓN EN  
PSICOLOGÍA DE LA SALUD**

TRABAJO DE TITULACIÓN

Satisfacción académica e indicadores de salud mental en  
estudiantes universitarios

**Autora:** Mendoza Abad, Liliana Elizabeth

**Directora:** Guevara Mora, Sandra Rocío

LOJA - ECUADOR

2021



*Esta versión digital, ha sido acreditada bajo la licencia Creative Commons 4.0, CC BY-NY-SA: Reconocimiento-No comercial-Compartir igual; la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales y se permiten obras derivadas, siempre que mantenga la misma licencia al ser divulgada. <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>*

2021

## **Aprobación del director del trabajo de titulación**

Loja, 01 de septiembre de 2021

Magíster

María Aránzazu Cisneros Vidal

**Coordinador(a) de programa de posgrados**

Ciudad. -

De mi consideración:

El presente trabajo de titulación denominado: Satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios de la ciudad de Loja-Ecuador realizado por Liliana Elizabeth Mendoza Abad, ha sido orientado y revisado durante su ejecución, por cuanto se aprueba la presentación del mismo. Así mismo, doy fe que dicho trabajo de titulación ha sido revisado por la herramienta antiplagio institucional.

Particular que comunico para los fines pertinentes.

Atentamente,

Sandra Rocío Guevara Mora.

CI: 1102798004

### **Declaración de autoría y cesión de derechos**

“Yo, Liliana Elizabeth Mendoza Abad, declaro y acepto en forma expresa lo siguiente:

- Ser autora del Trabajo de Titulación denominado: Satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios de la ciudad de Loja, específicamente de los contenidos comprendidos en: Introducción, Capítulo 1. Marco teórico de Satisfacción Académica e indicadores de Salud Mental, Capítulo 2. Evidencia empírica. Metodología de la investigación, Capítulo 3. Análisis y discusión de Resultados, Conclusiones y Recomendaciones, siendo Sandra Rocío Guevara Mora, directora del presente trabajo; y, en tal virtud, eximo expresamente a la Universidad Técnica Particular de Loja y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones judiciales o administrativas, en relación a la propiedad intelectual. Además, ratifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo son de mi exclusiva responsabilidad.
- Que mi obra, producto de mis actividades académicas y de investigación, forma parte del patrimonio de la Universidad Técnica Particular de Loja, de conformidad con el artículo 20, literal j), de la Ley Orgánica de Educación Superior; y, artículo 91 del Estatuto Orgánico de la UTPL, que establece: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad”.
- Autorizo a la Universidad Técnica Particular de Loja para que pueda hacer uso de mi obra con fines netamente académicos, ya sea de forma impresa, digital y/o electrónica o por cualquier medio conocido o por conocerse, sirviendo el presente instrumento como la fe de mi completo consentimiento; y, para que sea ingresada al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, en cumplimiento del artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Liliana Elizabeth Mendoza Abad

C.I.: 1103716948

### **Dedicatoria**

A mis amados padres, por ser parte importante en mi vida.

A mis hermanas Anita y Paulina, que siempre buscan ser mejores

A mis sobrinas Elizabeth y Antonella, que se han convertido en mi inspiración y fortaleza.

A los estudiantes universitarios que anhelan en el transcurso de su carrera, un gran nivel de satisfacción académica y mantener una excelente salud mental.

## **Agradecimiento**

A mi Buen Dios, por brindarme la fortaleza para afrontar vicisitudes nuevas enmarcadas en la pandemia, durante el desarrollo de la Maestría.

Agradezco a la Mgter. Sandra Guevara por haber guiado este trabajo de Investigación.

A los docentes de la Maestría por brindarme la formación académica adecuada.

A mi padre Julio Mendoza y a mi madre Isabel Abad, por su preocupación y apoyo oportuno en los momentos familiares más difíciles que experimenté en el proceso de la Maestría.

A Ángel Encarnación y a mi amada hermana Anita Mendoza, por haber hecho posible el acceso a la Maestría y cumplir mi meta que estaba postergada.

A toda mi familia, que ha estado pendiente de este proceso y crecimiento profesional.

A mis compañeros que de manera empática me han apoyado durante este periodo académico.

## Índice de contenidos

Carátula.....	I
Aprobación del director del trabajo de titulación.....	II
Declaración de autoría y cesión de derechos.....	III
Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Índice de contenidos.....	VI
Índice de tablas.....	VIII
Índice de gráficas.....	VIII
Resumen.....	1
Abstract.....	2
Introducción.....	3
Capítulo uno.....	5
Marco teórico.....	5
1.1 Conceptualización de Satisfacción.....	5
1.2 Conceptualización de Satisfacción Académica.....	6
1.3 Satisfacción académica en estudiantes universitarios.....	6
1.3.1 <i>Satisfacción Académica en calidad de servicios.</i> ....	9
1.3.2 <i>Satisfacción Académica y bienestar psicológico.</i> .....	11
1.4 Conceptualización de salud mental.....	13
1.5 Salud mental en estudiantes universitarios.....	15
1.6 Variables de la salud mental.....	17
1.6.1 <i>Conceptualización de Inflexibilidad Psicológica</i> .....	17
1.6.2 <i>Conceptualización de Estrés percibido.</i> .....	20
1.6.3 <i>Conceptualización de Ansiedad</i> .....	24
1.6.4 <i>Conceptualización de Depresión.</i> ....	26
1.6.5 <i>Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios</i> .....	29
1.7 Satisfacción académica e indicadores de Salud Mental en universitarios.....	30
Capítulo dos.....	34
Metodología.....	34
2.1 Objetivos.....	34
<i>General.</i> .....	34
<i>Específicos.</i> .....	34

<b>2.2</b>	<b>Diseño de investigación.....</b>	<b>34</b>
<b>2.3</b>	<b>Población y muestra de estudio.....</b>	<b>35</b>
	<b>Población.....</b>	<b>35</b>
	<b>Muestra .....</b>	<b>35</b>
<b>2.4</b>	<b>Criterios de Inclusión: .....</b>	<b>36</b>
<b>2.5</b>	<b>Criterios de Exclusión:.....</b>	<b>36</b>
<b>2.6</b>	<b>Instrumentos de recogida de información.....</b>	<b>36</b>
	<b>2.6.1 Cuestionario Sociodemográfico Ad-hoc .....</b>	<b>36</b>
	<b>2.6.2 Cuestionario de Aceptación y Acción (AAQ-II) .....</b>	<b>37</b>
	<b>2.6.3 Escala de Depresión y ansiedad (PHQ-4).....</b>	<b>38</b>
	<b>2.6.4 Escala de Estrés percibido (PSS-14) .....</b>	<b>40</b>
	<b>2.6.5 Escala de Satisfacción Académica (ESA) .....</b>	<b>41</b>
<b>2.7</b>	<b>Procedimiento .....</b>	<b>43</b>
<b>2.8</b>	<b>Análisis de datos.....</b>	<b>44</b>
<b>Capitulo tres .....</b>		<b>45</b>
<b>Análisis y discusión de resultados .....</b>		<b>45</b>
<b>3.1</b>	<b>Análisis de resultados .....</b>	<b>45</b>
	<b>3.1.1 Análisis y confiabilidad de los Instrumentos. ....</b>	<b>45</b>
	<b>3.1.2 Análisis descriptivo de la muestra.....</b>	<b>46</b>
	<b>3.1.3 Análisis descriptivo de los niveles de Satisfacción Académica en los estudiantes universitarios.....</b>	<b>46</b>
	<b>3.1.4 Análisis descriptivo de los niveles de indicadores de la salud mental: Inflexibilidad psicológica, estrés percibido, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios .....</b>	<b>47</b>
	<b>3.1.5 Análisis correlacional .....</b>	<b>50</b>
<b>3.2</b>	<b>Discusión de resultados. ....</b>	<b>52</b>
<b>Conclusiones .....</b>		<b>58</b>
<b>Recomendaciones .....</b>		<b>60</b>
<b>Referencias.....</b>		<b>61</b>

### Índice de tablas

Tabla 1. Variables sociodemográficas de la muestra de estudio .....	35
Tabla 2. Cuestionario sociodemográfico.....	36
Tabla 3. Cuestionario de Aceptación y acción.....	37
Tabla 4. Escala de Depresión y ansiedad.....	38
Tabla 5. Escala de estrés percibido.....	41
Tabla 6. Escala de Satisfacción Académica .....	42
Tabla 7. Alfa de Cronbach de los instrumentos utilizados en la investigación Escala de Satisfacción Académica (ESA), Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4), Escala de Estrés Percibido (PSS-10) y Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II).....	45
<i>Tabla 8. Estadística descriptiva de las variables implicadas en el estudio.</i> .....	46
Tabla 9. Prueba de normalidad de los datos mediante las pruebas de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk .....	50
Tabla 10. Correlación de Spearman. ....	51

### Índice de gráficas

Figura 1. Histograma de la variable Satisfacción académica .....	47
Figura 2. Histograma de la variable de Inflexibilidad Psicológica.....	48
Figura 3. Histograma de la variable de estrés percibido .....	49
Figura 4. Histograma de la variable de depresión y ansiedad .....	50

## Resumen

El presente trabajo se desarrolló con el objetivo de analizar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios de las principales universidades de Loja-Ecuador durante el periodo académico octubre 2019-febrero 2020. El método de estudio fue no experimental, transversal, descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 300 estudiantes universitarios, con edad promedio de 20,16.

Los instrumentos utilizados fueron: Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II), Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4), Escala de Estrés percibido (PSS-14), Escala de satisfacción académica (ESA). Los resultados determinaron que el nivel de satisfacción académica en estudiantes universitarios fue alto con una media de 40,82. Las relaciones entre satisfacción académica e indicadores de salud mental fueron correlaciones negativas, moderadas y estadísticamente significativas; satisfacción académica con estrés percibido se encontró ( $r=-0,417$ ;  $p<0,000$ ); con ansiedad y depresión ( $r=-0,368$ ;  $p<0,000$ ) y con inflexibilidad psicológica ( $r=-0,316$ ;  $p<0,000$ ).

En conclusión, la relación entre satisfacción académica con los indicadores de la salud mental del estudio manifiesta relaciones negativas moderadas y estadísticamente significativas; por tal razón pueden presentar menor sintomatología con los indicadores de salud mental.

**Palabras clave:** satisfacción académica, salud mental, estudiantes universitarios.

### **Abstract**

The present work was developed with the objective of analyzing the relationship between academic satisfaction and mental health indicators in university students from the main universities of Loja-Ecuador during the academic period October 2019-February 2020. The study method was non-experimental, cross-sectional, descriptive and correlational. The sample consisted of 300 university students, with an average age of 20.16.

The instruments used were: Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II), Depression and Anxiety Scale (PHQ-4), Perceived Stress Scale (PSS-14), Academic Satisfaction Scale (ESA). The results determined that the level of academic satisfaction in university students was high with a mean of 40.82. The relationships between academic satisfaction and mental health indicators were negative, moderate and statistically significant correlations; academic satisfaction with perceived stress was found ( $r = -0.417$ ;  $p < 0.000$ ); with anxiety and depression ( $r = -0.368$ ;  $p < 0.000$ ) and with psychological inflexibility ( $r = -0.316$ ;  $p < 0.000$ ).

In conclusion, the relationship between academic satisfaction with the mental health indicators of the study shows moderate and statistically significant negative relationships; for this reason, they may present less symptoms with mental health indicators.

**Keywords:** academic satisfaction, mental health, university students.

## Introducción

El estudiante universitario enfrenta uno de los periodos de su vida vinculado a destacados cambios, a asumir demandas significativas y grandes esfuerzos direccionados a alcanzar sus metas profesionales. En la medida que aumenta el nivel de estudios, se genera mayor exigencia y búsqueda de un alto desempeño; al respecto Felman et al. (2008) señala que los estudiantes universitarios al tomar nuevos retos y desafíos requieren recursos físicos y psicológicos diversos, puesto que se ha evidenciado que dichas exigencias tienen consecuencias tanto en la salud mental (Micin & Bagladi, 2011) así como también en el nivel de satisfacción académica; es ahí donde este constructo, se convierte en un indicador de calidad de la Educación Superior.

Por consiguiente, la satisfacción académica está definida como una evaluación de carácter subjetivo por parte del estudiante universitario acerca de los resultados y experiencias relacionados con su educación; asimismo se la concibe como una variable cognitiva-afectiva debido a que implica placer, bienestar, evaluación de sus experiencias de aprendizaje (Inzunza et al., 2015; Morales & Chávez, 2019) y todo cuanto ofrece la universidad respecto a infraestructura y formación académica; garantizando así la permanencia y bienestar del estudiante. Por tanto, del nivel de satisfacción académica depende la salud mental y viceversa, relacionado a presencia o ausencia de estrés, depresión, ansiedad e inflexibilidad psicológica.

En este contexto, la preocupación es evidente en la Educación Superior de la ciudad de Loja, por tal razón se realizó un estudio de investigación referente a Satisfacción Académica e indicadores de salud mental en universitarios, con el objetivo de analizar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios, dando respuesta a los objetivos planteados.

Es así como, referente al primer objetivo específico que consistió en determinar el nivel de satisfacción académica en estudiantes universitarios, se encontraron niveles altos de

satisfacción académica. En el segundo objetivo específico, se identificó los niveles de indicadores de la salud mental: inflexibilidad psicológica, estrés percibido y ansiedad y depresión en estudiantes universitarios con resultados homogéneos en relación con la media de la investigación. Asimismo, en el tercer objetivo se examinó la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios; utilizando la correlación de Spearman, reportando correlaciones negativas, moderadas y estadísticamente significativas. Es preciso indicar que, el presente estudio de investigación se encuentra estructurado como se detalla a continuación:

En el capítulo uno, dentro del marco teórico se presentan conceptualizaciones e investigaciones previas sobre las variables de satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios. En el capítulo dos, se encuentra la metodología, referente a las estrategias metodológicas que se utilizó para dar respuesta a los objetivos de la investigación, diseño de la investigación, descripción de la muestra, especificación de los instrumentos, el procedimiento y el análisis de datos. Y finalmente, en el capítulo tres, se detalla el análisis de resultados en base a los objetivos propuestos en el capítulo dos; la discusión de resultados y finalmente las conclusiones y recomendaciones.

En definitiva, abordar la satisfacción académica e indicadores de salud mental es importante porque permite realizar un balance y conocer la realidad de las universidades lojanas en este ámbito, con la finalidad de mejorar la calidad de servicios y de bienestar psicológico para que el estudiante desarrolle su carrera profesional en un ambiente adecuado que le genere bienestar integral y que le permitan culminar sus estudios, alcanzar sus metas personales y por ende le conlleven a contribuir a la sociedad con el aporte de profesionales desempeñándose exitosamente con una formación previa de calidad y calidez que le ha brindado la Universidad.

## Capítulo uno

### Marco teórico

#### 1.1 Conceptualización de Satisfacción

Sánchez (2018) manifiesta que la satisfacción está asociada directa y adyacentemente a las nociones de cumplimiento de expectativas, necesidades, deseos, confort, bienestar, felicidad, serenidad, placer, encantamiento, contentamiento, alegría, equilibrio y deleite. Los diccionarios asocian el término satisfacción con sentimientos o emociones de felicidad, el placer derivado del cumplimiento o solución de necesidades, deseos y expectativas; pero no solamente está relacionada a la solución o superación de necesidades, deseos y expectativas, sino también al interés humano; es decir, la satisfacción es también de intereses u orientaciones del individuo.

Según Pecina (2017) la satisfacción hace referencia a todo aquello que se pretende, se espera o se anhela; en relación a un evidente resultado; la idea es que una determinada necesidad, meta, y/o aspiración en cualquier ámbito, ciclo, tiempo y temática sea cubierta, situación que produce bienestar al individuo.

Asimismo, González-Peiteado et al. (2017) expresa que la satisfacción es la respuesta apropiada a las perspectivas, intereses, obligaciones y solicitudes de los destinatarios; es decir, es una dimensión efectiva del bienestar psicológico personal, la consecuencia del balance entre las aspiraciones y lo alcanzado. Este análisis puede ser desarrollado de manera integral o fraccionada, teniendo en cuenta aspectos de la vida académica, familiar o laboral.

Abordando la satisfacción como conceptualización general, se evidencia que cada individuo es visionario y se propone metas, buscando su crecimiento personal que abarque todos los ámbitos de su vida; cuando logra dichos objetivos experimenta bienestar y realización; sin embargo, en este estudio es importante detenerse específicamente en la satisfacción de carácter académico de los estudiantes universitarios.

## **1.2 Conceptualización de Satisfacción Académica**

Bernal et al. (2016) conceptualizan la Satisfacción Académica como un estado agradable concebido al estar cursando una carrera, percibiendo un alto nivel de identificación y estabilidad, disfrutando de lo que realiza; basado en un adecuado conocimiento de la motivación humana que permite presagiar la satisfacción que una persona experimentará en el ejercicio de una ocupación.

