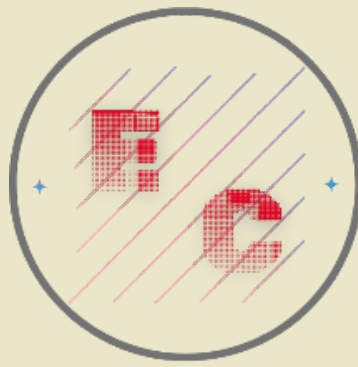




REVISTA MULTIDISCIPLINAR EPISTEMOLOGÍA DE LAS CIENCIAS

Volumen 3, Número 3
Julio-Septiembre 2026

Edición Trimestral

CROSSREF PREFIX DOI: 10.71112

ISSN: 3061-7812, www.omniscens.com

Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias

Volumen 3, Número 3
julio-septiembre 2026

Publicación trimestral
Hecho en México

La Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias acepta publicaciones de cualquier área del conocimiento, promoviendo una plataforma inclusiva para la discusión y análisis de los fundamentos epistemológicos en diversas disciplinas. La revista invita a investigadores y profesionales de campos como las ciencias naturales, sociales, humanísticas, tecnológicas y de la salud, entre otros, a contribuir con artículos originales, revisiones, estudios de caso y ensayos teóricos. Con su enfoque multidisciplinario, busca fomentar el diálogo y la reflexión sobre las metodologías, teorías y prácticas que sustentan el avance del conocimiento científico en todas las áreas.

Contacto principal: admin@omniscens.com

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación

Se autoriza la reproducción total o parcial del contenido de la publicación sin previa autorización de la Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias siempre y cuando se cite la fuente completa y su dirección electrónica.

Esta obra está bajo una licencia internacional Creative Commons Atribución 4.0.



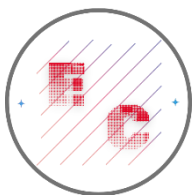
Copyright © 2026: Los autores



9773061781003

Cintillo legal

Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias Vol. 3, Núm. 3, julio-septiembre 2026, es una publicación trimestral editada por el Dr. Moises Ake Uc, C. 51 #221 x 16B , Las Brisas, Mérida, Yucatán, México, C.P. 97144 , Tel. 9993556027, Web: <https://www.omniscens.com>, admin@omniscens.com, Editor responsable: Dr. Moises Ake Uc. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2024-121717181700-102, ISSN: 3061-7812, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (INDAUTOR). Responsable de la última actualización de este número, Dr. Moises Ake Uc, fecha de última modificación, 1 julio 2026.



Revista Multidisciplinar Epistemología de las Ciencias

Volumen 3, Número 3, 2026, julio-septiembre

DOI: <https://doi.org/10.71112/099jjd07>

**PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN ESTUDIANTES DE LA
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN DE LA UNIVERSIDAD VERACRUZANA**

**HEALTH PREVENTION AND PROMOTION AMONG STUDENTS AT THE FACULTY
OF ADMINISTRATION OF THE UNIVERSIDAD VERACRUZANA**

Gilberto Cortes Acosta

Adriana Margarita González Márquez

Perla María Villa Jiménez

Iván Ramón Rivera Rocha

México

Prevención y promoción de la salud en estudiantes de la facultad de administración de la universidad veracruzana.

Health prevention and promotion among students at the faculty of administration of the universidad veracruzana

Gilberto Cortes Acosta^a

gilcortes@uv.mx

<https://orcid.org/0000-0002-4638-5968>

Adriana Margarita González Márquez^a

adrigonzalez@uv.mx

<https://orcid.org/0000-0003-4984-1399>

Perla María Villa Jiménez^a

pvilla@uv.mx

<https://orcid.org/0009-0008-6387-4457>

Iván Ramón Rivera Rocha^{a,*}

ivarivera@uv.mx

<https://orcid.org/0009-0008-8098-8288>

*Autor de correspondencia: ivarivera@uv.mx, ^aUniversidad Veracruzana, México

RESUMEN

El bienestar de los estudiantes es un aspecto esencial para el progreso de estos en su integración a la universidad, ya que abarca aspectos vinculados con la salud física, emocional, psicológica, social y académica. Ante la importancia de detectar las necesidades de la comunidad universitaria, surge la necesidad de tener instrumentos que posibiliten valorar estos aspectos con fiabilidad y organización.

