



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

DG Dirección General
de Investigación
Universidad de San Carlos de Guatemala

Informe final de Proyecto de Investigación

DIGI-PUI-004

Informe final de proyecto de investigación

Universidad de San Carlos de Guatemala

Dirección General de Investigación

Programa Universitario de Investigación en Educación

Indicadores de salud mental en universitarios que desarrollan trabajo con personas en el departamento de Guatemala.

Unidad avaladora: Escuela de Ciencias Psicológicas

4.8.63.0.84

Nombre del coordinador: Donald Wylman González Aguilar

Guatemala, 25 de noviembre de 2025



Informe final de Proyecto de Investigación

Contraportada

Autoridades de la Dirección General de Investigación

Dra. Alice Patricia Burgos Paniagua

Directora General de Investigación

Walter Omar Paniagua Solórzano

Coordinador(a) del Programa Universitario de Investigación en Educación

Autores

Donald Wylman González-Aguilar, coordinador(a) del proyecto, No. Registro de Personal 20180892

Hector Manuel Muñoz-Alonzo, investigador(a) profesional, No. Registro de Personal 20180897

María Belén Bravo López, auxiliar de investigación II, No. Registro de Personal 20250722

Erick Javier Godínez Girón, auxiliar de investigación II, No. Registro de Personal 20250712

El contenido de este informe de investigación es responsabilidad exclusiva de sus autores.

Esta investigación fue cofinanciada con recursos del Fondo de Investigación de la DIGI de la Universidad de San Carlos de Guatemala a través de la partida presupuestaria número: 4.8.63.0.84 en el Programa Universitario de Investigación en Educación.

Los autores son responsables del contenido, de las condiciones éticas y legales de la investigación desarrollada.

Este informe está licenciado bajo una Licencia *Creative Commons* Atribución-No Comercial-Compartir Igual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

Puede copiarse, distribuirse y adaptarse con la condición de dar crédito a los autores, no usarlo con fines comerciales y compartir cualquier obra derivada bajo la misma licencia.

Para más información, visite: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>.



Informe final de Proyecto de Investigación

Índice general

| | |
|---|----|
| Resumen | 1 |
| Palabras clave | 1 |
| Abstract..... | 1 |
| Keywords..... | 2 |
| 1. Introducción..... | 3 |
| 2. Contexto de la investigación | 4 |
| 3. Revisión de literatura..... | 7 |
| 3.1. Resiliencia | 7 |
| 3.2. Bienestar | 11 |
| 3.3. Estrés académico | 14 |
| 3.4. Calidad de vida profesional | 16 |
| 4. Planteamiento del problema | 19 |
| 5. Objetivos..... | 21 |
| 5.1. General..... | 21 |
| 5.2. Específicos..... | 21 |
| 6. Hipótesis (si aplica) | 22 |
| 7. Método..... | 22 |
| 7.1. Tipo de investigación. | 22 |
| 7.2. Enfoque y alcance de la investigación..... | 23 |
| 7.3. Diseño de la investigación..... | 23 |
| 7.4. Población, muestra y muestreo..... | 23 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| | | |
|--------|--|-----|
| 7.5. | Técnicas..... | 24 |
| 7.6. | Resumen de las variables o unidades de análisis..... | 26 |
| 7.7. | Procesamiento y análisis de la información. | 29 |
| 8. | Aspectos éticos y legales | 29 |
| 9. | Resultados y discusión | 32 |
| 9.1. | Caracterización de la población..... | 32 |
| 9.2. | Niveles de resiliencia..... | 46 |
| 9.3. | Categorías de Bienestar | 53 |
| 9.4. | Estrés Académico | 62 |
| 9.5. | Nivel de Calidad de Vida Profesional | 71 |
| 9.5.1. | Niveles de Satisfacción por compasión | 72 |
| 9.5.2. | Burnout | 79 |
| 9.5.3. | Estrés traumático secundario | 86 |
| 9.6. | Criterios de normalidad | 93 |
| 9.7. | Confiabilidad | 95 |
| 9.8. | Análisis confirmatorio | 98 |
| 9.8.1. | Escala de Connor-Davidson (CD-RISC-10)..... | 98 |
| 9.8.2. | Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF-14)..... | 102 |
| 9.8.3. | Escala de Percepción de Estrés Académico (PAS) | 108 |
| 9.8.4. | Calidad de Vida Profesional (ProQOL)..... | 114 |
| 9.9. | Discusión de resultados | 126 |
| 9.10. | Hallazgos propios. | 137 |
| 10. | Propiedad intelectual | 140 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| | | |
|-------|---|-----|
| 11. | Beneficiarios directos e indirectos..... | 141 |
| 12. | Estrategia de divulgación y difusión de los resultados..... | 144 |
| 13. | Contribución a las Prioridades Nacionales de Desarrollo (PND)..... | 145 |
| 14. | Otras contribuciones del proyecto al desarrollo | 146 |
| 14.1. | Programa de Fortalecimiento del Bienestar y la Resiliencia Estudiantil (PRO-BIE): Un Programa de Intervención Basado en el Marco Lógico | 146 |
| 15. | Vinculación..... | 154 |
| 16. | Conclusiones..... | 155 |
| 17. | Recomendaciones | 158 |
| | Referencias | 161 |
| | Apéndice..... | 180 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Índice de Tablas

| | |
|----------------|-----|
| Tabla 1 | 26 |
| Tabla 2 | 33 |
| Tabla 3 | 36 |
| Tabla 4 | 39 |
| Tabla 5 | 41 |
| Tabla 6 | 44 |
| Tabla 7 | 50 |
| Tabla 8 | 53 |
| Tabla 9 | 58 |
| Tabla 10 | 66 |
| Tabla 11 | 71 |
| Tabla 12 | 75 |
| Tabla 13 | 79 |
| Tabla 14 | 83 |
| Tabla 15 | 86 |
| Tabla 16 | 89 |
| Tabla 17 | 92 |
| Tabla 18 | 95 |
| Tabla 19 | 98 |
| Tabla 20 | 99 |
| Tabla 21 | 101 |
| Tabla 22 | 104 |
| Tabla 23 | 105 |
| Tabla 24 | 107 |
| Tabla 25 | 110 |
| Tabla 26 | 112 |
| Tabla 27 | 114 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| | |
|----------------|-----|
| Tabla 28 | 116 |
| Tabla 29 | 118 |
| Tabla 30 | 120 |
| Tabla 31 | 123 |
| Tabla 32 | 141 |
| Tabla 33 | 144 |
| Tabla 34 | 147 |

Índice de Figuras

| | |
|----------------|-----|
| Figura 1 | 101 |
| Figura 2 | 108 |
| Figura 3 | 114 |
| Figura 4 | 121 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Resumen

El desgaste de la salud mental en los estudiantes universitarios, a consecuencia de la enseñanza híbrida postpandemia, hace evidente la necesidad de fortalecer el bienestar emocional para mejorar el desempeño académico y profesional. El objetivo fue caracterizar la Resiliencia, Bienestar, Estrés Académico y Calidad de Vida Profesional en estudiantes de enfermería, psicología, trabajo social, odontología, nutrición, medicina y veterinaria y zootecnia de la Universidad San Carlos de Guatemala que realizan sus prácticas con personas. La investigación fue cuantitativa, no experimental, transversal y con alcance descriptivo, utilizando una muestra por disponibilidad. Se aplicaron las pruebas psicométricas: CD-RISC-10 para resiliencia, MHC-SF para bienestar, ProQOL-V para calidad de vida profesional y PAS para el estrés académico; los datos se recopilaron mediante una plataforma online y se analizaron utilizando estadísticos descriptivos y análisis factorial confirmatorio, empleando el software de uso libre Jamovi y R Studio. Los resultados muestran una Resiliencia alta (46.47 %); Bienestar moderado (56.11 %) y Estrés Académico moderado (73.49 %). En cuanto a la Calidad de Vida, la Satisfacción con la Vida moderada (65.40 %); tanto Burnout (40.60 %) y Estrés traumático secundario (76.90 %) en niveles bajos. Estos datos indican un perfil adaptativo desde las necesidades emocionales y el moderado desgaste en el contexto de las prácticas profesionales.

Palabras clave

1. Psicología positiva 2. Bienestar emocional 3. Indicadores de salud mental 4. Trabajo con personas 5. Intervenciones psicoeducativas

Abstract

The deterioration of mental health among university students as a consequence of post-pandemic hybrid education highlights the need to strengthen emotional well-being to improve academic and professional performance. The objective of this study was to characterize resilience, well-being, academic stress, and professional quality of life among students of Medicine, Psychology, Nursing, Dentistry, Nutrition, Social Work and Vet at San Carlos de Guatemala University who carry out professional practice directly with people. The research employed a quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive design, using a convenience sampling method. The following psychometric scales were administered: the CD-RISC-10 for resilience, the MHC-SF for well-being, the ProQOL-V for professional quality of life, and the PAS for academic stress. Data were collected through



Informe final de Proyecto de Investigación

an online platform and analyzed using descriptive statistics and confirmatory factor analysis with the open-source software Jamovi and R Studio. The results show high resilience (46.47%), moderate well-being (56.11%), and moderate academic stress (73.49%). Regarding quality of life, life satisfaction was moderate (65.40%), while both burnout (40.60%) and secondary traumatic stress (76.90%) were at low levels. These data indicate an adaptive profile in terms of emotional needs and moderate burnout within the context of professional internships.

Keywords

1. Positive psychology 2. Emotional well-being 3. Mental health indicators 4. People oriented work 5. Psychoeducational interventions



Informe final de Proyecto de Investigación

1. Introducción

La presente investigación se enfocó en caracterizar la salud mental de estudiantes que realizan práctica con personas en la Universidad pública de Guatemala, específicamente con aquellos que cursan carreras de las ciencias de la salud o la atención directa de individuos, como: psicología, medicina, odontología, enfermería, trabajo social, nutrición y veterinaria. La finalidad de estudiar este problema se debe al incremento de estrés académico, ansiedad y depresión reportado en los estudiantes a partir de la pandemia de COVID-19 (Barbayannis et al., 2022; Paz et al., 2022; World Health Organization, 2022).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (World Mental Health, 2025), la salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas afrontar el estrés, desarrollar sus capacidades, aprender y trabajar eficazmente, y contribuir a su comunidad, y se le considera un derecho humano fundamental. En este sentido, los estudiantes de las disciplinas indicadas pueden sufrir un deterioro en su bienestar mental, lo que dificulta su adaptación a las exigencias académicas y profesionales.

Por su parte la psicología positiva, como disciplina enfocada en el estudio del bienestar y el florecimiento humano, desempeñará un papel principal este proyecto. Para Seligman & Csikszentmihalyi (2000), la psicología positiva es la práctica de los aspectos que permiten a las comunidades e individuos prosperar o tener un bienestar pleno con el propósito de mejorar la calidad de vida. En esta línea, se argumenta que el concepto de psicología positiva, específicamente bienestar, está estrechamente relacionado con el rendimiento académico de estudiantes universitarios (Barrera et al., 2019; Carranza et al., 2017)

El objetivo del estudio fue caracterizar resiliencia, bienestar, estrés académico y calidad de vida profesional en estudiantes de medicina, psicología, enfermería, odontología, nutrición y trabajo social que realizan prácticas profesionales supervisadas o similar, utilizando la Escala de Resiliencia de Connor's Davidson (CD-RISC-10), para el Bienestar la escala Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF), para la Calidad de Vida Profesional ProQOL v.5 y, por último, la escala PAS para el estrés académico.



Informe final de Proyecto de Investigación

Con este proyecto, se espera generar literatura científica que ayude a generar indicadores de la salud mental de los estudiantes que realizan trabajo con personas como parte de su formación académica con el fin futuro de poder crear, intervención y estrategias de prevención adecuadas a la población y políticas públicas fundamentadas

2. Contexto de la investigación

Esta investigación se desarrolló en el Departamento de Guatemala, entre los meses de febrero a noviembre del año 2025. Durante dicho tiempo y lugar se analizaron indicadores de salud mental en estudiantes que realizan trabajo con personas en las unidades académicas de: medicina, psicología, enfermería, trabajo social, nutrición, odontología y veterinaria.

Al ser el Departamento de Guatemala la ubicación geográfica de la presente investigación se tomó en cuenta el contexto sociodemográfico, considerando la falta de equilibrio político y social han afectado la inversión en sistemas de salud y educación, lo cual limita el acceso a los servicios dedicados a la salud mental, hecho que puede agravar el malestar psicológico, como síntomas de depresión, ansiedad y estrés académico por mencionar algunos.

La presencia del malestar psicológico se contextualiza como un fenómeno de riesgo considerable en la salud mental del estudiante de la Universidad San Carlos de Guatemala, caracterizada por la presencia significativa de indicadores de ansiedad y depresión. Esto se basa en diversas investigaciones realizadas en ella, y ha puesto en manifiesto la situación de salud mental y bienestar psicológico de la población estudiantil.

En un estudio con una muestra de 3,001 estudiantes, González-Aguilar et al. (2023), identificaron una alta prevalencia de síntomas depresivos, ya que aproximadamente el 62.60 % de los participantes presentaron indicadores de depresión de nivel moderado a severo (20.80 % moderadamente grave y 11.9 % severa). Estos resultados evidenciaron una problemática considerable que trasciende lo académico y apunta hacia una carga emocional y psicológica entre los universitarios.



Informe final de Proyecto de Investigación

En una línea similar, un estudio posterior, pero, con una muestra más amplia (8,197 estudiantes), reveló que los indicadores de ansiedad generalizada se situaban en un nivel promedio moderado (González-Aguilar et al., 2024). Los autores subrayan que el aumento de los niveles de ansiedad y depresión se asocia con una disminución significativa del bienestar psicológico, lo que confirma la interrelación entre el malestar emocional y el bienestar subjetivo. De igual manera, estos hallazgos coinciden con los resultados de Linares et al. (2022), quienes establecen que los estudiantes con bajos niveles de trastorno depresivo tienen más de cuatro veces la probabilidad de presentar un alto nivel de bienestar subjetivo (OR = 4.16), reafirmando la influencia negativa de los síntomas depresivos en la percepción de bienestar.

Frente a este panorama, la resiliencia debe ser comprendido como un factor protector clave. González-Aguilar (2021), evidenció durante la pandemia que los estudiantes con altos niveles de resiliencia son aproximadamente cinco veces más propensos a experimentar un mayor bienestar psicológico (OR = 4.81). Este hallazgo coincide con lo reportado más tarde González-Aguilar et al. (2023), informaron que el 54.58 % de los estudiantes universitarios presentan un nivel alto de resiliencia y que esta se asocia de manera positiva con el bienestar.

Específicamente, en el mencionado estudio, el 42.99 % de los estudiantes manifestó un nivel de bienestar “moderado”, mientras que el 17.33 % se clasificó como desanimado y cerca del 40 % reportó bienestar floreciente. Además, se encontró que factores sociodemográficos como tener empleo o pertenecer a una afiliación religiosa se relaciona con mayores niveles de resiliencia y bienestar, identificando a los jóvenes entre 18 y 21 años y quienes no cuentan con empleo como grupos más vulnerables.

Sumado a ello, se suman las cargas emocionales relacionadas a las presiones académicas a las cuales se ven expuestos los estudiantes que forman parte de las ciencias de la salud (Muvdi et al., 2021), principalmente cuando se considera que una parte de su formación fue en la virtualidad o en modalidad híbrida debido a las medidas consideradas por la Pandemia de Covid-19, lo cual representó preocupaciones por acceso a tecnología,



Informe final de Proyecto de Investigación

insatisfacción con el contenido y materiales insuficientes (Hossain et al., 2021). Esto afecta directamente a la calidad del servicio que pueden prestar tanto desde la técnica propia de cada especialidad y carrera como lo emocional, es decir, ser empático como capaz de lidiar con sus propias emociones mientras presta un servicio de salud.

Si bien se realizó una búsqueda para obtener datos de investigaciones relacionadas al impacto de las modalidades de enseñanza y cargas académicas en estudiantes universitarios afines a carreras de ciencias de la salud en Guatemala, los resultados de búsqueda fueron nulos, lo indica la carencia de certeza en cuanto a la magnitud del fenómeno. Sin embargo, se encontraron resultados a nivel regional relacionados que pueden dar un panorama similar.

Uno de esos resultados es el presentado por Callasaca-Goyzueta et al. (2021), en donde indica que, en un estudio realizado con 293 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann en Tacna, Perú, 87.70 % percibieron su enseñanza y formación virtual como insuficiente. Además, el 54.60 % manifestó incertidumbre respecto a su futuro académico, mientras el 91.10 % resaltó la importancia de la presencialidad para la práctica clínica. Así mismo, según las percepciones estudiantiles, la modalidad virtual afectó su salud mental con estrés (30.30 %) y ansiedad (21.50 %).

Por su parte, Londoño et al. (2024), señalan que, dentro de la formación de estudiantes de medicina, enfermería, odontología y otros ligados a ciencias de la salud, los principales estresores están relacionados con deficiencias metodológicas, sobrecarga académica y práctica, creencias sobre el rendimiento y exámenes, planteando estos factores como una problemática estructural dentro de la formación profesional. Así pues, ante esta problemática, señalan la importancia de la atención psicológica y la promoción del autocuidado a esta población estudiantil debido a los síntomas físicos y psicológicos que se reportan frecuentemente en literatura relacionada.

Con base a estos hallazgos nacionales y regionales, se busca investigar a los estudiantes que durante el 2025 se encontraron en labores prácticas, quienes a menudo se encuentran bajo presión para equilibrar la demanda académica, con el fin de proponer



Informe final de Proyecto de Investigación

beneficios futuros para las personas que estos estudiantes atienden, ya que el fortalecimiento de la salud mental de los futuros profesionales está relacionado con una mejora en la calidad de la atención y los servicios prestados a la población (Hou et al., 2022; Maddock, 2024).