Puntualizando aún más, Osorio-Alvarez & Parra (2016) definen la satisfacción académica como una apreciación cognitiva-afectiva de las experiencias escolares; así, la planificación, estructura, currículo, recursos, método de evaluación; inclusive las tradiciones de la institución, pueden entrar en conflicto con las expectativas y metas de los estudiantes perjudicando su satisfacción escolar y posiblemente su rendimiento académico.

De igual forma, Pecina (2017) manifiesta que la satisfacción académica puede ser fortalecida por varios factores como el trato recibido, el nivel de aprendizaje, las estrategias didácticas del docente, la relación docente estudiante, además está determinada por factores como la infraestructura, equipamiento escolar y el servicio educativo. Todos estos elementos provocan en el estudiante universitario el interés y la motivación para asumir su rol y alcanzar sus metas; en base al bienestar experimentado de encontrar el ambiente propicio de enseñanza-aprendizaje.

## **1.3 Satisfacción académica en estudiantes universitarios.**

Se han realizado algunas investigaciones respecto a satisfacción académica únicamente; es así que Pecina (2017) efectúa una evaluación de la satisfacción académica del estudiante de enfermería de octavo semestre en una Universidad pública en México, para ello, empleó el Cuestionario de Satisfacción de Estudiante. Los resultados obtenidos manifiestan que el 38% de los estudiantes mostraron satisfacción académica, totalmente satisfechos 9% dando un

resultado global de 47% de satisfacción; el 31% refirió indiferencia, 15% indican insatisfacción y 7% totalmente insatisfechos obteniéndose un total de 53% de insatisfacción. Las dimensiones más sobresalientes de la satisfacción, fueron los servicios de infraestructura y el servicio de informática con un 18%, posteriormente con un mismo porcentaje las dimensiones de desempeño docente y las actividades académicas con un 14%, finalmente lo que menos los mantiene satisfechos (7%) fueron la evaluación del rendimiento académico y las relaciones sociales entre compañeros. En conclusión se evidenció un nivel medio de satisfacción académica del estudiante. Por lo que se convierte en un reto ofrecer una educación que considere todas las variables implicadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Asimismo, Tomás & Gutiérrez (2019) realizaron un estudio, con el objetivo de analizar la capacidad predictiva del apoyo a la autonomía por los profesores sobre la satisfacción académica, mediado por la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes; los participantes fueron 752 estudiantes de la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD). Para realizar la investigación utilizaron los Instrumentos de: Percepción de Apoyo a la Autonomía por los Profesores, Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas de los Estudiantes y Conectividad Académica.

Los resultados indican que las necesidades básicas se relacionan de forma positiva con la satisfacción académica; es decir, para predecir la satisfacción académica de los estudiantes universitarios, se comenzó por colocar a prueba el modelo de mediación total, obteniendo los siguientes índices de ajuste:  $c2(297) = 1648.72, p.$

Además, Morales & Chávez (2019) en un estudio de investigación, titulado Satisfacción Académica en estudiantes de nivel superior: variables escolares y personales asociadas, siendo el objetivo identificar los niveles de satisfacción académica en universitarios, con una muestra de 353 estudiantes; aplicaron las escalas de Eficacia percibida en situaciones académicas, Satisfacción académica con el ambiente pedagógico, Inventario Maslach de

Burnout para estudiantes; utilizaron el análisis de frecuencia, las pruebas bivariadas  $r$  de Pearson,  $t$  para muestras independientes y el Análisis de Varianza para un solo factor. Los hallazgos enfatizan que la satisfacción académica muestra una ligera tendencia hacia el nivel alto. Se encontró que a mayor autoeficacia académica y menor desgaste emocional, es mayor la satisfacción académica.

Jiménez et al. (2011) en una evaluación de Satisfacción Académica, con el objetivo de conocer que tan satisfechos se encuentran los estudiantes de licenciatura de la Universidad, respecto a diferentes aspectos del plan de estudios, en dicho estudio participaron 960 estudiantes de la Universidad Autónoma de Nayarit- México. El instrumento que aplicaron fue el Cuestionario de Satisfacción de Estudiante; los resultados indicaron un promedio general de satisfacción de los estudiantes del 58%, de ahí la importancia de efectuar acciones específicas de revisión y actualización de currículos y perfiles de egreso; estandarizar metodologías de enseñanza y aprendizaje; programas de actualización y organización docente; renovación del proceso de evaluación y financiamiento en infraestructura.

Es así que, Vergara-Morales et al. (2018) considerando que el análisis de la satisfacción académica es un aspecto fundamental para explicar la calidad del aprendizaje y que hasta ese momento para medir dicho constructo, se usaba la Escala de Satisfacción Académica (ESA), que se basaba en la perspectiva del bienestar psicológico; en virtud de que no se posee antecedentes sobre su aplicación en el contexto, realizaron la Adaptación de la Escala de Satisfacción Académica en estudiantes Universitarios Chilenos, cuyo objetivo fue evaluar la estructura factorial, consistencia interna y validez de la Escala de Satisfacción Académica, en una muestra de 608 estudiantes de siete universidades chilenas.

Los resultados obtenidos a través del Análisis Factorial Exploratorio acceden apoyar la estructura unifactorial de la Escala de Satisfacción Académica, razón por la cual es posible

afirmar que se conserva la solución factorial de la escala original (R. W. Lent et al., 2007) al igual que de la versión en español (Medrano et al., 2014). Al mismo tiempo, los resultados poseen una alta confiabilidad en el contexto chileno de educación superior.

Referente a los resultados alcanzados mediante el Análisis Factorial Confirmatorio, no fue posible replicar por completo la estructura factorial original, debido a algunas inconsistencias en las respuestas. A través del Análisis Factorial Confirmatorio Multigrupo se evidenció la invarianza factorial del tipo de medida concerniente a las cargas factoriales, interceptos, a más de la varianza y covarianza de los errores.

Lo cual permite concluir que los resultados de validez de la estructura interna de la Escala de Satisfacción Académica fueron eficaces, debido a que la estructura factorial es muy semejante a la escala original, con propiedades psicométricas proporcionadas e invariables.

Continuando con la variable de Satisfacción académica es importante revisar otro componente que guarda relación, referente a la calidad de servicios, que como se señalaba en la conceptualización inicial, aporta a que el estudiante experimente bienestar y sea uno de los factores que hace posible el cumplimiento de metas del estudiante universitario, brindándole mayores accesibilidades.

### ***1.3.1 Satisfacción Académica en calidad de servicios.***

Fiorino (2018) menciona que, para definir la Satisfacción Académica en relación con la calidad de servicio es importante inicialmente, indicar que la calidad en la educación necesita ser comprendida con resultados óptimos; luego como calidad de desempeño en la sociedad, que favorece y sostiene el conocimiento y valores que contribuyen al progreso vital del individuo y finalmente una Institución de Educación Superior capaz de tomar decisiones autónomas y críticas. En este contexto toma relevancia la calidad ética, humana, social, ecológica y de gestión.

Por ello, Abarca et al. (2013) refieren que en el ámbito educativo, la calidad del servicio se ha asociado con una serie de características de la gestión institucional sobre las cuales los estudiantes evalúan sus expectativas alcanzadas, relacionadas con su experiencia académica. Álvarez et al. (2014) añade que, la calidad observada por los estudiantes universitarios se establece en el nivel en que los servicios o productos satisfacen sus demandas y necesidades.

Al respecto, Herrera et al. (2018) expresan que la satisfacción de los estudiantes es una actitud propicia a corto plazo que procede de la experiencia formativa individual, relacionada con la calidad percibida, el nivel de los servicios brindados en las instituciones universitarias; esta calidad es la apreciación general que puede estar predominada por experiencias personales, interpersonales o por la imagen de la institución. Asimismo, direccionada al servicio ofrecido, a los procesos, a la infraestructura, intercambio de informaciones y el ambiente.

En una revisión de la literatura científica que este autor realiza, con el objetivo de verificar la gran incidencia en el aprendizaje provocada por el contexto, estilo de enseñanza del docente, métodos evaluativos, instalaciones y también por factores personales; sugiere que, las Universidades deben empoderarse para gestionar y conservar la calidad de la educación y la satisfacción del estudiante tanto en infraestructura como en la enseñanza. Es decir, el estudiante experimenta bienestar por la calidad de servicios que recibe, mismos que cubren sus expectativas personales y académicas.

En definitiva, para que surja una auténtica satisfacción académica, un aspecto fundamental que se debe brindar al estudiante universitario, es una calidad de servicios que cubra totalmente sus intereses, aspiraciones y expectativas personales y académicas, que aporten a su formación integral y que el estudiante lo asuma de manera recíproca. Además de ello, es oportuno abordar la satisfacción académica relacionada con el constructo de bienestar psicológico.

### **1.3.2 Satisfacción Académica y bienestar psicológico.**

Correa et al. (2016) manifiesta que el bienestar psicológico está relacionado con un juicio cognitivo concerniente a resultados alcanzados de manera personal, pero también influye en la conducta dirigida a lograr objetivos y aspiraciones. El individuo con elevados niveles de bienestar frecuenta metas alcanzables, que generan satisfacción. Por tanto, la percepción de bienestar psicológico en los estudiantes está direccionado a ello; acompañado de las interacciones entre la motivación escolar, rendimiento académico y autoestima, estos sentimientos de valía y eficacia personal favorecen el desarrollo de habilidades autorreguladoras y de organización de las estrategias de aprendizaje.

Al respecto, el constructo del bienestar psicológico que ha sido investigado por Carol Riff a lo largo de más de treinta años (Ryff, 1989) definiéndolo desde un enfoque relacional concentrado en seis elementos, encauzado a un funcionamiento óptimo, proceso psíquico apropiado y obviamente, al crecimiento personal. Éstos elementos son: autoaceptación, dominio sobre el ambiente, sensación de autonomía en la vida personal, relaciones sociales positivas, propósito en la vida y sensación de crecimiento personal; mismos que facilitarán la construcción subjetiva en el transcurso de la vida (García et al., 2020).

Por tanto, estos componentes del bienestar psicológico coadyuvan al estudiante universitario que tenga la posibilidad de alcanzar como parte de su realización personal una satisfacción académica, que conlleve a lograr sus metas de crecimiento en todo ámbito incluido el profesional. En este sentido se han realizado algunos estudios referentes a bienestar psicológico, aunque no existen investigaciones de los dos constructos, es decir, con satisfacción académica; pero se expone un aproximado con rendimiento académico.

Carranza et al. (2017) señala en este estudio sobre la relación entre bienestar psicológico y rendimiento académico en los estudiantes de Psicología de una Universidad privada de Perú, con una muestra de 210 estudiantes se evidencia que la relación entre

bienestar psicológico y rendimiento académico, es moderada y altamente significativa, porque los niveles altos de bienestar psicológico son mejores predictores del rendimiento académico; consolidando la propuesta de que un bienestar psicológico apropiado contribuye a la estabilidad académica en los estudiantes universitarios. Esto permite diferir que, un buen rendimiento académico originado en la experiencia de un bienestar psicológico con todos sus elementos mencionados anteriormente, posibilitan al estudiante universitario vivenciar una satisfacción académica, enfocada a logros escolares y de bienestar personal.

También se realizó un estudio epidemiológico descriptivo y transversal que considera la prevalencia de sintomatología psicopatológica y bienestar psicológico en una muestra de 516 estudiantes universitarios mexicanos, cuyos resultados revelan que un mayor nivel de bienestar psicológico, guarda relación con menores niveles de angustia y síntomas psicopatológicos, estos resultados son semejantes a estudios realizados con estudiantes universitarios argentinos y australianos (Contreras et al., 2017).

Otra investigación relacionada con bienestar psicológico indica de manera general, los hallazgos en una muestra de estudiantes universitarios costarricenses señalan niveles elevados de bienestar psicológico, resultados que coinciden con otras poblaciones latinoamericanas. Los resultados del perfil de bienestar psicológico muestran que el área de crecimiento personal es relevante, lo cual indicaría que los estudiantes estiman que están en continuo desarrollo, manifiestan apertura a nuevas experiencias, distinguen en la realización de su potencial, un mayor autoconocimiento y autoeficacia (Barrantes-Barais & Ureña-Bonilla, 2015).

En la actualidad el bienestar psicológico, influye en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, donde el estudiante debiera manifestar un funcionamiento positivo, una realización completa del potencial psicológico, y además es concebido como el equivalente positivo de salud mental, comprendida en este contexto como la presencia de una actitud de

crecimiento, realización, bienestar subjetivo y plenitud; más no como una carencia de alteraciones psicológicas (Barrera et al., 2019).

Al evocar que el contexto universitario es una realidad distinta al Bachillerato, que conlleva nuevas exigencias y libertades para los estudiantes que se integran en él, puede afectar su bienestar psicológico y el desempeño en esta nueva etapa, referente a ciertos conflictos de adaptación y la exposición a varios factores que desafían su bienestar psicológico. Por ello se hace oportuno aproximarse a la realidad de estos estudiantes, desde sus rasgos cognitivos, afectivos o sociales y sobretodo su salud mental (Veliz & Dörner, 2019).

Recapitulando este apartado, se puede concluir que la satisfacción académica es el resultado de diversos factores que influyen en el individuo para experimentar un verdadero bienestar, que en cierta manera depende de la calidad de servicios y de bienestar psicológico; siendo este último el más relevante porque contribuye de mejor manera a obtener un buen rendimiento académico, pero más aún mantiene al estudiante universitario direccionado a ser consecuente con sus metas y prevalecer en la actitud de alcanzar sus objetivos, a pesar de las dificultades que se presenten en esta etapa, que pueden amenazar su bienestar psicológico indicador crucial para determinar su salud mental.

#### **1.4 Conceptualización de salud mental.**

García et al. (2020) menciona que la salud mental va más allá de la carencia de síntomas psicopatológicos, se supone una dinámica entre la enfermedad y el estado ideal del individuo en las excelentes condiciones viables; es decir, es la capacidad para gozar de recursos personales que faculten una articulación óptima en el contexto sociocultural, así como afrontar adversidades y surgir durante toda la vida.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) refiere que la salud mental es un estado de bienestar, que permite a la persona desarrollar sus capacidades y estar apta para

enfrentar el estrés normal de la vida, convirtiéndose en individuo productivo y que aporta a su comunidad. La salud mental y el bienestar son esenciales para acrecentar la capacidad grupal e individual de pensar, expresar sentimientos, relacionarse con los demás, trabajar y deleitarse de la vida. En este sentido, se puede creer que la promoción, atención y la restauración de la salud mental son de interés vital de todo ser humano.

Asimismo, Macaya et al. (2018) exponen que la salud mental desde una concepción biomédica se define en base a dos características: reducida a un proceso biológico y la ausencia de enfermedad como criterio de normalidad. La relevancia concedida a la enfermedad como eje afín de la salud mental. Desde la concepción conductual, componente central de la salud mental es el ambientalismo; los estímulos ambientales se estiman decisivos en la descripción y modificación del comportamiento. Desde la concepción cognitiva tiene como finalidad lograr que los individuos cambien las formas de pensamiento disfuncionales, aprendan a pensar y a comportarse de una manera adaptativa. Y desde la concepción socioeconómica, reconoce que el desarrollo económico y social es fundamental para conseguir el estado máximo de salud general y que la promoción y protección de la salud poblacional son contextos necesarios para el desarrollo económico y social, como para la calidad de vida y la armonía.

Por ello, la OMS (2013) ha colocado mucho énfasis en su Plan de Acción sobre salud Mental 2013-2020, aspirando aplicar las mejores estrategias en el campo científico, en el de información, de promoción, prevención, investigación de la salud mental.

Cortese et al. (2004) señalan que la Salud mental es la capacidad para poder ser, y realizarse como ser humano; capaz de enfrentar inconvenientes, desavenencias, problemas y adversidades de la vida; por ello es importante cultivar y desarrollar esta capacidad paulatinamente, es decir, adquirir una verdadera salud mental en base al grado de afrontamiento a escenarios difíciles presentados durante el ciclo vital de la persona.

En conclusión, la salud mental se encuentra muy adherente al ser, al hacer y sentir del individuo, que se enfrenta cada día a las diversas situaciones y la idea es que sea de manera competente durante el transcurso de la vida, por ello cada persona experimentará vivencias de diverso estilo, puesto que se dinamiza en una oscilación de facilidades y dificultades, pero cuando existe estancamiento en obstáculos, aparecen ciertas patologías.