El propósito de esta investigación fue elaborar y validar de manera preliminar, una herramienta de medición destinada a analizar el bienestar estudiantil en alumnos de la Facultad de Administración. Para ello, se creó un cuestionario dividido en cinco dimensiones: conductas de salud, apoyo social y académico, bienestar psicológico y, por último, necesidades

psicoeducativas. Se utilizó una metodología de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y de alcance descriptivo. Fue llevada a cabo un examen de contenido, análisis de variables y prueba piloto para detectar aspectos que podían ser mejorados en la redacción y estructura de los reactivos.

Palabras clave: Bienestar; prevención de la salud; Instituciones de educación superior; Salud mental; promoción de la salud.

ABSTRACT

Student well-being is an essential aspect of their successful integration into university life, as it encompasses dimensions related to physical, emotional, psychological, social, and academic health. Given the importance of identifying the needs of the university community, there is a clear need for instruments that allow for the reliable and systematic assessment of these aspects.

The purpose of this research was to design and preliminarily validate a measurement tool aimed at analyzing student well-being among students at the Faculty of Administration. To this end, a questionnaire was developed, divided into five dimensions: health behaviors, social and academic support, psychological well-being, and lastly, psychoeducational needs. A quantitative methodology was employed, utilizing a non-experimental design with a descriptive scope. Content validation, variable analysis, and a pilot test were conducted to identify areas for improvement in the wording and structure of the items.

Keywords: Well-being; health prevention; higher education institutions; mental health; health promotion.

Recibido: 20 julio 2026 | Aceptado: 10 agosto 2026 | Publicado: 11 agosto 2026

INTRODUCCIÓN

El bienestar estudiantil se ha convertido en un tema relevante dentro de las instituciones de educación superior debido a la influencia que tiene en la experiencia académica, emocional y social de los estudiantes. Durante la etapa universitaria, los alumnos

enfrentan diversos retos relacionados con las exigencias académicas, adaptación al entorno educativo, organización del tiempo y construcción de nuevas redes de apoyo.

Por esta razón, resulta importante contar con herramientas de medición que permitan conocer las condiciones de bienestar de los estudiantes y detectar posibles necesidades de intervención. Un instrumento adecuado permite recopilar información objetiva que facilite la toma de decisiones y el desarrollo de estrategias institucionales orientadas al acompañamiento estudiantil.

El presente documento aborda el proceso de diseño y validación preliminar de un instrumento para evaluar el bienestar estudiantil en la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. Se presentan los antecedentes que fundamentan la importancia del tema, el marco teórico relacionado con el bienestar, la metodología empleada, la operacionalización de variables, el análisis de validación del instrumento, los resultados obtenidos y las conclusiones derivadas del proceso.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

El Giro Hacia una Salud Integral en la Educación Superior.

Actualmente, la salud integral de los estudiantes universitarios se ha convertido en un aspecto prioritario para las instituciones de educación superior. De acuerdo con la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES, 2024), fomentar el bienestar físico, mental, emocional y espiritual de la comunidad estudiantil implica superar el enfoque tradicional basado únicamente en la atención médica. En su lugar, se requiere

implementar servicios y estrategias que integren el desarrollo personal, actividades culturales, orientación académica y espacios que fortalezcan la formación del estudiante, así como su sentido de pertenencia dentro de la institución.

Esta perspectiva plantea que el bienestar no depende únicamente de la ausencia de enfermedades, sino también del entorno académico y social. Por ello, las universidades tienen la responsabilidad de participar activamente en la prevención, promoción de estilos de vida saludables y generación de ambientes que favorezcan el desarrollo integral del alumnado. Esta visión adquiere especial importancia debido a que el bienestar emocional tiene una relación directa con procesos necesarios para el desempeño académico, como la concentración, organización del tiempo y capacidad para enfrentar las exigencias escolares.

