

### La experiencia de ser universitario

College experience

Angélica Juárez Loya<sup>a</sup>

Cecilia Silva Gutiérrez<sup>b</sup>

**Recibido:** 10 de enero de 2018

**Aceptado:** 27 de octubre de 2018

**DOI:** <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2597>

México tiene el compromiso de mejorar la calidad de la educación superior, para lo cual se requiere un conocimiento global de la población de ese nivel y no enfocarse únicamente en aspectos académicos. Por ello es importante reconocer que los aspectos psicosociales, de bienestar, de salud y de satisfacción pueden impactar en la trayectoria de los universitarios. Esta investigación se realizó para conocer cómo los estudiantes experimentan su paso por la universidad, se realizó un estudio cualitativo de diseño fenomenológico utilizando la técnica de grupos focales. Participaron 54 estudiantes de diferentes carreras y semestres. Surgieron cinco categorías: ingreso al entorno universitario, ajuste al entorno universitario, factores psicosociales, factores escolares y recursos institucionales. Se concluye que el papel que juega la institución es importante en esta etapa y puede fomentar el bienestar de sus alumnos; se sugiere implementar diversas acciones que favorecen la salud y el bienestar del alumnado.

**Palabras clave:** Universidades; estudiantes; experiencia de los estudiantes; experiencia educativa; investigación cualitativa.

<sup>a</sup> Maestra en Psicología. Profesora Asociada A T. C. Interino, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, México. ✉ [ajuarezloya@comunidad.unam.mx](mailto:ajuarezloya@comunidad.unam.mx)

<sup>b</sup> Doctora en Psicología. Profesora Asociada A T. C. Definitivo, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, México. ✉ [csilva@posgrado.unam.mx](mailto:csilva@posgrado.unam.mx)

Mexico is committed to improve the quality of higher education, for which is necessary a global knowledge of students, centered on psychosocial and not only academic aspects. It is important to recognize how impact to psychosocial well-being and health aspects over the college student's trajectory. This research aimed to recognize what university students understand about their experience at this stage. To achieve this goal, a qualitative phenomenological study was carried out, using the focus group technique 54 university students were interviewed; they were in different careers and semesters. Five experience's categories emerged from the analysis: admission period to the university, adjustment to the college environment, psychosocial factors, academic factors and institutional resources. It is concluded that institutional role is important at this stage and can promote the welfare of its students. It is suggested to implement diverse actions that contribute to health and well-being of the students.

**Keywords:** Universities; students; college experiences; educational experiences; qualitative research.



## La experiencia de ser universitario

### College experience

#### Introducción

El periodo en el que un joven ingresa a la educación superior es crítico e influye significativamente en una trayectoria escolar exitosa o el abandono (Fonseca & García, 2016; Silva-Laya, 2011); este proceso implica cambios significativos en sus esquemas de pensamiento, apreciación, valoración y acción (hábitos) que determinarán sus decisiones en este periodo (Bracchi, 2016). La universidad define el resto de la vida de muchos jóvenes, pues se ponen en juego sus competencias y habilidades personales para alcanzar algunos objetivos académicos.

La mayor parte de las investigaciones realizadas con estudiantes, centran sus esfuerzos en aspectos académicos, curriculares y personales, a partir de los cuales se generan estrategias para favorecer el éxito en las trayectorias escolares. Sin embargo, se deja de lado a la institución, que aporta condiciones que pueden favorecer (u obstaculizar) el bienestar del alumnado y, por tanto, impactar en sus trayectorias escolares.

Incluso, al abordar el tema de la calidad educativa, suelen dejarse de lado los aspectos psicosociales que juegan a favor o en contra de los individuos, como el grado de bienestar, de salud, la calidad en las relaciones en el ambiente universitario, la satisfacción con el proceso de formación y la infraestructura escolar, entre otros (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2013).

Específicamente en México, si bien existen compromisos políticos para aumentar la calidad de la educación superior, el acceso y la desigualdad (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos [OCDE], 2015), aún se requiere de información que permita generar estrategias para fomentar la calidad educativa en este nivel (Silva-Laya, 2012), que no solo constituye un indicador de la fuerza de trabajo y la disminución del desempleo (Jiménez, 2011; OCDE, 2015), sino que es algo más dinámico en el contexto más amplio y cambiante de la educación superior (Hénard, 2010).

A pesar de que las universidades son instituciones con una fuerza potencial para influir positivamente en la vida y en la salud de sus miembros, dado que las personas pasan una parte importante de sus vidas en ellas, forman un carácter crítico y reflexivo y fomentan la autonomía y la responsabilidad hacia ellos mismos y hacia otros (Becerra, 2013), de que existen algunas iniciativas de universidades saludables, guías y materiales que invitan a organizar y promover el bienestar de sus alumnos (Arroyo & Rice, 2009; Ministerio de Salud de Argentina, 2012), aunque en estos trabajos suele priorizarse la salud física, todavía se realizan pocas investigaciones en las que se muestre interés por conocer las repercusiones del contexto universitario sobre el bienestar, la salud y otras dificultades psicosociales que enfrentan los jóvenes universitarios. Por tal motivo, resulta relevante el estudio de las experiencias de los jóvenes universitarios y tratar de reconocer las repercusiones de estas experiencias sobre el bienestar.

En un estudio sobre salud, calidad de vida y el entorno universitario en estudiantes mexicanos, se identificó que en la medida en que los jóvenes enfrentan mayor estrés, también se observan más consecuencias sobre su salud. Por el contrario, la

calidad de vida fue mejor en estudiantes que reportaron un buen trato de parte de los profesores y compañeros, y que se encontraban satisfechos con la calidad de la enseñanza (aspecto relevante de la importancia de las relaciones humanas en el ámbito escolar). Esto demuestra que las experiencias universitarias y el fomento a relaciones positivas en este contexto pueden ser favorables para los universitarios y repercutir en su calidad de vida (Lara, Saldaña, Fernández & Delgadillo, 2015).

Algunos trabajos realizados con población universitaria describen las características de los estudiantes y sus trayectorias escolares (Bonicatto, 2016; Bracchi, 2016; Dubet, 2005; Guzmán & Saucedo, 2005, 2007; Ros, Benito, Germain & Justianovich, 2016; Silva-Laya, 2011); otros reconocen las dificultades que enfrentan los estudiantes en su vida académica, y resaltan el proceso de adaptación que sufren cuando cambian sus hábitos previos (sueño, alimentación, tiempo libre), y cuando se sienten incapaces de lograr estos ajustes, pueden caer en un malestar mayor y sentir que fallan (Bonicatto, 2016; Gallo, 2016). Por otra parte, se encuentran los desafíos sociales porque conviven con personas desconocidas, reciben poco apoyo familiar o deben modificar sus relaciones y enfrentar responsabilidades nuevas. Si la situación económica de la familia es desfavorable o los estudiantes tienen poco compromiso con la institución, se dificulta aún más el paso por la universidad (Gallo, 2016; Guzmán & Saucedo, 2005, 2007; Ros et al., 2016; Sedgwick & Rougeau, 2010; Silva-Laya, 2011).