### **1.5 Salud mental en estudiantes universitarios**

Torres (2015) en su tesis doctoral titulada Salud Mental en estudiantes universitarios ecuatorianos, cuyo objetivo fue determinar la salud mental y sus factores asociados en los estudiantes de primer ciclo de la Universidad Técnica particular de Loja-Ecuador (UTPL) con una muestra de 1092 estudiantes, periodo académico 2011-2012, utilizaron los instrumentos: Escala de autoestima (Self-Esteem Scale [SES]); Escala multidimensional de apoyo social percibido (Multidimensional Scale of Perceived Social Support [MSPSS]); Cuestionario de acontecimientos vitales estresantes; Cuestionario de personalidad de Eysenck revisado-abreviado (Eysenck Personality Questionnaire Revised-Abbreviated [EPQR-A]); Instrumentos de evaluación: variables resultado; Cuestionario sobre la salud del paciente (Patient Health Questionnaire -9 [PHQ-9]); Cuestionario sobre la salud del paciente - escala de ansiedad (Patient Health Questionnaire [PHQ-A]); Cuestionario (Sick Control On Fast Food [SCOFF]) y Escala de suicidalidad (Suicidality Scale [SC]). En los resultados se encontró una prevalencia de 6.2% en el episodio depresivo mayor, 2.2%; trastorno de pánico, 32.0%; riesgo suicida, 36.7%. Entre las variables asociadas a estos trastornos se hallaron el sexo, edad, estado civil, área de conocimiento, ingresos mensuales familiares, autoestima, la personalidad, apoyo social, experimentar acontecimientos vitales estresantes y antecedentes de problemas psicológicos.

Veliz & Dörner (2019) en la literatura sobre reflexiones respecto al bienestar psicológico y salud mental en estudiantes de primer año de una universidad estatal, proponen que, si bien,

existen estudios que se abocan a la situación de la salud mental de los estudiantes universitarios chilenos, incluso no son suficientes para percatarse de su complejidad. Manifiestan que los resultados del estudio respecto a estrés, ansiedad y depresión y en estudiantes del área de la salud, muestran una prevalencia mayor con una afectación relevante, lo que incluye deterioro en los planos físico, mental, social y académicos. Tomando en cuenta la pluralidad entre los estudiantes universitarios es importante considerar que cada uno cuenta con diferentes recursos y habilidades de afrontamiento ante situaciones de carácter adaptativo.

Siguiendo la misma línea de investigación, Eleftheriades et al. (2020) manifiestan que los problemas de salud mental en estos últimos años ocupan un primer plano en el mundo académico, por tanto elaboraron un artículo de revisión sobre los desafíos y problemas de salud mental de los estudiantes universitarios, con el objetivo de intentar resumir, contextualizar y condensar artículos relacionados con los desafíos que enfrentan los estudiantes de pregrado y posgrado; aclaran que los estudios varían mucho respecto a herramientas de medición, período de tiempo, demografía de la muestra, así como el límite elegido de amenaza de los síntomas para el diagnóstico.

Al respecto señalan que las revisiones sistemáticas de la literatura han localizado rangos masivos de repercusión de depresión entre los estudiantes universitarios, se halló un rango global de 10-84.5% y del 8-70% concretamente entre los estudiantes de ciencias de la salud de Arabia Saudita. Estos rangos encierran los extremos de las universidades más acomodadas en las regiones ricas, hasta las situaciones más competitivas en las regiones abatidas. La tasa global media ponderada de depresión fue del 30,6%, que se encuentra más próximos de los siguientes estudios que fueron discutidos en esta revisión.

Se aplicaron estudios independientes que abordaron los síntomas de los estudiantes utilizando el PHQ-9 para la depresión con resultados del 13,8%, 17,3%, 15,4%, y 7,9% entre

estudiantes estadounidenses y, en el último caso, australianos. Por lo expuesto, los autores difieren que es difícil llegar a una conclusión definitiva debido a numerosos factores de confusión, como un mayor comportamiento de búsqueda de ayuda, una mayor conciencia de los problemas de salud mental y una débil metodología.

En conclusión, estos estudios que anteceden la presente investigación, colocan en evidencia la importancia de abordar la salud mental en estudiantes universitarios, debido a que en esta etapa es muy posible que aparezca un quebrantamiento de la misma; en base a las diversas experiencias y capacidades de afrontamiento del estudiante que pueden afectar su bienestar, la satisfacción personal y el interés de alcanzar sus objetivos, apareciendo leves, moderados o graves síntomas de indicadores de salud mental.

En este trabajo de investigación se abordó los siguientes indicadores de salud mental: inflexibilidad psicológica, estrés auto percibido, ansiedad y depresión.

## **1.6 Variables de la salud mental**

### ***1.6.1 Conceptualización de Inflexibilidad Psicológica***

Delgado et al. (2020) exponen que la conceptualización de Inflexibilidad Psicológica aparece con el despunte de la Terapia de Aceptación y Compromiso con la finalidad de comprender un sinnúmero de aspectos contextuales de la terapia de comportamiento cognitivo; por ello se refiere a un proceso de normalización del comportamiento consistente en obviar experiencias privadas, aunque conlleva comportarse incoherentemente con metas y valores. Cuando existe presencia de inflexibilidad psicológica el individuo se desliga de sus objetivos porque se ha detenido en experiencias negativas que en algunas ocasiones conlleva a postergar la culminación de su carrera o tareas académicas, debido a que está comprometido su estado de ánimo.

De igual forma, Ruiz & Odriozola-González, (2016) indican que la inflexibilidad psicológica es un constructo general que define el dominio personal de pensamientos,

recuerdos y sentimientos sobre los valores y eventualidades designadas al ordenar la acción. La inflexibilidad psicológica generalmente se explica en términos de seis procesos de nivel medio interrelacionados que se resumirán en tres, expuestos a continuación:

La fusión cognitiva hace énfasis en un proceso verbal mediante el cual los individuos se acoplan a experiencias privadas en curso sin diferenciar que son solo eso, más no deben influir en el comportamiento. La evitación experiencial es un patrón de ajuste verbal fundamentado en esfuerzos intencionados para obviar experiencias personales asombrosas, o para detener rutinas agradables. Y las estrategias de evitación experiencial en la depresión son el uso de la rumia como una manera de percatarse de la tristeza de un individuo.

**1.6.1.1 Conceptualización de Flexibilidad Psicológica.** La Flexibilidad Psicológica, se refiere a la capacidad personal para centrarse en el presente y de acuerdo con lo que la situación le permite permanecer con el comportamiento en la búsqueda de metas y valores.(Delgado et al., 2020; Fluja-Contreras et al., 2020). Y esta pretensión de perseguir esos valores propios está vinculado al bienestar y al excelente desempeño del estudiante universitario.

Roales-Nieto et al. (2016) manifiestan que, aparte de ser una habilidad para conectarse con el presente, la flexibilidad psicológica mantiene la misma dinámica relacionada a pensamientos y sentimientos sin huir de cada situación, con identidad propia, buscando mantener o transformar conductas.

(Pires et al., 2020) define que la Flexibilidad Psicológica como la relación con el momento presente de un individuo consciente, que cambia o permanece en comportamientos eficaces. La importancia de adaptarse a las diferentes situaciones con la finalidad de fortalecer su calidad de vida.

Estas conceptualizaciones permiten deducir que, aquello que conlleva al estudiante universitario a alcanzar sus metas académicas y profesionales es enfrentar situaciones que

surjan en la cotidianidad, traspasar barreras que en un determinado momento puedan afectar el presente e impida permanecer centrado en sus objetivos, con elementos internos propios del individuo como sus valores, pensamientos y sentimientos.

**1.6.1.2 Inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios.** Eisenbeck et al. (2019) refieren que la inflexibilidad psicológica de manera funcional está relacionada con la ansiedad, depresión y malestar psicológico general, etc. porque existe la incapacidad del individuo para acoplarse a su presente y permanecer o cambiar la actitud para alcanzar las metas; existiendo una estricta posición de las reacciones psicológicas, sobre los valores y posibilidades elegidas, al encauzar la acción.

Para profundizar mejor en el tema, realizaron un estudio titulado: De la angustia psicológica a la dilación académica: explorando el papel de la inflexibilidad psicológica, con el objetivo de descubrir el papel exacto de la flexibilidad psicológica en la procrastinación, en una muestra de 429 estudiantes de pregrado de la Universidad de Almería-España. Utilizaron Cuestionario de Aceptación y Actuación-II, la Escala de Estrés, ansiedad y depresión (DASS-21), Escala de Evaluación de Procrastinación-Estudiantes (PASS). Se evidenciaron resultados indicando que la procrastinación era alta debido a que el 32,8% de los estudiantes informaron que casi siempre o siempre procrastinaban. Las puntuaciones medias, las desviaciones estándar y las intercorrelaciones para PASS, AAQ-II, DASS-21, confirman asociaciones fuertes entre las variables y un efecto indirecto de la angustia psicológica general sobre la procrastinación a través de la inflexibilidad psicológica. \*  $p < .050$ ; \*\*  $p < .001$ , es decir, se encontraron medidas de procrastinación académica, inflexibilidad y angustia psicológicas general, que comprende depresión, ansiedad y estrés. Los niveles más altos de procrastinación se relacionaron con una mayor angustia psicológica. Tanto la procrastinación como la angustia psicológica se asociaron con la inflexibilidad psicológica.

Angamarca (2019) en un trabajo de titulación referente a Factores psicológicos e Inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios del Ecuador, cuyo objetivo fue analizar la relación entre los factores psicológicos: ansiedad y depresión, percepción de soledad, estrés percibido y personalidad tipo A con la inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios de la zona 6 del Ecuador; en una muestra de 1237 estudiantes universitarios del Ecuador; los instrumentos utilizados fueron: Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-7), Cuestionario de salud en paciente con depresión y ansiedad (PHQ-4), la Escala de soledad (UCLA), la Escala de estrés percibido (PSS-14) y la Escala de comportamiento tipo A (PTA) a los resultados expresaron que las relaciones entre la inflexibilidad psicológica y las diferentes variables del estudio son altas y estadísticamente significativas; con ansiedad y depresión ( $r=0.643$ ;  $p<0.001$ ); percepción de soledad ( $r=0.657$ ;  $p<0.001$ ); estrés percibido ( $r=0.677$ ;  $p<0.001$ ) y moderada con personalidad tipo A ( $r=0.340$ ;  $p<0.001$ ).

En conclusión, los estudios de investigación que abordan la inflexibilidad psicológica en los estudiantes universitarios coadyuvan a colocar mayor interés en potenciar una flexibilidad adecuada, para prevenir el surgimiento de cuadros sintomáticos de la depresión, la ansiedad y el estrés; de igual forma lograr que el estudiante curse su carrera universitaria con un nivel alto de satisfacción académica que le permitan alcanzar sus metas en un ambiente que favorezca su preparación óptima.

### **1.6.2 Conceptualización de Estrés percibido**

Carvajal et al. (2017) menciona que conceptualmente el estrés ha sido especificado desde tres aspectos: ambiental, porque se enfatiza en los eventos vitales que originan el estrés; psicológico, debido a que se centra en la evaluación subjetiva y la respectiva reacción emocional y biológico, dado que se encuentra focalizado en la evaluación de respuestas fisiológicas estimuladas frente al estrés. Esta connotación hace énfasis a que el estrés, puede ser ocasionado por diversas situaciones de diversa índole.

El estrés aparece ante una realidad amenazante o el individuo agota sus recursos de afrontamiento; experiencia que se puede vivenciar en situaciones adversas de la cotidianidad (Vizoso & Arias, 2016). Y en muchas ocasiones los estudiantes universitarios no poseen las herramientas oportunas para ser resilientes en situaciones de cualquier índole que se presentan en su carrera.

De igual forma Ruidiaz et al. (2020) manifiestan que el estrés provocado por el desbalance continuo entre presiones y exigencias externas a las que se enfrentan los individuos, su personalidad, su inteligencia, sus saberes e idoneidad. Domínguez et al. (2015) acota que estas realidades, al ser experimentadas por los estudiantes universitarios, puede afectarles seriamente; porque el estrés precisamente hace referencia a las reacciones físicas o psicológicas de rigidez, ansiedad y agotamiento, es decir todo tipo de amenaza que perturbe al individuo, afecta a nivel mundial y atañe el ámbito personal, social, familiar y escolar de las personas.

Por ello, Obregón-Morales et al. (2020) agrega que el estrés constituye la adaptación insuficiente del organismo ante condiciones desfavorables. Asimismo, el estrés académico se concebiría como un período de cansancio mental siendo una reacción normal frente a circunstancias monótonas en el ámbito universitario. El estrés puede facilitar la aparición de distintos cuadros psiquiátricos, particularmente en individuos en situaciones de vulnerabilidad. Un concepto que evidencia cómo esta variable de salud mental incide en la satisfacción académica del estudiante.

Como conclusión de lo definido anteriormente, se evidencia que la presencia de estrés en el individuo ante las situaciones que se le tornan difíciles de gestionar y equilibrar, le ocasionan serios inconvenientes en el desarrollo personal, social, familiar y académico, con la posibilidad que llegue agudizarse, convirtiéndose en una limitación para desenvolverse de

manera eficaz en la cotidianidad, precisamente por la presencia compleja de reacciones leves, moderadas, graves y muy graves.

**1.6.2.1 Estrés percibido en estudiantes universitarios.** Al respecto, Marsiglia et al. (2018) en un estudio sobre factores generadores de estrés percibidos por estudiantes de enfermería en su primera práctica clínica, cuyo objetivo fue describir los factores generadores de estrés percibidos por estudiantes de enfermería en su primera práctica clínica y su relación con las variables sociodemográficas, Cartagena 2017, con una muestra de 108 estudiantes de tres instituciones de educación superior; utilizó el cuestionario KEZKAK de valoración de estresores y los resultados indicaron que los factores que ocasionaron mayor estrés fueron: la sobrecarga académica (88%) y la implicación emocional con el paciente (81,3%).

En esta línea de investigación, Restrepo et al. (2020) efectuó un estudio relacionado a Estrés académico en estudiantes universitarios, con los objetivos de identificar realidades o condiciones del ambiente académico que resultan más estresantes; caracterizar las reacciones fisiológicas, psicológicas y comportamentales; y descubrir las estrategias de afrontamiento más frecuentes. Con una muestra de 450 estudiantes de tres universidades de Colombia, utilizando el Inventario SISCO del Estrés Académico. En resultados se evidenció: en la categoría Situaciones y condiciones estresantes, el ítem con más porcentaje fue el asociado a Sobrecarga de tareas escolares; la categoría Reacciones físicas, el ítem con más porcentaje fue el de Inquietud (24,9%) con diferencias según la edad; la categoría Reacciones psicológicas, el ítem con mayor porcentaje fue el de Somnolencia o mayor necesidad de dormir (27,6%); la categoría Reacciones comportamentales, el ítem con más porcentaje fue el de Aumento o reducción del consumo de alimentos (21,1%) con diferencias según el semestre. En la categoría Estrategias de afrontamiento, el ítem con más porcentaje fue el de Habilidad asertiva (51,4%).

Por su parte, Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría (2015) llevaron a cabo una investigación sobre estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos Osorno, con el objetivo de identificar la prevalencia de estrés en estudiantes universitarios. La muestra fue de 314 estudiantes, a quienes les aplicaron los siguientes instrumentos: inventario SISCO del estrés académico que mide nivel de estrés, factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. En los resultados se evidenció que el 98% de los estudiantes han presentado estrés académico especialmente en la evaluaciones y sobrecarga de trabajos.

De la misma forma, Lemos et al. (2018) desarrollaron un estudio referente a Estrés y Salud Mental en estudiantes de Medicina: Relación con afrontamiento y actividades extracurriculares, cuyo objetivo fue caracterizar los niveles de estrés, salud mental y su asociación con variables psicológicas, fisiológicas y de educación en estudiantes de medicina colombianos. La muestra estuvo compuesta por 217 estudiantes seleccionados aleatoriamente, Aplicaron el Cuestionario de estrés percibido (PSS14), Cuestionario de salud (PHQ-9) Cuestionario de Apoyo Social (MOS-SSS) para depresión, cuestionario de ansiedad generalizada (GAD 7) y cuestionario de estrategias de afrontamiento modificado; así como medidas fisiológicas y un registro de actividades extracurriculares. En los resultados encontraron niveles altos de estrés (64%), depresión (56.2%) y ansiedad (48.3%).

Además, González et al. (2018) realizaron un estudio relacionado a Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios, cuyo objetivo fue analizar la variabilidad de las respuestas psicofisiológicas de estrés en función del perfil de afrontamiento activo que presenta el estudiante universitario. Participaron 1195 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron: la escala de afrontamiento de estresores (ACEA) y la escala de respuestas de estrés (RCEA) del cuestionario de estrés académico. Estuvieron clasificados en cuatro grupos, En los resultados se evidenció que, dos de los grupos mostraron un alto grado de

afrontamiento activo, en tanto que los otros dos, obtuvieron niveles bajos. Asimismo, los estudiantes que emplean estrategias de afrontamiento activo advierten menores respuestas psicofisiológicas de estrés en comparación aquellos con bajo nivel de afrontamiento activo.