Retos Colectivos y Factores de Riesgo en la Vida Universitaria

Diversos estudios han evidenciado que los estudiantes universitarios se enfrentan a múltiples factores de riesgo que pueden afectar su bienestar durante su formación académica, tales como el estrés académico, problemas de sueño, falta de actividad física, ansiedad y la dificultad para mantener rutinas saludables. En este sentido, investigaciones como la de Vences Camacho et al. (2023) señalan que un sólido bienestar psicológico, especialmente en los alumnos de nuevo ingreso, funciona como un elemento protector que ayuda a reducir los niveles de estrés y depresión, facilitando la adaptación a la vida universitaria.

De igual manera, factores como la percepción de apoyo percibido, la confianza en las propias capacidades y la satisfacción con la experiencia académica influyen significativamente en la permanencia escolar y el rendimiento óptimo, sobre todo en los primeros semestres, cuando el alumnado experimenta cambios drásticos en sus rutinas y nuevas exigencias de organización personal. Cuando estas dimensiones emocionales y motivacionales se ven afectadas, suelen desencadenarse consecuencias críticas como el bajo rendimiento, el

desinterés y la deserción escolar. Por ello, el análisis institucional no debe centrarse únicamente en contabilizar síntomas o detectar enfermedades, sino más bien en evaluar los recursos personales y contextuales que permiten a los jóvenes adaptarse de manera favorable.

El ambiente universitario puede actuar como un arma de doble filo: una buena relación con los docentes, el sentido de pertenencia y las redes de apoyo entre compañeros mitigan la vulnerabilidad; por el contrario, si estos elementos se encuentran debilitados, la capacidad de afrontamiento de los estudiantes disminuye notablemente.

Contexto Internacional y Nacional: Hacia Modelos Preventivos

El interés por la salud mental universitaria ha crecido exponencialmente a nivel internacional, por ejemplo, organismos como la UNESCO IESALC han documentado que una proporción considerable de estudiantes enfrenta serias dificultades emocionales postpandemia. Ante esta realidad, se ha propuesto diversificar las modalidades de apoyo mediante atención psicológica gratuita, plataformas digitales de acompañamiento, líneas de crisis y programas de bienestar entre pares. Además, la UNESCO recomienda implementar políticas académicas flexibles, tales como prórrogas y ajustes en las evaluaciones, reconociendo que la salud mental es indispensable para el logro educativo.

México ha seguido esta tendencia mediante diagnósticos institucionales y estrategias de atención psicológica adaptadas, por ejemplo, una de las instituciones que ha impulsado encuestas especializadas para identificar necesidades de atención temprana, detectar poblaciones en riesgo y ofrecer un seguimiento oportuno es la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM, 2025). Estas acciones demuestran que la salud mental ha dejado de ser un tema complementario para convertirse en un eje central de la agenda universitaria del país, evidenciando que los instrumentos más útiles son aquellos que, además de medir el malestar, evalúan los factores protectores del entorno (Molerio-Pérez et al., 2017; Universidad de los Andes, 2024).

La Realidad Local: El Caso de la Facultad de Administración

La Facultad de Administración ha comenzado a situar el bienestar estudiantil en el centro de sus políticas institucionales a través de iniciativas tangibles como el Módulo de Salud, programas de orientación y los Grupos de Ayuda Mutua (GAM). Estos últimos (Cendhiu UV, 2025) constituyen espacios de conversación seguros, confidenciales y horizontales donde los estudiantes, acompañados por un docente, abordan inquietudes comunes, fortaleciendo así el sentido de pertenencia y las redes de apoyo entre iguales.

A pesar de estos esfuerzos, investigaciones recientes en la propia facultad revelan que una parte significativa del alumnado aún presenta ansiedad moderada, baja autoestima, problemas familiares y antecedentes de atención psicológica (UVserva, 2026; Universidad Veracruzana, 2025). Un dato clave a considerar es que estas necesidades no son uniformes;

la heterogeneidad de resultados entre las distintas regiones y programas académicos sugiere que las problemáticas varían según el entorno inmediato.