3. Revisión de literatura

Desde una perspectiva moderna de la salud, se entiende que esta busca entender al ser humano en su aspecto físico, mental y social (Cosgrove et al., 2020;). Pero, esto debe ser entendido desde una perspectiva holística que se centra en la felicidad y potencian humano y no exclusivamente lo patológico o lo relacionado al malestar que además debe ser atendido y estudiado en cualquiera de los ámbitos en que el ser humano se desenvuelva (International Labour Organization, 2022; Manwell et al., 2015; Patel et al., 2018).

Por ello, las variables estudiadas buscan dar una perspectiva holística de la experiencia del estudiante desde un punto de vista de la psicología positiva, abordando la resiliencia, el bienestar general, el estrés académico y calidad de vida profesional.

3.1. Resiliencia

El término es originalmente de la Física, en donde se le describe como la capacidad de un material para recuperar su forma original o configuración previa, posterior a ser sometido a dobleces, torciones e incluso vibración, lo que es conocido como estrés en el mismo ámbito (Denovan et al., 2023).

Su estudio en la salud mental se remonta al campo de la psiquiatría infantil y del desarrollo, en donde surge interés en comprender por qué algunos niños que crecían en circunstancias socioeconómicas precarias parecían adaptarse mejor que otros, a pesar de la adversidad. Garmezy (1971), fue pionero en este campo de estudio, al referirse a dicho grupo de individuos como “invulnerables”, niños saludables en entornos poco favorables. Esta descripción representa una transición en el interés de la investigación, que pasa de enfocarse en la vulnerabilidad y factores de riesgo, a reconocer la relevancia y el potencial de estudiar los factores protectores.



Informe final de Proyecto de Investigación

De este modo, los estudios que sentaron las bases para este campo se enfocaron en diferenciar a sujetos resilientes de quienes no lo eran. Destaca el estudio longitudinal de Werner & Smith (1979), que dieron seguimiento a una cohorte de niños para observar el papel de los riesgos perinatales y psicosociales en su desarrollo. Una vez que la cohorte alcanza la mayoría de edad, los autores diferenciaron entre niños sin riesgo; niños con riesgo y problemas; y niños con riesgo, pero sin problemas. Este último grupo, que fue llamado resiliente, representó un tercio de los niños en riesgo, pero evidenciaron una adaptación positiva, así como relaciones interpersonales saludables y éxito en el ámbito académico y laboral. El estudio resulta clave por su carácter longitudinal, y que además de documentar grupos de niños resilientes también examina elementos que favorecen esa adaptación.

Posteriormente, el campo de estudio continuó ampliándose a distintas poblaciones, y una vez consolidado surgió interés por comprender cómo se genera la resiliencia, más allá de quiénes lo son o no. Rutter (1987), es la clave en esta evolución conceptual, al plantear que se trata de un proceso dinámico derivado de la interacción del sujeto con su entorno. El autor critica la noción de “invulnerabilidad” utilizada por Garmezy, observando que la resistencia observada en los niños no implica inmunidad a la adversidad, sino, el resultado de distintos procesos adaptativos que se activan en diferentes contextos. El resultado es una adaptación positiva (o adaptativa) que implica un proceso que puede cambiar con el tiempo y no es un rasgo fijo.

Por ello, debe ser entendida como una capacidad que tiene el ser humano para sobreponerse a situaciones sumamente adversas y estresantes, pero donde la persona puede adaptarse de forma positiva a situaciones problemáticas y/o eventos estresantes (Connor & Davidson, 2003). Si bien, no significa que tener niveles o indicadores altos de resiliencia que se afrontará una situación de adecuada, si está relacionada a la efectividad de la estrategia elegida, siempre y cuando se relacione a interactuar de forma ajustada a la realidad (de la Fuente et al., 2017).



Informe final de Proyecto de Investigación

En la actualidad es un ámbito de estudio relevante dentro de la psicología. La evidencia actual, se centra en la relación entre la resiliencia y el bienestar emocional, así como los síntomas de estrés, depresión y ansiedad, en diversas poblaciones, ya que es el ámbito más enriquecedor para estudiarlo, basado en estimar si tiene algún efecto en estos constructos (Rutter, 2012). Como señalan Yu & Zhang (2007), esta característica ha sido validada a través de numerosos estudios internacionales, demostrando su eficacia en el contexto de una amplia gama de situaciones estresantes, ya sea que surjan en entornos académicos, profesionales o personales.

Por ello, el desarrollo de instrumentos adecuados para estimar una valoración de la resiliencia ha sido crucial. Para este estudio se utiliza la Escala Connor-Davidson (CD-RISC-10), es conocida y popular a nivel internacional, su principal fortaleza radica en su alta confiabilidad y validez que le permiten ser aplicada en diferentes culturas y poblaciones, tanto clínicas y no clínicas (Campbell-Sills & Stein, 2007).

Esta escala según reportan sus autores Connor & Davidson (2003), debe ser entendida en cinco factores, siendo, competencia personal y tenacidad; confianza en los propios instintos y tolerancia al estrés; aceptación positiva al cambio y relaciones seguras; control interno; influencia espiritual, mostrando una propiedad de la resiliencia, que es dinámica, se mejora con el tiempo en la experiencia del sujeto y por tanto se puede entrenar en terapia.

Por otro lado, en Latinoamérica, ha habido un incremento en el interés por investigar la resiliencia, especialmente a causa de los retos socioeconómicos y la violencia que afectan a muchas comunidades (Ordoñez-Hernández et al., 2024). Recordando el origen de la resiliencia como el estudio del constructo en población afectada por diferentes fenómenos que de forma aislada no explican cómo la población es capaz de sobreponerse y superarlos.

Respecto a los diseños de investigación utilizados, con mayor frecuencia los transversales, que permiten implementación de análisis entre grupos poblacionales representativos pudiendo analizar las diferencias considerando otros datos característicos, como el nivel educativo, el género edad, sin importar el formato (digital o físico) sin afectar



Informe final de Proyecto de Investigación

la homogeneización de los datos (Campbell-Sills & Stein, 2007; González-Aguilar, 2021; Notario-Pacheco et al., 2011; Yu & Zhang, 2007).

En el caso de Guatemala y otros países también de la región, se han realizado investigaciones que han utilizado la escala CD-RISC-10 para estudiar la capacidad de adaptación al estrés al menos en entornos académicos, esto en una población situada en el mismo lugar que la muestra de esta investigación (González-Aguilar, 2021; González-Aguilar et al., 2023). Bajo esta temática, se debe examinar la utilidad que representa continuar estudiando la resiliencia en estudiantes de las ciencias de la salud.

Otras enfocadas en su utilidad, se han centrado en la capacidad más atribuible a la resiliencia, adaptarse a altos niveles de estrés entre los trabajadores o estudiantes de ciencias de la salud (Bacchi & Licinio, 2017; Muñoz-Alonzo et al., 2018; Sahu et al., 2019). Algunos autores (de Moraes et al., 2023; Sáez-Ruiz et al., 2024), mencionan que tanto resiliencia y la CD-RISC-10 han mostrado su utilidad, al menos en el contexto de la crisis global por la COVID-19, destacando su relevancia para medir la capacidad de los trabajadores de la salud para afrontar altos niveles de estrés.

Finalmente, este instrumento es una escala utilizada en intervenciones que buscan el fortalecimiento de la resiliencia, con el fin de comprender de mejor forma el contexto individual (Scali et al., 2012). Recientemente, exploraron el uso del entrenamiento en *mindfulness* y manejo de estrés para el fortalecimiento de la resiliencia, encontrando resultados favorables, al menos para estudiantes de medicina (Sanders et al., 2025). Esto es reforzado en contextos laborales para trabajadores en personal de primera línea, donde utilizando ese tipo de intervenciones incluso en formato a distancia en línea tienen resultados favorables para el aumento de resiliencia (Joyce et al., 2019).

A nivel general en cuanto a intervención en adultos se encuentra que se puede obtener resultados en las primeras semanas y por medio de terapia cognitivo conductual, atención plena o combinaciones de ambas y siendo significativo en muestras postpandemias (Liao et al., 2025). Esto es positivo en cuanto a que, en condiciones no clínicas, se pueden tener



Informe final de Proyecto de Investigación

resultados a corto plazo, implementando terapia breve en intervenciones puntuales, cuando se encuentren niveles bajos de resiliencia en estudiantes.

Puntualmente en la población universitaria, Palma-Gómez et al. (2020), indican que, en poblaciones con prevalencia al malestar psicológico, los modelos de auto aplicación en línea tienen un efecto positivo en la resiliencia, siendo intervenciones basadas en el bienestar psicológico y entrenamiento de habilidades de afrontamiento adaptativo.

Bajo esta concepción, se puede observar la resiliencia no es un constructo o fenómeno aislado, requiere de otros para fortalecerse y manifestarse, por tanto, es considerada en muchos casos un modulador o una variable que no actúa directamente, tal como lo hace el bienestar en todas sus manifestaciones humanas o incluso el estrés académico.

3.2. Bienestar

Keyes (2002) proporciona un marco para medir el bienestar desde diversas perspectivas a la vez que lo hace en la salud mental, basado en los aspectos emocionales, psicológicos y sociales de la persona en su aspecto positivo y no necesariamente la ausencia de trastornos mentales o malestar, considerando el funcionamiento individual y social.

Su medición puede abordarse desde dos enfoques: el hedónico, se refiere a una vida placentera, y el eudaimónico, la realización del potencial personal y el sentido de la vida (Keyes, 2002). Dando tres dimensiones: bienestar emocional, que se refiere a la satisfacción con la vida, bienestar psicológico, que busca la autoaceptación y propósito en la vida, y el bienestar social, mostrando la integración y contribución social (Jaotombo, 2019; Yousefi Afrashteh & Janjani, 2023).

El estudio científico del constructo se origina en el paradigma biomédico de enfermedad que predominó hasta aproximadamente mediados del siglo XX (Engel, 1977). Según dicha perspectiva, el bienestar se asocia a la ausencia de malestar, por lo que la salud se concibe como un estado libre de padecimientos físicos o mentales (Saracci, 1997). A partir de la década de 1960, comienza a surgir interés por desarrollar un enfoque más psicológico,



Informe final de Proyecto de Investigación

siendo un hito importante el desarrollo de la primera escala para medir el bienestar (Bradburn, 1969).

Más adelante, Diener (1984), introduce el concepto de bienestar subjetivo, compuesto por las valoraciones afectivas y cognitivas que las personas hacen sobre su vida. Esta noción se acerca más a la tradición hedónica, al preocuparse por valorarlas en la recurrencia de emociones agradables dentro de la vida cotidiana. Sin embargo, fue un punto importante en el campo de estudio porque ofreció una definición delimitada, así como escalas de medición.

Posteriormente, Ryff (1989), impulso un paradigma alternativo fundamentado en la tradición eudaimónica y el movimiento humanista, cuestionando la limitación del enfoque de Diener. En cambio, su modelo de bienestar psicológico integra seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con los demás, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento. Cada elemento forma parte de un proceso de desarrollo normal y contribuye a un funcionamiento humano óptimo. Durante varios años, el enfoque de Diener y de Ryff se desarrollan en paralelo, y hasta más adelante que surgen propuestas integradoras.

En ese sentido, Keyes et al. (2002) proponen una reconciliación de ambas tradiciones en su el mencionado modelo integrador de tres dimensiones. La interacción entre cada una de ellas determina el grado de funcionamiento óptimo, de los cuales Keyes (2002), identificó tres niveles. La categoría de languideciente (*languishing*) representa un bajo nivel de bienestar general, y se caracteriza por una falta de propósito e interés en el día a día. Esto resulta en sentimientos de vacío, poca energía y menor implicación social o personal.

En contraste, la categoría de floreciente (*flourishing*) describe un funcionamiento óptimo, experimentándose emociones positivas recurrentes, sentido de propósito y relaciones interpersonales saludables. Por último, la categoría moderado, describe un estado intermedio, en donde no se cumplen criterios de florecimiento ni de languideciente. Esto implica que existen niveles mixtos de satisfacción y funcionamiento, representando un equilibrio en general.



Informe final de Proyecto de Investigación

Keyes (2002) también impulsó su modelo de doble continuo como nuevo paradigma de salud mental, al integrar tanto bienestar como malestar. Según el autor, es insuficiente entender ambas dimensiones como polos opuestos, ya que pueden coexistir en distintos grados. De este modo, una persona que carece de sintomatología psicológica no necesariamente implica que presenta salud mental completa, y viceversa. Así, la interacción o combinación de ambos genera distintos grados de funcionamiento, siendo el estado óptimo un alto nivel de bienestar y bajo de malestar psicológico. Esta concepción resultó útil para ampliar la investigación en el campo de la salud mental positiva, al ofrecer una fundamentación teórica integradora, así como propiciar el desarrollo de instrumentos psicométricos coherentes con el modelo.

A partir de esta visión integradora de Keyes, los avances metodológicos van desde estudios transversales hasta longitudinales con muestras de adultos y adolescentes. Los tamaños de las muestras incluyen pequeños grupos clínicos hasta estudios que involucran a miles de participantes. La escala MHC-SF, derivada de las propuestas de (Keyes et al., 2008), es un cuestionario de autoinforme en escala Likert, con la cual se han realizados análisis factoriales exploratorios y confirmatorios, con medidas de ajuste como CFI (índice de ajuste comparativo), RMSEA (error cuadrático medio de aproximación, Joshanloo et al., 2013; Lamers et al., 2011, 2012; Yeo & Suárez, 2022).

Estudios posteriores han evaluado a fondo la validez discriminante del MHC-SF para diferenciar diferentes perfiles de bienestar y su utilidad para identificar factores protectores contra el estrés y la depresión. Estos estudios han sido realizados en varios países y confirmado los hallazgos iniciales sobre la confiabilidad y validez del instrumento para evaluar el bienestar en diversas poblaciones (Joshanloo et al., 2013; Lamers et al., 2011, 2012; Lim, 2022; Machado & Bandeira, 2015).

Por ello, se presenta como una herramienta valiosa para evaluar el bienestar general con cualquier grupo poblacional, siendo un concepto clave en la psicología positiva, la salud mental y el bienestar general. La validación posterior del instrumento en diferentes contextos culturales, incluidos los países latinoamericanos, amplía su relevancia para la investigación



Informe final de Proyecto de Investigación

aplicada destinada a mejorar las intervenciones de salud mental en diferentes sociedades. Esto puede influir de forma positiva en el bienestar de la sociedad guatemalteca y de otros países latinoamericanos a través de estrategias basadas en evidencia para mejorar la salud mental.

3.3. Estrés académico

Se enmarca en una comprensión multidimensional del estrés, generalmente basada en la teoría transaccional del estrés y procesos cognitivos de Lazarus y Folkman (1984). El modelo sitúa el estrés, a nivel conceptual, entre las demandas ambientales evaluadas y los recursos percibidos por la persona para enfrentarlas que desarrollan estrategias para afrontar estas situaciones. En un contexto académico, el estrés se genera por las exigencias de rendimiento, las expectativas institucionales y las percepciones personales de la carga de trabajo.

Similar a la resiliencia, el término estrés se toma originalmente de la física, en donde alude a la fuerza o presión ejercida sobre un cuerpo por agentes externos. El concepto se incorporó inicialmente al campo de la medicina desde una perspectiva biológica del fenómeno, que describe una respuesta sistémica del organismo ante las demandas de su entorno (Szabo et al., 2012). Con el tiempo, el término se extendió a otras disciplinas, surgiendo interés en comprender los procesos mentales que median la experiencia de este fenómeno (Fink, 2009).

En esa línea, Lazarus (1966), aportó una perspectiva psicológica del estrés, al entenderlo como una respuesta mediada por la evaluación cognitiva del individuo, explicando en parte por qué las personas reaccionan de manera distinta a un mismo estímulo estresor. Más adelante, también se desarrolla la noción de afrontamiento (*coping*), que describe el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales utilizados para manejar situaciones internas o externas (Folkman & Lazarus, 1988; R. Lazarus & Launier, 1978)

Con ello, se tiene un nuevo campo de acción y por tanto se requieren instrumentos adecuados a fin de medir por una parte el estrés que percibe la persona y por otro lado las



Informe final de Proyecto de Investigación

estratégicas o tipos de afrontamiento que desembocarán las acciones de la persona. Por tanto, se estudió por algún tiempo, el que aspectos tan generales de la persona como una actitud (positiva o negativa), tiene un impacto en la percepción del estrés y la forma de afrontarlo (Scheier & Weintraub, 1986).

Si bien, se puede llegar a considerar que tener bajos niveles de estrés o incluso altos de resiliencia o bienestar, significan que las estrategias o modos de afrontar serán adaptativos, Carver et al. (1989), mencionan que al parecer existe una estructura jerárquica que podría dar a lugar un modelo de afrontamiento, pudiendo determinar qué aspectos son adaptativos y cuales no, algo que Tobin et al. (1989), operacionalizaron dando lugar a un inventario de estrategias de afrontamiento y un modelo empírico que se continua estudiando.

Por otro lado, los aspectos cognitivos se convirtieron en la clave para la consolidación del estudio del estrés, impulsaron el desarrollo de instrumentos psicométricos autoaplicados. En esa línea, Cohen et al. (1983), desarrollaron la *Perceived Stress Scale* (PSS), una de las escalas más utilizadas para medir el estrés percibido en poblaciones generales. La escala se centra en la valoración que la persona hace sobre sus propias situaciones de vida, así como los recursos que considera tener para afrontarlas.

Esto se relaciona a la presión o demanda académica siendo un estresor. Los estudios sobre la presión académica muestran que está se asocia con ansiedad, depresión, problemas de sueño y una reducción en el bienestar general de los estudiantes universitarios (Bedewy & Gabriel, 2015; Dewi et al., 2022; Diah et al., 2024; Kahn et al., 2023; Olagoke Salami et al., 2021; Park et al., 2022). Por tanto, sus efectos no solo abarcan aspectos académicos de un estudiante, sino también, su vida en general, siendo los estándares académicos o similares en fuentes o catalizadores de malestar psicológico.