De forma similar Silva-Ramos et al. (2020) efectuaron un estudio titulado Estrés académico en estudiantes universitarios, con el objetivo de determinar el nivel de estrés en estudiantes universitario, en una muestra de 255 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron: el inventario SISCO. Los resultados encontrados especificaron que el 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado.

### **1.6.3 Conceptualización de Ansiedad**

Se han expuesto en el transcurso del tiempo diversas definiciones de ansiedad, en base a la presencia de frecuentes sensaciones desagradables frente a escenarios que demandan un desenvolvimiento apropiado del individuo, porque éstas sensaciones, modifican su estructura social, biológica o psicológica que afecta su vida cotidiana.

Es así que, Goncalves et al. (2010) definen a la ansiendad como un sentimiento confuso y brusco acompañado de impresiones corporales; es una emoción confusa que se apoya de respuestas fisiológicas, experienciales, comportamentales y cognitivas, rodeadas de un estado de hiperactivación y vigilancia. Existe una ansiedad normal que se transforma en patológica por su función desadaptativa, su intensidad y duración que desestabiliza al individuo. Es decir, la ansiedad no tiene que ver con el pensamiento sino con un sentimiento de aflicción difusa, manifestada en el ámbito psiquico y somático que afecta el funcionalismo del individuo.

Lelis et al. (2020) menciona que el trastorno de ansiedad es una respuesta favorable normal que puede producir miedo, desconfianza, duda o perspectiva; provoca síntomas como dolor torácico, fatiga, palpitaciones, alteración del sueño, cuando estos síntomas manifiestan angustia y menoscabo en la vida social, profesional o académica del individuo, esta molestia se convierte en una impresión de peligro apremiante.

Pero también Díaz Kuaik & De la Iglesia (2019) identifican la ansiedad normal y la ansiedad patológica: La ansiedad normal, especificada desde la teoría cognitiva como una situación humana desarrollada evolutivamente que brinda supremacía sobre las otras especies; porque el individuo conserva una función preferentemente adaptativa, con el objetivo de encausar el comportamiento para batallar con entornos hostiles anticipadas como aversivas o complejos; por ello, la respuesta de ansiedad incluye varios procesos en constante interrelación: afectivos, cognitivos, fisiológicos y conductuales.

La ansiedad patológica, por el contrario, es una respuesta emocional extremada y exagerada relacionada con la amenaza ocasionada por el estímulo. Procede de una cognición disfuncional que asigna una estimación errada de peligro. Impulsa esquemas adaptativos que sesgan el proceso de la información mediante argumentos proposicionales concernientes con advertencias físicas o psíquicas y sensaciones de vulnerabilidad; se evidencia una aprensión ansiosa. Se presenta de forma directa, imprevista y repetida.

**1.6.3.1 Ansiedad en estudiantes universitarios.** Al respecto de la ansiedad en estudiantes universitarios, Flores et al. (2016) en un estudio titulado Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología, con la finalidad de conocer las situaciones que generan respuestas de ansiedad en una muestra de 87 estudiantes de Odontología de la FES Iztacala de la UNAM, con edades entre los 17 y 31 años, previamente les aplicaron el Inventario de Situaciones y Respuestas (ISRA) de Miguel-Tobal y Cano-Vindel, encontrando altos niveles de ansiedad, que condujo a realizar un análisis cualitativo. Los resultados revelaron que las situaciones de examen, en mujeres en el tipo de ansiedad fisiológica el 68,5%, en hombres en el tipo de ansiedad motora el 39,4% y de hablar en público como las de mayor relevancia para generar ansiedad.

Villanueva & Ugarte (2017) exponen un estudio sobre Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa, cuyo objetivo fue determinar la

relación entre los niveles de ansiedad y las categorías de la calidad de vida de los jóvenes estudiantes de una universidad privada de Arequipa. El diseño de la investigación fue no experimental, correlacional transversal. La muestra estuvo conformada por 448 jóvenes de 20 a 24 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Auto-Evaluación de Ansiedad (EAA) de Zung, la Escala de calidad de vida de Olson & Barnes. Los resultados revelan ausencia de ansiedad en los jóvenes investigados, sin embargo, la categoría más acentuada es la mala calidad de vida de los jóvenes. Llegando a concluir que no existe relación significativa ( $p > 0.05$ ) entre los niveles de ansiedad y la calidad de vida, sin embargo, la ausencia de ansiedad se relaciona significativamente ( $p < 0.05$ ) de forma negativa leve con los indicadores hogar y bienestar económico, vida familiar y familia extensa, y salud.

Siguiendo esta línea de investigación, Dias et al. (2020) en un artículo referente a Análisis del bienestar y la ansiedad en estudiantes universitarios, cuyo objetivo fue interrelacionar las dimensiones de los instrumentos de validación del bienestar propuestos por Watson, Clark y Tellegen (PANAS) con las dimensiones de ansiedad generalizada propuestas por Spitzer et al. (GAD-7) y los inventarios de ansiedad estado-rasgo (IDATE), manejando el modelo de ecuaciones estructurales de pequeños cuadrados parciales (PLS-SEM), en el caso de estudiantes universitarios individuales del sur de Brasil y la ciudad de Buenos Aires, Argentina. Con una muestra de 460 estudiantes universitarios de junio a agosto de 2019. Los resultados fueron que el 86,74% tenía ansiedad generalizada; el 75% tenía ansiedad de rasgo y el 80,22% tenía ansiedad de estado.

#### **1.6.4 Conceptualización de Depresión.**

Obregón-Morales et al. (2020) menciona que la depresión es una enfermedad que afecta el estado de ánimo con declinación del humor, por lo que produce una afectación integral de la vida psíquica, que origina complicaciones de salud en la población; situación que

por tanto, también interfiere en el desenvolvimiento del estudiante universitario dentro de un equilibrio normal de sus actividades académicas.

De igual forma, Lelis et al. (2020) señala que la depresión es un trastorno en donde diversos factores perturban la salud mental, ambiental y física de la persona. Los síntomas más frecuentes son cambios de humor, tristeza profunda, pérdida de sueño, sentimientos de dolor y culpa, pérdida o aumento del apetito. Las causas pueden ser la pérdida de un familiar, el uso de medicamentos fuertes para tratar enfermedades graves, cambios hormonales o trastornos, que pueden llegar a afectar a los estudiantes debido a la alteración de hábitos.

A propósito, la American Psychiatric Association (2017) manifiesta que la depresión, como trastorno depresivo mayor es una enfermedad clínica normal y compleja que altera desfavorablemente la sintomatología integral del individuo; lo importante es que es tratable. Ésta origina sentimientos de tristeza y/o pérdida de interés en actividades que anteriormente disfrutaba. Es probable que ocasione un sinnúmero de inconvenientes emocionales y físicos y puede reducir la capacidad de un desarrollo eficaz en el ámbito académico, laboral y familiar.

Por lo cual, Larios et al. (2019) expone que, siendo la depresión un trastorno mental que más aqueja a la población, se convierte en una de las causas de mayor relevancia relacionada a la discapacidad y paulatinamente se vuelve común a nivel mundial. Además, algunos síntomas son sencillamente confundidos con cambios de humor, irritación, reclusión, desidia y agotamiento propios de esta etapa. Los datos del Banco Mundial anunciaban que la depresión mayor constituye un significativo problema de salud mental, estimando que para el año 2020 sería la segunda causa de enfermedad de la humanidad.

**1.6.4.1 Depresión en estudiantes universitarios.** Rotenstein et al. (2016) en una revisión sistemática y Metanálisis sobre Prevalencia de depresión, síntomas depresivos, e ideación suicida entre estudiantes de medicina, cuyo objetivo fue estimar la prevalencia de depresión, síntomas depresivos e ideación suicida en estudiantes de medicina. Las fuentes de datos y escogimiento de estudios se efectuaron en la búsqueda sistemática de EMBASE, ERIC, MEDLINE, psycARTICLES y psycINFO sin limitación de idioma para estudios sobre la prevalencia publicados antes del 17 de septiembre de 2016. Estudios que se publicaron en la literatura revisada por pares y se incluyeron métodos de evaluación validados. Como resultados se señala que los datos de depresión o de prevalencia de síntomas depresivos se obtuvieron de 167 estudios transversales ( $n = 116.628$ ) y 16 estudios longitudinales ( $n = 5.728$ ) de 43 países. A excepción de un estudio, todos utilizaron instrumentos de auto informe. La prevalencia bruta global combinada de depresión o síntomas depresivos fue del 27,2%.

Asimismo, Tadeo-Álvarez et al. (2019) en un estudio de investigación acerca de la presencia de síntomas depresivos en estudiantes de medicina de una universidad pública mexicana, con el objetivo de determinar la presencia de síntomas depresivos en estudiantes universitarios, se efectuó un estudio descriptivo transversal de una muestra aleatoria de 203 estudiantes de medicina del periodo febrero a abril de 2018; el instrumento que utilizaron fue la escala PHQ - 9 y se empleó un puntaje de corte  $\geq 10$  como positivo para síntomas depresivos. Los resultados fueron del 20,2% positivos para síntomas depresivos y el 7,9% revelaban síntomas graves o moderadamente graves. El género femenino acrecentó el riesgo de presentar síntomas.

De igual forma Mao et al. (2019) efectuaron una revisión sistemática de la depresión y la ansiedad en estudiantes de medicina en China, realizaron búsquedas en tres bases de datos en chino y tres en inglés para la revisión, sin limitaciones de idioma. Incorporaron artículos publicados entre el 1 de enero de 2000 y el 1 de abril de 2018. Determinando resultados en

base a 21 artículos identificados, que investigaban a 35.160 estudiantes de medicina chinos individuales. La prevalencia de depresión fluctuó entre 13,10 y 76,21% con una media de 32,74% y la prevalencia de ansiedad osciló entre 8,54 y 88,30% con una media de 27,22%. Según el Metanálisis, factores como el sexo, la residencia, la satisfacción con el ingreso familiar se asociaron significativamente con la depresión.

Atienza-Carbonell & Balanzá-Martínez, (2020) efectuaron un estudio sobre Prevalencia de síntomas depresivos e ideación suicida en estudiantes de medicina españoles, planteándose como objetivo determinar la prevalencia de síntomas depresivos e ideación suicida en la Facultad de Medicina de Valencia en el curso académico 2017-2018, con una muestra de 858 estudiantes universitarios; utilizaron el instrumento: Inventario de Depresión de Beck (BDI-II). Los resultados evidenciaron que el 39,1% presentaba síntomas depresivos, de intensidad leve a grave, en tanto que en un 15,8% se identificó ideación suicida reciente. Se encontraron niveles de síntomas depresivos significativamente más elevados en las mujeres, así como en aquellos con una peor satisfacción con los resultados académicos.

#### ***1.6.5 Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios***

Tijerina et al. (2018) realizaron un estudio de investigación titulado Depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior, cuyo objetivo fue determinar frecuencia de ansiedad, depresión y estrés en estudiantes de primer grado de una licenciatura en una universidad pública, con una muestra de 520 estudiantes. Aplicaron el cuestionario autoadministrado DASS-21; los resultados expresaron que el promedio de edad fue de 18.06 (DE  $\pm 1.82$ ) años, el 80.8% de la población eran mujeres y un 19.2% eran hombres. El 19.9% tiene algún grado de ansiedad, 36.9% algún grado de depresión y 19.8% de estrés.

Además, Puig Lagunes et al. (2020) en un estudio de investigación sobre la Prevalencia de depresión, ansiedad y estrés académico entre estudiantes de medicina, durante distintos periodos de estrés, cuyo objetivo fue determinar la prevalencia y severidad de ansiedad,

depresión y estrés académico; evaluar la variación entre un periodo con alto (PAE) y bajo nivel de estrés (PBE), con una muestra de 183 estudiantes universitarios. Utilizaron los inventarios de Ansiedad- Depresión de Beck y estrés académico, durante un periodo de exámenes y otro libre de evaluación en estudiantes de medicina de la Universidad Veracruzana. Los resultados fueron: En el PAE la sintomatología de ansiedad fue de 75.4% y se redujo 10.8% en el PBE. Se registró 41% de síntomas depresivos (PAE), reduciendo 30.6% (PBE). El estrés académico se observó en 70% (PAE), disminuyendo 19.5% (PBE), en ambos periodos los exámenes, la sobrecarga académica, falta de tiempo y exponer se señalaron como primeros estresores.

### **1.7 Satisfacción académica e indicadores de Salud Mental en universitarios**

En cuanto a investigaciones previas referentes a las variables abordadas en el presente estudio, no se encontraron de manera directa, se identificaron algunos estudios un tanto similares. Es así que, Palacio & Martínez (2007) realizaron un estudio sobre Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios, cuyo objetivo fue establecer la relación entre el RA y la salud mental de estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Simón Bolívar de la ciudad de Barranquilla- Colombia, con una muestra de 217 estudiantes; utilizaron el Inventario de Depresión de Beck y el Inventario sobre Comportamiento Infantil (CBI); se obtuvo como resultado que no existió relación significativa entre el promedio académico y los niveles de depresión ( $r = - 0.70$ ;  $p < .304$ ); es decir, el nivel de depresión no inciden sobre el promedio académico; más aún, el 27.2% presentan síntomas depresivos. Igualmente, no se evidenció relación significativa entre los niveles de promedio académico y los de Ansiedad Rasgo ( $r = -.113$ ;  $p < .096$ ); más bien, surgieron diferencias significativas negativas entre el promedio académico y los niveles de Ansiedad Estado ( $r = - 0.184$ ;  $p < .006$ ), lo cual indica que, a menores niveles de Ansiedad Estado, mayor promedio académico.

González-Olaya et al. (2014) efectuaron una investigación referente a Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina, con el objetivo de describir el comportamiento de la respuesta al estrés y la presencia de síntomas de depresión de importancia clínica durante un semestre académico en estudiantes del programa de medicina de la Universidad Autónoma de Bucaramanga-Colombia y su asociación con el rendimiento académico. Conformaron la muestra 216 estudiantes universitarios; aplicaron el test de Zung abreviado (10), para medir síntomas depresivos y el Test de Autopercepción de estrés (APE). En cuanto a resultados no hubo incompatibilidades entre los dos semestres y todas las variables psicológicas analizadas mediante los instrumentos utilizados se correlacionaron con el rendimiento académico ( $p \leq 0.05$ ).

Arévalo et al. (2019) desarrollaron una investigación narrativa referente a Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico, con el objetivo de identificar la prevalencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, los factores asociados y su relación con el rendimiento académico obtenidos entre 2000 y 2017. La información se tomó de la literatura publicada en PubMed y otras bases de datos. Con respecto a los resultados se encontraron 14 estudios en 11 países (2000-2017). Las prevalencias fluctuaron entre 16.0-76.0% (ansiedad) y 9.6-74.4% (depresión). Dos estudios con diagnóstico confirmatorio reportaron prevalencias entre 37-57% (ansiedad) y 38.0-50.6% (depresión). En Colombia la prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios fluctuó entre 34.0-76.2% y depresión 9.6-74.4%, 38.0% para diagnóstico confirmatorio especializados. Seis estudios investigaron la asociación entre ansiedad/depresión y rendimiento académico, cuatro reportaron asociación positiva.

De igual modo, Hernández et al. (2018) en su investigación sobre rendimiento, motivación y satisfacción académica, en la cual el objetivo fue efectuar un estudio correlacional

sobre la motivación, el rendimiento y la satisfacción académica de estudiantes de la Universidad de Granada, con una muestra de 33 estudiantes con edad entre los 18 y 24 años. Para medir el rendimiento se utilizaron dos vías, la nota media y los estilos de aprendizaje.

Los resultados mostraron que la correlación entre el rendimiento medido a través de la nota media y la satisfacción (H3) es significativa y positiva. De igual forma, la correlación entre el rendimiento medido a través de los estilos de aprendizaje y la satisfacción (H4) no es significativa.

Argyropoulos et al. (2017), en una investigación sobre Ansiedad y depresión entre los estudiantes universitarios griegos de la Universidad de Patras, con el objetivo de evaluar la prevalencia e indagar factores de riesgo de ansiedad y depresión en estudiantes de pregrado de la Universidad de Patras, Grecia, en una muestra de 1.233 estudiantes universitarios, utilizaron la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HADS). Los resultados indicaron que la ansiedad estuvo expresada en un 34,2%: límite 20,3% y clínica 13,9%; y depresión 17,4% total: 12,7% límite y 4,7% clínica.