No obstante, estas investigaciones han sido una primera aproximación que no termina por definir los aspectos que debieran estudiarse cuando de experiencia universitaria se trata, pues dejan de lado aspectos psicosociales, organizacionales de la institución u otros que permitirían incluso construir instrumentos psicométricos para evaluar la satisfacción con la experiencia en este periodo.

Por esta razón, este estudio formó parte de una investigación más extensa que entre sus productos arrojó un instrumento psicométrico para evaluar la experiencia universitaria (Juárez & Silva, 2017). En este artículo se muestran los resultados de la primera fase de investigación, la cual exploró los significados de los jóvenes respecto al constructo *experiencia universitaria*.

La experiencia es una forma de conocimiento que se produce a partir de vivencias, observaciones y sensaciones durante un proceso o periodo (Durán-Aponte & Durán-García, 2012). La experiencia universitaria se definió en este trabajo como los conocimientos, sensaciones y observaciones trascendentales o destacadas que un estudiante universitario experimenta y que facilitan o dificultan su paso por la universidad (Juárez & Silva, 2017).

Se sabe que los universitarios comparten ciertas características, pero que presentan diferencias entre ellos (ambientes culturales, sociales, trayectorias escolares, responsabilidades sociales, estado civil, situación laboral, dependientes económicos, recursos materiales y la forma de apropiarse de la cultura [Dubet, 2005]), por lo que la creencia de que existe un solo tipo de estudiante afecta a las decisiones institucionales que se toman y dificulta modificar sus prácticas hacia los estudiantes (Casillas, De Garay, Vergara & Puebla, 2001).

Existen diferencias respecto al estrés, las demandas, las responsabilidades y los diversos aprendizajes en el ambiente universitario; esto depende del momento de la carrera en que se encuentran los estudiantes (semestres iniciales, semestres intermedios o semestres finales [Guzmán & Saucedo, 2005, 2007; Silva-Laya, 2011]. Las condiciones sociales, económicas, familiares, culturales e institucionales de los universitarios son importantes para comprender el estrés académico (Suárez-Montes & Díaz-Subieta, 2015) y saber en qué punto de la universidad los estudiantes ven más afectada su salud y su bienestar debido al estrés u otras condiciones de la experiencia que pueden generar dificultades que los lleven, incluso, a desertar (Fonseca & García, 2016).

Por ello las preguntas de esta investigación fueron: ¿Cómo experimentan los estudiantes universitarios su paso por la universidad y cuáles aspectos son los más relevantes para ellos?; ¿los estudiantes distinguen algunas experiencias que les generan bienestar en este periodo? y ¿cuáles experiencias consideran que merman su bienestar?

## 1. Método

### 1.1 Objetivo del estudio

Comprender qué definen los estudiantes como *experiencia universitaria* y distinguir experiencias que les generan bienestar o malestar en este periodo.

### 1.2 Tipo de estudio y diseño

Estudio de tipo cualitativo y diseño fenomenológico (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

### **1.3 Muestra**

Se tuvo una muestra teórica de expertos (en este caso se considera expertos a los estudiantes universitarios, por ser quienes pueden profundizar en las experiencias que tienen durante este periodo [Hernández et al., 2014]).

### **1.4 Participantes**

Participaron 54 estudiantes universitarios (30 mujeres y 24 hombres), con edad promedio de 21 años, de diferentes semestres y áreas del conocimiento de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). La invitación a participar en los grupos focales se llevó a cabo acudiendo a diferentes aulas (por invitación del profesor titular). Se presentó el objetivo a los estudiantes y se les pidió que, si estaban interesados en participar, llevaran a compañeros o amigos de otras carreras al grupo focal.

### **1.5 Procedimiento**

Se realizaron cinco grupos focales, con una duración de entre 60 y 90 minutos. En cada grupo participaron entre 6 y 12 estudiantes, un moderador y un observador (ambos psicólogos). Al inicio de la sesión se explicó a los participantes el objetivo de la entrevista y se les solicitó dar su consentimiento para participar y audiogravar la sesión por medio de un formato de consentimiento informado; también se les ofreció conocer los resultados de los grupos focales y se les brindó un correo de contacto para mantener comunicación. Dos grupos incluyeron a estudiantes de las distintas áreas del conocimiento y tres solo a estudiantes de la carrera de medicina (esto debido a que sus horarios y sus responsabilidades les dificultaban asistir a los otros grupos).

Las dimensiones para elaborar una guía de preguntas para los grupos focales se construyeron mediante una revisión de la literatura. Dado que no se encontraron estudios suficientes sobre el constructo experiencia universitaria, se hizo una extrapolación con estudios sobre trayectorias universitarias (Bonicatto, 2016; Bracchi, 2016; Dubet, 2005; Guzmán & Saucedo, 2005, 2007; Ros et al., 2016; Silva-Laya, 2011), estrés académico (Bonicatto, 2016; Gallo, 2016; Lara et al., 2015; Suárez-Montes & Díaz-Subieta, 2015), deserción universitaria (Fonseca & García, 2016; Mares et al., 2012; Silva, Motte & García, 2013) y culturas juveniles en la universidad (Martínez, 2010). Después del análisis de los datos de la literatura, se construyeron cinco categorías para las entrevistas focales (Tabla 1).

**Tabla 1. Categorías de indagación al inicio del estudio cualitativo de experiencia universitaria**

<b>Ingreso al entorno universitario:</b>
Que se definió como las situaciones, emociones y vivencias relacionadas con el periodo de ingreso a la universidad.
<b>Adaptación al entorno universitario:</b>
En este caso se consideraron las relaciones sociales que cambian o se establecen en el ambiente universitario (compañeros, profesores, administrativos, etc.) y que pueden influir para que los estudiantes se adecuen a las condiciones de la universidad.
<b>Estresores psicosociales</b>
Se consideraron las circunstancias que los alumnos tienen que enfrentar y que pudieran no estar directamente relacionadas con la universidad, por ejemplo, combinar el trabajo con los estudios, trasladarse de su casa a la universidad, si hay dificultades económicas en la familia o falta de apoyo.
<b>Hábitos</b>
Hizo alusión a las prácticas de descanso, de alimentación o de trabajo que pudieron modificarse con el ingreso a la universidad y durante la misma.
<b>Bienestar</b>
Se consideraron los aspectos positivos de ser universitario o las necesidades que en su opinión harían más placentero este periodo de su vida y que aún requerían satisfacer.

Fuente: Elaboración propia.