Justificación del Instrumento en la Facultad de Administración

Precisamente por esta razón, se vuelve indispensable construir instrumentos de medición específicos y localizados, en lugar de aplicar diagnósticos generales que no reflejan la realidad inmediata. Un esfuerzo de evaluación diseñado y aplicado directamente en la universidad cobra una relevancia metodológica y humana fundamental. De este modo, la herramienta no solo permite recopilar datos estadísticos, sino que se transforma en un insumo ejecutivo para conocer cómo perciben los estudiantes el acompañamiento docente, la carga de académica y las oportunidades de apoyo en su entorno escolar, facilitando la toma de decisiones preventivas y el diseño de programas de acompañamiento hechos a la medida de su población.

METODOLOGÍA

La presente investigación se realizó bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y un alcance descriptivo. Este enfoque permitió obtener información objetiva sobre las percepciones, conductas y necesidades de los estudiantes universitarios, sin modificar deliberadamente las variables de estudio. Asimismo, permitió identificar características generales relacionadas con el bienestar estudiantil y analizar la información obtenida durante el proceso de validación del instrumento.

La población objetivo estuvo conformada por estudiantes universitarios de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. Para la prueba piloto del instrumento se contó con la participación de estudiantes seleccionados mediante un muestreo por conveniencia, con el propósito de identificar posibles dificultades relacionadas con la redacción, organización y comprensión de los reactivos. Esta etapa permitió detectar áreas de mejora y realizar ajustes antes de establecer la versión final del cuestionario.

El instrumento diseñado estuvo conformado por cinco dimensiones principales: conductas de salud, bienestar psicológico, salud mental, apoyo social y académico, y necesidades psicoeducativas. Las respuestas de las dimensiones relacionadas con percepciones y frecuencia de experiencias fueron registradas mediante una escala tipo Likert de cinco puntos, permitiendo medir la frecuencia con la que los estudiantes presentaban determinadas situaciones asociadas a su bienestar. Este formato facilitó la organización y análisis de los datos obtenidos.

Para evaluar la calidad del instrumento se realizó una validación de contenido mediante la revisión de los reactivos y la relación existente entre las preguntas, las dimensiones y la variable principal del estudio. La revisión permitió analizar la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems, con el objetivo de asegurar que cada reactivo representara adecuadamente el aspecto del bienestar estudiantil que se pretendía medir.

Posteriormente, se llevó a cabo una prueba piloto con la finalidad de identificar ambigüedades, dificultades de comprensión y oportunidades de mejora dentro del cuestionario. A partir de los resultados obtenidos se realizaron ajustes en la estructura del instrumento, principalmente en la organización de algunos indicadores, con el propósito de mejorar la claridad y congruencia de las dimensiones evaluadas.

La confiabilidad del instrumento fue analizada mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, el cual permitió evaluar la consistencia interna de los reactivos dentro de cada dimensión. Este análisis permitió identificar el grado de relación entre los ítems y detectar aquellas áreas que requerían modificaciones para fortalecer la estabilidad del cuestionario.

La recolección de datos se realizó mediante la aplicación del instrumento a estudiantes de la Facultad de Administración de la Universidad Veracruzana. La información obtenida fue organizada en una base de datos para facilitar su análisis e interpretación, considerando aspectos como la frecuencia de respuestas y la relación entre los indicadores evaluados. El procesamiento de la información permitió identificar características relacionadas con el bienestar estudiantil, así como áreas de oportunidad dentro de las dimensiones analizadas. Los resultados obtenidos sirvieron como base para evaluar el funcionamiento del instrumento y determinar los ajustes necesarios antes de una aplicación posterior.

En cuanto a los aspectos éticos, la investigación se desarrolló bajo los principios de participación voluntaria, anonimato y confidencialidad. Antes de responder el cuestionario, los participantes fueron informados sobre el propósito del estudio y el uso académico de la información proporcionada. De esta manera, se garantizó que los datos recopilados fueran utilizados únicamente con fines de investigación y mejora institucional.