Granizo et al. (2018) realizaron un estudio sobre Asociación entre la carrera que cursan, el nivel de satisfacción académica, el nivel de estrés percibido y el sexo en un grupo de estudiantes de pregrado, con el objetivo de analizar la posible asociación entre las variables: carrera que cursan, nivel de satisfacción académica, nivel de estrés percibido y sexo en un grupo de estudiantes de pregrado de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo (UNACH) en Ecuador, con una muestra de 60 estudiantes de 17 y 18 años. Utilizaron técnicas investigativas como la encuesta, la observación; para medición del Estrés la Escala de Magallanes, para el estudio de satisfacción académica se utilizó el Test Autoevaluativo Multifactorial de Adaptación (TAMAI). Para especificar una probable asociación entre el nivel de estrés percibido por los estudiantes y el nivel de satisfacción académica de los mismos efectuaron la prueba no paramétrica chi-cuadrado tendencia lineal, que señaló la

existencia de correlación lineal entre las variables ( $\chi^2$ Tendencia lineal=4.826, 1gl,  $p<0.05$ ). Lo que denota, que existió asociación entre el nivel de estrés percibido por los estudiantes y el nivel de satisfacción académica, con posibilidad de que, al acrecentar el nivel de estrés percibido se reduce la satisfacción académica de los estudiantes y viceversa.

Linares et al. (2020) efectuaron un estudio denominado Salud mental, satisfacción escolar y su relación con el promedio en estudiantes universitarios, cuyo objetivo fue determinar la correlación entre salud mental, satisfacción escolar y desempeño académico, con una muestra de 420 estudiantes de licenciatura de una universidad pública en México. El instrumento que utilizaron fue el SWS (conceptos Self, Work, Social); es diagnóstico-prescriptivo con características psicométricas sólidas. Los resultados señalaron la presencia de una salud mental deficitaria, promedio regular y alta satisfacción escolar. Se hallaron correlaciones positivas, estadísticamente significativas entre las tres variables; una regresión lineal mostró que la satisfacción escolar funciona como variable predictora del promedio. Los elementos más relevantes asociados a la satisfacción escolar fueron la oportunidad de aprender y la satisfacción que ofrecen los estudios.

Por todo lo anteriormente expuesto, es importante profundizar en el bienestar que los estudiantes universitarios experimentan o no en el transcurso de su carrera. Por tal razón se efectuó ésta Investigación con la finalidad de analizar la relación de satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios, debido a que varios estudios consultados colocan de manifiesto cómo el estrés autopercebido, la inflexibilidad psicológica, la ansiedad y la depresión guardan relación con todo lo concerniente al desarrollo académico del estudiante, la culminación de sus metas y las experiencias en todo ámbito durante el transcurso de su carrera, por ello es preciso sondear el nivel de satisfacción académica de los estudiantes de la muestra de estudio.

## Capítulo dos

### Metodología

#### 2.1 Objetivos

##### *General*

Analizar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios.

##### *Específicos*

- Determinar el nivel de satisfacción académica en estudiantes universitarios.
- Identificar los indicadores de salud mental (inflexibilidad psicológica, estrés auto percibido, ansiedad y depresión) en estudiantes universitarios.
- Examinar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios.

#### 2.2 Diseño de investigación

Esta investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo ya que se manejaron datos numéricos sobre las distintas variables que están determinadas previamente en el estudio. El diseño de investigación es transversal, porque se recogieron los datos en un momento único. Este diseño tiene un alcance exploratorio, descriptivo y correlacional.

Según Hernández et al. (2016) un estudio tiene un alcance exploratorio porque su finalidad es iniciar a conocer una situación, es decir es una exploración preliminar en un momento determinado. Descriptivo porque investigan el efecto de las una o más variables en una población y correlacional porque especifica relaciones entre dos variables en un tiempo preciso.

## 2.3 Población y muestra de estudio

### Población

La población la conformaron estudiantes universitarios de las principales universidades de la ciudad de Loja durante el periodo académico de octubre 2019 - febrero 2020.

### Muestra

La muestra fue no probabilística, porque se seleccionó bajo un juicio subjetivo; intencional debido a que se eligieron los participantes en base al propio juicio del investigador y accidental por el hecho de que seleccionaron determinados grupos de individuos sin criterios anticipados (Hernández et al., 2016).

La muestra fue intencional y accidental, conformada por 300 estudiantes universitarios de modalidad presencial, pertenecientes a las principales universidades de Loja-Ecuador durante el periodo académico octubre 2019- febrero 2020. De la muestra obtenida el 39,3% de los estudiantes fueron hombres y el 60,7% mujeres; con una media de 20,16.

**Tabla 1.** Variables sociodemográficas de la muestra de estudio

		f	%
<b>Género</b>	Masculino	118	39,3
	Femenino	182	60,7
<b>Área académica</b>	Sociohumanística	90	30,0
	Administrativa- económica	41	13,7
	Técnica	63	21,0
	Biológica	104	34,7
	Otras	2	,7
<b>Estado civil</b>	Soltero	294	98,0
	Casado	2	,7
	Unión libre	2	,7
	Divorciado	2	,7

<b>Tiene hijos</b>	Si	9	3,0
	No	291	97,0
<b>Nacionalidad</b>	Nacional	297	99,0
	Extranjero	3	1,0
<b>Nivel socio económico</b>	Bajo	20	6,7
	Medio- bajo	146	48,7
	Medio- alto	133	44,3
	Alto	1	,3

Nota. En esta tabla se observan los resultados de la encuesta sociodemográfica Ad hoc.

#### 2.4 Criterios de Inclusión:

- Encontrarse legalmente matriculado en una carrera de pregrado.
- Consentir libre y voluntariamente participar en el estudio.
- Responder todas las escalas de investigación
- Tener acceso a internet.
- Ser mayor de edad.

#### 2.5 Criterios de Exclusión:

- Menor de 18 años.
- Pertenecer a la modalidad abierta y a distancia.
- No estar de acuerdo con el consentimiento informado.

#### 2.6 Instrumentos de recogida de información

##### 2.6.1 Cuestionario Sociodemográfico Ad-hoc

Se aplicó un cuestionario que permitió acceder a características sociodemográficas de los grupos estudiados referente a sexo, edad, estado civil, promedio académico y percepción de nivel económico.

**Tabla 2.** Cuestionario sociodemográfico

---

**Cuestionario Sociodemográfico Ad-hoc**

---

<b>Autor</b>	Adaptado por López, V. y Ocampo, K. (2019)			
<b>Tipo</b>	Cualitativo			
<b>Aplicación</b>	Individual			
<b>Tiempo</b>	15 minutos			
<b>Objetivo</b>	Recolectar datos como la edad, sexo, modalidad de estudio, área académica, nombre de la carrera y la percepción del rendimiento académico de los estudiantes.			
<b>Población</b>	Estudiantes universitarios			
<b>N° reactivos</b>	10			
<b>Escala</b>	Bajo	Medio bajo	Medio alto	Alto

*Nota:* Adaptado por López & Ocampo (2019)

### 2.6.2 Cuestionario de Aceptación y Acción (AAQ-II)

La estructura factorial inicial de AAQ-II, fue referida por Bond et al. (2011) y Ruiz et al. (2013) en base a estudio efectuados en población española. Por su parte, Ruiz et al. (2016) realizaron una valoración psicométrica de una segunda versión del Cuestionario de Aceptación y Acción (AAQ-II), evaluando el constructo denominado, de diversas formas, aceptación, evitación experiencial e inflexibilidad psicológica. Resultados que evidenciaron una estructura, confiabilidad y validez satisfactorias de esta medida. Además, indicaron que las puntuaciones de la AAQ-II predicen de manera simultánea, longitudinal e incremental una variedad de resultados, que son coherentes con su teoría subyacente. El AAQ-II de igual forma expresa una validez discriminante apropiada.

**Tabla 3.** *Cuestionario de Aceptación y acción*

#### Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II)

<b>Autor</b>	Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Zettle, R.D. (2011) y su traducción al español la realizó Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., Cárdenas-Sierra, S., Durán, Y., Guerrero, K., & Riaño-Hernández, D. (2016).
--------------	--

<b>Aplicación</b>	Individual o colectiva
<b>Tiempo</b>	10 – 15 minutos
<b>Objetivo</b>	Evaluar la flexibilidad e inflexibilidad psicológica
<b>Población</b>	Estudiantes
<b>N° reactivos</b>	7
<b>Escala</b>	El instrumento es una escala de Likert donde las posibles respuestas son: 1= nunca es verdad 2 =muy raramente es verdad 3 = raramente es verdad 4 = a veces es verdad 5 = frecuentemente es verdad 6 = casi siempre es verdad 7 = siempre es verdad
<b>Puntuación</b>	Puntuación mínima es 7 y la máxima 49. Los siete ítems son positivos.
<b>Dimensiones</b>	Una dimensión
<b>Interpretación de puntajes</b>	Una mayor puntuación indica una inflexibilidad psicológica alta.
<b>Confiabilidad y validez</b>	Ruiz et ál. (2016) validaron este instrumento en una población colombiana y obtuvieron que la versión en español presentaa una consistencia interna buena (Alfa de Cronbach de 0,91), validez de constructo y validez discriminante entre poblaciones clínicas y no clínicas.

---

*Nota:* Adaptado por Ruiz et al. (2016)

### **2.6.3 Escala de Depresión y ansiedad (PHQ-4)**

Es un instrumento de detección de carácter muy amplio, utilizado para la depresión y la ansiedad en diversos entornos médicos y comunitarios; por ello, Kocalevent et al. (2014) en su estudio generaron datos normativos e investigaron exhaustivamente la validez de constructo y la estructura factorial del PHQ-4 en la población general. Abordaron características de los ítems del PHQ-4, abarcadas las correlaciones entre elementos y las correlaciones entre subescalas. Asimismo, para medir la confiabilidad de la escala evaluaron la consistencia interna ( $\alpha$  de Cronbach) y para la validez factorial, examinaron la estructura factorial del PHQ-4 con Análisis

Factorial Confirmatorio (AFC). Obtuvieron en resultados que el coeficiente alfa de Cronbach para el PHQ-4 fue de 0,84.

El análisis factorial confirmatorio apoyó un modelo de dos factores, que era estructuralmente invariante entre diferentes grupos de edad y género. Se originaron datos normativos para el PHQ-4 para ambos sexos y diferentes niveles de edad. En tal razón, los datos normativos ofrecen un marco para la interpretación y comparaciones del PHQ-4 con otras poblaciones en Colombia, dicha evidencia avala la confiabilidad y validez del este instrumento de dos factores como una medida de ansiedad y depresión en la población colombiana en general.

**Tabla 4.** Escala de Depresión y ansiedad.

<b>Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4)</b>				
Autor	Kocalevent, Finck, Jimenez-Leal, Sautier y Hinz (2014).			
Tipo	Cualitativo			
Aplicación	Individual			
Tiempo	5 – 10 minutos			
Objetivo	Evaluar depresión y ansiedad			
Población	Estudiantes universitarios			
N° reactivos	4			
Interpretación de	Ninguno: 0 – 2			
Puntaje	Leve: 3- 5			
	Moderado: 6 – 8			
	Grave: 9 – 12			
Confiabilidad y	Alfa de Cronbach satisfactorio ( $\alpha= 0,84$ ) Kocalevent, et al (2014).			
Validez	Validez: Análisis factorial confirmatorio de un modelo de dos factores, y validez discriminante.			
Escala	Nunca	Varios días	Más de la mitad de los días	Casi cada día
Puntuación	0	1	2	3

Puntuación total de Sub-Escalas	Ansiedad: suma de los ítems 1 y 2 (rango de puntaje, 0 – 6) Depresión; suma de los ítems 3 y 4 (rango de puntaje, 0 – 6)
Calificación	Se obtiene la puntuación sumando los puntajes de cada uno de los 4 ítems.

---

*Nota:* Adaptado por Kocalevent et al. (2014)

#### **2.6.4 Escala de Estrés percibido (PSS-14)**

Esta escala es medida de autoinforme más distinguida para evaluar el estrés psicológico percibido. Inicialmente Cohen et al., (1983) en su estudio efectuado, evidencian la confiabilidad y validez de la Escala de Estrés Percibido (PSS), instrumento compuesto por 14 ítems, en base a tres muestras, dos de estudiantes universitarios y una de participantes en un programa comunitario para dejar de fumar, diseñado para identificar el grado de aquellas situaciones de la vida valoran como estresantes. El PSS-14 presentó una confiabilidad apropiada y, tal como se predijo, se correlacionó con puntajes de sucesos de vida, sintomatología depresiva y física, utilización de servicios de salud, ansiedad social y se conservó la reducción del tabaquismo. En todas las comparaciones, la PSS-14 fue el predictor sobresaliente del resultado relacionado a las puntuaciones de eventos de vida. En comparación con una escala de sintomatología depresiva, se encontró que este instrumento mide un constructo predictivo distinto e independiente. Adicionalmente los datos manifiestan confiabilidad y validez adecuadas de una versión de cuatro ítems de la PSS-14 para entrevistas telefónicas. Se propone el PSS-14 para indagar el papel del estrés evaluado inespecífico en la etiología de la enfermedad y los trastornos del comportamiento y como una medida de resultado de los niveles experimentados de estrés.

Posteriormente (Ruisoto et al., 2020) en una adaptación realizada, analizaron propiedades de tres versiones de la Escala de Estrés Percibido (PSS-4, PSS-10 y PSS-14) en Ecuador. Específicamente, la Escala de Estrés percibido (PSS-14) reveló un ajuste satisfactorio con una estructura bifactorial fundamentada en la estructura del ítem más que en las dimensiones

subyacentes del estrés psicológico. La confiabilidad también fue apropiada, con coeficientes Alfa y Omega  $\alpha = 0.85$  y  $\omega = 0.80$ . De igual forma, las puntuaciones de estrés psicológico se correlacionaron positivamente con diversos indicadores de salud como la inflexibilidad psicológica, la soledad, el consumo de alcohol y la existencia de síntomas de ansiedad y depresión, y negativamente con la resiliencia.

**Tabla 5.** Escala de estrés percibido

<b>Escala de Estrés percibido (PSS-14)</b>	
<b>Autor</b>	Cohen, Kamarack & Mermelstein (1983).
<b>Aplicación</b>	Individual o colectiva
<b>Tiempo</b>	10 – 15 minutos
<b>Objetivo</b>	Evaluar el grado en que las situaciones de la vida son consideradas como impredecibles, incontrolables y sobre demandantes.
<b>Población</b>	Estudiantes
<b>N° preguntas</b>	14
<b>Escala</b>	Escala del uno al cinco donde: 0 = nunca 1= casi nunca 2= a veces 3= frecuentemente 4 = casi siempre
<b>Puntuación</b>	La escala presenta siete ítems positivos (4, 5, 6, 7, 9,10, y 13) y siete negativos (1, 2, 3, 8, 11, 12, y 14) con puntuaciones desde el 0 hasta 56.
<b>Dimensiones</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percepción de pérdida de control (1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14)</li> <li>• Control de las situaciones (4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13)</li> </ul>
<b>Interpretación de puntajes</b>	El rango de puntuación varía entre 0 (mínimo estrés percibido) y 56 (máximo estrés percibido)
<b>Confiabilidad y validez</b>	La validación ecuatoriana obtuvo una confiabilidad adecuada con un Alfa de Crombach de 0,85 (Ruisoto et ál., 2020).

*Nota:* Adaptado por Ruisoto et al. (2020)

### **2.6.5 Escala de Satisfacción Académica (ESA)**

Lent et al. (2005) en su estudio, exponen las variables centrales de la teoría cognitiva social que se adaptaron para concebir un modelo integrador de bienestar, delineado para presentar una importante utilidad de cambio terapéutico y autodirigido que la visión preferente de la personalidad del bienestar. En sus dos estudios utilizan versiones del modelo cognitivo social para predecir la satisfacción con la vida en general y en un dominio específico. Los hallazgos mostraron que la satisfacción en dominios particulares de la vida se predice mediante variables cognitivas sociales específicas del dominio.

Vergara-Morales, et al. (2018) efectuaron una adaptación a la Escala de Satisfacción Académica resaltando que, el análisis de la satisfacción académica establece un aspecto clave para dilucidar la calidad del aprendizaje y que dicho instrumento de medida se encuentra fundamentado en la perspectiva del bienestar psicológico. En tal razón evaluaron la estructura factorial, consistencia interna y validez de la ESA en una muestra de estudiantes universitarios chilenos, debido a no existir adaptaciones previas. Los resultados del análisis factorial exploratorio (AFE) y confirmatorio (AFC) avalaron la estructura unifactorial planteada en el modelo original. Referente a los resultados del análisis factorial confirmatorio multigrupo (AFCM) apoyaron la invarianza del modelo de medida entre estudiantes de sexo masculino y femenino. Concluyendo que la ESA muestra adecuadas propiedades psicométricas para medir la satisfacción académica en estudiantes universitarios chilenos.