Una vez definidas las categorías iniciales, se plantearon preguntas generales para cada una y se sometieron a revisión por 19 jueces (15 estudiantes universitarios y 4 psicólogos) para corroborar su pertenencia a cada categoría y verificar la claridad de sus planteamientos. La guía de entrevista se elaboró después del jueceo e incluyó cinco preguntas por dimensión.

Las preguntas se ajustaron (en redacción y tiempo) considerando el periodo escolar de los participantes: semestres iniciales (1° a 3°), semestres intermedios (4° a 7°) y semestres finales (8° en adelante).

Las sesiones se grabaron y transcribieron. Posteriormente, 19 psicólogos participaron en el análisis de contenido de la información; ellos recibieron capacitación sobre el contenido de las dimensiones para que pudieran identificar los datos relacionados con éstas y se les pidió que los señalaran y sugirieran nombres para cada

categoría. Cada entrevista la analizaron, al menos, tres analistas y se construyó una base de datos lingüísticos en Excel, utilizando los testimonios que eligieron para cada dimensión. En la base de datos se comparó el grado de coincidencia y desacuerdo en cada caso; se incluyó el testimonio a la categoría cuando se obtuvo un grado de acuerdo de más de 70%.

## 2. Resultados

Participaron 54 estudiantes universitarios (de la UNAM) de diferentes áreas del conocimiento y de diferentes periodos universitarios (Tabla 2), 55.5% mujeres y 44.5% hombres.

**Tabla 2. Características de la muestra de estudiantes que participaron en los grupos focales**

Periodos universitarios	%	Áreas del conocimiento	%
Primeros semestres (1°-3°)	19	Ciencias de la salud	74
Semestres intermedios (4°-6°)	39	Físico matemáticas y de las ingenierías	9
Últimos semestres (7°-en adelante)	42	Ciencias sociales	8
		Humanidades	9

Fuente: Elaboración propia.

En el análisis se reconocieron cinco categorías. A sugerencia de los analistas, la categoría *ingreso al entorno universitario* se mantuvo con el mismo nombre; la categoría *ajuste al entorno universitario* se integró con la información de las categorías iniciales *adaptación y hábitos*, la categoría inicial *estresores psicosociales* se dividió en dos: factores psicosociales y factores escolares, y, surgió la categoría *recursos institucionales*. Los aspectos de bienestar se distribuyeron en las cinco categorías resultantes (Figura 1).



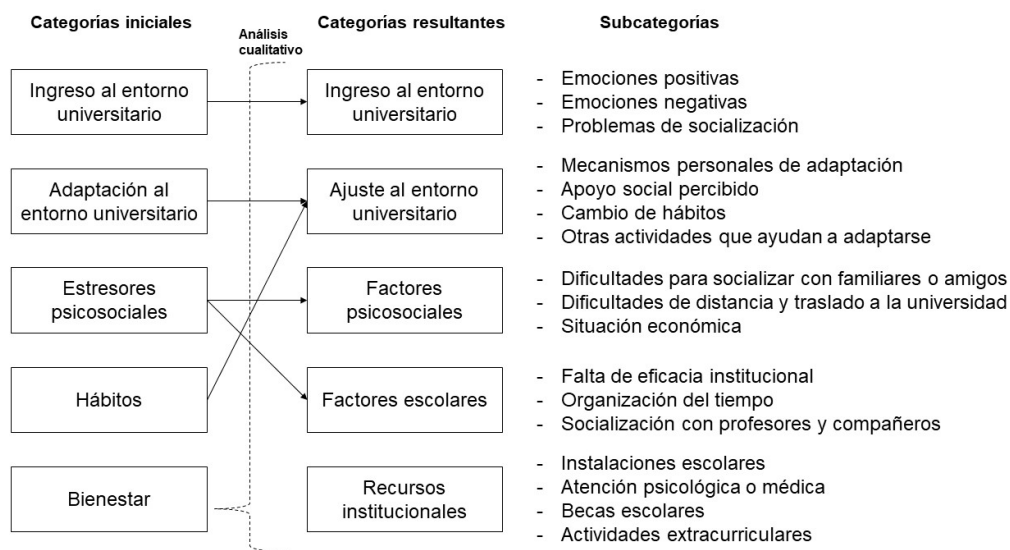


Figura 1. Categorías iniciales y resultantes de la experiencia universitaria

Fuente: Elaboración propia.

### 2.1 Ingreso al entorno universitario

El *ingreso al entorno universitario*, tal como se había pensado, resultó un factor importante para la experiencia. Los indicadores más relevantes fueron: emociones positivas y negativas con respecto al momento del ingreso y problemas de socialización. En la Tabla 3 se agrupan algunos testimonios representativos de cada indicador.

**Tabla 3. Testimonios de la categoría ingreso al entorno universitario**

Indicador	Testimonios representativos
<p><i>Emociones positivas:</i> representadas por la satisfacción del ingreso y el estrés en este momento (Rodríguez, Labrador &amp; Blanco, 2016).</p>	<p>“Desde las primeras clases dije, esto es lo mío, me encanta la universidad, me encanta la facultad, la carrera, todo me ha gustado mucho, fue un gran orgullo”.</p> <p>“Por fin lo logré, y ¡qué padre estar aquí!, entre tantos que hicimos el examen haberme quedado sí fue un orgullo”.</p> <p>“Cuando entré fueron nervios y a la vez alegría porque hay nuevos ambientes, nuevos amigos, nuevas materias, ya te dedicas a lo que es lo tuyo”.</p> <p>“Pues sí, alegría, pero un tanto como el nervio”.</p>
<p><i>Emociones negativas:</i> representada por el distrés (Rodríguez et al., 2016) al aumentar sus responsabilidades académicas y por pensar que de esto depende su éxito futuro. También la decepción es una emoción que se presenta en algunos.</p>	<p>“De repente empiezas a ver todo el estrés que es, todo lo diferente que va a [ser] tu vida, porque quieras o no son muchos temas o mucha información y pues no estás acostumbrado”.</p> <p>“Sentía nervios, porque tus papás, tu familia, tus amigos dicen: es la carrera, la última parte de tus estudios y si te va mal, te va a ir mal en el trabajo”.</p> <p>“Me decepcioné un poco del lugar, de la facultad, bueno, de la ciudad universitaria, un poco porque yo pensaba que aquí era un poco distinta la forma de pensar de la mayoría de la gente, de la forma de organizarse y todo, o sea, yo pensaba que eran solidarios...”</p>
<p><i>Problemas de socialización:</i> principalmente por tener que iniciar relaciones nuevas.</p>	<p>“Llegué y me senté y fue así de, bueno, nadie me habla y aquí me quedo, ¿no?, entonces sí fue algo complicado”.</p> <p>“Me costó mucho trabajo hacer amigos, no es que sea penosa, pero simplemente no se me da eso de llegar y empezar a platicar con alguien más”.</p>

Fuente: Elaboración propia.