En caso de identificar necesidades relacionadas con el bienestar emocional de los estudiantes, se consideró la importancia de promover la canalización hacia servicios de apoyo disponibles dentro de la institución, con el propósito de que la investigación contribuyera no

solamente a la recopilación de información, sino también a la identificación de oportunidades de acompañamiento estudiantil.

La elaboración del instrumento de medición sobre bienestar estudiantil se fundamentó en la necesidad de contar con una herramienta que permitiera obtener información organizada, confiable y contextualizada sobre las condiciones que influyen en la experiencia universitaria de los estudiantes. Un cuestionario diseñado adecuadamente permite identificar niveles de bienestar, reconocer factores de riesgo y detectar necesidades específicas dentro de la población estudiantil, generando información útil para la toma de decisiones y el diseño de estrategias de acompañamiento.

El desarrollo de un instrumento adaptado al contexto de la universidad permitió considerar las características particulares de su comunidad estudiantil. Esto resulta relevante debido a que las necesidades pueden variar dependiendo de factores como el programa educativo, semestre, entorno académico y condiciones personales de los estudiantes.

El análisis teórico permitió reconocer que el bienestar estudiantil es un fenómeno integral influenciado por factores personales, sociales, académicos e institucionales. A partir de esta perspectiva, el instrumento desarrollado buscó contribuir a la identificación de necesidades y áreas de oportunidad que puedan favorecer futuras acciones de prevención, acompañamiento y mejora dentro de la institución.

Para realizar la validación del instrumento denominado “Bienestar Estudiantil en Instituciones de Educación Superior”, se llevó a cabo una revisión considerando los criterios de validez y confiabilidad dentro del proceso de investigación. Este análisis permitió identificar si las preguntas planteadas eran claras, adecuadas y relacionadas con el objetivo del estudio, además de comprobar que las dimensiones e indicadores incluidos realmente permitieran evaluar el bienestar estudiantil.

El instrumento tiene como variable principal el bienestar estudiantil, la cual fue dividida en cinco dimensiones: conductas de salud, bienestar psicológico, salud mental, apoyo social y académico, y necesidades psicoeducativas. Esta división permite analizar el bienestar de los estudiantes desde diferentes aspectos de su vida universitaria, tomando en cuenta sus hábitos personales, estado emocional, relaciones con su entorno, apoyo recibido y necesidades de acompañamiento institucional.

Variable principal: Bienestar estudiantil

El bienestar estudiantil se considera como una condición integral que involucra diferentes factores que influyen en la experiencia del estudiante durante su formación universitaria. Dentro de estos factores se encuentran los hábitos de vida, la percepción que tiene sobre sí mismo, su estabilidad emocional, las relaciones de apoyo con las que cuenta y los recursos que la institución pone a su disposición.

Debido a que el bienestar estudiantil está compuesto por diferentes elementos, se considera una variable multidimensional, ya que no depende de un solo aspecto, sino de la interacción entre factores personales, psicológicos, sociales y académicos.

Para medir las dimensiones relacionadas con experiencias, comportamientos y percepciones de los estudiantes, se utilizó una escala tipo Likert con valores ordinales:

1 = Nunca

2 = Casi nunca

3 = A veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

Esta escala permite conocer la frecuencia con la que los estudiantes presentan determinadas situaciones relacionadas con su bienestar y facilita el análisis de los resultados obtenidos. Además, permite identificar aspectos positivos y áreas de oportunidad que pueden

ser consideradas para la creación de estrategias de apoyo y mejora dentro del entorno universitario.

Tabla 1

Operación de variables.