**Tabla 6.** *Escala de Satisfacción Académica*

<b>Escala de satisfacción académica (ESA)</b>	
Autor	Lent, 2005
Tipo	Cualitativo
Aplicación	Individual
Tiempo	10- 15 minutos
Objetivo	Medir el bienestar y disfrute que los estudiantes perciben en relación a su rol como estudiantes

Población	Estudiantes universitarios						
N° reactivos	7 Items						
Confiabilidad y Validez	confiabilidad satisfactoria ( $\alpha=0.93$ ) y una estructura factorial unidimensional. Lent, 2005						
Escala	Totalmente desacuerdo	Muy en desacuerdo	Medianamente en desacuerdo	Ni en desacuerdo ni desacuerdo	Medianamente en desacuerdo	Muy desacuerdo	Totalmente de acuerdo
Puntuación	1	2	3	4	5	6	7

---

*Nota:* Adaptado por Vergara et al. (2018)

## 2.7 Procedimiento

La investigación se llevó a efecto con una base de datos que fue recogida por el Dr. Víctor López, docente del componente académico de psicometría, durante el periodo académico octubre 2019 - febrero 2020. A continuación, se describe el procedimiento que se siguió para la obtención de la información en las siguientes fases:

### Fase 1: Inicio

Los instrumentos fueron ubicados en la herramienta de google forms, plataforma que sirvió para la administración de las pruebas de forma virtual. Los instrumentos que se utilizaron fueron los siguientes: Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II), Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4), Escala de Estrés percibido (PSS-14), Escala de satisfacción académica (ESA).

### Fase 2: Aplicación de los Instrumentos

A los participantes se les envió un enlace, mismo que desplegándose mostraba inicialmente el consentimiento informado con el respectivo objetivo de aplicación, especificando

el anonimato y siendo de carácter voluntario; requisito necesario para continuar con la evaluación de los instrumentos.

Se les informó a los estudiantes el tiempo estimado, aproximadamente de quince (15) minutos para contestar los cuestionarios. Los instrumentos fueron desarrollados en la plataforma google forms.

### **Fase 3: Análisis de Resultados**

Los resultados se registraron de manera automática y posteriormente fueron ordenados en una matriz de Microsoft Excel. A continuación, se efectuó la depuración y análisis de datos, se ingresaron los mismos en el Programa Estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 24. Se culminó este apartado, con la descripción de resultados y correlación de las variables medidas.

#### **2.8 Análisis de datos**

Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico SPSS 24.0. Igualmente, para el análisis descriptivo de cada una de las variables estudiadas se manejó la media, desviación típica, valor mínimo y valor máximo. Mientras que la variable sociodemográfica se la organizó mediante frecuencias y porcentajes.

Respecto al análisis correlacional se utilizó previamente para observar la normalidad de distribución de datos, las pruebas de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk y luego la correlación de Spearman; para la interpretación adecuada del coeficiente de correlación obtenido se usó el nivel de significancia del 0.05 bilateral, indicando que cualquier valor sobre el 0.05 implicó que la correlación no fue significativa.

## Capítulo tres

### Análisis y discusión de resultados

#### 3.1 Análisis de resultados

El análisis de resultados se efectuó en base a los objetivos planteados en el estudio.

##### 3.1.1 Análisis y confiabilidad de los Instrumentos.

Se analizó la confiabilidad de los instrumentos: Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II), Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4), Escala de Estrés percibido (PSS-14), Escala de satisfacción académica (ESA), mediante el coeficiente Alpha de Cronbach ( $\alpha$ ), siendo el promedio de las correlaciones entre los ítems que conforman un instrumento, el valor mínimo aceptable es de 0.70 y el máximo de 0.90 por encima de este valor se considera que un mismo elemento de un constructo está siendo medido por varios ítems (Quero, 2010).

**Tabla 7.** Alfa de Cronbach de los instrumentos utilizados en la investigación Escala de Satisfacción Académica (ESA), Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4), Escala de Estrés Percibido (PSS-10) y Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II).

Instrumentos	Confiabilidad alpha de Cronbach ( $\alpha$ )
Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II)	$\alpha=0.930$
Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4)	$\alpha=0.883$
Escala de Estrés percibido (PSS-14)	$\alpha=0.833$
Escala de satisfacción académica (ESA)	$\alpha=0.917$

En la Tabla 7, se encuentran los valores obtenidos a través del Alpha de Cronbach ( $\alpha$ ); en el Cuestionario de aceptación y acción (AAQ-II), se encontró una confiabilidad de  $\alpha= 0.930$ , lo cual indica altos niveles de consistencia interna. La Escala de depresión y ansiedad (PHQ-4),

con una confiabilidad de 0.883; referente a la Escala de Estrés percibido (PSS-14), los resultados expresan un 0.833 de confiabilidad y, por último, la Escala de satisfacción académica (ESA), muestra una confiabilidad de 0.917, misma que indica una consistencia interna aceptable.

En conclusión, los cuatro instrumentos se ubican en el rango óptimo de confiabilidad de 0.70 a 0.90, con una consistencia interna favorable para su aplicación, asumiendo que los cuatro instrumentos son confiables.

### 3.1.2 Análisis descriptivo de la muestra.

Para dar respuesta a los dos primeros objetivos se procedió a efectuar los cálculos correspondientes a las variables de estudio, mediante un análisis estadístico descriptivo en donde se identificó: media, mediana, moda y desviación típica (ver Tabla 8).

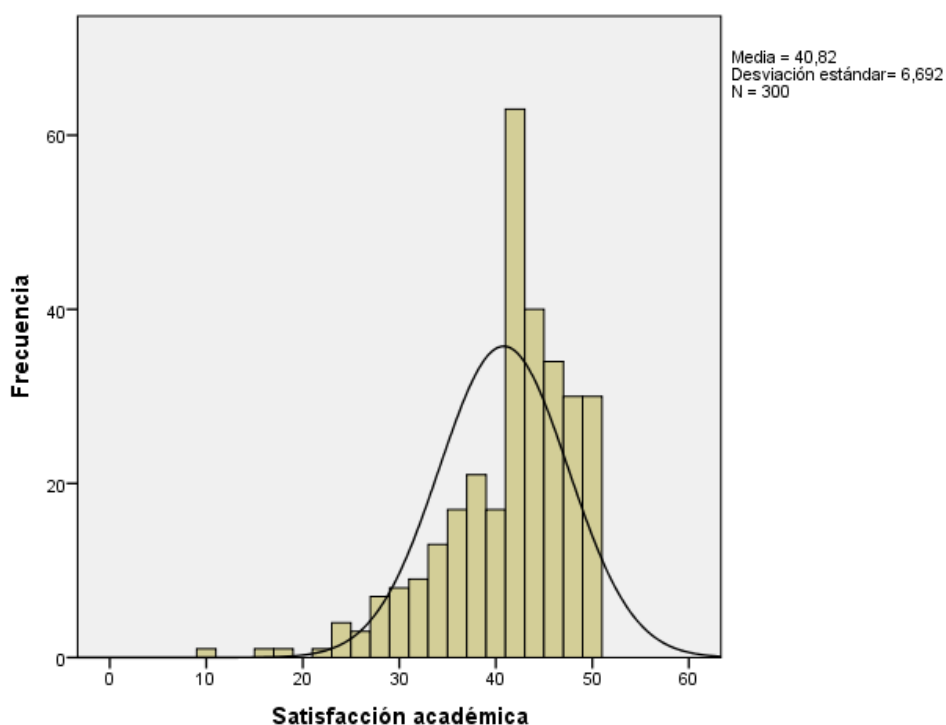
**Tabla 8.** Estadística descriptiva de las variables implicadas en el estudio.

Variable	Min	Max	Media	Desviación estándar
Satisfacción Académica	10	49	40,82	6,692
Inflexibilidad Psicológica	7	49	25,98	10,913
Estrés	0	38	19,33	6,442
Depresión y ansiedad	0	12	4,74	3,174

Referente a la distribución y al comportamiento de datos, a continuación, se muestra un análisis más detallado de cada una de las variables implicadas en la investigación.

### 3.1.3 Análisis descriptivo de los niveles de Satisfacción Académica en los estudiantes universitarios.

Referente al primer objetivo específico el cual consistió en determinar el nivel de satisfacción académica en estudiantes universitarios se obtuvo una media de 40,82 lo cual manifiesta que los estudiantes mantienen niveles altos de satisfacción académica; las puntuaciones estuvieron entre valores mínimos de 10 y un máximo 49 con una desviación estándar de 6,692 siendo los resultados más homogéneos respecto a la media.



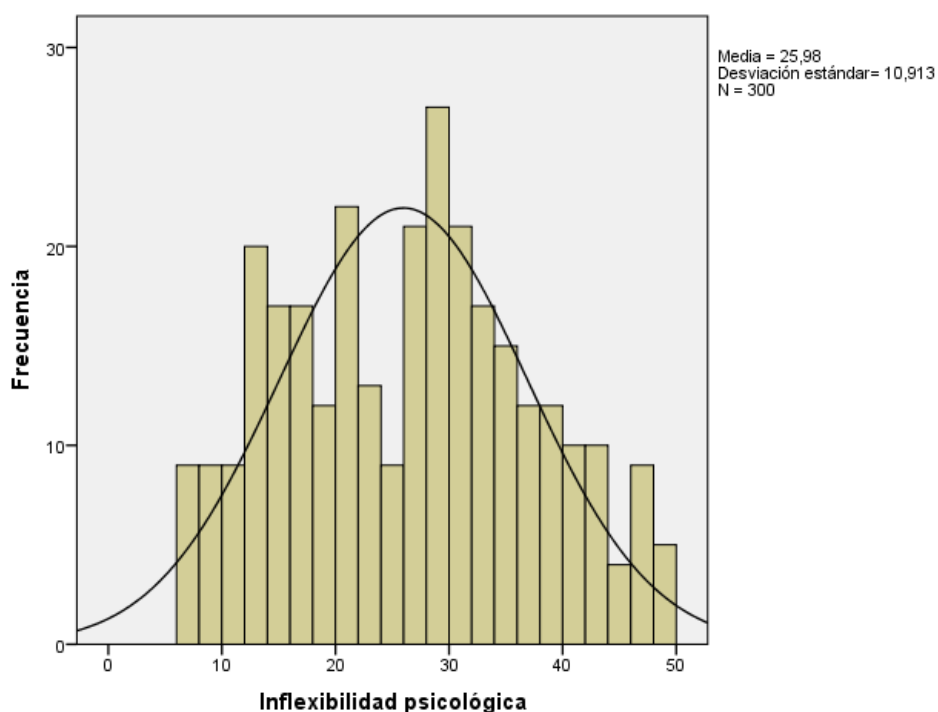
**Figura 1.** Histograma de la variable Satisfacción académica

### **3.1.4 Análisis descriptivo de los niveles de indicadores de la salud mental: Inflexibilidad psicológica, estrés percibido, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios**

Para dar respuesta al segundo objetivo específico, se identificó los niveles de indicadores de la salud mental: inflexibilidad psicológica, estrés percibido, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios obteniendo los siguientes resultados (ver Tabla 8).

## Inflexibilidad Psicológica

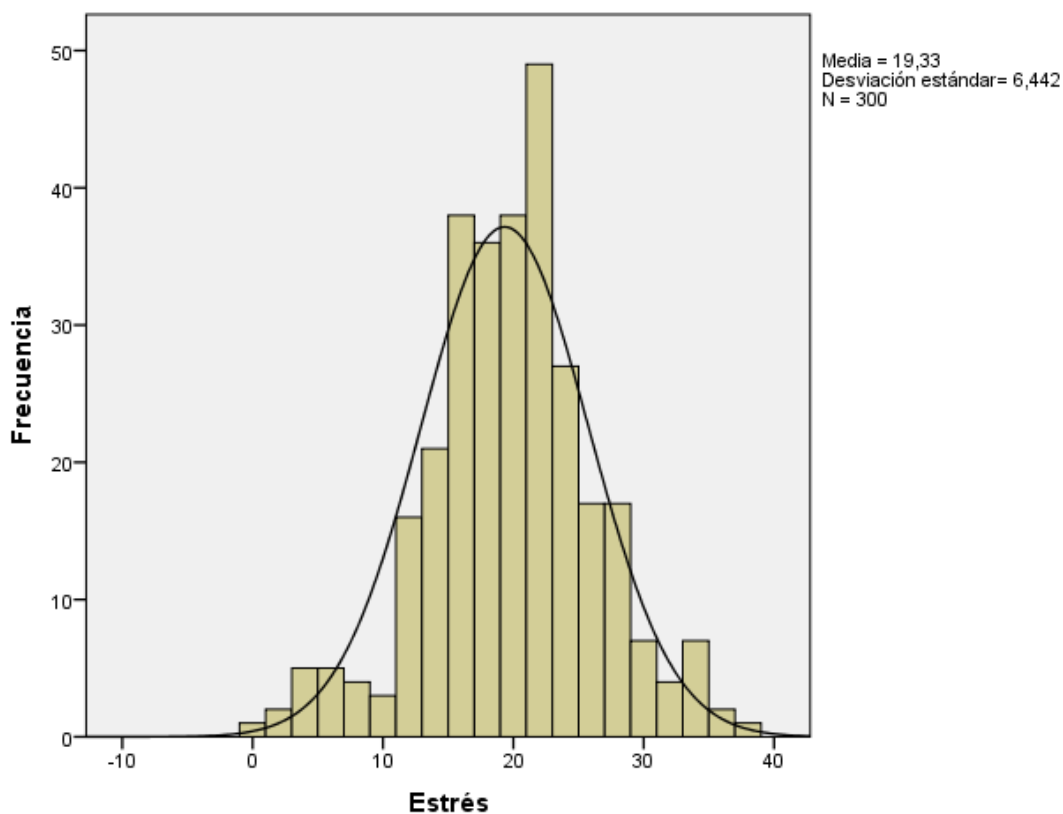
En cuanto a la Inflexibilidad psicológica se encontró que la media de la muestra es de 25,98, evidenciando la presencia de inflexibilidad psicológica obtenido por los estudiantes de la muestra, entre valores mínimos de 7 y máxima de 49, señalando que un mayor puntaje corresponde a una mayor inflexibilidad psicológica; con una desviación estándar de 10,913 lo cual manifiesta que los valores de la muestra son homogéneos en relación a la media.



**Figura 2.** Histograma de la variable de Inflexibilidad Psicológica

## Estrés percibido

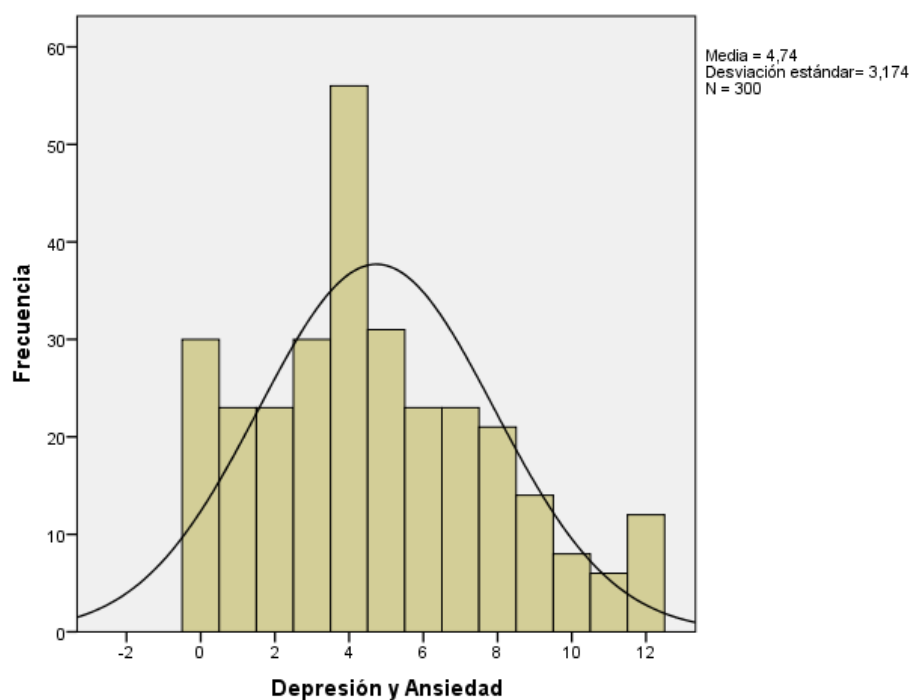
Respecto al estrés percibido se evidenció que la media corresponde al 19,33 con valores mínimos (0) y máximos (38) con una desviación estándar de 6,442 indicando que los valores de la muestra son homogéneos en relación a la media.



**Figura 3.** Histograma de la variable de estrés percibido

### Depresión y ansiedad

Con relación a la depresión y ansiedad, se observa en la **Tabla 7.**, una media aritmética de 4,74 manifestando que la gran mayoría de estudiantes universitario obtuvieron bajos niveles de Ansiedad y Depresión, acorde a los baremos de la escala (PHQ-4) de los autores Kroenke, et al. (2009), con valores mínimos (0) y máximos (12) y una desviación típica de 3,174 lo que representa que los valores de la muestra son más homogéneos en relación a la media de la investigación.