## 2.2 Ajuste al entorno universitario

Antes de entrevistar a los estudiantes se reconocía que parte de sus experiencias harían referencia a la forma como logran adaptarse a la universidad o los aspectos que les impiden dicha adaptación. En el análisis de categorías emergieron los siguientes indicadores: mecanismos personales para adaptarse, apoyo social percibido, cambio de hábitos y actividades que los estudiantes realizan en la universidad que les ayudan o impiden a ajustarse a este entorno (Tabla 4).

**Tabla 4. Testimonios de la categoría ajuste al entorno universitario**

Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Mecanismos personales de adaptación:</u> representados por habilidades emocionales y prácticas para reponerse a las dificultades y tomar decisiones.</p>	<p>“Aprendo de mis errores, he cometido muchos errores y que trato de uno u otro modo decir, ¡ah bueno!, hice esto, malo o bueno voy a hacer esto mejor o peor y entonces ya sé que sí y que no”.</p> <p>“Encontré una página maravillosa que se llama <i>Mis profesores</i>, es la que me ayudó, ya no me vuelve a pasar, ya no vuelvo a estar con un profesor que no me enseñe”.</p>
<p><u>Apoyo social percibido:</u> se refiere al apoyo familiar, de pareja o de profesores.</p>	<p>“Yo sí les dije a mis papas que había reprobado, pero pues ellos me dieron todo el apoyo, o sea, me dijeron: sabemos que sí, es una carrera muy difícil y adelante, tú sigue, esto no te va a trincar en lo que quieres”.</p> <p>“Este semestre, como mi novio va aquí en odontología, entonces pues nos venimos y nos regresamos juntos, entonces tampoco es muy estresante para mí el traslado”.</p> <p>“Los profesores, algunos, son personas que te pueden dar herramientas: hay un curso, insíbete, y te mantienen al pendiente; es ir haciendo cadenas, haciendo amistades”.</p>
<p><u>Cambio de hábitos:</u> son los que tienen que cambiar para ajustarse a las demandas académicas, incluyen cambios alimentarios y en el sueño, principalmente.</p>	<p>“La alimentación también es horrible ahora; cuando entré a la facultad y todo eso, en primero, pues no comía, no como ahora, que mi mamá me manda así mi comida y todo sano, pero antes comía cualquier cosa”.</p> <p>“Yo soy una persona que le gusta comer muy lento; cuando entre a la carrera tenía que comer en una hora, eso me ha provocado que se me inflame el estómago”.</p> <p>“Yo soy de Neza y pues me despertaba así muy temprano, y los primeros dos meses de desvele mucho, pues me dormía como a las dos de la mañana, me despertaba a las cuatro”.</p>

Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Otras actividades que ayudan a adaptarse:</u> aquí se recopilan las experiencias positivas en la universidad que ayudan a la adaptación,</p>	<p>“Mi primer semestre no lo voy a olvidar, porque hubo un concurso en la facultad y me metí, porque era para todas las carreras de todos los semestres y no creí ganar, en un inicio no creí ganar y gané; y es muy padre estar frente a un auditorio lleno de profesores y de tus compañeros y que se levanten y te aplaudan... fue para mí muy satisfactorio...”</p> <p>“Ser universitario es un tipo de vida, ¿no?, porque puedes tener tus clases, puedes irte a la alberca olímpica a nadar, puedes irte al CELE [Centro de Lenguas Extranjeras] a estudiar algún idioma, puedes irte a clases de baile aquí en el frontón cerrado; o sea, puedes hacer lo que sea, pero con tal de que estés aquí y allá, de aquí para allá, porque si te quedas así sentado en una banca, no...”</p>

Fuente: Elaboración propia.

### 2.3 Factores psicosociales

La dimensión *estresores psicosociales* no representó la experiencia de los estudiantes, pues sus respuestas no mostraron eventos estresantes; más bien refirieron aspectos positivos y negativos de la experiencia y se diferenciaron también en dos ambientes: *fuera de la universidad* (aquellas relaciones, actividades o situaciones económicas que ocurren con la familia, amigos u otros que no están relacionados con el ambiente universitario) y *en la universidad* (las actividades, responsabilidades y situaciones que identifican como importantes para su permanencia en la universidad).

Por la diferenciación de ambientes, en esta sección se describen los indicadores de las experiencias fuera de la universidad, a las cuales se decidió nombrar: factores psicosociales (Tabla 5).

**Tabla 5. Testimonios de la categoría factores psicosociales**

Indicador	Testimonios representativos
<p><i><u>Dificultades para socializar con familiares o amigos:</u></i> cuando los universitarios ingresan a su carrera, les es muy complicado distribuir su tiempo para actividades sociales que llevaban a cabo con su familia o amigos, incluso tienen represalias de parte de su familia y esto los desmotiva.</p>	<p>“Sí les hablo todavía, pero a veces me pierdo de muchas cosas por lo mismo de que tengo exámenes; entonces sí te vas a alejando un poquito de tus amistades pasadas”.</p> <p>“Cuando te invitan [tus amigas] hasta hacen apuestas de que no vas a llegar y, si llegas, ya ves [se dicen] me debes tal cosa... ¡o sea!, apuestan por mí, pues es divertido, ¿no?, pero frustrante”.</p> <p>“Tu círculo social se cierra a tu carrera y a tus compañeros de clase”.</p> <p>“Empiezas a faltar a las fiestas; yo los primeros dos años hasta mi mamá me regañaba, me decía que jamás me iban a invitar a una fiesta”.</p> <p>“Hay veces que sí quisieras ir y sí realmente tienes un examen y dices, ¡ah! o estudio o voy con ellos, y pues terminas eligiendo estudiar, aunque tu motivación era ir con tu familia o ir con tus amigos o ir a algún otro lugar”.</p>
<p><i><u>Dificultades de distancia y traslado a la universidad:</u></i> los traslados de distancias muy grandes generan estrés para esta población y pueden afectar sus decisiones académicas y su economía.</p>	<p>“Yo siempre había estado en escuelas donde nada más necesitaba tomar un camión para llegar y era muy cómodo, pues aquí ya no, los primeros días sí recuerdo que me estresaba, viajando en metro”.</p> <p>“Es muy estresante, por ejemplo, yo ahorita salgo de aquí a las 19:00 y llego a mi casa a las 21:00 y el metro está siempre atascado, y obviamente voy a llegar con sueño y no estudio tanto como si viviera a media hora”.</p> <p>“Cuando vi el horario era de: entro dos días a las 7, dos a las 9, ¡ah, sí puedo!, y no pude, o sea el hecho de tener que levantarme a las 4, 4:30 de la mañana para llegar aquí a mis clases sí fue pesado”.</p> <p>“Yo, por ejemplo, en la parte de lo económico, hablando del primer semestre yo me gastaba 100 pesos diarios, o sea, sin comer, nada más de puro transporte”.</p>

Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Situación económica:</u> cuando los estudiantes no cuentan con recursos económicos suficientes, esto afecta su rendimiento y puede generar deserción (Mares et al., 2012); se encontraron algunas dificultades económicas por el traslado y por la migración de casa para vivir cerca de la universidad.</p>	<p>“Yo vivo a dos horas de aquí y venirme desde la mañana, realmente el dinero es insuficiente para estar todo el día aquí y mantenerme”.</p> <p>“El factor económico es muy difícil, rentando aquí pues ya es muy difícil; bueno, digo, están por correrme del departamento... Entonces es agregar un poco más, carga extra”.</p> <p>“También los gastos, gastas un poquito más porque ya tienes que estar de un lado a otro, entonces aparte de que no puedo [ver a mis amigos] por el tiempo, digo no, pues no tengo dinero”.</p>

Fuente: Elaboración propia.