Para abordar el estrés académico, se propone desde la percepción de la persona, propuesto por Bedewy y Gabriel (2015), que aplicaron la PAS (*Perception of Academic Stress Scale*) a más de 500 estudiantes universitarios para investigar los factores que predicen el estrés académico, con ello mencionan que los factores destacados son tres: expectativas académicas, la carga de trabajo y la autoevaluación del rendimiento académico. En América



Informe final de Proyecto de Investigación

Latina y otras regiones, han demostrado que, además, los altos niveles de estrés académico estaban asociados con la presión institucional (Albarracín Rodríguez & Montoya Arenas, 2016; Diah et al., 2024; Olagoke Salami et al., 2021; Park et al., 2022).

Metodológicamente, las investigaciones sobre el estrés académico, incluido el PAS, suelen utilizar escalas Likert de 5 puntos y análisis factorial para evaluar las dimensiones del estrés. Algunos estudios (Hesketh et al., 2010; Sirois, 2023), han examinado el impacto del estrés académico en la calidad del sueño de los estudiantes universitarios, subrayando el papel mediador de la procrastinación. Por su parte, Karaman & Watson (2017) comparó el estrés académico y la motivación entre estudiantes, destacando las diferencias culturales en las percepciones del estrés.

Así también, se han examinado el factor protector de la regulación emocional y las comparaciones sociales en la relación entre el estrés académico y el bienestar. Especialmente durante la pandemia de COVID-19, el aumento de la carga de trabajo ha tenido un impacto significativo en la salud mental de los estudiantes (Clabaugh et al., 2021; Dong et al., 2020). Por ello, se vuelve crucial examinar como estos estudiantes desarrollan actualmente sus actividades con personas, siendo en muchos casos la parte final de su formación académica.

3.4. Calidad de vida profesional

El análisis de la calidad de vida en el ámbito profesional es crucial, debido a que en contextos de salud esto con lleva una alta demanda emocional, sumado a altos niveles de estrés (Karasek & Theorell, 1990; Maslach & Jackson, 1981). Aunque parte claramente de un estudio clásico de salud ya descrito en secciones anteriores, actualmente contempla una visión integral de la persona en el ámbito laboral, considerando elementos de equilibrio entre vida personal y profesional, realización vocacional e incluso su bienestar (Sirgy et al., 2001).

El constructo de calidad de vida profesional es en realidad multidimensional, refleja el estado emocional, cognitivo y la capacidad de socialización del sujeto que surge, en este caso, dentro de la atención y ayuda al otro. Actualmente se tiene la conceptualización de Stamm (2010), integrando tres dimensiones: satisfacción por compasión (efectos positivos



Informe final de Proyecto de Investigación

del cuidado o atención a otro), *burnout* (agotamiento acumulado debido a demandas excesivas) y el estrés traumático secundario (consecuencias por exposición directa al sufrimiento).

Este modelo surge a partir de Figley (1996, 2002), quien estudió en personal de la salud que trabaja con pacientes con enfermedades crónicas, pueden presentar malestar psicológico, proponiendo un modelo multifactorial de lo que denominó fatiga por compasión, y enfatiza en el costo emocional del labor de salud.

En consecuencia Maslach & Jackson (1981) y Maslach et al. (2001), proponen por calidad de vida profesional, como un balance entre el placer de ejercer una profesión y el desgaste que representa, por tanto, la resiliencia y las estrategias de afrontamiento adaptativas, son moduladores para la satisfacción por compasión, traumatización secundaria e incluso *burnout*. Posteriormente Cieslak et al. (2014), evidencian una relación significativa de *burnout* y estrés traumático secundario (STS por sus siglas en ingles), e incluso una superposición entre ambas, sin embargo, el fenómeno es claro tiene implicaciones emocionales y cognitivas que se generan en el labor de los salubristas. En consideración a ello se opta por un instrumento ligado a esta concepción.

La prueba psicométrica ProQOL en su quinta edición, desarrollada por Stamm (2010), evalúa tres dimensiones interrelacionadas: satisfacción por compasión, *burnout* y estrés traumático secundario, tal como el modelo propone. El instrumento ha sido ampliamente validado en contextos multiculturales y ha demostrado su aplicabilidad en América Latina, Europa y Asia, lo que lo convierte en un referente para medir el impacto psicológico en los trabajadores que atienden a poblaciones vulnerables (Buselli et al., 2020; Dong et al., 2020; Galiana et al., 2020; Heritage et al., 2018; Hotchkiss & Wong, 2024a; Lenz et al., 2024; McLaren et al., 2024; Monroe et al., 2020).

El concepto de satisfacción-compasión, hace referencia a la satisfacción personal que sienten los profesionales cuando perciben que su trabajo contribuye positivamente a la vida de los demás. Este aspecto es crucial porque el bienestar de los profesionales está vinculado a su capacidad para ayudar a sus pacientes o usuarios a generar cambios significativos, es



Informe final de Proyecto de Investigación

decir el hecho de ejercer una profesión tiene ciertas recompensas afectivas y cognitivas. Estudios en España y Brasil han demostrado la eficacia de ProQOL en el contexto de personal que brinda cuidados paliativos, mostrando que unos niveles más elevados de satisfacción y compasión se asocian positivamente con el compromiso del paciente al tratamiento y la resiliencia de los proveedores de atención sanitaria (Galiana et al., 2017; Hotchkiss & Wong, 2022).

Por otra parte, el *burnout* es un estado de cansancio emocional, aislamiento y reducción del rendimiento personal. Es un problema grave para los profesionales de la salud, educadores y trabajadores sociales, por nombrar algunos, que sufren un estrés emocional severo debido a su exposición constante a situaciones estresantes relatadas o vividas. Numerosos estudios han demostrado que el burnout está asociado con el estrés crónico en el lugar de trabajo, así como con condiciones organizacionales negativas en general (Lan et al., 2020; Lin & Huang, 2013; Lloyd et al., 2002; Maslach et al., 2001; Yates, 2020). De hecho, las medidas organizativas que promueven un ambiente de trabajo más saludable son consideradas, en la literatura sobre estrés laboral, como una de las principales estrategias para combatir esta problemática (Hotchkiss & Wong, 2022; Rothenberger, 2017).

La tercera dimensión, es el estrés traumático secundario (TEPT). Se dice que es cuando los profesionales experimentan emociones negativas cuando presencian indirectamente eventos traumáticos en la vida de sus pacientes o clientes. Este suele ser el caso del personal psiquiátrico, los médicos de urgencias y los asistentes. Las investigaciones internacionales también muestran que el estrés traumático secundario, similar al trastorno de estrés postraumático, puede tener graves consecuencias profesionales y personales (Kessler et al., 2017; Pacella et al., 2013; Wampold et al., 2010). Estudios recientes en América Latina se han centrado en este tema y la importancia de la atención en casos de violencia, indicando que estos trabajadores requieren apoyo psicosocial continuo para el monitoreo y prevención de síntomas relacionados (Bachelot Aceros et al., 2023; Cicognani et al., 2009; Hotchkiss & Wong, 2024b; Mendoza Mojica et al., 2013; Torres Salazar et al., 2021)



Informe final de Proyecto de Investigación

La validación y aplicación del ProQOL en diferentes culturas ha sido probablemente uno de los aspectos más estudiados en los últimos años. Además, los reactivos se adaptaron para examinar las relaciones entre las tres dimensiones del instrumento y otros constructos como la resiliencia, el apoyo social y el clima organizacional (Fu et al., 2018; Hegney et al., 2015; Hiles et al., 2015). Ampliando este enfoque, un estudio realizado en Japón lo adaptó para las enfermeras y encontró que su nivel de satisfacción con la compasión estaba directamente relacionado con el apoyo de colegas y supervisores, resaltando la importancia del entorno laboral para el bienestar emocional de los profesionales (Fukumori et al., 2018).

Así también, la estructura factorial que identifica a las tres dimensiones, presentan una buena consistencia interna. A pesar de ello, aún se debate teóricamente unas de sus dimensiones, algunos estudios sugieren que el constructo de estrés traumático secundario puede solaparse con otras formas de estrés laboral, lo que ha llevado a debates sobre su validez discriminante en ciertos contextos (Hemsworth et al., 2018; Hotchkiss & Wong, 2022).

Es importante destacar que la aplicabilidad de los conocimientos derivados de estudios sobre la ProQOL tiene un impacto directo cuando se implementan mejoras en las condiciones laborales y búsqueda de la mejora en aspectos relacionados a la salud mental de profesionales de la salud o similares. Por ello, la identificación de factores protectores, como el apoyo social y las intervenciones organizacionales, puede traducirse en políticas públicas que promuevan el bienestar en entornos de trabajo altamente demandantes. Esto, a su vez, tiene un efecto positivo en los servicios brindados a la sociedad, particularmente en sectores vulnerables donde el bienestar de los profesionales es clave para la calidad de la atención (Rania et al., 2023).

4. Planteamiento del problema

Actualmente existe un vacío de conocimiento sobre la salud mental de universitarios de disciplinas de la salud (como medicina, psicología, trabajo social, nutrición y enfermería) que deben realizar atención directa con persona durante su proceso de formación. Si bien se



Informe final de Proyecto de Investigación

han realizado estudios sobre el estrés y la ansiedad académica entre esta población, aún son limitadas las investigaciones en profundidad que exploran la interacción de constructos como la resiliencia, la depresión y la calidad de vida profesional, (González-Aguilar et al., 2022, 2023; Hou et al., 2022; Maddock, 2024; Tran et al., 2022).

Durante la pandemia, se realizaron cambios rotundos sobre la enseñanza de forma presencial a virtual en estudiantes de los primeros años de la universidad, afectando la forma en que se enseña y aprende a través de la práctica, además que también hubo una disminución en su bienestar y por ende la salud mental (Tran et al., 2022). Este fenómeno afectó la interacción social, lo que se reflejó en un incremento en la aparición de indicadores de ansiedad, depresión y estrés, especialmente entre los estudiantes en ciencias de la salud (Pereira et al., 2021; Tran et al., 2022). Esto concuerda con estudios preliminares en el país en un aumento en los niveles de depresión y ansiedad entre estudiantes universitarios, vinculado a los cambios en la enseñanza y la creciente presión académica durante la pandemia (González-Aguilar et al., 2022, 2023; Palencia, 2023).

Este fenómeno también ha sido observado en estudios realizados en otros países de América Latina, como México y Brasil, donde los estudiantes han experimentado un marcado deterioro en su salud mental como consecuencia de la prolongada virtualidad y la incertidumbre sobre su futuro académico (Castro et al., 2021; Pedraza et al., 2023; Pereira et al., 2021; Santos et al., 2024).

El retorno a la presencialidad ha presentado nuevos desafíos para los estudiantes, quienes deben readaptarse a la interacción directa con personas, lo que podría estar relacionado a un aumento en síntomas de estrés debido a la presión emocional (Son et al., 2020).

A pesar de estos estudios, se desconoce cómo la readaptación a la presencialidad ha influido en su calidad de vida profesional y su resiliencia, dejando una brecha en el conocimiento sobre los efectos en los últimos años de esta transición en estudiantes de ciencias de la salud y trabajo social (Querido et al., 2021; Zarowski et al., 2024).



Informe final de Proyecto de Investigación

La formación en ciencias de la salud y trabajo social expone a los estudiantes a situaciones de alto estrés emocional que, si no se gestionan adecuadamente, pueden afectar su salud mental, desempeño académico y calidad en la atención brindada (Pereira et al., 2021). A cinco años de la pandemia por COVID-19, persisten efectos psicológicos que no han sido completamente identificados ni atendidos. Por ello, es fundamental analizar cómo se manifiestan estos factores y desarrollar estrategias específicas que fomenten el bienestar de los estudiantes y optimicen su desempeño en el ámbito profesional.

Para esto se propuso como pregunta general ¿Cómo es la Resiliencia, Bienestar, Estrés Académico y Calidad de Vida Profesional en estudiantes de medicina, psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas profesionales de la USAC de Guatemala? Ello en función de analizar los indicadores de salud mental en estudiantes del ámbito de la salud que trabajan directamente con personas que padecen alguna enfermedad, padecimiento o simplemente requieren de algún tipo de orientación.

Y específicamente ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en los estudiantes? ¿Cómo son las categorías de Bienestar en los estudiantes? ¿Cuál es el Estrés Académico de los estudiantes? ¿Cuál es el nivel de Calidad de Vida Profesional de los estudiantes?

5. Objetivos

5.1. General

Caracterizar la Resiliencia, Bienestar, Estrés Académico y Calidad de Vida Profesional en estudiantes de medicina, psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC

5.2. Específicos

- A. Indicar los niveles de resiliencia en estudiantes de medicina, psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC.



Informe final de Proyecto de Investigación

- B. Determinar las categorías de Bienestar en los estudiantes que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC.
- C. Describir Estrés Académico de los estudiantes que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC.
- D. Establecer el nivel de Calidad de Vida Profesional de los estudiantes que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC.

6. Hipótesis (si aplica)

Dado que se trata de una investigación descriptiva y transversal, no se planteó una hipótesis estadística. Sin embargo, se propuso la siguiente hipótesis de trabajo: Los estudiantes de medicina, psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social que realizan prácticas en centros de la USAC presentan niveles moderados de resiliencia, bienestar y calidad de vida profesional, junto con niveles medios de estrés académico.

7. Método

Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal, descriptiva. A través de un muestreo por disponibilidad. Los datos se recolectaron a través de un cuestionario integrado el cual contenía las pruebas psicométricas de cada variable, un cuestionario sociodemográfico y el consentimiento informado.

7.1. Tipo de investigación.

La investigación siguió un enfoque de investigación aplicada según el Manual de Frascati 2015 (OECD, 2015). Su objetivo fue generar conocimientos sobre resiliencia, bienestar, estrés académico y calidad de vida profesional en estudiantes de prácticas, aplicando los resultados para desarrollar un programa de intervención que mejore su calidad de vida. Además, los hallazgos podrían fundamentar programas de desarrollo y nuevas o existentes políticas públicas, que implementarán acciones para la prosperidad de la salud mental de alumnos e indirectamente a las comunidades en las que brindarán atención.



Informe final de Proyecto de Investigación

7.2. Enfoque y alcance de la investigación.

Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal y descriptiva.

7.3. Diseño de la investigación.

El diseño que se empleó fue no experimental transversal descriptivo. Ya que solamente se buscó caracterizar las variables psicológicas en la población.

7.4. Población, muestra y muestreo.

La población objetivo de este estudio incluyó estudiantes de las carreras de medicina, psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social de la USAC, en edades comprendidas entre 18 y 50 años, en quienes estaban matriculados y adscritos a centros de prácticas, ejercicio profesional o técnico supervisado dentro del departamento de Guatemala entre febrero a octubre del 2025. El marco muestral fue obtenido por medio de reportes dados por el Departamento de Registro y Estadística.

Inicialmente se planteó realizar un muestreo de tipo aleatorio estratificado, donde cada unidad académica se trataría como un estrato separado y se aplicarían fórmulas de estimación del tamaño de la muestra para alcanzar la representatividad utilizando el software InfoStat para evitar sesgos. Sin embargo, las condiciones necesarias para obtener las autorizaciones pertinentes para acceder a la información de los estudiantes en cada unidad académica y realizar el procedimiento inicial de cálculo de muestra se dificultó, hacer las gestiones iniciales implicaba el compromiso de aplicar instrumentos en la población disponible.

Esto generó que el muestreo fuera no aleatorio por conveniencia, basado en la disponibilidad de la población a contestar el cuestionario unificado en espacios previamente gestionados en horario de clase por salón, durante aproximadamente 20 minutos como máximo, u optando a utilizar afiches informativos ubicados estratégicamente que contenían acceso por medio de QR.



Informe final de Proyecto de Investigación

El cuestionario unificado fue alojado en el sitio web Alchemer.com para facilitar que los estudiantes pudieran acceder en dispositivos individuales o proporcionados por el equipo, este cuestionario tenía una duración de entre 8 y 15 minutos y contuvo las escalas estandarizadas para medir las variables del estudio. El mismo cuestionario también se puso a disposición de los estudiantes con discapacidad y el formulario de consentimiento digital garantizó estándares estrictos de confidencialidad y anonimato.

Los datos actualmente se almacenan virtualmente, protegidos por contraseñas, y serán guardados por un periodo de dos años bajo la custodia de la Unidad Profesional de Investigación (UIP) y la Dirección General de Investigación (DIGI) ambas de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Los criterios de inclusión se basaron en que los estudiantes estuvieran dentro del rango de edad indicado, matriculados en las unidades académicas mencionadas, que participaran voluntariamente y completaran todos los ítems del cuestionario. Se excluyeron aquellos que no cumplieran con estos requisitos o proporcionaran respuestas incoherentes o fuera de rango.

7.5. Técnicas.

La recolección de datos se llevó a cabo por medio de un cuestionario compuesto por los siguientes apartados: consentimiento informado, escalas estandarizadas para evaluar las variables, Resiliencia, Bienestar, Estrés Académico y Calidad de Vida Profesional, y un cuestionario sociodemográfico para recopilar datos personales y académicos.

La administración del cuestionario se realizó principalmente a través de la plataforma Alchemer.com, facilitada por la Escuela de Ciencias Psicológicas (ECPs) de la USAC de febrero a septiembre; sin embargo, a partir de octubre se utilizó la plataforma SoSci debido a complicaciones relacionadas con la licencia de la plataforma anterior.

Este cuestionario en la plataforma permitió que el evaluado pudiera indicar si comprendía el estudio, si tenía dudas y medios de obtener más información y finalmente si



Informe final de Proyecto de Investigación

definitivamente no quería participar. Posterior al consentimiento informado existió un campo dedicado a que se pueda ingresar una rubrica de firma por medio de un dispositivo táctil o el uso de la pantalla de un *Smartphone*. Para asegurar el máximo posible de respuestas la plataforma permite guardar las respuestas incompletas al usuario por un tiempo suficiente para continuar llenando el cuestionario en más de una sesión. Finalmente, también facilito el que el estudiante indicará si deseaba obtener sus resultados y el correo electrónico al cual enviarlos.