Variable	Dimensión	Indicadores evaluados	Escala de medición
Bienestar estudiantil	Conductas de salud	Actividad física, alimentación, hidratación, descanso, consumo de sustancias y sedentarismo	Ordinal
Bienestar estudiantil	Bienestar psicológico	Satisfacción universitaria, motivación, metas personales, confianza, estabilidad emocional y percepción personal	Ordinal
Bienestar estudiantil	Salud mental	Ansiedad, estrés académico, dificultades de concentración, tristeza, sobrecarga emocional y necesidad de apoyo	Ordinal
Bienestar estudiantil	Apoyo social y académico	Apoyo familiar, integración con compañeros, apoyo docente, orientación académica y percepción institucional	Ordinal
Bienestar estudiantil	Necesidades psicoeducativas	Orientación académica, apoyo psicológico, hábitos de estudio, becas, integración y servicios institucionales	Nominal

RESULTADOS

Como parte del proceso de validación preliminar, se aplicó una prueba piloto del instrumento a una muestra de 35 estudiantes (de un universo proyectado de 80) pertenecientes al programa de Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información. La mayoría de los participantes de la muestra cursan el segundo semestre escolar, con edades que oscilan predominantemente entre los 18 y los 21 años. Del total de encuestados, una parte significativa (28.5%) combina sus estudios con alguna actividad laboral, lo que añade un elemento de complejidad a su organización del tiempo.

El análisis de la dimensión de Conductas de salud reveló que los hábitos de descanso son una de las principales áreas de oportunidad, puesto que 8 estudiantes (22.8%) reportaron dormir menos de 6 horas diarias, mientras que la mayoría (57.1%) logra entre 6 y 7 horas de sueño. Por su parte, la dimensión de Bienestar psicológico reflejó resultados divididos: aunque un 34.3% de los estudiantes se siente frecuentemente o siempre satisfecho con su vida universitaria, más de la mitad (54.3%) manifestó que esta satisfacción se presenta solo "a veces".

En cuanto a la dimensión de Salud mental, los resultados evidencian la vulnerabilidad del estudiantado en los primeros semestres de la carrera. Un 88.5% de los alumnos reportó haber experimentado ansiedad o preocupación constante en algún nivel ("a veces" a "siempre") durante las últimas semanas, y un porcentaje idéntico percibe que la presión académica afecta su estado de ánimo.

Para visualizar mejor la dispersión de las respuestas en las percepciones psicológicas y emocionales evaluadas a través de la escala Likert, la Tabla 1 expone las frecuencias relativas de cuatro indicadores fundamentales para el bienestar de la población encuestada.

Tabla 2*Frecuencias relativas de indicadores clave de Bienestar Psicológico y Salud Mental**(n=35)*

Indicadores evaluados	Nunca / Casi nunca	A veces	Frecuentemente / Siempre
He experimentado ansiedad o preocupación constante.	11.40%	45.70%	42.80%
Siento que la presión académica afecta mi ánimo.	20.00%	37.10%	42.80%
Me siento satisfecho/a con mi vida universitaria.	11.40%	54.30%	34.30%
Considero que podría beneficiarme de apoyo emocional.	34.30%	37.10%	28.50%

Finalmente, la dimensión de Necesidades psicoeducativas mostró que el 68.5% (24 estudiantes) requiere apoyo explícito para manejar el estrés académico. Asimismo, existe una fuerte demanda de orientación administrativa y escolar, ya que el 71.4% de los participantes indicó requerir información sobre los procesos relacionados con la titulación, evidenciando una necesidad de acompañamiento integral temprano.

DISCUSIÓN

Los hallazgos de la prueba piloto reafirman los planteamientos expuestos en la literatura sobre los retos colectivos y factores de riesgo en la vida universitaria. El hecho de que más del 40% de los estudiantes de Ingeniería en Sistemas y Tecnologías de la Información experimenten de forma frecuente o constante ansiedad y alteraciones en su ánimo por la

presión académica, concuerda con lo señalado por Vences Camacho et al. (2023). Estos autores enfatizan que los alumnos de nuevo ingreso y primeros semestres enfrentan procesos críticos de adaptación y cambios drásticos en sus rutinas que, de no atenderse, incrementan el riesgo de desinterés o deserción.