**Figura 4.** Histograma de la variable de depresión y ansiedad

### 3.1.5 Análisis correlacional

Antes de dar respuesta al tercer objetivo se exploró la distribución de los datos con fin de observar su normalidad, en este estudio se utilizó las pruebas de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk (ver Tabla 9).

**Tabla 9.** Prueba de normalidad de los datos mediante las pruebas de Kolmogórov-Smirnov y Shapiro-Wilk

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Satisfacción académica	,167	300	,000	,904	300	,000
Inflexibilidad psicológica	,065	300	,004	,974	300	,000
Estrés percibido	,072	300	,001	,985	300	,003
Depresión y ansiedad	,132	300	,000	,953	300	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

De la misma forma, con la finalidad de dar respuesta al tercer objetivo de esta investigación que radica en examinar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios; se utilizó la correlación de Spearman, la cual en la literatura se recomienda emplearla ante distribuciones no normales.

**Tabla 10.** Correlación de Spearman.

		Correlaciones				
		Satisfacción Académica	Estrés percibido	Depresión y ansiedad	Inflexibilidad psicológica	
Rho de Spearman	Satisfacción Académica	Coeficiente de correlación	1,000	-,413**	-,368**	-,316**
		Sig. (bilateral)	.	,000	,000	,000

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Respecto a las relaciones obtenidas entre satisfacción académica con los indicadores de salud mental se reportan correlaciones negativas, moderadas y estadísticamente significativas.

Entre satisfacción académica con estrés percibido se encontró ( $r=-0,417$ ;  $p<0,000$ ), siendo esta moderada, negativa y estadísticamente significativa, es decir, a mayores niveles de satisfacción académica, menor será el estrés que perciban los estudiantes.

En cuanto a la correlación de satisfacción académica con ansiedad y depresión se encontró una ( $r=-0,368$ ;  $p<0,000$ ) por lo cual, esta relación se caracteriza por ser negativa moderada y estadísticamente significativa.

Por último, se reporta una relación ( $r=-0,316$ ;  $p<0,000$ ) entre satisfacción académica e inflexibilidad psicológica siendo esta negativa moderada y estadísticamente significativa.

En resumen, la relación entre satisfacción académica con los indicadores de la salud mental del estudio manifiesta relaciones negativas moderadas y estadísticamente significativas; a consecuencia, los estudiantes universitarios con altos niveles de satisfacción académica pueden manifestar menor sintomatología con: estrés percibido, ansiedad, depresión e inflexibilidad psicológica.

Tales resultados se encuentran acorde a lo mencionado en la literatura en donde identifica que al tener una buena calidad de servicios que cubre los intereses, aspiraciones y expectativas personales y académicas de los estudiantes universitarios podrían adaptarse de mejor manera ante circunstancias dadas en el entorno, presentando menor rigidez psicológica, enfrentando de mejor forma situaciones desafiantes y exigentes. Estos resultados coherentes con lo esperando en la investigación lo cual permitió dar respuesta a los objetivos generales y específicos planteados en el estudio.

### **3.2 Discusión de resultados.**

En esta investigación al determinar el nivel de satisfacción académica en estudiantes universitarios se estableció que éstos, mantienen niveles altos de satisfacción académica, obteniéndose una media de 40,82 a través de la Escala de Satisfacción Académica (ESA), resultados que indican que los estudiantes universitarios experimentan un excelente bienestar debido a la percepción cognitiva-afectiva de las experiencias escolares; así como la planificación, currículo, recursos, método de evaluación, nivel de aprendizaje, las estrategias didácticas del docente, la relación docente-estudiante, la infraestructura, equipamiento escolar, inclusive las tradiciones de la institución; es decir que, denota una la satisfacción integral en el servicio educativo brindado, porque han cubierto sus intereses, aspiraciones y expectativas personales y académicas, que han aportado a su formación holística y que el estudiante lo ha asumido de forma recíproca.

Estos resultados coinciden en gran medida con el estudio realizado por Morales & Chávez (2019) en donde la satisfacción académica en los estudiantes universitarios muestra una ligera tendencia hacia el nivel alto. De igual forma, se encontró con menor coincidencia en relación al nivel de satisfacción académica, con el estudio de Jiménez et al. (2011) quienes en una evaluación de Satisfacción Académica, los resultados indicaron un promedio general de 58% de satisfacción de los estudiantes. Lo propio sucedió en el estudio desarrollado por Pecina (2017) en donde se evidenció un nivel medio de satisfacción académica. Resultados que permiten deducir la importancia de mantener y mejorar la calidad en las universidades que destacan un nivel alto y en aquellas que se percibe un nivel medio de satisfacción académica se convierte en un reto, ofrecer una educación que considere todas las variables implicadas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En relación a identificar los niveles de los indicadores de salud mental, tales como inflexibilidad psicológica, estrés percibido, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios se muestran resultados homogéneos; la inflexibilidad psicológica con una media de 25,98; el estrés percibido con una media de 19,33 y; depresión y ansiedad representada en una media de 3, 174; es decir, los estudiantes universitarios mantienen niveles bajos en dichos indicadores.

Es así que, con respecto a inflexibilidad psicológica, los estudiantes poseen una habilidad para conectarse y centrarse en el presente, manteniendo la misma dinámica relacionada a pensamientos y sentimientos sin huir de cada situación que se presenta en su vida personal y estudiantil, con identidad propia, buscando mantener o transformar conductas, actitudes que les permiten cursar su carrera académica satisfactoriamente, fomentando la búsqueda de metas y valores. Estos resultados no coinciden con un estudio realizado por Eisenbeck et al. (2019) para explorar el papel de la inflexibilidad psicológica, en donde se

agregó que se encontraron niveles altos de procrastinación como la angustia psicológica y se asociaron con la inflexibilidad psicológica. De igual forma sucede con los resultados de Angamarca (2019) en donde se muestran niveles altos de inflexibilidad psicológica en un estudio con estudiantes universitarios ecuatorianos. Bajo lo referido al respecto de este indicador se confirma que mientras exista un bajo nivel de inflexibilidad psicológica, el estudiante universitario permanecerá enfocado en sus metas, en lo que le brinda el presente y por ende su bienestar será el adecuado para culminar su carrera universitaria.

Siendo que los niveles de estrés en esta investigación resultan con niveles bajos, se determina que existe el equilibrio personal del estudiante para afrontar las tareas académicas cotidianas y lo que recibe por parte de la Universidad, han provocado un control apropiado en las diferentes actividades y situaciones; estos resultados no coinciden con el estudio de Marsiglia et al. (2018) quienes señalan que los estudiantes universitarios presentan mayor estrés debido a la sobrecarga académica; similar al estudio de Restrepo et al. (2020) en donde se evidencia mayor estrés por la sobrecarga de tareas escolares; asimismo no concuerdan con los resultados del estudio de Jerez-Mendoza & Oyarzo-Barría (2015) en donde el 98% de los estudiantes han presentado estrés académico especialmente en las evaluaciones y sobrecarga de trabajos. Al respecto, González et al. (2018) en base a su estudio, encontraron resultados que advierten menores respuestas psicofisiológicas de estrés en los estudiantes que emplean estrategias de afrontamiento activo, en comparación a aquellos con bajo nivel de afrontamiento activo.

También contrastan con los resultados, los estudios efectuados por Silva-Ramos et al. (2020) en donde se especificaron que el 86.3% de los participantes presentan un nivel de estrés moderado. Y el estudio de Lemos et al. (2018) no coinciden, porque encontraron en su estudio niveles altos de estrés (64%).

En esta investigación se identifica además que, los niveles de depresión y ansiedad son bajos en los estudiantes universitarios, lo cual confirma que han sido capaces de controlar sus preocupaciones, de colocar interés en sus tareas diarias, placer en realizar sus actividades habituales y generalmente sentirse optimistas y entusiastas. Al corroborar estos resultados con la investigación de Villanueva & Ugarte (2017) coinciden puesto que, encontraron ausencia de ansiedad; de igual forma se evidencia en el estudio de Tadeo-Álvarez et al. (2019) en donde los estudiantes universitarios con síntomas de depresión obtuvieron una representación del 7,9%. En una revisión sistemática desarrollada por Mao et al. (2019) sobre depresión y la ansiedad encontraron resultados que se ubicaban en un nivel medio, similares a los resultados identificados por Atienza-Carbonell & Balanzá-Martínez, (2020) con los estudios de Tijerina et al. (2018) y Puig Lagunes et al. (2020). No ocurre de manera semejante en el estudio efectuado por Flores et al. (2016), debido a que en ésta investigación se encontraron altos niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios en situaciones de exámenes; igualmente sucede con el estudio de Dias et al. (2020) que identificaron niveles altos de ansiedad generalizada (86,74%), ansiedad de rasgo (75%) y ansiedad de estado (80,22%).

Con respecto a examinar la relación entre satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios, en esta investigación se reportaron correlaciones negativas, moderadas y estadísticamente significativas; por tanto, los estudiantes con altos niveles de satisfacción académica pueden presentar menores sintomatologías con estrés percibido, ansiedad, depresión e inflexibilidad psicológica. Esto expresa que, al permanecer el estudiante universitario en un nivel alto de satisfacción académica, le provoca una estabilidad y equilibrio emocional, afectivo y anímico suficiente para desenvolverse en cualquier ámbito de su vida.

Estos resultados coinciden con los estudios realizados por Morales & Chávez (2019) que señalan en sus hallazgos que la satisfacción académica muestra una ligera tendencia

hacia el nivel alto, deduciendo que a mayor autoeficacia académica y menor desgaste emocional, es mayor la satisfacción académica. Lo que no coincide es, lo abordado por Veliz & Dörner (2019) en donde manifiestan que los resultados del estudio respecto a estrés, ansiedad y depresión en estudiantes del área de la salud, mostraron una prevalencia mayor con una afectación relevante, lo que incluye deterioro en los planos físico, mental, social y académicos.

Aunque no existen estudios previos de correlaciones directas de satisfacción académica e indicadores de salud mental, se encontró con rendimiento académico; es así que, Palacio & Martínez, (2007) expone un estudio sobre relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios, en el cual se evidencia que no existió relación significativa entre el promedio académico y los niveles de depresión, asimismo no se probó relación significativa entre los niveles de promedio académico y los de Ansiedad Rasgo, lo cual revela que, a menores niveles de Ansiedad, mayor promedio académico y por ende mayor satisfacción académica.

Desde esta premisa, también Granizo et al. (2018) realizaron un estudio sobre Asociación entre la carrera que cursan, el nivel de satisfacción académica, el nivel de estrés percibido y el sexo en un grupo de estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional de Chimborazo (UNACH) en Ecuador, en donde se denota, que existió asociación entre el nivel de estrés percibido por los estudiantes y el nivel de satisfacción académica, con posibilidad de que, al acrecentar el nivel de estrés percibido se reduce la satisfacción académica de los estudiantes y viceversa.

En tal sentido, bajo lo referido anteriormente y al contrastar estos resultados se confirma que si al estudiante que es acogido en las universidades se le brinda las herramientas y atención de óptima calidad a nivel académico y psicológico, el estudiante es capaz de vencer obstáculos, dificultades, desarrollar comportamientos adecuados y mantener actitudes que le

permitan experimentar una satisfacción académica íntegra y una salud mental adecuada; de suceder lo contrario, es decir que, las universidades no generen una formación integral, el estudiante podría desarrollar sintomatologías que desgasten su salud mental, algunas de ellas ocasionadas por desaciertos en el ámbito educativo y por ende posiblemente puede experimentar malestar, que hasta decida desertar y se posterguen sus metas y objetivos.

Por tanto, es importante, continuar generando otros estudios de esta índole, debido a que en la literatura existen pocos que coincidan con estas dos variables, mismas que coadyuven a mejorar la calidad educativa, que permita garantizar un espacio propicio para el estudiante, que contribuya a su crecimiento y madurez personal y a su excelente formación profesional.

## Conclusiones

En este trabajo se analizó la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios, de lo cual, lo más importante fue que se encontraron relaciones negativas moderadas y estadísticamente significativas; evidenciando relevantemente que los estudiantes universitarios mostraron altos niveles de satisfacción académica; y que, por ende, puedan manifestar menor sintomatología con el estrés percibido, ansiedad, depresión e inflexibilidad psicológica. De lo cual se difiere que, los estudiantes universitarios están percibiendo un bienestar integral como producto de una educación de calidad relacionado a servicios y al desarrollo académico.

Al determinar un nivel alto de satisfacción académica, los estudiantes universitarios muestran sincronía con las asignaturas que les imparten, con el ambiente educativo, se sienten cómodos en clases, valoran el avance intelectual, los contenidos; en fin, disfrutan de los espacios formativos, por todo aquello que significa. Realidad que a partir de lo que la literatura expone que algunos estudios, existe un nivel medio o bajo de satisfacción académica, debido a que los estudiantes experimentan excesiva recarga de tareas, situación que genera presencia de algunos indicadores que comprometen la salud mental.

Por ello, al identificar los indicadores de salud mental como la inflexibilidad psicológica, estrés auto percibido, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios, es imprescindible connotar que, aunque en esta investigación se revelaron niveles bajos de dichos indicadores; en otros estudios previos se evidencia porcentajes que cuestionan. Panorámica que permite continuar indagando, con el propósito de poseer una idea general de la realidad que experimentan los estudiantes universitarios durante el transcurso de su carrera profesional, respecto a su salud mental y las causas que hacen que se originen o se desarrollen.

Finalmente, al examinar la relación entre la satisfacción académica e indicadores de salud mental en estudiantes universitarios, queda de manifiesto que es un ámbito primordial a tomar en cuenta en las universidades, debido a que cada estudiante en su particularidad puede ingresar con algunas situaciones por resolver y que en el transcurso de carrera es posible que se agudicen o se mejoren. Esto, en gran parte depende de lo que le brinde la Educación Superior, la manera que el estudiante acoja y asimile lo que recibe, para que fortalezca su salud mental y de manera equilibrada pueda experimentar una satisfacción académica significativa.

### **Recomendaciones**

Es preciso mencionar que, aunque las conclusiones estuvieron consistentes con los objetivos planteados, se evidenciaron limitaciones y ámbitos que es propicio abordar en futuras investigaciones que se efectúen, relacionadas a esta temática. Es importante continuar generando estudios direccionados a analizar la relación entre Satisfacción académica e indicadores de salud mental, especialmente en entornos educativos de Ecuador y demás países de Latinoamérica; considerando, además incrementar la muestra que contribuya a lograr una panorámica más amplia de la realidad en este contexto; y adicionalmente implementar este tipo de investigaciones en los estudios de posgrados.

Asimismo, sería pertinente continuar profundizando en lo que respecta a inflexibilidad psicológica, por cuanto se evidencia limitados estudios conexos a esta variable que, en la vida académica específicamente, con la connotación negativa que posee no permite al estudiante aprovechar el presente, perseverar en sus objetivos y es necesario que los estudiantes universitarios se desenvuelvan con una flexibilidad psicológica eficaz que les permita alcanzar sus metas profesionales y personales.

En esta línea de investigación es oportuno que las universidades intensifiquen el diseño y aplicación de programas de promoción y prevención de salud mental a estudiantes universitarios, con el fin de mantener el equilibrio entre los retos académicos y el afrontamiento activo frente a posibles apariciones de estrés, ansiedad, depresión e inflexibilidad psicológica.