Además, como complemento, se utilizaron herramientas cualitativas como diario de campo y guía de observación para almacenar detalles relacionados a mejoras estratégicas para la recolección de datos.

Las técnicas de análisis fueron cálculo de estadísticos descriptivos, relacionados a tendencia central y normalidad, pruebas de confiabilidad y análisis de cargas factoriales a fin de compararlo con los estándares establecidos a cada escala aplicada. También inspección visual por medio de gráficos y tablas cruzadas a fin de tener una caracterización de la muestra, sus variables sociodemográficas y resultados en las escalas psicométricas.

Informe final de Proyecto de Investigación

7.6. Resumen de las variables o unidades de análisis.

Tabla 1

Objetivos, variable, instrumentos y unidad de medida o cualificación utilizada en la investigación

| Objetivo específico | Variable | Instrumentos | Unidad de medida o cualificación |
|---|--|---|--|
| 1. Indicar los niveles de resiliencia en estudiantes de medicina, psicología, enfermería, veterinaria, odontología, nutrición y trabajo social que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC. | Resiliencia | Escala de Connor-Davidson (CD-RISC-10) | El CD-RISC-10 es un instrumento de auto-reporte que mide la resiliencia a través de 10 ítems. Cada ítem se califica en una escala Likert de 0 (nunca) a 4 (casi siempre). Se suman las puntuaciones para obtener un puntaje total, que varía entre 0 y 40. Un puntaje más alto indica mayor resiliencia. La variable se cuantifica a través del puntaje total. |
| 2. Determinar las categorías de Bienestar en los estudiantes que desarrollan trabajo con | Bienestar el cual tiene las siguientes dimensiones: Bienestar | Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) | El MHC-SF mide tres dimensiones del bienestar: emocional, psicológico y social. Está compuesto por 14 ítems que se califican en una escala Likert de 0 (nunca) a 5 (siempre). Se obtienen puntuaciones para cada dimensión, así como una |

Informe final de Proyecto de Investigación

| Objetivo específico | Variable | Instrumentos | Unidad de medida o cualificación |
|---|--|---|--|
| personas en centros de prácticas de la USAC. | psicológico, emocional y social. | | puntuación total para determinar el estado de salud mental de los participantes, clasificando en tres categorías: "Florecente", "Moderado", o "Languideciente". |
| 3. Describir Estrés Académico de los estudiantes que desarrollan trabajo con personas en centros de prácticas de la USAC. | Estrés académico, que contiene las dimensiones: el estrés por la presión académica y el estrés por la autoexigencia. | Escala de Percepción de Estrés Académico (PAS), | Cada ítem se califica en una escala Likert de 1 (nada) a 5 (mucho). Se obtiene una puntuación total que indica el nivel de estrés académico percibido. Una puntuación más alta refleja mayor estrés académico percibido. |
| 4. Establecer el nivel de Calidad de Vida Profesional de los estudiantes que desarrollan trabajo con personas en | Calidad de vida profesional mide compuesto por las dimensiones: Compasión por la satisfacción, Fatiga | Calidad de Vida Profesional (ProQOL) | El ProQOL es una escala de 30 ítems. Cada ítem se califica en una escala Likert de 1 (nunca) a 5 (muy frecuentemente). Se obtiene una puntuación para cada dimensión, lo que permite identificar el nivel de bienestar y estrés laboral del participante. Un puntaje alto en satisfacción refleja un mayor |



Informe final de Proyecto de Investigación

| Objetivo específico | Variable | Instrumentos | Unidad de medida o cualificación |
|----------------------------------|--------------------------|--------------|--|
| centros de prácticas de la USAC. | por compasión y Burnout. | | bienestar profesional, mientras que puntajes altos en fatiga por compasión o burnout indican niveles elevados de desgaste emocional. |



Informe final de Proyecto de Investigación

7.7. Procesamiento y análisis de la información.

Posterior de la recolección de datos, se revisaron y depuraron los cuestionarios, eliminando aquellos que estén incompletos o contengan respuestas identificadas como aleatorias. Se imputaron los valores faltantes siempre que no superen el 5% del total de los datos.

Además, se creó un libro de códigos exclusivo para el coordinador, donde se identificaron todas las escalas y cuestionarios utilizados en el estudio. Posteriormente, se depurarán los datos de cada escala. Además, se emplearon herramientas de Office 365 para calcular las sumatorias de cada una.

Las herramientas de análisis de información fueron el programa libre Jamovi y R Studio en un sistema operativo Windows. Se calcularon las medidas de tendencia central, dispersión y de distribución acumulada, de cada una de las escalas correspondientes a los objetivos específicos. Las variables sociodemográficas y académicas se muestran en frecuencia y porcentajes dentro de Tablas.

Asimismo, se llevó a cabo una evaluación de la consistencia interna de cada escala a partir del coeficiente alfa de Cronbach y el análisis factorial confirmatorio. También se ejecutaron pruebas de normalidad a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov con ajuste de Lilliefors. La transformación de las variables se realizó como indican los manuales de cada instrumento. Por último, se realizaron tabulaciones cruzadas para poder relacionar los datos sociodemográficos con las clasificaciones de cada una de las variables.

8. Aspectos éticos y legales

Durante la recolección de datos, el equipo de investigación visitó las aulas según la modalidad presencial o en línea, en donde se le compartió un enlace para que accediera al cuestionario integrado en algún dispositivo electrónico. Se dejó en claro que el estudio es voluntario y se les explico a los estudiantes participantes los riesgos y beneficios que pudieron derivarse. También, en la manera de lo posible se dejaron afiches con el código QR del enlace en las unidades académicas para aumentar la captación de los participantes.



Informe final de Proyecto de Investigación

Se proporcionaron herramientas para el estudiante que no tenga acceso a internet o dispositivos para completar la solicitud durante los pasos de aula. El cuestionario estuvo alojado a través del sitio web Alchemer.com, en donde, se codificaron automáticamente las respuestas con un identificador único asignado, evitando así duplicados.

Además, se reemplazó la información personal de los encuestados, como la dirección de correo electrónico, la hora y la firma, para mantener los datos anónimos y confidenciales de los encuestados. Esto automatizó aún más el proceso al enviar respuestas al formulario de consentimiento de forma remota. Además, se excluyeron las respuestas que no cumplan con los criterios de inclusión y exclusión. Esto garantizó que las respuestas solo se revisen y reporten individualmente cuando los estudiantes que completaron la encuesta.

Los procedimientos se adaptaron a las necesidades específicas de cada grupo, asegurando materiales accesibles y tiempo de participación suficiente para evitar la fatiga. Las personas con discapacidad se beneficiaron de un entorno adaptado y apoyo adicional cuando fue necesario. Se prestó especial atención a las mujeres en etapa posparto en cuanto a su bienestar físico y emocional, con opciones de participación flexibles. Del mismo modo, las personas que padecen problemas de salud mental recibieron atención especial, evaluación informada y apoyo continuo.

En el instrumento electrónico sólo se tiene en cuenta el registro académico del estudiante y su firma, en este caso tocando la pantalla o utilizando el ratón. En el tratamiento de datos se garantizó la mayor seguridad posible; teniendo en cuenta que la información y la confidencialidad debe ser prioridad, se utilizaron códigos de identificación por cada cuestionario respondido.

El consentimiento informado utilizado se fundamenta en lo propuesto por Cozby (2005), sobre los principios éticos: autonomía, bienestar, no maleficencia y justicia. El contenido del formulario incluyó los objetivos del estudio, el tiempo que el participante puede permanecer en el estudio, los medios involucrados, el derecho a retirarse del estudio, riesgos y beneficios asociados con el estudio y cualquier otro factor que pueda influir en la decisión de participar.



Informe final de Proyecto de Investigación

Además, se informó a los estudiantes de sus derechos y que pueden retirarse en cualquier momento sin penalización. Los procesos de seguimiento que se establezcan buscan garantizar el bienestar de los participantes, por medio de canales de comunicación y recursos externos. En los casos donde hubo descompensación de la persona se aplicaron lo dicho por el manual de primeros auxilios psicológicos.

Al momento de que se entregaron los resultados de las pruebas psicológicas se proporcionó información sobre los centros de práctica y los servicios de la ECPs, para que los participantes interesados puedan solicitar atención si lo consideran necesario. Los resultados individuales se entregaron en un plazo de 30 días hábiles posteriores al llenado de las escalas por parte de los estudiantes.

Cada cuestionario fue convertido a formatos PDF y CSV, y almacenado en un disco duro externo protegido por una contraseña personal e intransferible, a la que solo tendrá acceso el coordinador de la investigación. Al finalizar la investigación, los datos serán conservados institucionalmente por un periodo de dos años, bajo la supervisión de la UIP de ECPs y DIGI. Posteriormente, toda la información deberá ser eliminada de cualquier soporte físico o digital.

Se adjunta imagen del aval en el espacio de apéndice (A1), obtenido por parte del Comité de Bioética en Investigación en Salud de la Universidad de San Carlos de Guatemala



Informe final de Proyecto de Investigación

9. Resultados y discusión

9.1. Caracterización de la población.

Se recibieron un total de 995 respuestas al cuestionario. De ellas, 566 fueron respuestas completas y 429 se registraron como parciales. La tasa general de finalización fue del 56.90 %, lo que indica que aproximadamente dos tercios de los participantes completaron el cuestionario completo. Esta cifra representa una tasa relativamente alta de retención y capacidad de respuesta por parte de los encuestados.

De los 995 participantes, 982 (98.70 %), confirmaron haber leído y reconocido la información presentada y aceptaron participar en el estudio. Esta alta cifra demuestra un acuerdo casi unánime por parte de los participantes, lo que puede interpretarse como una comunicación fluida y eficiente durante todo el proceso de invitación al estudio.

Sin embargo, solo 9 personas (0.90 %), indicaron que no participarían, lo que representa una proporción relativamente pequeña del total. Un número tan bajo de rechazos indica que la investigación se presentó adecuadamente y que los participantes estaban suficientemente informados y motivados para participar.

La muestra final estuvo compuesta por 573 participantes. La edad media de los encuestados fue de 25.09 años y la mediana de 23, por lo que existió una ligera asimetría hacia valores superiores. La desviación típica de 6.875 indicó una variabilidad moderada en torno a la media. En cuanto sexo se determina que 325 son mujeres, 185 hombres y 63 sin responder

Los extremos de los valores observados indican que la edad mínima fue de 18 años y la máxima de 40, lo que implica que, a pesar del predominio de adultos jóvenes, persiste la heterogeneidad en el rango de edades de la muestra. El resto de los datos personales los encuentra en la Tabla 2.



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 2

Distribución de participantes según datos personales

| Categorías | <i>f</i> | % |
|--------------------------------|----------|-------|
| <i>Religión</i> | | |
| Catolicismo | 280 | 48 |
| Protestantismo o Evangélica | 107 | 18 |
| Cristianismo (no católico) | 100 | 17 |
| Ninguna | 74 | 13 |
| Mormona | 10 | 2 |
| Otra | 10 | 2 |
| <i>Grupo étnico</i> | | |
| Ladino | 361 | 62.13 |
| Mestizo | 136 | 23.41 |
| Maya | 83 | 14.29 |
| Xinca | 1 | 0.17 |
| <i>Situación laboral</i> | | |
| Estudiante únicamente | 382 | 65.75 |
| Empleado(a) a tiempo parcial | 65 | 11.19 |
| Empleado/a a tiempo completo | 56 | 9.64 |
| Trabajador/a por cuenta propia | 32 | 5.51 |
| Desempleado/a | 17 | 2.93 |
| Contrato temporal | 11 | 1.89 |
| Tengo un emprendimiento | 11 | 1.89 |
| Otra | 6 | 1.03 |
| Sin responder | 1 | 0.17 |
| <i>Situación civil</i> | | |
| Soltera(o) | 359 | 61.79 |
| Noviazgo / compromiso | 156 | 26.85 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 2

Distribución de participantes según datos personales

| Categorías | <i>f</i> | % |
|---------------------|----------|-------|
| Casada(o) | 39 | 6.71 |
| Unida(o) | 15 | 2.58 |
| Separada(o) | 6 | 1.03 |
| Divorciada(o) | 3 | 0.52 |
| Otro | 2 | 0.34 |
| Viuda(o) | 1 | 0.17 |
| Tiene hijos | | |
| No | 513 | 88.30 |
| Sí | 68 | 11.70 |
| Nacionalidad | | |
| Guatemalteca | 576 | 99.14 |
| Nicaragüense | 2 | 0.34 |
| Beliceña | 1 | 0.17 |
| Hondureña | 1 | 0.17 |
| Otra | 1 | 0.17 |
| Lugar de nacimiento | | |
| Guatemala | 443 | 76.25 |
| Chimaltenango | 34 | 5.85 |
| Sacatepéquez | 30 | 5.16 |
| Quiché | 10 | 1.72 |
| San Marcos | 9 | 1.55 |
| Suchitepéquez | 7 | 1.20 |
| Baja Verapaz | 6 | 1.03 |
| Jutiapa | 6 | 1.03 |
| Escuintla | 5 | 0.86 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 2

Distribución de participantes según datos personales

| Categorías | <i>f</i> | % |
|---------------------|----------|-------|
| Otra -Escríbala- | 5 | 0.86 |
| Petén | 4 | 0.69 |
| Santa Rosa | 4 | 0.69 |
| Huehuetenango | 3 | 0.52 |
| Izabal | 3 | 0.52 |
| Sololá | 3 | 0.52 |
| Totonicapán | 3 | 0.52 |
| Chiquimula | 2 | 0.34 |
| Alta Verapaz | 1 | 0.17 |
| Quetzaltenango | 1 | 0.17 |
| Retalhuleu | 1 | 0.17 |
| Zacapa | 1 | 0.17 |
| Tipo de residencia | | |
| Propia | 399 | 68.67 |
| Alquilada o rentada | 132 | 22.72 |
| Huéspedes | 14 | 2.41 |
| Otra | 12 | 2.07 |
| Sin responder | 24 | 4.13 |

En cuanto a los datos académicos se pueden observar en la Tabla 3.



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 3

Distribución de participantes según datos académicos

| Categorías | <i>f</i> | % |
|--|----------|-------|
| Unidad Académica | | |
| Enfermería | 214 | 36.83 |
| Ciencias Psicológicas | 146 | 25.13 |
| Trabajo Social | 112 | 19.28 |
| Odontología | 47 | 8.09 |
| Ciencias Químicas y Farmacia | 40 | 6.88 |
| Ciencias Médicas | 21 | 3.61 |
| Medicina Veterinaria y Zootecnia | 1 | 0.17 |
| Nivel educativo cursado | | |
| Licenciatura o ingeniería (Grado) | 367 | 63.17 |
| Carrera técnica o profesorado (Pregrado) | 212 | 36.49 |
| Postgrado (especialización, maestría, doctorado) | 2 | 0.34 |
| Lugar donde realiza la práctica | | |
| Hospital San Juan de Dios | 100 | 17.21 |
| Centros de práctica del Centro Universitario Metropolitano (CUM) | 83 | 14.29 |
| Otro | 72 | 12.39 |
| Organización no gubernamental | 70 | 12.05 |
| Entidades gubernamentales y de asistencia social | 60 | 10.33 |
| Hospital Roosevelt | 42 | 7.23 |
| Clínicas del campus central | 39 | 6.71 |
| Dependencias municipales de atención ciudadana | 37 | 6.37 |
| Centro de Salud | 33 | 5.68 |
| Instituto Guatemalteco de Seguridad Social | 26 | 4.48 |
| Centro de servicio social religioso | 13 | 2.24 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 3

Distribución de participantes según datos académicos

| Categorías | <i>f</i> | % |
|---|----------|-------|
| INCAN | 6 | 1.03 |
| Año | | |
| Cuarto | 130 | 22.40 |
| Tercero | 129 | 22.20 |
| Quinto | 114 | 19.60 |
| Segundo | 79 | 13.60 |
| Sexto | 67 | 11.50 |
| Primero | 24 | 4.10 |
| Otro | 17 | 2.90 |
| Sin responder | 21 | 3.60 |
| Horario de práctica | | |
| Turno matutino | 349 | 60.07 |
| Turno vespertino | 97 | 16.70 |
| Otro | 72 | 12.39 |
| Turno nocturno | 26 | 4.48 |
| Rotativo | 17 | 2.93 |
| Sin responder | 20 | 3.44 |
| Tipo de organización donde se realiza la práctica | | |
| Hospital público | 202 | 34.77 |
| Centro de salud | 87 | 14.97 |
| Otros | 49 | 8.4 |
| Institución educativa | 45 | 7.75 |
| Clínicas universitarias | 45 | 7.75 |
| Consultorio particular | 39 | 6.71 |
| Sector público (gubernamental) | 31 | 5.34 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 3

Distribución de participantes según datos académicos

| Categorías | <i>f</i> | % |
|-------------------------------------|----------|------|
| Institución religiosa | 30 | 5.16 |
| Entidad municipal | 19 | 3.27 |
| Organización no gubernamental (ONG) | 19 | 3.27 |
| Hospital privado | 15 | 2.58 |

La salud mental trasciende el ámbito terapéutico profesional y se manifiesta también en comportamientos cotidianos, como el sueño, la alimentación saludable y el uso de medicamentos para mantener el rendimiento o para dormir. Mediante la evaluación de los factores de salud general de los participantes, que se encuentran en la Tabla 4, surgen tendencias que permiten descifrar cómo se esfuerzan por equilibrar la salud psicológica y las exigencias académicas.

Los hallazgos indican una coexistencia entre el interés en recibir atención psicológica y las prácticas poco saludables. Esta contradicción puede atribuirse a la conocida brecha existente en la psicología de la salud, es decir, la brecha existente para lograr el comportamiento deseado relacionado con la salud.