Por otro lado, los datos respaldan la postura de la ANUIES (2024) y la UNESCO en cuanto a la necesidad de trascender la visión clínica tradicional hacia un modelo integral. Las respuestas evidencian que los problemas no radican exclusivamente en patologías aisladas, sino en la interacción con el entorno académico: hábitos de sueño reducidos, la combinación de estudios y trabajo, y la falta de estrategias para afrontar el estrés escolar. A pesar de los esfuerzos institucionales, como los Grupos de Ayuda Mutua (GAM) en la Facultad de Administración, aún persiste una brecha entre las necesidades psicoeducativas de los estudiantes y el aprovechamiento pleno de las redes de apoyo, reflejada en el alto porcentaje que solicita orientación sobre manejo de estrés y procesos de titulación desde etapas tempranas.

Metodológicamente, la aplicación del instrumento validó su pertinencia. Al desglosar el bienestar en cinco dimensiones, la herramienta evitó la simplificación del diagnóstico y permitió identificar de manera focalizada cómo la exigencia de los programas académicos impacta específicamente el estado anímico y motivacional de esta comunidad, confirmando que las herramientas contextualizadas son esenciales para la toma de decisiones.

CONCLUSIONES

El proceso de elaboración y validación preliminar del cuestionario demostró que la herramienta es funcional, clara y pertinente para evaluar de forma integral el bienestar estudiantil. La prueba piloto cumplió su objetivo metodológico al comprobar que las dimensiones diseñadas logran captar las percepciones afectivas, sociales y de salud de los alumnos de manera efectiva y organizada.

Se concluye que el alumnado se encuentra en un periodo de alta vulnerabilidad emocional debido a las exigencias académicas propias de los primeros semestres de ingeniería. Las altas prevalencias en la percepción de ansiedad y estrés, combinadas con alteraciones en las horas de sueño, exigen a la institución pasar de un enfoque meramente reactivo a uno preventivo.

Finalmente, esta investigación resalta que la evaluación del bienestar no debe ser un fin estadístico, sino el primer paso para el diseño de estrategias focalizadas. El instrumento validado constituye un insumo valioso para que la Facultad de Administración pueda fortalecer sus tutorías, rediseñar las campañas de orientación escolar temprana e incentivar programas psicoeducativos que doten a los jóvenes de herramientas para manejar el estrés y organizar su tiempo, propiciando así una trayectoria universitaria más saludable, integral y resiliente.

Declaración de conflicto de interés

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés relacionado con esta investigación.

Declaración de contribución a la autoría

Gilberto Cortes Acosta: redacción del borrador original, revisión y edición de la redacción

Adriana Margarita González Márquez: , investigación, metodología, administración del proyecto

Perla María Villa Jiménez: supervisión, validación, visualización

Iván Ramón Rivera Rocha: conceptualización, curación de datos, análisis

Declaración de uso de inteligencia artificial

Los autores declaran que utilizaron la inteligencia artificial como apoyo para este artículo, y también que esta herramienta no sustituye de ninguna manera la tarea o proceso intelectual. Después de rigurosas revisiones con diferentes herramientas en la que se comprobó que no existe plagio como constan en las evidencias, los autores manifiestan y reconocen que este trabajo fue producto de un trabajo intelectual propio, que no ha sido escrito ni publicado en ninguna plataforma electrónica o de IA.

REFERENCIAS

- American Psychological Association. (s. f.). Mental health. <https://www.apa.org/topics/mental-health>
- Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior. (2024). Documentos y lineamientos sobre bienestar universitario. ANUIES.
- Cendhiu UV. (2025). Grupos de Ayuda Mutua (GAM). Universidad Veracruzana. <https://www.uv.mx/estudiantes/cendhiu/>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43.
- Organización Mundial de la Salud. (2025). Salud mental. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud. (s. f.). Mental health. <https://www.who.int/health-topics/mental-health>

Pérez Padilla, A., et al. (2010). Salud mental y bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de primer ingreso de la Región Altos Norte de Jalisco. *Revista de Educación y Desarrollo*.

https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/14/014_Perez.pdf

Pogliaghi, L., Ruiz, A., et al. (2025). Bienestar estudiantil en la Universidad Nacional Autónoma de México: problemáticas, atención y propuestas. Universidad Nacional Autónoma de México.

https://www.puees.unam.mx/sapa/dwnf/102/6.Pogliaghi_2025_Bienestar_Estudiantil.pdf

RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo. (2023). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de nuevo ingreso.