## 2.4 Factores escolares

Las experiencias que viven los estudiantes en la universidad determinan mucho para su permanencia, en esta sección se describen los indicadores que afectan su bienestar y que ocurren en el contexto universitario (Tabla 6).

**Tabla 6. Testimonios de la categoría factores escolares**

Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Falta de eficacia institucional:</u> abordaron los problemas de eficacia en la organización administrativa (trámites, planes escolares, inscripciones) de la universidad, lo cual les desmotiva y molesta.</p>	<p>“Esas son la clase de cosas que de repente a uno le sacan de onda, y sí te desmotiva porque dices, oye, si no tengo el apoyo de la gente que se supone debería estar ahí...”</p> <p>“Muchos que sí cayeron en la desesperación, sí dieron de baja materias este semestre, está bien cañón estar cargando materias sólo porque el sistema no te las dejó [inscribir] y la administración no puede hacer nada [con ironía]”.</p> <p>“El sistema de inscripción se presta a que, a la hora que te toque, igual y tienes suerte y armas algo padre, o sea, ahí creo que ponen a prueba la paciencia de todos a la hora de inscribirnos”.</p> <p>“El plan de estudios es un plan que te recorta los tiempos a un mes o incluso menos de un mes, y son temarios muy extensos para el poco tiempo que se tiene”.</p>

Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Organización del tiempo:</u> varios de los alumnos entrevistados reportaron dificultades para organizar su tiempo y la falta de recursos educativos que les ayuden a mejorar esta habilidad.</p>	<p>“Lo que me estresa más es el tiempo para manejar toda la cantidad de información, hacer trabajos, exámenes. No puedes hacer lo que tú quieres por hacer otras cosas”.</p> <p>“Me estresa muchísimo la administración del tiempo, porque yo veo compañeros que a lo mejor trabajan, también tengo otras compañeras que viven lejos, a lo mejor hacen dos horas y hacen un buen de cosas, y yo digo por qué yo no puedo...”</p> <p>“No tienes prioridades y, por ejemplo, no estamos acostumbrados a hacer un horario en la tarde, hoy voy a estudiar una hora de tal, una hora de tal; o sea, quieres estudiar una semana antes o dos días antes todas las materias, pero ya no te da tiempo”.</p>
<p><u>Socialización con profesores y compañeros:</u> aunque reconocen aspectos positivos de socializar (apoyo de profesores u otros universitarios), los estudiantes refieren situaciones de conflicto cuando hay exceso de competencia en los grupos, falta de apoyo entre iguales y hasta violencia escolar.</p>	<p>“Voy en una facultad donde hay muchísima competencia, todos aspiran al poder en grande”.</p> <p>“Estuve en esos grupos que dicen que separan a la gente [grupos de alto rendimiento], y la verdad yo tuve una experiencia muy fea, resultó fatal, la gente era envidiosa, tramposa, o sea, no son tan inteligentes ni nada de eso, son tramposos, no se ayudan entre ellos”.</p> <p>“El maestro de contabilidad, mis respetos para ese maestro, porque enseña muy bien, transmite muchas cosas, su manera de llegar... siempre llega así, hasta como empresario llega y todo, y siempre nos dice, cuando ustedes tengan su empresa y cuando contraten a los del Poli [risas], o sea, como que nos da gusto, nos da más orgullo de estar en esta universidad”.</p> <p>“Tenemos la fortuna de que el tutor que tuvimos durante el quinto semestre es muy buena persona, entonces él en ningún momento nos ha desamparado y siempre ha estado pendiente de nosotros”.</p> <p>“Yo siento que aquí el <i>bullying</i> es más intelectual... Bullying intelectual, así de: no sabes esto, ay, pobrecito, y empiezan a molestar con eso [risas]”.</p> <p>“El carácter de los doctores en la clínica se presta más a lo del <i>bullying</i> en el consultorio, o sea, estar solo con él y que te esté preguntando y enfrente del paciente y así de ay, ya ves, no sabes, no te da pena con la paciente, y se siente más feo cuando te evidencian enfrente del paciente”.</p>

Fuente: Elaboración propia.

### 2.5 Recursos institucionales

Al inicio no se había considerado explorar el impacto de los recursos universitarios sobre la experiencia de los estudiantes, pero esto se mencionó con frecuencia en las entrevistas. Los *recursos institucionales* con los que cuentan los estudiantes, por ser alumnos de universidades públicas, son: instalaciones escolares, atención médica gratuita o de bajo costo, becas escolares u otras actividades extracurriculares (culturales, deportivas o artísticas) (Tabla 7).

**Tabla 7. Testimonios de la categoría recursos institucionales**

Indicador	Testimonios representativos
<p><i>Instalaciones escolares:</i> la percepción de que los espacios e instalaciones de la universidad fomentan su bienestar.</p>	<p>“Las instalaciones que tenemos, pues vaya que la universidad le mete mucho dinero a esta facultad”.</p> <p>“Nos tocó ir a instalaciones del Politécnico, que, de verdad, o sea, que sus pantallas las sujetabas y las pegabas con <i>diurex</i> en la pared y estaban rotas, feas, las mesas rotas y todo dentro del mismo hospital, o sea, realmente ni siquiera parecían unas aulas universitarias del Politécnico, y afortunadamente a nosotros nos cambiaron las aulas y quedaron muy bien, cada una con su proyector, limpias y con pizarrón siempre”.</p> <p>“Creo que lo positivo es la biblioteca, porque no sé si mis compañeros han visitado la biblioteca de las otras facultades y la verdad son deficientes”.</p>
<p><i>Atención psicológica o médica:</i> en la universidad se ofrece a los estudiantes atención para la salud (médica, psicológica, pedagógica), pero no todos los estudiantes conocen cómo utilizarla y hacer uso de ella y, en ocasiones, los servicios no cumplen sus expectativas.</p>	<p>“Hay otro que es apoyo psicológico, pero es con la pedagoga allá abajo, pero hay otro que es con el departamento de psiquiatría aquí enfrente y antes era voluntario; ahora te hacen el examen psicométrico y te mandan una carta dirigida, salió mal tu examen tienes que asistir a terapia psiquiátrica”.</p> <p>“Yo fui al COE [Centro de Orientación Educativa], porque en algún momento estaba viendo si iba a cambiar de carrera y no he encontrado lo que buscaba, porque sí te ayudan, pero todo es primero grupal y después va siendo individual y así, y siempre es en un horario y pues igual aquí, por las materias que llevamos, que estamos en otro hospital, pues no, a mí no me da tiempo llegar”.</p>