Las percepciones tanto del sueño como de la nutrición tienden a situarse en un rango medio y, pueden indicar malestar subclínico. Este tipo de problema no se presenta necesariamente durante las consultas en la primera línea de salud, pero afecta la regulación de las emociones, la capacidad de concentración y el funcionamiento. Los patrones de sueño o alimentación no son meros hábitos, ya que la irregularidad podría indicar estrés crónico y falta de autorregulación.

Además, el uso de medicamentos o suplementos parece compensar la fatiga o la falta de energía. La perspectiva psicológica de esta práctica podría relacionarse con los estilos de



Informe final de Proyecto de Investigación

afrontamiento evitativos, ya que el individuo busca aliviar la angustia sin intentar resolver su causa subyacente.

En conjunto, las dimensiones presentadas en la Tabla no solo se refieren a los comportamientos de salud, sino que también plantean preguntas, aunque implícitamente, sobre cómo las personas gestionan sus estados emocionales ante situaciones que exigen salud. Las implicaciones para la investigación, por inferencia, se relacionan con el desentrañar los predictores psicológicos que se encuentran en algún punto intermedio entre la percepción de la salud y la motivación para la búsqueda de la salud.

Tabla 4

Distribución de participantes según datos indicadores de salud general

| Categorías | <i>f</i> | % |
|--|----------|-------|
| Participación o interés en tratamiento psicológico | | |
| No lo he considerado. | 176 | 30.29 |
| Deseo estar en tratamiento psicológico. | 176 | 30.29 |
| He participado en algún tratamiento psicológico en el pasado | 158 | 27.19 |
| Estoy actualmente en tratamiento psicológico. | 50 | 8.61 |
| No lo deseo. | 21 | 3.61 |
| Visito algún servicio de salud | | |
| No | 520 | 89.50 |
| Sí | 61 | 10.50 |
| Percepción de la calidad de sueño | | |
| Regular | 264 | 45.44 |
| Mala | 163 | 28.06 |
| Muy mala | 87 | 14.97 |
| Buena | 58 | 9.98 |
| Muy buena | 9 | 1.55 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 4

Distribución de participantes según datos indicadores de salud general

| Categorías | <i>f</i> | % |
|--|----------|-------|
| Percepción de la calidad de alimentación | | |
| Regular | 294 | 50.60 |
| Buena | 133 | 22.89 |
| Mala | 104 | 17.90 |
| Muy mala | 34 | 5.85 |
| Muy buena | 16 | 2.75 |
| Uso de medicamento para mantenerse despierto | | |
| No | 444 | 76.42 |
| Sí | 113 | 19.45 |
| Sin responder | 24 | 4.13 |
| Uso de medicamento para dormir | | |
| No | 429 | 73.84 |
| Sí | 128 | 22.03 |
| Sin responder | 24 | 4.13 |
| Uso de medicamentos o suplementos alimenticios (por ejemplo, vitaminas, minerales, etc.) | | |
| No | 318 | 54.73 |
| Sí | 263 | 45.27 |

El análisis de los indicadores vinculados a los estudios y las condiciones de movilidad nos ayuda a identificar el entorno material en el que los participantes se desenvuelven en sus prácticas educativas. Este aspecto, percibido como propio del mundo exterior, tiene una fuerte relación indirecta con la predisposición psicológica, la motivación y el rendimiento



Informe final de Proyecto de Investigación

real. Investigaciones en psicología ambiental y educativa han identificado que el entorno afecta tanto al proceso de autorregulación como al concepto de autoeficacia.

La estabilidad en la vida residencial y la provisión de recursos básicos como el acceso a internet se están convirtiendo en factores que favorecen la continuidad del aprendizaje. Entre ellos, la mayoría puede acceder a recursos que apoyan la educación a distancia o el estudio desde casa. Sin embargo, disponer de un espacio adecuado para estudiar sigue siendo un factor fundamental que puede afectar el aprendizaje, ya que no todos los estudiantes pueden acceder a un entorno que les ayude a concentrarse sin distracciones que contribuyan a la fatiga y el estrés del aprendizaje.

El medio de transporte utilizado para llegar al lugar de las prácticas también es importante. Si el medio de transporte requiere mucho tiempo, puede contribuir al bienestar subjetivo y al rendimiento académico a través del agotamiento y la falta de tiempo para el descanso. En cuanto a la psicología de la salud laboral, ambos factores se vinculan al equilibrio entre esfuerzo y recuperación, crucial para proteger a las personas de la sobrecarga mental.

Los resultados de la Tabla 5 nos permiten ubicar la actividad profesional en un contexto que presenta tanto oportunidades como limitaciones. El acceso a recursos suficientes para el estudio y el transporte no solo contribuye a la participación en los estudios, sino que también afecta al control y la flexibilidad para adaptarse a las exigencias del proceso educativo.

Tabla 5

Distribución de participantes según datos indicadores relacionados al desarrollo de su práctica

| Categorías | <i>f</i> | % |
|--------------------|----------|-------|
| Tipo de residencia | | |
| Propia | 399 | 68.67 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 5

Distribución de participantes según datos indicadores relacionados al desarrollo de su práctica

| Categorías | <i>f</i> | % |
|---|----------|-------|
| Alquilada o rentada | 132 | 22.72 |
| Huéspedes | 14 | 2.41 |
| Otra | 12 | 2.07 |
| Perdidos | 24 | 4.13 |
| Internet en casa | | |
| Sí | 534 | 91.91 |
| No | 23 | 3.96 |
| Sin responder | 24 | 4.13 |
| Espacio adecuado para estudiar en casa | | |
| Sí | 374 | 64.37 |
| No | 183 | 31.50 |
| Sin responder | 24 | 4.13 |
| Medio de transporte para movilizarse al centro de prácticas | | |
| Transporte público | 316 | 54.39 |
| Vehículo propio | 105 | 18.07 |
| Vehículo familiar | 36 | 6.20 |
| Motocicleta propia | 34 | 5.85 |
| No utiliza | 30 | 5.16 |
| Transporte privado (Uber, InDrive o similar) | 29 | 4.99 |
| Motocicleta compartida | 14 | 2.41 |
| Vehículo compartido | 9 | 1.55 |
| Transporte colectivo privado | 8 | 1.38 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Los datos sobre las actividades que realizan los participantes fuera de su vida profesional aportan una perspectiva diferente a la que ya se les ha proporcionado sobre sus hábitos, equilibrio y métodos para gestionar el estrés diario. La psicología positiva y del bienestar reconoce que las actividades fuera del contexto educativo pueden proporcionar una fuente de recuperación emocional o, por el contrario, contribuir al síndrome de burnout.

Este grupo se presenta a través de su uso activo de las redes sociales, lo que revela un patrón que podría actuar tanto como plataforma de socialización para el entretenimiento y las interacciones, como distracción y desencadenante de sobrecarga cognitiva. La literatura actual ha advertido que el uso continuo de las redes sociales se ha vinculado a problemas de concentración, problemas de sueño y socialización, factores que afectan la autoimagen.

Las actividades físicas, artísticas o sociales son menos frecuentes, lo que implica una tendencia hacia un estilo de vida sedentario o hacia la interacción a través de la tecnología. Esto puede estar relacionado con limitaciones de tiempo y recursos, o también indicar un cambio en la forma en que se organiza el tiempo que dedican las diferentes generaciones. La ausencia de actividades de desconexión activa, como deportes o actividades artísticas, implica que hay un margen limitado para la recuperación emocional y el aumento de la autoeficacia.

Por otro lado, un bajo nivel de participación en conductas de riesgo, como el consumo de pornografía, juegos de azar o juegos de azar, refleja un nivel saludable de autocontrol en la mayoría de los participantes. Esto se relaciona con niveles funcionales de autorregulación y estrategias de afrontamiento más saludables ante la presión educativa.

Los resultados presentados en la Tabla 6 permiten interpretar que las actividades externas se ubican específicamente en el ámbito digital, siendo mucho mayor la prevalencia de prácticas que promueven bienestar físico y social en el mismo que todavía no puede considerarse práctica educativa. Este es un panorama que apunta a contribuir a estimular espacios de recreación equilibrada y actividades lúdicas saludables que ofrezcan ayuda en la salud mental y en el desarrollo completo del estudiante.

Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 6

Actividades fuera de trabajo de práctica

| Categoría | Siempre | | Frecuentemente | | Algunas veces | | Casi nunca | | Nunca | |
|---|----------|-------|----------------|-------|---------------|-------|------------|-------|----------|-------|
| | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % |
| Frecuencia de utilización de redes sociales | 273 | 46.99 | 249 | 42.86 | 52 | 8.95 | 5 | 0.86 | 2 | 0.34 |
| Frecuencia de asistir a actividades religiosas | 51 | 8.78 | 94 | 16.18 | 186 | 32.01 | 144 | 24.78 | 106 | 18.24 |
| Frecuencia de realizar deporte | 26 | 4.48 | 64 | 11.02 | 239 | 41.14 | 159 | 27.37 | 93 | 16.01 |
| Frecuencia de participación en actividades de videojuegos | 17 | 2.93 | 58 | 9.98 | 146 | 25.13 | 119 | 20.48 | 241 | 41.48 |
| Frecuencia de realizar actividades caritativas fuera del ámbito escolar | 4 | 0.69 | 45 | 7.75 | 209 | 35.97 | 185 | 31.84 | 138 | 23.75 |
| Frecuencia de participar en actividades comunitarias | 4 | 0.69 | 40 | 6.88 | 147 | 25.30 | 202 | 34.77 | 188 | 32.36 |
| Frecuencia de participar en actividades de arte | 11 | 1.97 | 30 | 5.39 | 132 | 23.70 | 170 | 30.52 | 214 | 38.42 |
| Frecuencia de participación en actividades de apuestas | 8 | 1.38 | 11 | 1.89 | 58 | 9.98 | 53 | 9.12 | 451 | 77.62 |

Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 6

Actividades fuera de trabajo de práctica

| Categoría | Siempre | | Frecuentemente | | Algunas veces | | Casi nunca | | Nunca | |
|--|----------|------|----------------|------|---------------|-------|------------|-------|----------|-------|
| | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % |
| Frecuencia de consumo de pornografía | 5 | 0.86 | 11 | 1.89 | 81 | 13.94 | 98 | 16.87 | 386 | 66.44 |
| Frecuencia de participación en actividades de jugar con tragamonedas | 1 | 0.17 | 2 | 0.34 | 11 | 1.89 | 37 | 6.37 | 530 | 91.22 |



Informe final de Proyecto de Investigación

9.2. Niveles de resiliencia

El análisis descriptivo utilizado sobre los datos derivados de la administración de la escala CD-RISC-10 nos permitirá evaluar el nivel de resiliencia que poseen los estudiantes de ciencias de la salud y ciencias sociales aplicadas que actualmente prestan servicios a personas en los centros internos de la USAC en relación con adaptarse favorablemente a una situación estresante, tener la capacidad de permanecer emocionalmente estable y regresar al funcionamiento normal.

Generalmente, los datos indican una tendencia hacia altos niveles moderados de capacidad para la resistencia, lo que puede sugerir que los encuestados tienden a creer que están equipados con los recursos necesarios para medir los riesgos en un espacio laboral. Para un contexto profesional, esta es una información interesante, ya que los centros de práctica contienen escenarios complejos que, por reunirse con personas, conllevaba hacer frente a diversos riesgos y conflictos humanos, afectivos, laborales, etc.

El patrón de distribución de las puntuaciones se ha mantenido estable, representando los atributos esperados para una población que se encuentra en un entorno universitario y que ha alcanzado un nivel de madurez tanto en el aprendizaje como en las emociones. La tendencia central, ya sea a través de la mediana o la media, se refleja en una distribución que representa la resiliencia, y los dos valores casi iguales demuestran que la distribución de las puntuaciones está bien equilibrada. La distribución también asume que la mayoría son de nivel medio, mientras que los índices son bajos y extremadamente bajos.

La desviación estándar y la varianza, refleja un nivel medio de variabilidad. El nivel de variabilidad, dado por la desviación estándar, es el esperado para una población grande, como la del presente estudio, compuesta por individuos de diferentes disciplinas, vinculados por el factor común de su interacción con personas.

Sin embargo, desde una perspectiva psicológica, también puede demostrar que la resiliencia, aunque compartida, tiene una expresión diferente para cada individuo,



Informe final de Proyecto de Investigación

dependiendo de su experiencia, ya sea por su formación académica, sus aptitudes naturales o su experiencia previa con la adversidad.

El rango intercuartil (RIC) sugiere que la sección media de los datos tiende a agruparse en torno a un rango pequeño de puntuaciones, lo que demuestra que los participantes tienden a parecer bastante homogéneos en cuanto a su percepción de la adaptabilidad. Esto podría indicar que, en promedio, la mayoría de ellos tiende a mostrar un cierto nivel de resiliencia que se ajusta a los requisitos de su formación profesional. Por otro lado, las puntuaciones finales tienden a demostrar que el instrumento utilizado abarca la percepción de las personas sobre una mayor resiliencia, así como su percepción sobre las dificultades para afrontar la imposición y el estrés.

El rango de intervalo, también denominado rango de puntuaciones, desde las puntuaciones más bajas hasta las más altas posibles, ayuda a establecer la sensibilidad del instrumento para detectar todo el rango de puntuaciones. Esto puede resultar especialmente útil en entornos profesionales o de aprendizaje, ya que permite identificar tanto a los estudiantes resilientes como a aquellos que se consideran en la categoría de "riesgo" en lo que respecta a sus estados emocionales. La información obtenida tiene cualidades tanto descriptivas como preventivas, ya que puede servir de base para las necesidades de apoyo psicológico.

En cuanto a la forma de la distribución, la información proporcionada por el índice de asimetría y el índice de curtosis se complementa. La existencia de asimetría negativa en ambos índices implica que la mayor parte de los estudiantes se encuentra en las regiones superiores de la escala, lo que indica que la resiliencia es un rasgo fundamental de la población. A pesar de la aparición de algunos individuos con puntuaciones más bajas, esto no contribuye a un cambio profundo en el equilibrio de la distribución.

Este escenario bien podría indicar que la mayor parte de los individuos muestra estabilidad psicológica, ya que habrían adquirido estrategias adecuadas para superar



Informe final de Proyecto de Investigación

dificultades durante sus estudios universitarios. Estos resultados los podemos observar en la Tabla 7.

El índice de curtosis ligeramente positivo indica que la distribución tiende a estar un poco más concentrada alrededor del punto central que una distribución normal. Esto implica que la mayoría de los participantes tienden a manifestar niveles de resiliencia similares, sin divergir demasiado del promedio en ninguno de los extremos. El patrón de distribución tiende a respaldar que existe una categoría homogénea, definida por su interpretación de la competencia emocional y la adaptabilidad, que sólo puede existir en relación con la naturaleza de la formación que cae dentro de la categoría, es decir, un entorno guiado en el que se espera que los alumnos mantengan un equilibrio independientemente de los requisitos de formación.

En cuanto al análisis del resultado obtenido en la determinación de tendencia central y dispersión, lo que permite establecer que los estudiantes analizados presentan una cierta resistencia funcional y saludable, manifestada en la ausencia de alteraciones generales en la capacidad para hacer frente a atmósferas adversas.

Desde una perspectiva psicológica, también se puede interpretar que, a través de este perfil, la población posee mecanismos de afrontamiento bien desarrollados. El grupo aparentemente ha desarrollado un sistema interno que les ayuda a mantener el equilibrio, recuperar la estabilidad en circunstancias estresantes y realizar bien sus tareas. La mayoría de las puntuaciones se encuentran en la categoría media-alta lo que también ratifica que la formación en la actividad profesional caracterizada, por la disposición continuada a actuar con personas, la dificultad para resolver problemas y la situación expuesta a los riesgos puede conllevar a un incremento de la resiliencia.

Sin embargo, la presencia de casos con puntuaciones inferiores nos alerta de que la resiliencia no es universal ni está garantizada. Algunas personas pueden tener dificultades para mantener su bienestar emocional ante las exigencias del trabajo de campo, especialmente cuando las exigencias emocionales superan sus recursos de afrontamiento.



Informe final de Proyecto de Investigación

Este subgrupo, aunque minoritario, también merece ser considerado en los servicios de apoyo estructural que se ofrecen a los estudiantes, ya que podrían estar en riesgo de sufrir agotamiento, ansiedad o desmotivación al enfrentarse a situaciones altamente emocionales.

Estadísticamente, el resultado presenta una distribución normal, sin defectos importantes que puedan reducir la precisión del análisis. Esto es indicativo de que la escala CD-RISC-10 ha funcionado bien entre la población objetivo, la estudiantil de la USAC, ya que ha captado el patrón general del grupo, pero también la diversidad de este. La implicación de este resultado ha servido para validar la importancia de la escala en el análisis para la evaluación de la resiliencia, tanto desde la perspectiva educativa como de la profesional.

La agrupación de las puntuaciones permite interpretar que los niveles detectados en la resiliencia de los estudiantes demuestran una fuerte capacidad de adaptación que les permite afrontar eficazmente las dificultades que presenta la práctica profesional. Este equilibrio podría resultar de la combinación de diversos factores, ya sean internos, como la confianza, la flexibilidad y la perseverancia, o relacionados con la formación.

Las implicaciones psicológicas de los resultados indican que los participantes presentan, en gran medida, una estructura emocional sólida, la sensación de control sobre sus respuestas y la capacidad de su sistema para adaptarse bajo presión. Esto es fundamental para los profesionales de ámbitos afines, como la salud, la psicología o los servicios sociales, especialmente cuando se enfrentan a la miseria humana.

Finalmente, se puede concluir que, mediante el uso del instrumento, se ha encontrado que el nivel de resiliencia que demuestran los estudiantes de la USAC, de las carreras de Psicología, Enfermería, Odontología, Veterinaria, Nutrición y Trabajo Social, es mayoritariamente funcional y positivo. La homogeneidad encontrada, la estabilidad de los promedios y el índice de dispersión controlado indican que se trata de un grupo bien definido con habilidades de adaptación bien desarrolladas, lo que les permite afrontar las dificultades de la interacción con las personas en cualquier situación. Estos hallazgos no solo explican un rasgo psicológico individual, sino que también resaltan el potencial de afrontamiento



Informe final de Proyecto de Investigación

colectivo, que representa un activo importante en la formación universitaria y la práctica profesional de los participantes.