<https://doi.org/10.23913/ride.v13i26.1385>

UNESCO. (2023). Apoyando la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501_spa

UNESCO. (2024, 10 de noviembre). Nuevo informe: apoyando la salud mental de los estudiantes de educación superior. <https://www.iesalc.unesco.org/es/articles/nuevo-informe-apoyando-la-salud-mental-de-los-estudiantes-de-educacion-superior>

Universidad Católica del Maule. (2026, 16 de abril). Académicos UCM diseñan instrumento para medir la salud mental en estudiantes universitarios.

<https://www.ucm.cl/noticias/academicos-ucm-disenan-instrumento-medir-la-salud-mental-estudiantes-universitarios/>

Universidad Nacional Autónoma de México. (2025). Aplica la UNAM desde hoy la encuesta para la atención a la salud mental y psicológica.

https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2025_754.html

Universidad Nacional Autónoma de México. (2025). La UNAM impulsa una unidad integral de apoyo emocional para estudiantes. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/unam-unidad-apoyo-emocional-salud-mental-estudiantes/

Universidad Nacional Autónoma de México. (2025). Programa Universitario de Cuidado y Apoyo para la Salud Mental. <https://www.gaceta.unam.mx/presentan-programa-universitario-de-cuidado-y-apoyo-para-la-salud-mental/>

Universidad Nacional Autónoma de México. (2025). Programas y encuestas de atención a la salud mental estudiantil.

Universidad Veracruzana. (2025). Programas de bienestar, apoyo y salud estudiantil. <https://www.uv.mx/estudiantes/>

Universidad Veracruzana. (2026). Salud mental en estudiantes universitarios. UVserva. <https://uvserva.uv.mx/index.php/Uvserva/article/view/3168>

UNESCO IESALC. (2024). Apoyando la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501_spa

UNESCO IESALC. (2024). Supporting the mental health and well-being of higher education students. <https://www.iesalc.unesco.org/en/2024/10/09/new-brief-on-student-mental-health-support-in-higher-education-released/>

Chao Rebolledo, C. (2025). Del riesgo psicosocial y el burnout a la acción preventiva: la educación emocional como estrategia de cuidado de la salud mental. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 5(1). <https://doi.org/10.48102/riieb.2025.5.1.e142>

Admin, & Admin. (2025, 27 octubre). Realizarán encuesta para identificar y atender las necesidades en salud mental del estudiantado. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/realizaran-encuesta-para-identificar-y-atender-las-necesidades-en-salud-mental-del-estudiantado/>

Fernández-Castillo, E., Molerio-Pérez, O., Jiménez, L. F. H., & Grau, R. (2017). Validez y confiabilidad del cuestionario para evaluar factores protectores de la salud mental en estudiantes universitarios. *Actualidades En Psicología*, 31(122), 103-117.

<https://doi.org/10.15517/ap.v31i122.24584>

Montero-Mora, J. G., & Cantón-Croda, R. M. (2020). Validación de un instrumento para medir satisfacción de usuarios en instituciones educativas del sector privado: ciudad de Xalapa-Enríquez (México). *Innovaciones Educativas*, 22(32), 122-136.

<https://doi.org/10.22458/ie.v22i32.2727>

Francisco, C. T. L., Vital, R. H., & Del Valle López, J. A. (2022). Validación de instrumentos de medición para las variables conocimiento, convicción y compromiso de los padres respecto de un sistema educativo confesional. *RIEE | Revista Internacional de Estudios En Educación*, 22(2), 83-100. <https://doi.org/10.37354/riee.2022.223>

buzonuv@uv.mx. (s. f.). Programas de apoyo a estudiantes – Portal de Estudiantes.

<https://www.uv.mx/estudiantes/programas-de-atencion/>