Indicador	Testimonios representativos
<p><u>Becas escolares:</u> menos de 5% de los participantes contaba con una beca escolar, la mayoría reconoce que es un apoyo importante, pero resaltaron que el apoyo es insuficiente para la carga académica que tienen y la distancia que se recorre de la casa al trabajo.</p>	<p>“Me parece que cada uno tiene diferentes necesidades y \$950 no me parecen dignos ni favorables para un alumno que estudia y que tiene esta carrera, para una persona que estudia y tiene esta carga y vive tres veces más lejos que yo [y trabaja], pues menos”.</p> <p>“Sé que es un apoyo y obviamente no son miles de pesos, pero, por ejemplo, quienes viven más lejos yo sí estoy a favor de que les den más beca; el semestre pasado yo tenía una compañera que decía: yo vengo de Texcoco y me gasto diario \$90 en pasajes. Entonces yo digo, bueno, yo vivo a 30 minutos y me dan la misma beca que a ti”.</p>
<p><u>Actividades extracurriculares:</u> se refiere a espacios culturales, deportivos y de recreación a los que tienen acceso en la universidad y que no pueden aprovechar siempre por sus labores académicas.</p>	<p>“El hecho de estar en una universidad como esta que te da tanto, no solamente una buena escuela, que te da tantas actividades culturales, que te da la oportunidad de asistir a teatros, te da la oportunidad de asistir a danza a cine, deporte, etcétera, que son muchas cosas que yo creo que no todos las aprovechamos”.</p> <p>“Es muy bueno practicar algo, por ejemplo, yo práctico box, entonces es tan relajante agarrar a golpes el costal [risas], es tan relajante hasta cierto punto, que, si te hicieron enojar en el día, pues ahí sacas todo”.</p> <p>“Me empecé a meter acá a la alberca porque sí tengo un horario extenso y pues hay que matar ese tiempo de alguna forma”.</p>

Fuente: Elaboración propia.

### 3. Discusión

La universidad juega un papel importante para el éxito de sus integrantes, por lo que es importante poner de manifiesto el impacto que puede tener sobre el alumnado.

En esta investigación nos propusimos conocer el significado de la experiencia universitaria entre los jóvenes, y los aspectos relevantes para su bienestar durante este periodo, en tanto que la experiencia de ser universitario puede generar diversas emociones que aparentemente se vislumbran en dos periodos: el ingreso a la universidad y el resto de la carrera hasta concluir los estudios universitarios.

En estos dos momentos existen diferentes aspectos que se ponen en juego, pues ingresar a la universidad obliga a los estudiantes a dar un paso importante hacia la independencia y el autocuidado; deben asumir mayores responsabilidades y, muchas veces, adquieren el compromiso de devolver a la familia el tiempo y el esfuerzo que

han invertido en su educación. En las diferentes universidades públicas, y particularmente en la UNAM, la mayoría de los chicos que ingresa, representa la primera generación de universitarios de su entorno familiar (UNAM-Portal de Estadísticas Universitarias, 2016). Las expectativas sobre ellos, las exigencias y muchas veces la falta de recursos, puede elevar los niveles de estrés e influir en las decisiones que toman en este entorno, tal como lo mencionan algunos estudios (Bracchi, 2016; Fonseca & García, 2016; Silva-Laya, 2011).

El ingreso a la universidad representa un desencadenante de diversas emociones entre los jóvenes, pues ser seleccionado para estudiar en una universidad pública requiere de mucha preparación y esfuerzo. Por ejemplo, sólo 20% de los aspirantes a ingresar a la UNAM, logra un lugar (UNAM-Portal de Estadísticas Universitarias, 2016); por ello muchos de los entrevistados recuerdan ese momento con orgullo, entusiasmo y satisfacción. Ingresar a la universidad significa haber destacado de entre miles de jóvenes, cumplir las expectativas familiares y propias, constituyéndose en la oportunidad para “ser alguien en la vida”. Son muchas las expectativas puestas en el ingreso a la universidad, y por ello muchos jóvenes pueden sentirse abrumados y decepcionados cuando descubren que si bien la universidad favorece la preparación (personal, académica, sociocultural, etc.) presenta también dificultades y problemáticas que no habían contemplado y que no se imaginaban (Gallo, 2016; Sedgwick & Rougeau, 2010; Silva-Laya, 2011).

Otro aspecto que los jóvenes mencionaron como parte de sus experiencias universitarias es la dificultad que encuentran para socializar, adaptarse y tomar decisiones, principalmente durante el ingreso, donde se pone a prueba su inteligencia emocional (manejo de la frustración), sus habilidades para la vida y su capacidad para tomar decisiones. Si bien en diversos planteles públicos de educación media superior se han impulsado talleres de habilidades para la vida y emocionales para los alumnos, pareciera que esta iniciativa es insuficiente (Silva et al., 2013; Dirección General de Orientación y Atención Educativa [DGOSE], 2016), constituyéndose en habilidades que quizá deberían impulsarse como parte de la estructura curricular en nivel medio superior y superior.

Como parte de la experiencia, también se requiere del apoyo de familiares, amigos, profesores, académicos o la pareja. Este aspecto es fundamental para los jóvenes, debido a que la universidad demanda de sus estudiantes muchos cambios en sus hábitos personales (algunos de ellos vistos como sacrificios): alimentación, horas de sueño, socialización en otros medios (fuera de la universidad), el traslado a la escuela,

la inversión económica, así como la inversión de tiempo. Pasar por todos estos ajustes con apoyo social aumenta el bienestar, disminuye la carga emocional y el estrés (Fernández, González & Trianes, 2015; Rosa-Rodríguez, Negrón, Maldonado, Quiñones & Toledo, 2015; Sosa & Zubieta, 2015).

En los grupos focales se puso de manifestó que para muchos estudiantes la falta de tiempo para socializar con sus familiares o amigos es uno de los procesos más difíciles de aceptar (personalmente y para la familia) y se convierte en un factor de malestar, cuando la familia no logra comprender al joven (padres que los presionan para convivir o los “regañan”). Igualmente, los amigos fuera de la universidad pueden conformar un grupo del cual el joven se desapega con tal de cumplir con las demandas universitarias, lo que puede relacionarse con el fuerte impacto emocional en esta población, pues los estudiantes universitarios sufren más depresión, ansiedad y estrés que la población general (Coffin, Álvarez & Marín, 2011; Oppong & Andoh-Arthur, 2015).