Tabla 7

Estadísticos descriptivos para la prueba

CDRisc-10 de resiliencia

| Estadístico | Cdrisc-10 |
|----------------------|-----------|
| Media | 35.47 |
| Error est. media | 0.262 |
| Mediana | 36 |
| Desviación estándar | 6.315 |
| Varianza | 39.87 |
| RIC | 8 |
| Recorrido | 40 |
| Mínimo | 10 |
| Máximo | 50 |
| Asimetría | -0.4446 |
| Error est. asimetría | 0.1014 |
| Curtosis | 0.6019 |
| Error est. curtosis | 0.2024 |

El resultado del nivel de resiliencia obtenido mediante la escala CD-RISC-10 se encuentran en la Tabla 8.

Los resultados indican claramente que casi la mitad de los encuestados exhibe un alto nivel de resiliencia, mientras que un porcentaje notablemente cercano se ubica en la categoría media. El nivel bajo es notablemente bajo, y sugiere firmemente que, en la muestra dada, la resiliencia puede identificarse como una fortaleza importante, aunque no uniforme, entre los



Informe final de Proyecto de Investigación

encuestados pertenecientes al grupo de estudiantes universitarios que realizan prácticas profesionales.

El predominio del nivel alto sugiere que muchas personas se evalúan a sí mismas con una alta calificación en términos de su capacidad para superar situaciones difíciles, mantener una base sólida y responder adecuadamente a los desafíos que les presenta su entorno. Esta categoría de personas puede sentirse responsable, segura de sus capacidades y orientada activamente a los desafíos que se presentan en situaciones de la vida real. Desde una perspectiva psicológica, el alto nivel de resiliencia de las personas puede, por ejemplo, manifestarse a través de elementos como la perseverancia, la flexibilidad y la regulación.

La presencia de un número similar de estudiantes en el mismo nivel podría indicar la existencia de un dominio que, a pesar de contar con recursos para la adaptación, también puede enfrentar desafíos bajo presión o en relación con la complejidad emocional. Este nivel podría indicar resiliencia en términos de funcionalidad, sin necesariamente evidenciar estabilidad. Este dominio podría adaptarse a las tareas cotidianas para la práctica, a la vez que requiere tiempo adicional o apoyo para la recuperación emocional de situaciones estresantes, como la observación de circunstancias dolorosas, la frustración institucional o los conflictos interpersonales.

Desde una perspectiva pedagógica y psicológica, es evidente que este grupo, desde una perspectiva de intervención, representa un grupo objetivo que podría beneficiarse de estrategias. Esto se debe a que está compuesto por alumnos con recursos psicológicos, aunque podrían beneficiarse de la formación en estrategias que mejoren la autorregulación y las redes de apoyo. La resiliencia, desde una perspectiva de proceso, también se puede fomentar a través de experiencias guiadas que podrían permitir a los alumnos explorar sus emociones y adaptar estrategias para volverse más conscientes.

Por el contrario, los niveles bajos de resiliencia, debería requerir una consideración especial al interpretar los resultados. Esta categoría podría incluir a personas que tienen mayor dificultad para afrontar las consecuencias estresantes de su actividad profesional o que



Informe final de Proyecto de Investigación

sienten que sus recursos personales podrían verse limitados al enfrentarse a situaciones psicológicamente exigentes. Es importante tener en cuenta que, en campos como las ciencias de la salud, los bajos niveles de resiliencia podrían conducir a un mayor síndrome de burnout, inseguridad profesional o agotamiento psicológico.

Sin embargo, es importante destacar que una baja resiliencia no significa necesariamente que el estudiante carezca de recursos, sino que presenta dificultades para movilizarlos o mantenerlos. Estos alumnos podrían estar afrontando situaciones particulares de sobrecarga, problemas familiares o educativos que, en ese momento, reducen su flexibilidad. Aplicados a la psicología educativa, podría ser necesario considerar estos resultados, desde una perspectiva oportuna, no tanto como una deficiencia, sino como algo que puede convertirse en la base de programas de apoyo y prevención.

Basándose en el porcentaje, se observa que la suma de los niveles alto y medio supera el 89% del total de participantes, lo que representa una señal muy positiva para la comunidad universitaria. Esto pone de manifiesto que una gran cantidad de los participantes son resilientes, lo que les hace desenvolverse con mucha eficacia en el tipo de situaciones consideradas estresantes, así como mantienen su equilibrio emocional a partir de una continua vinculación con los respectivos individuos, pacientes o bien, con las mismas comunidades. La clasificación perfectamente distinguible de los niveles alto y medio también pone de manifiesto que está compuesta, por alumnos con una buena y sólida base de recursos psicológicos como con posibilidades de mejora.

Además, desde la perspectiva descriptiva que sustenta este objetivo, se puede afirmar que los niveles de resiliencia que exhiben los estudiantes, en relación con las personas, son mayoritariamente funcionales y adaptativos, aunque ligeramente inclinados hacia la categoría "alta". Los resultados indican claramente que casi nueve décimas partes del grupo poseen la resiliencia adecuada para superar con éxito los desafíos que plantea su actividad profesional sin disminuir su fortaleza emocional fundamental.



Informe final de Proyecto de Investigación

Dada la distribución caracterizada por la mayoría en las categorías alta y media y el reducido número en la categoría baja, es posible afirmar que la distribución examinada, donde los estudiantes de Psicología, Enfermería, Odontología, Veterinaria, Nutrición y Trabajo Social, que trabajan activamente en contacto con personas en los centros de práctica de la USAC, muestran una aptitud positiva para la adaptación emocional, lo que objetivamente la convierte en un aspecto destacado en su proceso de formación. Sin embargo, es importante resaltar que la existencia de un pequeño número en la categoría caracterizada por baja resiliencia llama la atención sobre la importancia de mantener estrategias de apoyo orientadas a la consolidación de esa competencia, fundamental para la formación profesional de individuos en contacto con la realidad humana.

Tabla 8

Niveles de Resiliencia

| Nivel | <i>f</i> | % |
|-------|----------|-------|
| Alto | 270 | 46.47 |
| Medio | 251 | 43.20 |
| Bajo | 60 | 10.33 |

9.3. Categorías de Bienestar

La interpretación de los resultados del instrumento MHC-SF-14 permite determinar el estado general de bienestar psicológico, emocional y social de los estudiantes de Psicología, Enfermería, Odontología, Medicina Veterinaria, Nutrición y Trabajo Social que actualmente trabajan con personas en los centros de prácticas de la USAC. Esta evaluación mide el bienestar a partir de tres dimensiones interrelacionadas: bienestar emocional, referido a la presencia de sentimientos positivos y satisfacción con la vida; bienestar psicológico, que es un indicador de crecimiento personal, autonomía y sentido de vida; y bienestar social, referido a sentimientos de pertenencia e integración comunitaria.



Informe final de Proyecto de Investigación

En general, las estadísticas descriptivas muestran una tendencia hacia niveles de bienestar medio y alto, lo que indica que la mayoría de los participantes mantiene una percepción positiva de su funcionamiento emocional y social. Los valores centrales de la distribución evidencian una media muy próxima a la mediana, lo que denota la existencia de una respuesta equilibrada en dicho grupo. Este comportamiento estadístico se corresponde con una población en donde los estados subjetivos de bienestar son frecuentes, mientras que las experiencias de malestar, aunque se registran, no tienen predominancia.

El tamaño de muestra proporciona estabilidad a los resultados y reduce el error de muestreo. Los valores obtenidos permitieron asumir que las medias son representativas del grupo y no fruto del efecto del azar. Las escasas distancias de las medias y las medianas indican que el conjunto de puntuaciones no es excesivamente asimétrico, así como tampoco se presentaron outliers o valores atípicos. Este equilibrio implica que sí se dio homogeneidad en el bienestar de los participantes.

Las medidas de dispersión (como pueden ser la desviación típica o la varianza) constituyen un signo de variable moderada, pongamos de relieve el hecho de que existen diferencias individuales en el bienestar que viven y viven los estudiantes, aunque la mayor parte de estas reposa ligada a la mitad del continuo. Se prevé que exista cierto grado de control de las variables a nivel universitario, dado que los individuos se encuentran en un contexto social y comparten variables comunes, como la carga académica, la observación profesional y la interacción ineludible con los demás, junto con variaciones individuales en los recursos de afrontamiento, el apoyo social y aspectos como las condiciones de vida.

El rango intercuartil indica, nuevamente, que el 50% de las puntuaciones se sitúan dentro de márgenes estrechos, lo que sugiere además homogeneidad en las percepciones de bienestar. En términos generales, la mayoría de los estudiantes se sitúan en un rango intermedio-alto de satisfacción autoinformada y funcionamiento positivo. Si bien el rango en su conjunto reconoce ejemplos específicos de puntuaciones bajas, estas por sí solas



Informe final de Proyecto de Investigación

representan a individuos que experimentan estrés, sobrecarga o casos aislados de dificultad emocional.

La distribución completa de las puntuaciones ilustra que la evaluación logró captar el rango teórico completo de bienestar, identificando casos con un alto nivel de satisfacción y sentido de la vida, así como casos con un menor equilibrio emocional percibido. Este aspecto es importante porque da cuenta de la pertinencia del instrumento para diferenciar los distintos niveles de experiencia subjetiva. Desde una óptica psicométrica, el rango que aquí se ha alcanzado indica que el MHC-SF-14 captó correctamente la heterogeneidad del grupo sin sobre representar concentraciones artificiales en los extremos extremos.

El análisis de las medidas de la forma de la distribución, concretamente la asimetría y de la curtosis, añade información sobre el carácter del bienestar de los participantes. La asimetría negativa revela una ligera tendencia hacia puntuaciones altas, lo que significa que la mayoría de los estudiantes reportan experiencias frecuentes de bienestar emocional, satisfacción vital y funcionamiento positivo. Este patrón describe un alumno que está inclinado a mirar su vida de forma esperanzada y que, incluso manteniendo la sobrecarga de la práctica profesional, se siente con cierto equilibrio vital y con un sentido de objetivo vital.

La curtosis negativa moderada, por otro lado, sugiere una distribución ligeramente más plana de lo normal, lo que indica una ligera dispersión en las respuestas: no todos los participantes se acercan a la media, sino más bien una mayor diversidad en las experiencias individuales de bienestar. Psicológicamente, esta ligera dispersión puede interpretarse como evidencia de pluralidad en la forma en que los estudiantes experimentan y definen su bienestar, influenciada por sus trayectorias vitales, sus programas de grado, sus condiciones de práctica y sus sistemas de apoyo.

Conforme a las estadísticas que se presentan en la Tabla, existe evidencia suficiente como para establecer que el grupo tiene una estable configuración de lo que es el bienestar en lo psicológico y lo emocional, condición que es favorecida por actitudes predominantemente positivas. Los indicadores de tendencia central y de forma del bienestar



Informe final de Proyecto de Investigación

del grupo denotan una tendencia equitativa de toda la situación en función del bienestar positivo, pero sin que existan indicios de desviación o valores extremos que pudieran modificar la estabilidad del patrón. La evidencia que conforma el patrón de bienestar parece ser relevante en el entorno de las prácticas profesionales, el cual, como hemos venido explicando, procurando que se adquieran conocimientos técnicos a partir de una incesante interacción humana.

Desde la vertiente descriptiva, se podría afirmar que los estudiantes tienen niveles de satisfacción y funcionamiento positivo suficientemente altos, lo que implica que la mayoría logra mantener un estado emocional positivo y una relación beneficiosa con el entorno. Este hallazgo se corresponde con la idea de que el bienestar, más que un estado de las cosas es un equilibrio entre las exigencias externas y los recursos internos. Los estudiantes que presentan niveles de bienestar medios o superiores seguramente aplican estrategias adaptativas como la gestión del tiempo, el apoyo entre estudiantes o la búsqueda de significado en la propia experiencia de las prácticas.

La distribución equilibrada de los datos también reproduce la existencia de un grupo intermedio que experimenta un bienestar variable. Estos estudiantes en general se viven así, van pasando periodos de satisfacción y periodos de cansancio, preocupación o desánimo. En términos psicológicos, es un grupo que representa un recorrido de paso o transición entre el bienestar y la sensación del desgaste emocional y su proporción en la muestra da a entender que, aunque la mayoría de los participantes se mantienen funcionales, existe un grupo que estaría al alcance de mejoras por el tipo de estrategias institucionales que podrían promover el bienestar o el autocuidado.

En la parte baja de la distribución se ubican los datos con puntuaciones bajas. Aunque representan un segmento pequeño, su existencia es relevante. Este segmento podría corresponder a aquellos estudiantes que viven una posible mayor vulnerabilidad emocional, carga de presión o baja percepción de bienestar personal. Desde esta mirada descriptiva de este objetivo, esta información nos remite a aceptar la necesidad de mecanismos



Informe final de Proyecto de Investigación

psicológicos, dado que este bienestar no solo significa no tener malestar, sino tener emociones y experiencias positivas, relaciones sanas y un sentido de plenitud.

La esencia del comportamiento general de los datos apoya y refuerza la validez de la prueba MHC-SF-14 a la hora de evaluar el bienestar en contextos universitarios; la coincidencia entre la media, la mediana y la forma de la distribución indica que el instrumento funciona para el objetivo que tiene, que no es otro que captar el nivel de bienestar de poblaciones grandes y muy heterogéneas. La estabilidad de las medidas y el rango de la dispersión controlada, evidencia que los resultados son coherentes y que son representativos del bienestar del grupo medido.

Con base en los datos recopilados durante la administración de la escala, se puede deducir que los niveles de bienestar de los estudiantes que trabajan en los centros de prácticas se encuentran, en su mayoría, dentro de un rango funcional y positivo. La mayoría de estos estudiantes suelen experimentar sentimientos de felicidad constantes, sentirse capaces de afrontar el trabajo que deben realizar y ofrecer una perspectiva positiva de la vida laboral. Los datos varían solo marginalmente. Desde una perspectiva psicológica, se puede concluir que el bienestar de este grupo se caracteriza por la estabilidad emocional, la presencia de emociones positivas, un sentido de propósito y una apreciación satisfactoria de la propia vida. Si bien hay casos con un menor bienestar, no se alterará la tendencia general del grupo.

Por último, la modalidad de la distribución observada hace manifiesto que la población escolar tiene recursos personales suficientes para mantener su equilibrio psicológico en situaciones de práctica profesional, validando que el bienestar es un aspecto fundamental del proceso educativo y una condición necesaria en tanto se van desarrollando competencias para cuidar a otros.



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 9

Estadísticos descriptivos para la prueba MHC-SF-14 de bienestar

| Estadístico | MHC-SF |
|----------------------|---------|
| Media | 52.61 |
| Error est. media | 0.5887 |
| Mediana | 54 |
| Desviación estándar | 14.19 |
| Varianza | 201.4 |
| RIC | 20 |
| Recorrido | 76 |
| Mínimo | 8 |
| Máximo | 84 |
| Asimetría | -0.3311 |
| Error est. asimetría | 0.1014 |
| Curtosis | -0.4703 |
| Error est. curtosis | 0.2024 |

El aspecto más destacado de estos hallazgos se relaciona con la preponderancia del bienestar funcional entre los estudiantes. Los datos no muestran un patrón polarizado ni un fuerte énfasis en ninguno de los extremos. El patrón general de estos hallazgos refleja un equilibrio que se considera un componente importante de la psicología del bienestar en relación con la emoción y la madurez. En pocas palabras, estos alumnos estaban lo suficientemente adaptados como para estar satisfechos con lo que hacían y con las personas que los rodeaban, a pesar de los desafíos que conlleva trabajar con otros.



Informe final de Proyecto de Investigación

Esto significa que, dentro del grupo, el bienestar se concibe no como una sensación constante de felicidad o entusiasmo, sino como la capacidad de gestionar el estrés manteniendo al mismo tiempo una sensación estable de bienestar. Esta sutileza es importante, ya que sugiere que, para estos estudiantes, el bienestar tiene muy poco que ver con no estar estresados y mucho con el control del estrés. Lo que se quiere destacar es que debe existir una sensación dinámica de bienestar que coexista con el estrés sin desequilibrarse.

Sin embargo, existe una diferencia importante entre quienes logran dicho equilibrio y quienes logran trascenderlo. Parece haber estudiantes que han encontrado en su actividad un factor de crecimiento personal. Estos estudiantes son quienes logran identificarse con su rol y le atribuyen una gran importancia. Desde la perspectiva de la psicología positiva, esta experiencia se corresponde con el florecimiento. El florecimiento puede definirse como un tipo de bienestar que combina sentimientos positivos, una sensación de importancia y/o significado en la vida y altos niveles de funcionalidad. En la práctica, estos estudiantes se vuelven más comprometidos, creativos y empáticos en los centros donde trabajan.

El resto de la clase mantiene un nivel intermedio que se ajusta mejor a la expresión real de sentimientos de bienestar. Se desempeñan bien, pero con altibajos. Cumplen con sus obligaciones y aprecian lo que hacen. Sin embargo, a veces pueden parecer cansados o abrumados. Este tipo de niveles moderados de bienestar son muy comunes en un contexto educativo y no deben considerarse como debilidad, sino como una adaptación. Los estudiantes que se mantienen en estos niveles suelen disfrutar de suficiente energía y rendimiento. Sin embargo, necesitan algo de alivio y apoyo.

Luego hay un pequeño grupo que se percibe menos satisfecho y con menos recursos emocionales. Este grupo puede no ser muy grande, pero aun así es importante porque muestra que existe un punto débil. En estos grupos, factores como la sobrecarga de trabajo, la exposición permanente a problemas humanos o la dificultad para compaginar la vida personal con la actividad profesional parecen influir en el bienestar general. En términos psicológicos, es fundamental destacar que esta gama de emociones es importante para las medidas



Informe final de Proyecto de Investigación

preventivas, más que simplemente paliativas. Cuando el bienestar general comienza a decaer, suelen manifestarse sentimientos de menor concentración o desapego afectivo del trabajo.