## Referencias

- Abarca, S., Cáceres, S., Jiménez, E., Moraleta, V., & Romero, B. (2013). Satisfacción de los alumnos con la institución universitaria y el rendimiento académico. *Revista Electrónica de Investigación Docente Creativa*, 2, 48–53. <https://doi.org/10.1016/j.desal.2006.03.104>
- Álvarez, J., Chaparro, E., & Reyes, D. (2014). Estudio de la satisfacción de los estudiantes con los servicios educativos brindados por Instituciones de Educación Superior del Valle de Toluca. *Revista Iberoamericana Sobre Calidad, Eficacia y Cambio En Educación*, 13(2), 5–26. <http://www.rinace.net/reice/numeros/arts/vol13num2/art1.pdf>
- American Psychiatric Association [APA]. (2017). Obtenido de <https://cutt.ly/Bt17N1n>
- Angamarca, G. (2019). *Factores psicológicos e Inflexibilidad psicológica en estudiantes universitarios del Ecuador*. <https://bibliotecautpl.utpl.edu.ec/cgi-bin/abnetclwo/O9002/IDa90b2a14?MLKOB=44748943838>
- Arévalo, E., Castillo-Jiménez, D., Cepeda, I., López, Lj., & Pacheco, R. (2019). Ansiedad y depresión en estudiantes universitarios: relación con rendimiento académico. *Salud Uninorte*, 2(1), 59–69. <https://doi.org/10.18041/2665-427X/ijeph.2.5342>
- Argyropoulos, K., Giourou, E., Dimopoulou, M., Argyropoulou, A., Gourzis, P., & Jelastopulu, E. (2017). Ansiedad y depresión entre los estudiantes universitarios griegos de la Universidad de Patras. *Revista Global de Medicina y Salud Pública*, 6(5), 1–9.
- Atienza-Carbonell, B., & Balanzá-Martínez, V. (2020). Prevalencia de síntomas depresivos e ideación suicida en estudiantes de medicina españoles. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 48(4), 154–162. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=145728088&lang=es&site=e=ehost-live>

- Barrantes-Barais, K., & Ureña-Bonilla, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17(1), 101–123.
- Barrera, L., Sotelo, M., Barrera Hernández, R., & Aceves, J. (2019). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 1(2), 244–251.  
<https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/download/42/33/>
- Bernal, J., Lauretti, P., & Agreda, M. (2016). Satisfacción académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad del Zulia. *Multiciencias*, 16(3), 301–309.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=90453464009>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Waltz, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A Revised Measure of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676–688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Carranza, R., Hernández, R., & Alhuay-Quispe, J. (2017). Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. *Revista Internacional de Investigación En Ciencias Sociales*, 13(2), 133–146.  
<https://doi.org/10.18004/riics.2017.diciembre.133-146>
- Carvajal, C. C., Gómez, N., López, F., Otárola, N., & Briceño, M. (2017). Estructura factorial de la Escala de Estrés Percibido(PSS) en una muestra de trabajadores Chilenos. *Salud & Sociedad*, 8(3), 218–226. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2017.0003.00002>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–

396.

- Contreras, M., de León, A., Martínez, E., Peña, E., Marques, L., & Gallegos, J. (2017). Psychopathological Symptoms and Psychological Wellbeing in Mexican Undergraduate Students. *Physiology & Behavior*, 5(6), 30–35. <https://doi.org/10.11114/ijsss.v5i6.2287.Psychopathological>
- Cortese, E., Cortese, R., Vidalina, D., Equisito, A., Kuzmicki, R., Pilatti, A., Salvati, N., & Van Oostveldt, G. (2004). Psicología Medica Salud Mental. In *Salud Mental*.
- Delgado, C. J., Varas, J., Ruiz, F. J., Díaz, B., Cantón, P., Ruiz, E., González, N., Rincón, A., & Ramos, R. (2020). Inflexibilidad psicológica e impacto clínico: adaptación del Cuestionario de Aceptación y Acción-II en una muestra de pacientes en tratamiento de hemodiálisis. *Nefrología*, 40(2), 160–170. <https://doi.org/10.1016/j.nefro.2019.06.008>
- Dias, L., Chaves, B., Fabrício, A., Porto, A., Machado de Almeida, D., Obregon, S., Mauren, P., Vieira da Silva, W., Camargo, M., Pererira da Veiga, C., de Moura, G., Costa, L., & Flores, V. (2020). Analysis of Well-Being and Anxiety among University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3874), 1–23. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113874>
- Domínguez, R., Guerrero, G., & Domínguez, J. (2015). Influencia del estrés en el rendimiento académico de un grupo de estudiantes universitarios. *Educación y Ciencia*, 4(43), 31–40. <https://doi.org/10.48082/espacios-a20v41n48p30>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103–108. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.07.007>
- Eleftheriades, R., Fiala, C., & Pasic, M. (2020). *The challenges and mental health issues of*

*academic trainees*. 9(May), 1–26. <https://doi.org/10.12688/f1000research.21066.1>

Felman, L., Goncalves, L., Chacón-Puignau, G., Zaragoza, J., Bagés, N., & de Pablo, J. (2008). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, salud mental y rendimiento académico en estudiantes universitarios venezolanos. *Universitas Psychologica*, 7(3), 739–751. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v29n1/art06.pdf>

Fiorino, V. M. (2018). Calidad y responsabilidad social en la educación superior. In *El rol de la educación superior de cara a los desafíos sociales de América Latina y el Caribe* (pp. 17–34).

Flores, M. de los Á., Chávez, M., & Aragón, L. (2016). Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 8(2), 35–41. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2016.11.004>

Flujas-Contreras, J. M., García-Palacios, A., & Gómez, I. (2020). Spanish validation of the Parental Acceptance Questionnaire (6-PAQ). *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 20(2), 163–172. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2020.03.002>

García, D., Hernández-Lalinde, J., Espinosa-Castro, J.-F., & Soler, M. (2020). Salud mental en la adolescencia montevideana: una mirada desde el bienestar psicológico. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2). <https://doi.org/10.5281/zenodo.4068398>

Goncalves, F., González, V., & Vázquez, J. (2010). *Guía de buena práctica clínica en Depresión y ansiedad*.

González-Olaya, H., Delgado-Rico, H., Escobar-Sánchez, M., & Cárdenas-Angelone, M. (2014). Asociación entre el estrés, el riesgo de depresión y el rendimiento académico en estudiantes de los primeros semestres de un programa colombiano de medicina. *FEM:*

*Revista de La Fundación Educación Médica*, 17(1), 47–54. <https://doi.org/10.4321/s2014-98322014000100008>

González-Peiteado, M., Pino-Juste, M., & Penado-Abilleira, M. (2017). Estudio de la satisfacción percibida por los estudiantes de la UNED con su vida universitaria. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 20(1), 243. <https://doi.org/10.5944/ried.20.1.16377>

González, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, L., & Franco, V. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421–433. <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>

Granizo, L., Procel, C., Torres, R., & Granizo Lara, S. (2018). Asociación entre la carrera que cursan, el nivel de satisfacción académica, el nivel de estrés percibido y el sexo en un grupo de estudiantes de pregrado. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 23(3), 1–19. [http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=](http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=)

Hernández, L., Martín, C., Lorite, G., & Paula, G. (2018). Rendimiento , motivación y satisfacción académica , ¿ una relación de tres ? *Reidocrea*, 7(9), 92–97.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2016). *Metodología de la Investigación*.

Herrera, L., Soares de Quadros, M., & Soares de Quadros, J. (2018). Evaluación de la Calidad en la Educación Superior: una revisión de la literatura a partir de la satisfacción del alumnado. *Cuadernos de Pesquisa*, 25(2), 71–89.

Inzunza, B., Ortiz, L., Pérez, C., Torres, G., Mc Coll, P., Meyer, A., Matus, O., Bastías, N., &

- Bustamante, C. (2015). Estructura Factorial y Confiabilidad del Cuestionario de Satisfacción Académica en Estudiantes de Medicina Chilenos. *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, 1(40), 73–82.
- Jerez-Mendoza, M., & Oyarzo-Barría, C. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de los Lagos Osorno. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 53(3), 149–157. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272015000300002>
- Jiménez, A., Terriquez, B., & Robles, Jf. (2011). Evaluación de la satisfacción académica de los estudiantes de la Universidad Autónoma de Nayarit. *Revista Fuente*, 6, 46–56.
- Kocalevent, R., Finck, C., Jimenez-Leal, W., Sautier, L., & Hinz, A. (2014). Standardization of the Colombian version of the PHQ-4 in the general population. *BMC Psychiatry*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-205>
- Larios, J., Laborde, C., Sánchez, M., Gaviria, G., & Lastre, G. (2019). Epidemiology of hand burns in a referral center in Colombia: Retrospective cohort. *Ciencia e Innovación En Salud*, 67(2), 1–18. <https://doi.org/10.17081/innosa>
- Lelis, K. de C., Brito, R., de Pinho, S., & de Pinho, L. (2020). Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 23(23), 9–14. <https://doi.org/10.19131/rpesm.0267>
- Lemos, M., Henao-Pérez, M., & Lopez-Medina, D. C. (2018). Estrés y Salud Mental en estudiantes de Medicina: Relación con afrontamiento y actividades extracurriculares. *Archivos de Medicina*, 24(2:3), 1–8. <https://doi.org/10.3823/1385>
- Lent, R., Singley, D., Sheu, H.-B., Gainor, K., Brenner, B., Treistman, D., & Ades, L. (2005). Social cognitive predictors of domain and life satisfaction: Exploring the theoretical precursors of subjective well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 429–442.

<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.429>

- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H. Bin, Schmidt, J. A., & Schmidt, L. C. (2007). Relation of social-cognitive factors to academic satisfaction in engineering students. *Journal of Career Assessment, 15*(1), 87–97. <https://doi.org/10.1177/1069072706294518>
- Linares, O., Maldonado, C., Bustamante, L., & Reynoso, K. (2020). Salud Mental, Satisfacción escolar y su relación con el promedio en estudiantes universitarios. *Revista de Estudios Clínicos e Investigación Psicológica, 10*(20), 194–208.
- Macaya, X., Pihan, R., & Vicente Parada, B. (2018). Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario. *Humanidades Médicas, 18*(2), 338–355.
- Mao, Y., Zhang, N., Liu, J., Zhu, B., He, R., & Wang, X. (2019). A systematic review of depression and anxiety in medical students in China. *BMC Medical Education, 19*(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1744-2>
- Marsiglia, D., Madero, K., Vallejo, S., Duque, P., & Campiño, S. (2018). Factores generadores de estrés percibidos por estudiantes de enfermería en su primera práctica clínica. *Ciencia y Salud, 10*(2), 33–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.22%0Ahttp://revistas.curn.edu.co/index.php/cienciaysalud/article/view/1155>
- Medrano, L., Fernández, M., & Pérez, E. (2014). Computerized assessment system for academic satisfaction (ASAS) for first-year university student. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 12*(2), 541–562. <https://doi.org/10.14204/ejrep.33.13131>
- Micin, S., & Bagladi, V. (2011). Salud Mental en Estudiantes Universitarios: Incidencia de Psicopatología y Antecedentes de Conducta Suicida en Población que Acude a un

Servicio de Salud Estudiantil. *Terapia Psicológica*, 29(1), 53–64.  
<https://doi.org/10.4067/s0718-48082011000100006>

Morales, M., & Chávez, J. (2019). Satisfacción académica en estudiantes de nivel superior: variables escolares y personales asociadas. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 6(12), 1–21.

Obregón-Morales, B., Montalván-Romero, J., Segama-Fabian, E., Dámaso-Mata, B., Panduro-Correa, V., & Arteaga-Livias, K. (2020). Factores asociados a la depresión en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Educación Médica Superior*, 34(2), 1881.  
<http://ems.sld.cu/index.php/ems/article/view/1881>

Organización Mundial de la Salud. (2013). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de [https://www.who.int/mental\\_health/publications/action\\_plan/es/](https://www.who.int/mental_health/publications/action_plan/es/)

Organización Mundial de la Salud (2018). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response#:~:text=La%20Constituci%C3%B3n%20de%20la%20OMS,de%20trastornos%20o%20discapacidades%20mentales.>

Osorio-Alvarez, M. del C., & Parra, L. (2016). La satisfacción escolar en los estudiantes del primer año de la carrera de Médico Cirujano. *Investigación En Educación Médica*, 5(17), 3–10. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2015.08.002>

Palacio, J., & Martínez, Y. (2007). Relación del Rendimiento Académico con la Salud Mental en Jóvenes Universitarios. *Psicogente*, 10(18), 113–128.  
[www.unisimonbolivar.edu.co/publicaciones/index.php/psicogente](http://www.unisimonbolivar.edu.co/publicaciones/index.php/psicogente)

Pecina, R. (2017). Satisfacción académica del estudiante de enfermería en una Universidad Pública en México. *Revista Electrónica Sobre Tecnología, Educación y Sociedad*, 4(7), 1–

14.

- Pires, C., Putwain, D., Hofmann, S., Martins, D., MacKenzie, M., Kocovski, N. L., & do Céu Salvador, M. (2020). Assessing psychological flexibility in test situations: The test anxiety acceptance and action questionnaire for adolescents. *Journal of Psychopathology and Clinical Psychology*, 25(3), 147–159. <https://doi.org/10.5944/rppc.29014>
- Puig Lagunes, Á., Vargas, J., Salinas, L., Ricaño, K., & Puig Nolasco, Á. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and academic stress among medical students during different periods of stress. *Atención Familiar*, 27(4), 165–171. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2020.4.76891>
- Quero, M. (2010). Confiabilidad y coeficiente Alpha de Cronbach. *Red de Revistas Científicas de América Latina, El Caribe, España y Portugal*, 12(2), 248–252. <https://doi.org/10.1109/igarss.2004.1370608>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O., & Castañeda, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 23–47. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Roales-Nieto, J., Moreno, E., Córdoba, R., Marín, B., Jiménez, F., Gil, A., Silvano, A., Fernández, I., Granados, G., & Hernández-López, M. (2016). Flexibilidad psicológica y autoabandono del tabaco. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16(2), 111–130. <https://www.redalyc.org/pdf/560/56046597002.pdf>
- Rotenstein, L. S., Ramos, M. A., Torre, M., Segal, B., Peluso, M. J., Guille, C., Sen, S., & Mata, D. A. (2016). Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students a systematic review and meta-analysis. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 316(21), 2214–2236. <https://doi.org/10.1001/jama.2016.17324>

- Ruidiaz, K., Peinado, L., & Osorio, L. (2020). Estrés en estudiantes de enfermería que realizan Prácticas Clínicas en una institución universitaria de Cartagena-Colombia, 2019. *Archivos de Medicina*, 20(2), 437–448. <https://doi.org/10.30554/arch-med.20.2.3674>
- Ruisoto, P., López-Guerra, V. M., Paladines, M. B., Vaca, S. L., & Cacho, R. (2020). Psychometric properties of the three versions of the Perceived Stress Scale in Ecuador. *Physiology and Behavior*, 224(June), 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2020.113045>
- Ruiz, F. J., & Odriozola-González, P. (2016). El papel de la inflexibilidad psicológica en el modelo cognitivo de la depresión de Beck en una muestra de universitarios. *Anales de Psicología*, 32(2), 441–447. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.2.214551>
- Ruiz, F. J., Suárez-Falcón, J. C., Cárdenas-Sierra, S., Durán, Y., Guerrero, K., & Riaño-Hernández, D. (2016). Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire–II in Colombia. *Psychological Record*, 66(3), 429–437. <https://doi.org/10.1007/s40732-016-0183-2>
- Ruiz, F., Langer, Á., Luciano, C., Cangas, A., & Beltrán, I. (2013). Measuring experiential avoidance and psychological inflexibility: The Spanish version of the Acceptance and Action Questionnaire - II. *Psicothema*, 25(1), 123–129. <https://doi.org/10.7334/psicothema2011.239>
- Ryff, C. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *American Journal of Managed Care*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Sánchez, J. (2018). Satisfacción estudiantil en educación superior: validez de su medición. In *reponame: Repositorio Institucional Sergio Arboleda*.
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., & Columba Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en

estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83.  
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/674/67462875008/67462875008.pdf>

Tadeo-Álvarez, M., Munguía-Ortíz, C. D., Benítez-López, V., Valles-Medina, A. M., Delgadillo-Ramos, G., Flores-Castillo, P. M., & Romo-Guardado, M. (2019). Presencia de síntomas depresivos en estudiantes de medicina en una universidad pública de México. *Salud Mental*, 42(3), 131–136. <https://doi.org/10.17711 / SM.0185-3325.2019.017> Presencia

Tijerina, L., González, E., Gómez, M., Cisneros, M., Rodríguez, K., & Ramos, E. (2018). Depresión, Ansiedad y Estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la Educación Superior. *RESPYN Revista de Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41–47.  
<https://doi.org/10.29105/respyn17.4-5>

Tomás, J.-M., & Gutiérrez, M. (2019). Aportaciones de la teoría de la autodeterminación a la predicción de la satisfacción escolar en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 37(2), 471–485. <https://doi.org/10.6018/rie.37.2.328191>

Torres, C. (2015). *Salud Mental en estudiantes universitarios*.

Veliz, A., & Dörner, A. (2019). Reflexiones respecto al Bienestar Psicológico y Salud Mental en Estudiantes de Primer Año de una Universidad Estatal. *Ciencias de La Documentación*, 5(2), 63–71. <http://bkp.cienciasdeladocumentacion.cl/gallery/5 v5n1 2019 csdocum.pdf>

Vergara-Morales, Jorge; Del Valle, Milenko; Diaz, Alejandro; Pérez, M. (2018). Adaptación de la Escala de Satisfacción Académica en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Psicología Educativa*, 24(2), 99–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.5093/psed2018a15>

Villanueva, E., & Ugarte, A. (2017). Niveles de ansiedad y la calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Arequipa. *Unife*, 25(2), 153–169.

Vizoso, C., & Arias, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Anuario de Psicología*, 46(2), 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.006>