Sin embargo, y a pesar de las presiones y los retos, los jóvenes que permanecen en una carrera consideran que han encontrado un sentido de vida futura en la escuela (Martínez, 2011), lo cual puede explicar por qué, a pesar de los sacrificios que tienen que hacer, la universidad se convierte en algo primordial en sus vidas. Por otra parte, el sentirse útiles, satisfechos e interesados por la carrera que cursan es un elemento positivo que les ayuda para la adaptación a este medio; algunos autores han resaltado la importancia de *ser universitario* (como ocupación) como un recurso para la salud y la motivación (Valderrama et al., 2015).

Por su parte, la organización institucional es vista desde la perspectiva de los estudiantes como un aspecto que les permite hacer más llevadero (o más difícil) el proceso universitario. Específicamente mencionaron los planes de estudio, la forma como se logran hacer trámites, las inscripciones, los recursos a los que pueden tener acceso (becas, atención médica, instalaciones) y las actividades extracurriculares (artísticas y deportivas). Aunque aún existe poca evidencia del papel de la organización de la institución sobre el bienestar de los universitarios, algunos estudios han apuntado a afirmar que valorar positivamente las instalaciones y los servicios tiene un impacto sobre su calidad de vida (Lara et al., 2015).

Mejorar la calidad de los recursos con los que ya cuenta la institución en un primer momento, y ofertar nuevas alternativas para contrarrestar el malestar que pudiera sufrir la población universitaria en la medida de lo posible, impactará en el bienestar de la comunidad y contribuirá al aumento de la calidad de la educación superior (Jiménez, 2011; OCDE, 2015). Consideramos que la implementación de programas para

impulsar el desarrollo de habilidades para la vida, manejo de las emociones, solución de problemas, administración del tiempo, toma de decisiones, entre otros, así como aumentar los apoyos escolares en becas y demás recursos económicos o sociales que contribuyan para el bienestar de los alumnos, puede tener un impacto positivo en la satisfacción con la experiencia en este periodo. No debemos, tampoco, dejar de lado la mejora continua de las instalaciones universitarias y promover las relaciones de respeto entre compañeros, entre profesores y alumnos, y entre personal administrativo y la población estudiantil, pues todo ello puede también impactar en la calidad de vida de los jóvenes en este periodo.

## Conclusiones

Los universitarios constituyen una población vulnerable al desarrollo de diversos problemas físicos y emocionales, pues se trata de jóvenes que deben enfrentarse a una situación demandante, distinta a las conocidas y en la que están puestas muchas expectativas propias y familiares. Las categorías principales de la experiencia universitaria fueron: ingreso al entorno universitario, ajuste al entorno universitario, factores psicosociales, factores escolares y recursos institucionales.

Estas categorías nos ofrecen la pauta para afirmar que, en la medida en que los jóvenes cuenten con mejores habilidades para la vida, les será más fácil adaptarse y se elevarán las probabilidades de completar sus trayectorias educativas exitosamente. Es importante, entonces, que las instituciones de educación superior consideren la necesidad de apoyar a sus estudiantes dotándoles de estrategias que les permitan adaptarse al entorno universitario y mejorar su experiencia universitaria, y con ello, elevar sus tasas de eficiencia terminal, egreso y titulación.

Es importante potenciar la ejecución de políticas institucionales que simplifiquen los procesos administrativos, brinden a los alumnos información necesaria de manera clara y precisa, y se considere, en la medida de lo posible, que las cargas horarias académicas se distribuyan para permitir a los estudiantes hacer uso de otros recursos que ofrecen las universidades, como instalaciones deportivas o culturales, e innovar en cuanto a la oferta de oportunidades de esparcimiento dentro de las instalaciones universitarias, con tal de contribuir a la disminución del estrés y el incremento del bienestar y la salud entre los alumnos, e impactar positivamente su desempeño académico (Becerra, 2013).

Como en todos los aspectos relacionados con la salud, el bienestar y la calidad de vida, el que los jóvenes cuenten con una red de apoyo social eficaz dentro y fuera de la institución es un factor que les generará tranquilidad. Así como contar con actividades que faciliten la convivencia entre los alumnos y les apoyen para mantener sus círculos y actividades sociales fuera de la universidad también coadyuvará a una mejor adaptación al entorno universitario.

## Lista de referencias

- Arroyo, H., & Rice, M. (Coords.). (2009). *Una nueva mirada al movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas*. Trabajo presentado para el IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud de la Universidad Pública de Navarra, Pamplona, España. Recuperado de <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/2009-ArroyoRice-MiradaMovimientoUPSenAmericas.pdf>
- Becerra, H. S. (2013). Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante. *Revista de Psicología*, 31(2), 287-314. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/7621>
- Bonicatto, M. (2016). Puentes y andamiajes para la afiliación de los ingresantes a la vida universitaria. *Trayectorias Universitarias*, 2(3), 48-55. Recuperado de <https://revistas.unlp.edu.ar/TrayectoriasUniversitarias/article/view/3024>
- Bracchi, C. (2016). Descifrando el oficio de ser estudiantes universitarios: entre la desigualdad, la fragmentación y las trayectorias educativas diversificadas. *Trayectorias Universitarias*, 2(3), 3-14. Recuperado de <https://revistas.unlp.edu.ar/TrayectoriasUniversitarias/article/view/3019/2769>
- Casillas, M. A., De Garay, A., Vergara, L. J., & Puebla, R. M. (enero-abril, 2001). Los estudiantes de la UAM-A, un sujeto social complejo. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 6(11), 1-16. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/140/14001109.pdf>
- Coffin, N., Álvarez, M., & Marín, A. (2011). Depresión e ideación suicida en estudiantes de la FESI: Un estudio piloto. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(4), 341-54. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/2891>
- Dirección General de Orientación y Atención Educativa. (2016). *Programación de ta-*