La ventaja de esta distribución es que nos ofrece la oportunidad de ver un continuo en lugar de una distinción clara. El concepto de bienestar en esta población no funciona como una categoría clara, sino como una experiencia que cambia en función de las distintas etapas de la vida o los recursos disponibles. Un mismo estudiante puede variar a lo largo de dicho continuo según sus circunstancias académicas o su estado emocional general. Desde una perspectiva metodológica, se trata de una tendencia positiva, ya que la mayor proporción se sitúa en rangos de funcionamiento adecuado y positivo, mientras que los niveles más bajos son marginales. Nada indica un patrón de deterioro general del bienestar ni que la actividad profesional afecte negativamente al bienestar mental de la población. Más bien, se observa que se sitúa en un rango con suficientes recursos para mantener el equilibrio.

Desde una perspectiva más profunda, estos hallazgos parecen indicar que los estudiantes logran integrar su vida académica con su crecimiento personal. El enfoque hacia realidades humanas complejas, la de pacientes, usuarios o comunidades, que experimentan parece funcionar como un estímulo para el crecimiento y no como un factor agravante del agotamiento generalizado o profesional. En consonancia con el enfoque de la psicología positiva en entornos educativos, parece que los estudiantes logran mejorar su sensación de bienestar al encontrar significados en su trabajo.

La sensación de bienestar que prevalece en una comunidad de este tipo también tiene fuertes facetas sociales. En entornos laborales interpersonales, la sensación de pertenencia y reconocimiento impacta en el bienestar emocional del individuo. Los estudiantes que se sienten escuchados por los instructores o aquellos que reconocen que aportan valor a la comunidad tienden a mantener mayores niveles de bienestar.

Sin embargo, la sensación de falta de apoyo o de estar atrapado en un entorno de conflicto puede generar niveles fluctuantes de bienestar en un individuo. Estos constructos confirman una vez más que el bienestar puede no ser únicamente un fenómeno individual.



Informe final de Proyecto de Investigación

Una de las consideraciones importantes de este enfoque es que los niveles moderados de bienestar funcionan mientras se mantienen en ese nivel, pero no garantizan cierta estabilidad. En los casos en que la presión para cambiar o mejorar aumenta sin brindarles mecanismos de apoyo dentro de ese marco, el subgrupo que probablemente deteriore a un nivel inferior puede incluir a quienes pertenecen a esa categoría. Por lo tanto, los hallazgos también pueden servir como recordatorio o imperativo para fortalecer el marco institucional que apoya el bienestar mental.

Los hallazgos surgen como reflejo de una población estudiantil que, a pesar del entorno difícil que experimenta en su actividad profesional, conserva un nivel adecuado de equilibrio emocional y mantiene una disposición positiva hacia el proceso de aprendizaje. La coexistencia de estudiantes con un nivel floreciente de bienestar dentro del mismo grupo indica que es posible experimentar crecimiento, disfrute y significado en un entorno adverso. Esto confirma que no solo es necesario contar con circunstancias externas positivas para garantizar el bienestar, sino también reflexión y coherencia.

Así mismo, de estos resultados se desprende que la comunidad universitaria no solo sobrevive, sino que también aprende y prospera a partir de esa experiencia. Puede que el cansancio esté presente, pero no carece de propósito. Y es ese propósito, al que subvierto mi mención de un índice, el que parece impulsar la sensación de bienestar que impregna a quienes contribuyen a esa comunidad. Los resultados se visualizan en la Tabla 11.

Tabla 11

Categorías del bienestar

| Categorías | Frecuencias | % del Total |
|------------|-------------|-------------|
| Desanimado | 8 | 2.59 |
| Moderado | 173 | 55.99 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 11

Categorías del bienestar

| Categorías | Frecuencias | % del Total |
|------------|-------------|-------------|
| Florecido | 128 | 41.42 |

9.4. Estrés Académico

El análisis de los datos obtenidos tras la aplicación del PAS permite definir la magnitud del estrés que experimentan los estudiantes de Psicología, Enfermería, Odontología, Veterinaria, Nutrición y Trabajo Social que actualmente realizan prácticas profesionales que les ponen en contacto directo con otras personas. En estas circunstancias, el estrés no se limita exclusivamente a la dimensión académica de la formación, sino que también implica al que los estudiantes pueden sufrir como resultado de trabajar con otros seres humanos, especialmente en relación con temas relacionados con la salud y el bienestar.

Los estadísticos descriptivos reflejan una tendencia general hacia un nivel medio de estrés académico. Los datos parecen estar bien distribuidos y presentar una dispersión controlada. En vista de lo anterior, se puede afirmar que, si bien los estudiantes se enfrentan a circunstancias que les generan presión, logran mantener niveles óptimos de actividad. Desde una perspectiva psicológica, se observa que el hallazgo refleja la coexistencia de estrés positivo y negativo.

La tendencia de las medidas de tendencia central indica estabilidad en los datos. La similitud entre la mediana, la media y la moda indica que la mayoría de los estudiantes expresan un concepto uniforme de los niveles de estrés, sin patrones inusuales de concentración en ambos extremos. Esta estabilidad de las medidas indica que los estudiantes



Informe final de Proyecto de Investigación

comparten sentimientos de estrés, tanto académicos como emocionales, sin mucha diferencia entre ellos.

La dispersión moderada encontrada en la desviación estándar y el rango de valores intercuartiles indica que, si bien existe variación en los datos de las respuestas de los estudiantes a las preguntas sobre estrés, existe una concentración de estudiantes en torno a un rango medio. Esto también indica que los niveles de intensidad del estrés no muestran máximos extremos, sino que se mantienen continuamente dispersos alrededor de un punto central. En términos de los principios de la psicología educativa, este aspecto de dispersión existe particularmente en poblaciones con educación universitaria que provienen de entornos académicos similares.

El rango total de puntuaciones indica que las escalas capturaban toda la gama de experiencias potenciales, desde estudiantes con bajo nivel de estrés hasta aquellos con altos niveles de sobrecarga. La implicación de esta observación puede ser importante para respaldar la sensibilidad de la prueba a las mediciones de individualidad. La agrupación central de las puntuaciones sugiere que la mayoría de este personal mantiene niveles de estrés que pueden ser perceptibles, pero no clínicamente preocupantes.

El análisis de las medidas de forma proporciona información adicional sobre las características de los datos. La débil asimetría negativa de los datos indica una débil tendencia a la concentración de datos en el extremo superior de la escala, lo que refleja que los estudiantes expresan niveles de estrés moderados a altos con mayor frecuencia que los niveles bajos. La importancia psicológica de este sesgo puede considerarse un reflejo del contexto en el que se desarrolla la práctica. Este representa un entorno de presión y exposición académica.

La baja curtosis positiva indica que los datos siguen una curva más pronunciada que una distribución normal. Esto implica que la mayoría de las observaciones se sitúan alrededor del valor promedio, con muy pocas observaciones extremas. Esto concuerda con el hallazgo de que la mayoría de la población presenta un nivel medio de estrés académico. La naturaleza



Informe final de Proyecto de Investigación

del conjunto de datos respalda el hecho de que se trata de una población equilibrada con niveles de estrés manejables. Desde una perspectiva psicológica, el patrón de estrés descrito representa un estrés académico adaptativo.

Este tipo de estrés implica una interacción emocional y cognitiva que se dirige a los estudiantes sin perjudicarlos. Este puede servir como incentivo para que administren su tiempo, establezcan metas y se preparen para los desafíos que conlleva tratar con otras personas. El desafío surge cuando los estudiantes pasan demasiado tiempo lidiando con factores estresantes como el estrés o la falta de descanso adecuado. En ese punto, el estrés excesivo se convierte en angustia.

La práctica reiterada de los mecanismos de afrontamiento, capaces de permitir el equilibrio entre la adversidad impuesta por la demanda real y la capacidad de gestión y regulación de las emociones, podría ser la causa de la escasez de valores extremos y de la alta dispersión hallada en el análisis de la distribución. Es necesario asumir que efectivamente ha sido así por el perfeccionamiento y el agrandamiento que nos concede la propia educación universitaria. La influencia del apoyo administrativo en los centros de prácticas también puede desempeñar un papel importante al proporcionar supervisión educativa y orientación profesional que ayude a contrarrestar la sensación de agobio.

Desde una perspectiva cognitiva, el estrés académico en este nivel incluye ansiedad por el rendimiento académico, miedo al error en las prácticas y la necesidad de cumplir con los estándares del trabajo práctico. Desde una perspectiva emocional, se manifiesta como tensión, irritabilidad o fatiga mental. El hecho de que la mayoría de los estudiantes se encuentren en el nivel medio indica que estos desafíos, por difíciles que parezcan y que experimenten, son temporales y manejables.

Desde una perspectiva fisiológica y conductual, los niveles moderados corresponden a manifestaciones como problemas de concentración, alteraciones leves del sueño y episodios de cansancio. Estas manifestaciones solo duran mientras persistan las consecuencias de los altos niveles. El patrón indicado por los resultados anteriores corresponde al tipo que forma



Informe final de Proyecto de Investigación

parte integral del proceso de adaptación y contribuye al aprendizaje, acelerándolo mediante el estímulo de la responsabilidad.

Sin embargo, la coexistencia de algunos casos con altos niveles, como se evidencia en el valor máximo de la escala, confirma la hipótesis de que también puede haber algunos estudiantes que estén lidiando con una carga de estrés excesiva. Estos alumnos pueden haber tenido indicadores superiores a los niveles funcionales, lo que resulta en factores relacionados con el estrés, como el agotamiento o la desmotivación. Desde una perspectiva de psicología aplicada, es importante identificar a estos, ya que representan el punto en el que el deja de ser un motivador y comienza a convertirse en un factor importante de riesgo.

El análisis general de los datos indica que actúa como una respuesta esperada y controlada a los desafíos del trabajo profesional. En donde se enfrentan a diversas exigencias, técnicas, emocionales y sociales, pero la mayoría las gestiona con éxito. El proceso de formación parece implicar un aumento de conocimientos, así como un aumento de la capacidad para desempeñarse sin estrés. Los estudiantes desarrollan la capacidad de trabajar sin un mayor malestar psicológico.

Desde la perspectiva de la psicología del aprendizaje, se puede argumentar que el resultado anterior demuestra la importancia de la regulación personal. Los estudiantes han podido regular el nivel de esfuerzo invertido y descubrir los límites del gasto energético. Dado que implica la gestión tanto de los componentes de activación como de control, representa la competencia más importante que debe poseer un profesional que trata con otros.

Es así como los datos de la prueba PAS describen una población de estudiantes que, en general, se enfrentan a un estrés académico medio y estable, lo cual no indica crisis ni consecuencias incapacitantes en el bienestar. El patrón estadístico de los datos refleja homogeneidad en los resultados. Las medidas de forma y dispersión respaldan aún más las interpretaciones de la experiencia compartida con el estrés gestionado.



Informe final de Proyecto de Investigación

Estos datos confirman que el estrés, a diferencia de ser un impedimento, puede convertirse en una parte estructural del proceso educativo siempre que se mantenga en niveles saludables. En este sentido, el estrés parece desempeñar un papel adaptativo en este grupo de estudiantes, ya que no parece desencadenar distrés psicológico.

Sin embargo, cabe destacar que la presencia de estos casos con niveles más altos de estrés enfatiza la importancia de prevenir que estos estudiantes experimenten un estrés excesivo que pueda convertirse en un factor subyacente del síndrome de burnout.

En conjunto, los hallazgos nos permiten determinar que los estudiantes de la USAC que trabajan con otros presentan un estrés académico controlado. Este patrón de estrés favorece el éxito académico y una buena salud mental. Este equilibrio observado debería mantenerse mediante medidas educativas y de supervisión que consideren el estrés del trabajo académico. Los resultados los puede observar en la Tabla 11.

Tabla 10

Estadísticos descriptivos para la prueba

PAS de estrés académico

| Estadístico | PAS |
|---------------------|--------|
| Media | 53.94 |
| Error est. media | 0.429 |
| Mediana | 54 |
| Moda | 54 |
| Desviación estándar | 10.34 |
| Varianza | 106.9 |
| RIC | 14 |
| Recorrido | 71 |
| Mínimo | 14 |
| Máximo | 85 |
| Asimetría | -0.209 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 10

*Estadísticos descriptivos para la prueba
PAS de estrés académico*

| Estadístico | PAS |
|----------------------|-------|
| Error est. asimetría | 0.101 |
| Curtosis | 0.317 |
| Error est. curtosis | 0.202 |

El predominio del estrés moderado muestra que la mayoría de los estudiantes alcanzan un cierto equilibrio al afrontar las exigencias del entorno externo y los recursos que poseen. Este nivel en particular puede calificarse de adaptativo, ya que demuestra que poseen un sentido de alerta y actividad que les permite afrontar las diversas exigencias sin agotarse. En un entorno laboral que implica nuevas situaciones, evaluación y exposición a personas, estos niveles de estrés pueden considerarse normales.

Desde la perspectiva de la psicología educativa, el estrés moderado tiene una función reguladora. Este desencadena el proceso de atención, organización y planificación. Para estos estudiantes, puede ser una expresión de preocupación por las tareas, presión antes de un examen o temor a cometer errores. Sin embargo, no influye significativamente en el bienestar mental. Para ellos, promueve tanto el aprendizaje como la responsabilidad, en lugar de ser un impedimento.

No obstante, requiere trabajo constante para mantener ese equilibrio. El alumno debe conciliar el trabajo académico con las emociones que conlleva la exposición a la compleja realidad humana. La exposición a narrativas difíciles, el trabajo con pacientes o usuarios, así como la responsabilidad de ser un representante de la institución en el mundo exterior, constituyen actividades que requieren altos niveles de inteligencia emocional. La facilidad



Informe final de Proyecto de Investigación

con la que soportan niveles moderados de estrés indica que han estado utilizando técnicas eficaces de manejo del estrés, como buscar apoyo en sus compañeros.

En contraste, la presencia de un subgrupo con altos niveles de estrés es un objeto de atención importante. Si bien no es la mayoría de los estudiantes, esto demuestra que pueden estar lidiando con más de lo que pueden manejar. Este puede incluir manifestaciones de sentirse abrumado por el estrés, como tener problemas para concentrarse. De manera similar, estas manifestaciones pueden incluir estar irritable. En relación con la perspectiva psicológica del estrés, cabe señalar que a medida que los niveles aumentan hasta convertirse en estrés disfuncional, en realidad deja de ser un motivador. En ese sentido, empieza a ser perjudicial.

Los motivadores del estrés elevado pueden ser muy variados para un colectivo determinado. Algunos pueden estar relacionados con la vida interior del trabajador, el perfeccionismo y la autocracia del propio trabajador por defecto. Otros pueden estar asociados con la vida exterior del trabajador. En centros en los que las personas desarrollan actividad laboral, un estrés de la naturaleza citada puede verse potenciado por la empatía y el compromiso emocional de carácter que se genera cada vez con un caso. El grupo que muestra altos niveles de estrés no se encuentra en una posición de crisis sino en una zona vulnerable. La experiencia en la universidad sugiere que, sin factores de apoyo accesibles, como profesores o supervisión educativa, estos niveles pueden manifestarse como una intensificación de los sentimientos de agotamiento o pérdida de incentivo académico. Por lo tanto, es importante darse cuenta de que no debe verse como un problema aislado, sino como un recordatorio importante de que la calidad educativa incluye el bienestar emocional.

Por el contrario, el factor de tener un sector con bajos niveles de estrés académico revela otro aspecto. Estas personas parecen enfrentar menos presión por las exigencias y aún son capaces de controlar un entorno emocionalmente exigente. A primera vista, puede parecer positivo: menos estrés, menos cansancio. En el área de la Psicología del Aprendizaje,



Informe final de Proyecto de Investigación

se sabe que niveles muy bajos de estrés pueden estar relacionados con cierta falta de motivación.

En este grupo, un bajo nivel de estrés puede atribuirse a una actitud despreocupada hacia la responsabilidad o, en algunos casos, a una evaluación de baja complejidad en las tareas. Como mínimo, puede representar a aquellos estudiantes que han perfeccionado su trabajo práctico diario y gestionan el estrés de forma eficaz y madura. En el peor de los casos, puede representar una forma de respuesta perpetuada por la desconexión emocional, donde el estudiante se desconecta de las tareas por miedo a verse abrumado por las emociones. En ambos extremos del espectro, la regulación de las emociones se basa en nociones de desafío y direccionalidad.

La tendencia en este caso una mayoría con un nivel moderado, una minoría con un nivel alto y una minoría con un nivel bajo, indica un patrón tanto esperado como funcional. En entornos universitarios con un alto grado de interacción humana, los niveles de estrés tienden a concentrarse en torno al nivel medio, lo suficiente como para activar altos niveles de compromiso y actividad, pero no a tal intensidad que provoque bloqueo y parálisis. La escasa presencia de casos en ambos extremos del espectro solo subraya que la experiencia del programa y de las prácticas varía de un estudiante a otro, según la combinación particular de inteligencia emocional e inteligencia vocacional de cada uno.

Desde una perspectiva psicológica, la tendencia hacia niveles moderados de estrés revela que los estudiantes han sido hábiles para gestionar la incertidumbre al trabajar con otros. Los estudiantes poseen la capacidad de regular sus emociones, así como los mecanismos intelectuales para gestionar el estrés. Estos hallazgos reflejan un desarrollo positivo de competencias disciplinarias como la capacidad de resistencia a la frustración, la gestión eficaz del tiempo y la respuesta ante imprevistos.