- lles. Recuperado de [http://www.dgoser.unam.mx/portaldgose/opsico-pedagogica/htmls/Talleres\\_alumnos\\_programa.html](http://www.dgoser.unam.mx/portaldgose/opsico-pedagogica/htmls/Talleres_alumnos_programa.html)
- Dubet, F. (2005). Los estudiantes. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 1, 1-78. doi:10.25009/cpue.v0i1.148
- Durán-Aponte, E., & Durán-García, M. (2012). Competencias sociales y las prácticas profesionales. Vivencias y demandas para la formación universitaria actual. *Cultura y Educación*, 24(1), 61-76. doi:10.14204/ejrep.35.14053
- Fernández, G. L., González, H. A., & Trianes, T. M. V. (2015). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 13(1), 111-30. doi:10.14204/ejrep.35.14053
- Fonseca, G., & García, F. (2016). Permanencia y abandono de estudios en estudiantes universitarios: un análisis desde la teoría organizacional. *Revista de la Educación Superior*, 45(179), 1-120. Recuperado de <http://publicaciones.anuies.mx/revista/179/2/2/es/permanencia-y-abandono-de-estudios-en-estudiantes-universitarios-un>
- Gallo, L. (2016). Aprender el oficio de estudiante universitario. *Trayectorias Universitarias*, 2(3), 81-8. Recuperado de <https://revistas.unlp.edu.ar/TrayectoriasUniversitarias/article/view/3025>
- Guzmán, C., & Saucedo, C. (2005). La investigación sobre alumnos en México: recuento de una década, 1992-2002. En P. Ducoing (Coord.), *Sujetos y procesos de formación* (Vol. 8, Tomo II, pp. 640-668). México: Consejo Mexicano de Investigación Educativa. Recuperado de [http://www.comie.org.mx/doc/porta/publicaciones/ec2002/ec2002\\_vo8\\_t2.pdf](http://www.comie.org.mx/doc/porta/publicaciones/ec2002/ec2002_vo8_t2.pdf)
- Guzmán, C., & Saucedo, C. (abril, 2007). *La investigación sobre estudiantes en México (1992-2002). Un acercamiento a los estudiantes de primer ingreso a la universidad*. Ponencia presentada en el Coloquio Internacional Los estudiantes de nuevo ingreso. Un desafío para la universidad del siglo XXI, Consejo Mexicano de Investigación Educativa, A. C., México.
- Hénard, F. (2010). Aprendamos la lección. Un repaso a la calidad de la enseñanza en la educación superior. *Perfiles Educativos*, 129(32), 164-73. Recuperado de <http://www.iisue.unam.mx/perfiles//numeros/2010/129>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw-Hill.
- Jiménez, M. C. (abril-junio, 2011). El discurso mundial de modernización educativa:

- evaluación de la calidad y reforma de las universidades latinoamericanas. *Espacio Abierto*, 20(2), 219-38. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12218869001>
- Juárez, A., & Silva, C. (2017). Escala de Experiencia Universitaria (EExU). *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 4(1), 26-33. doi:10.17979/reipe.2017.4.1.1600
- Lara, N., Saldaña, Y., Fernández, N., & Delgadillo, H. J. (julio-diciembre, 2015). Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Hacia la Promoción de la Salud*, 20(2), 102-117. doi:10.17151/hpsal.2015.20.2.8
- Mares, G., Rocha, H., Rivas, O., Rueda, E., Cabrera, R., Tovar, J., & Medina, L. (enero-junio, 2012). Identificación de factores vinculados con la deserción y la trayectoria académica de los estudiantes de psicología en la FES Iztacala. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17(1), 189-207. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29223246012>
- Martínez, D. B. (enero-junio, 2010). Cómo vivo la escuela: oficio de estudiante y micro-culturas juveniles. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 11, 1-6. doi:10.25009/cpue.v0i11.63
- Martínez, D. B. (julio-diciembre, 2011). La voz de los estudiantes. Experiencias en torno a la escuela. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 12, 1-10. doi:10.25009/cpue.v0i12.54
- Ministerio de Salud de Argentina. (2012). *Manual de Universidades Saludables*. Recuperado de [http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000481cnt-2013-01\\_manual-universidades-saludables\\_2012.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000481cnt-2013-01_manual-universidades-saludables_2012.pdf)
- Oppong, A. K., & Andoh-Arthur, J. (2015). Prevalence and determinants of depressive symptoms among university students in Ghana. *Journal of Affective Disorders*, 171(1), 161-6. doi:10.1016/j.jad.2014.09.025
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2013). *Situación educativa de América Latina y el Caribe: Hacia la educación de calidad para todos al 2015*. Recuperado de <http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/images/SITIED-espanol.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos. (2015). *México. Políticas prioritarias para fomentar las habilidades y conocimientos de los mexicanos para la productividad y la innovación*. Recuperado de <https://www.oecd.org/mexico/mexico-politicas-prioritarias-para-fomentar-las-habilidades-y-cono->

[cimientos-de-los-Mexicanos.pdf](#)

- Rodríguez, G. B., Labrador, O. M., & Blanco, M. L. E. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes pertenecientes al grado de enfermería de la escuela de enfermería y fisioterapia de la Universidad de Salamanca. *Revista Enfermería CyL*, 8(2), 23-32. Recuperado de <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/173>
- Ros, M., Benito, L., Germain, L., & Justianovich, S. (2016). Las trayectorias estudiantiles en la UNLP. *Trayectorias Universitarias*, 2(3), 33-9. Recuperado de <https://revistas.unlp.edu.ar/TrayectoriasUniversitarias/article/view/3022>
- Rosa-Rodríguez, Y., Negrón, N., Maldonado, Y., Quiñones, A., & Toledo, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31-43. doi:10.12804/apl33.01.2015.03
- Sedgwick, M., & Rougeau, J. (2010). Points of tension: a qualitative descriptive study of significant events that influence undergraduate nursing students' sense of belonging. *Rural and Remote Health*, 10(1569), 1-12. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21121700>
- Silva, C., Motte, A., & García, M. F. (Junio, 2013). *Percepción de éxito escolar en estudiantes universitarios*. Trabajo presentado en la Tercera Conferencia sobre el Abandono en la Educación Superior de la Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado [http://www.alfaguia.org/www-alfa/images/ponencias/clabesIII/LT\\_1/ponencia\\_completa\\_198.pdf](http://www.alfaguia.org/www-alfa/images/ponencias/clabesIII/LT_1/ponencia_completa_198.pdf)
- Silva-Laya, M. (2011). El primer año universitario. Un tramo crítico para el éxito académico. *Perfiles Educativos*, 33[Número especial], 102-14. Recuperado de <http://www.iisue.unam.mx/perfiles//numeros/2011/e>
- Silva-Laya, M. (2012). Equidad en la Educación Superior en México: la necesidad de un nuevo concepto y nuevas políticas. *Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 20(4), 1-27. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=275022797004>
- Sosa, F. M., & Zubieta, E. M. (2015). La experiencia de migración y adaptación sociocultural: identidad, contacto y apoyo social en estudiantes universitarios migrantes. *Psicogente*, 18(33), 36-51. doi:10.17081/psico.18.33.54
- Suárez-Montes, N., & Díaz-Subieta, L. B. (2015). Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*, 17(2), 300-13. doi:10.15446/rsap.v17n2.52891



- Universidad Nacional Autónoma de México-Portal de Estadísticas Universitarias. (2016). *Población escolar de licenciatura*. México: Autor.
- Valderrama, C. N., Pino, J., Guzmán, S., Zolezzi, R., Vera, R., Seguel, P., & Palma, D. (2015). Articulando la academia con la intervención comunitaria en salud mental: experiencia desde una terapia ocupacional social. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 15(2), 1-17. doi:10.5354/0719-5346.2015.38169