Sin embargo, el grupo con alto nivel de estrés también ilustra que la gestión no es un esfuerzo individual. Es el resultado de un conjunto de elementos internos y externos, como el apoyo, el clima, la carga de trabajo realista y el apoyo educativo. La ausencia de alguno



Informe final de Proyecto de Investigación

de estos factores puede resultar en niveles crónicos. En ese sentido, se observa que lo que se debe fortalecer no solo incluye la formación técnica, sino también la emocional. Se deben organizar sesiones de supervisión donde se puedan superar las experiencias difíciles que los estudiantes enfrentan en el campo.

En el otro extremo del espectro del estrés, cuando los niveles de estrés son bajos, surgen otros desafíos. Por ejemplo, puede surgir la cuestión de mantener motivados a los estudiantes con bajos niveles de estrés sin sobrecargarlos. En la educación superior, no se trata de eliminar el estrés, sino de encontrar ese umbral en el que este se convierte en energía productiva, un imperativo para el crecimiento sin comprometer el bienestar individual.

En general, los datos muestran una población que convive con el estrés académico como parte de su proceso de crecimiento profesional. El estrés, aquí no es considerado un enemigo, es un elemento necesario en el aprendizaje práctico. La diferencia radica en la forma de gestionarlo, quienes saben integrarlo como parte del reto mantendrán el equilibrio; quienes lo consideran como una amenaza pueden sufrir el riesgo de caer en el agotamiento. Desde una perspectiva de psicología aplicada, esta perspectiva parece ser positiva.

Lo positivo es que la mayoría de los estudiantes poseen la resiliencia suficiente para afrontar el trabajo. Las estadísticas anteriores representan un grupo competente y comprometido. El estrés no desaparecerá aquí, sino que se convertirá en un recurso que desarrolla la responsabilidad, la empatía y la resiliencia ante la presión. Estas cualidades resultan vitales en el ámbito laboral de los servicios humanos.

En otras palabras, el estado de estrés observado en los estudiantes académicos que trabajan con otros en los centros de prácticas de la USAC ilustra un equilibrio constante: un desafío que impulsa sin abrumar; una carga que provoca sin debilitar. Esto demuestra que el estrés gestionado a nivel intelectual puede ser un facilitador del crecimiento, en lugar de una inhibición. El desafío para estas organizaciones es crear y mantener ese equilibrio para aquellos que no logran mantenerse dentro de un nivel de estrés ideal debido al estrés negativo y al estrés desfavorable. Estos resultados se visualizan en la siguiente Tabla.



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 11

Niveles de estrés académico

| Niveles | <i>f</i> | % |
|----------|----------|-------|
| Moderado | 427 | 73.49 |
| Alto | 84 | 14.46 |
| Bajo | 70 | 12.05 |

9.5. Nivel de Calidad de Vida Profesional

El análisis de la Escala de Calidad de Vida Profesional (ProQOL) permitió comprender el bienestar profesional de los estudiantes y las emociones que experimentan al trabajar con clientes en los centros de prácticas de la USAC. Los datos mostraron un perfil equilibrado con un alto grado de satisfacción por la compasión, lo que actúa como factor preventivo contra el estrés. La mayoría de los estudiantes mostraron emociones positivas al ayudar y sintieron que prestar servicio a los demás les proporciona una sensación de realización personal.

Estos niveles de satisfacción se reflejan en sentimientos de eficacia, orgullo y egocentrismo al contribuir al bienestar de los demás. Los estudiantes no solo valoran los resultados de sus esfuerzos de intervención, sino también la experiencia de interactuar con los demás. Este hallazgo plantea la importante pregunta de si las prácticas profesionales se utilizan como un espacio para el desarrollo personal y profesional, en lugar de como un factor que contribuye al agotamiento profesional. La experiencia del contacto humano parece fortalecer la identidad profesional, en lugar de fragmentarla.

En cuanto al agotamiento profesional, los niveles de emocionalidad se encontraron entre bajos y moderados. Esto sugiere que la sensación de agotamiento existente se encuentra dentro de los niveles aceptables en un entorno de aprendizaje. El grupo parece ser muy eficaz a la hora de gestionar el estrés que conlleva trabajar con otros. Esto indica que podrían estar



Informe final de Proyecto de Investigación

utilizándose mecanismos muy eficaces relacionados con la autorregulación. Además, parece haber un elemento de emocionalidad que proporciona una sensación del esfuerzo que se realiza al formar parte del proceso.

Los resultados sobre el factor de estrés traumático secundario revelaron niveles muy bajos del mismo. Esto demuestra que estos estudiantes no se vieron muy afectados por la exposición al sufrimiento ajeno. El contacto con las difíciles realidades de la vida podría no haber contribuido mucho a sentimientos de emociones desbordadas o trauma indirecto. En contraste con esta suposición, estos estudiantes también mostraron la capacidad de controlar beneficiosamente la empatía al evitar identificaciones excesivas con aquellos a quienes servían. Todo esto apunta a un mayor nivel de madurez emocional.

Los tres niveles del ProQOL representan una imagen de bienestar emocional y funcionalidad. Los estudiantes demuestran que es posible mantener una actitud de empatía sin caer en el agotamiento y que es factible adquirir conocimiento del encuentro con la persona afectada sin sentirse abrumado por él. La profesión laboral en sí misma, más que ser un generador de agotamiento, parece consolidarse como un espacio de aprendizaje significativo. Por lo tanto, los datos obtenidos confirman que la calidad de vida profesional de los alumnos se encuentra en un nivel positivo y esperanzador. El factor de satisfacción con la compasión anula los sentimientos de fatiga y estrés. Esto indica que existe un equilibrio emocional que nutre tanto el crecimiento personal como el profesional. Estos datos evidentes también se deben en gran medida a la base positiva que los estudiantes de la USAC tienen en las profesiones que implican cuidado y atención.

9.5.1. Niveles de Satisfacción por compasión

La interpretación de los resultados de la recogida de la dimensión Satisfacción por la Compasión se corresponde con un resultado positivo, en la submuestra de estudiantes que trabajan con personas, ya que la tendencia general es que estén satisfechos en cuanto a la fuente de contacto humano y de la sensación de tener un propósito de vida en la ayuda. Para estos estudiantes cuya actividad profesional supone un requisito del plan de estudios no es



Informe final de Proyecto de Investigación

sólo una exigencia académica, sino una vivencia significativa de la construcción de su identidad vocacional en el marco del bienestar psicológico.

El equilibrio detectado en las medidas de tendencia central también sugiere consistencia en estas percepciones: los alumnos tienen una experiencia colectiva de sentir lo mismo sobre su desempeño en la materia. Estos datos sugieren que existe una comprensión compartida de la práctica como un crecimiento que trasciende las materias individuales estudiadas. El elemento de satisfacción no aparece como un caso atípico, sino como un atributo de un grupo colectivo que mantiene un equilibrio saludable entre compromiso y bienestar.

La estabilidad de los datos también indica que parecen predominar las emociones positivas, en lugar de los sentimientos de agotamiento o indiferencia. Los estudiantes parecen obtener gratificación tanto del proceso de brindar ayuda como de los resultados. Este conjunto de emociones concuerda con lo encontrado en la literatura sobre compasión profesional. Es decir, quienes valoran su trabajo reportan altos niveles de energía vital y resiliencia ante sentimientos de agotamiento.

Además, a partir de la naturaleza de la distribución del servicio, parece que la tendencia del grupo es hacia niveles altos en esa escala en particular. Esta escala en particular indica una inclinación hacia la satisfacción en lugar de la frustración. Las implicaciones psicológicas de este aspecto implican que los estudiantes sienten emociones positivas, como orgullo y tranquilidad. Estas emociones actúan como amortiguadores contra el entorno, impidiendo que el estrés alcance un nivel de desmotivación.

Sin embargo, el nivel de variación que surge muestra que no todos los estudiantes viven la experiencia con la misma intensidad. Algunos reflexionan más sobre la importancia del trabajo que realizan, mientras que otros pueden estar en proceso de adaptación. En entornos de formación, por supuesto, esta variación es esperable. El grado de satisfacción con la compasión aumenta con la experiencia, así como con la sensación de seguridad y claridad de rol. La coexistencia de casos con niveles de intensidad más bajos no representa



Informe final de Proyecto de Investigación

una sensación incómoda, sino simplemente un proceso. El aprendizaje emocional, al igual que el conocimiento técnico, requiere tiempo.

Los datos también indican la presencia de un entorno académico que fomenta la inversión emocional en el trabajo práctico. La concordancia de la recomendación también sugiere que los estudiantes cuentan con apoyo y control que les deja transformar situaciones difíciles en oportunidades. La función de esta mediación educativa para generar una satisfacción por compasión es importante, porque hace que se pueda leer el sufrimiento de las personas desde una perspectiva profesional sin dejarse llevar por los sentimientos.

A nivel psicológico, el concepto de satisfacción por compasión que surge en este grupo puede interpretarse ahora como una sensación de eficacia personal. Los estudiantes reconocen y sienten que lo que hacen es importante para los demás. Sentirse útiles no solo influye en su bienestar, sino que también actúa como un incentivo para que mantengan su compromiso con su trabajo académico. En la medida en que los futuros profesionales reconozcan que su trabajo realmente marca la diferencia, la sensación de fatiga se convierte en una expresión de esfuerzo honesto.

La moderada dispersión de las puntuaciones indica estabilidad en los procesos emocionales. La ausencia de evidencia sobre la frustración general y el agotamiento masivo indica que el contacto directo con los demás no contribuye a una carga emocional excesiva. Por el contrario, parece ser un catalizador tanto para el crecimiento como para la autoafirmación profesional.

Desde el punto de vista de la psicología laboral y educativa, este rasgo en particular tiene una importancia especial. El papel de la satisfacción compasiva como parte importante de la calidad de vida profesional no puede subestimarse. Estos datos, interpretados anteriormente, nos permiten asumir que los estudiantes se encuentran en un punto óptimo de formación. Durante la formación, aprenden a cuidar a los demás y a mantener un equilibrio interior.



Informe final de Proyecto de Investigación

De igual manera, la tendencia hacia valores altos puede atribuirse a la etapa de la vida de los sujetos de investigación. En el caso de los universitarios, el sentido de vocación y la orientación hacia el futuro pueden aumentar la satisfacción general de los estudiantes con sus prácticas. Esto no implica ausencia de estrés, sino una combinación de estrés y placer. Al parecer, sienten "energía compasiva". Este concepto explica su capacidad para mantener el disfrute a pesar de sentir empatía constante.

El análisis de los datos evidencia una sensación de satisfacción por la compasión sólida y completa. No solo se sienten emocionalmente recompensados por lo que hacen, sino que parecen poseer un concepto maduro de la ayuda y el contacto humano. Este aspecto de los datos es un hallazgo bastante alentador, ya que muestra un aspecto de resiliencia de un sano sentido de bienestar laboral en un entorno a menudo exigente.

La satisfacción por la compasión, como se observa en este grupo, representa la base emocional que les permitirá, en el futuro, prevenir el agotamiento y mantener su vocación. Es el punto de partida para una calidad de vida profesional que integra el esfuerzo, el sentido y la gratitud como elementos centrales de la práctica humana y ética de las profesiones de ayuda. Los resultados de las estadísticas descriptivas se presentan en la siguiente Tabla.

Tabla 12

Estadísticos descriptivos para la prueba Satisfacción por la compasión de la PROQOL

| Estadístico | Satisfacción por la compasión |
|---------------------|-------------------------------|
| Media | 35.09 |
| Error est. media | 0.3666 |
| Mediana | 36 |
| Moda | 37 |
| Desviación estándar | 8.836 |
| Varianza | 78.08 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 12

Estadísticos descriptivos para la prueba Satisfacción por la compasión de la PROQOL

| Estadístico | Satisfacción por la compasión |
|----------------------|-------------------------------|
| RIC | 12 |
| Recorrido | 46 |
| Mínimo | 4 |
| Máximo | 50 |
| Asimetría | -0.7115 |
| Error est. asimetría | 0.1014 |
| Curtosis | 0.5092 |
| Error est. curtosis | 0.2024 |

La Tabla de niveles de satisfacción con la compasión muestra el equilibrio dentro de la población. Esto parece reflejar el nivel educativo de los estudiantes. Esto sugiere que quienes participaron en la investigación tienden a disfrutar de sentimientos de bienestar y también poseen un sentido de propósito al trabajar con otros. Es posible que no siempre alcancen los niveles más altos de satisfacción personal que poseen otros en estos niveles. Esto parece normal en el contexto del trabajo profesional.

El predominio del nivel medio puede interpretarse como evidencia de un nivel emergente de madurez emocional. Los estudiantes parecen haber cultivado una actitud positiva hacia el acto de brindar ayuda. Lo disfrutan y aprecian el valor de lo que hacen. Al mismo tiempo, son conscientes de las contradicciones de estar junto a otros en circunstancias vulnerables. En términos psicológicos, representa una integración del compromiso y la autopreocupación. El sentimiento de compromiso no debe verse destruido por el agotamiento y la identificación excesiva con las emociones de los demás.



Informe final de Proyecto de Investigación

La evidencia de que una parte sustancial del grupo alcanza un alto nivel indica que descubren una auténtica fuente de satisfacción personal en su actividad. Para ellos, no solo proviene del reconocimiento externo, sino también de asignarle un sentido de importancia personal. Parecen apreciar la actividad de acompañar y escuchar a alguien y de lograr convertir la experiencia emocionalmente negativa de los demás en un factor positivo. Este grupo constituye el núcleo vocacional más potente. Estos demuestran una vitalización de la actividad debido a un sentido interno de misión vocacional.

Desde una perspectiva positiva de la psicología, este aspecto del bienestar puede relacionarse con la experiencia de "florecimiento profesional". En términos de dicho florecimiento, la satisfacción por compasión funciona en el marco de un mecanismo de regulación emocional, en el sentido de que las personas que experimentan sentimientos intensos de ella desarrollan una mayor resiliencia al estrés y mantienen relaciones interpersonales exitosas.

En el extremo opuesto del espectro, la categoría de bajos niveles de satisfacción representa una parte importante del fenómeno. Estos pueden estar menos satisfechos con el trabajo que involucra a otros para afrontar fuertes desafíos de carácter emocional. Para ellos, la relación con el trabajo puede ser más un desafío que una oportunidad. Además, pueden no representar a escolares que permanecen siempre desmotivados, sino a aquellos que pueden estar abrumados o en proceso de adaptación a un entorno emocionalmente exigente.

En cuanto a las consideraciones formativas, cabe destacar que este grupo demográfico requiere una consideración especial. La posibilidad de que unos bajos niveles de satisfacción por la compasión anticipen vulnerabilidad al agotamiento emocional y/o fatiga por compasión puede existir, sobre todo, cuando el clima organizacional carece de recursos adecuados para garantizar su contención. En entornos universitarios, se puede lograr una inversión de la tendencia anterior.

El promedio global de valores medios y altos indica que los estudiantes son capaces de mantener niveles de motivación y sentido de propósito en su actividad profesional. Este



Informe final de Proyecto de Investigación

hallazgo es particularmente relevante, ya que constituye la base de la calidad de vida de quienes trabajan. El valor de ser útil reduce la sensación de fatiga y aumenta la sensación contraria. Esto significa que los estudiantes no solo adquieren procedimientos, sino que también desarrollan un sentido de identidad profesional. La proporción de casos en los niveles superiores muestra que la mayoría percibe el contacto humano como una fuente de bienestar, no de agotamiento. Esto podría atribuirse a la naturaleza de la estructura de supervisión y apoyo de los centros de práctica. Aquí, los estudiantes reciben orientación emocional, no solo técnica. Además, sienten que todo lo que hacen tiene importancia. Esto los hace felices.

El grupo promedio, que simboliza a la mayoría de la población, puede considerarse como uno que integra la vocación y el desafío. Los factores positivos y negativos coexisten. Al trabajar con personas, existe una carga emocional. Aun así, parece que los estudiantes han encontrado una manera funcional de gestionarla. Manteniendo el ritmo de trabajo diario. No se sienten eufóricos en su vida laboral. Aun así, comprenden la importancia de lo que hacen.

Al mismo tiempo, el grupo con altos niveles de satisfacción proporciona un referente afectivo dentro de la muestra de investigación. Sin duda, estos estudiantes comunican motivación a los demás, construyen relaciones empáticas con los sentimientos ajenos y buscan significado en circunstancias difíciles. Desde un enfoque psicológico de estados de bienestar positivos, estos demuestran un alto nivel de compasión que no se debilita con el sufrimiento ajeno ni permite que los problemas ajenos los agobien.

El pequeño grupo con bajos niveles, a pesar de ser minoritario, desempeña un papel importante desde una perspectiva diagnóstica. De hecho, muestra las limitaciones del proceso de formación. Los resultados de la actividad profesional no solo deben brindar satisfacción laboral, sino que también pueden tener un costo emocional. Es necesario fortalecer el rol de la empresa en la provisión de una infraestructura de apoyo contra el agotamiento.

La integración de estos tres niveles contribuye a un equilibrio saludable y positivo. Los estudiantes, en su mayoría, se sienten bien con su trabajo, un gran porcentaje se siente



Informe final de Proyecto de Investigación

muy realizado y solo unos pocos experimentan sobrecarga o desilusión. Este patrón se aplica a los estudiantes universitarios que se dedican a brindar ayuda. Los estudiantes inevitablemente se decepcionan, además de sentirse emocionalmente plenos.

Desde una perspectiva psicológica, se puede observar que la satisfacción por la compasión, observada en este grupo, actúa como un mecanismo de afrontamiento del estrés e indica un crecimiento profesional temprano. Los estudiantes parecen lograr cierto equilibrio entre el cuidado de los demás y el cuidado de sí mismos, dentro de un ideal ético y saludable.

Tabla 13

Nivel de Satisfacción por la compasión

| Niveles | <i>f</i> | % |
|---------|----------|-------|
| Bajo | 47 | 8.09 |
| Medio | 380 | 65.40 |
| Alto | 154 | 26.51 |

9.5.2. *Burnout*

El análisis de la dimensión Burnout de la ProQOL, dentro de la siguiente Tabla, muestra una tendencia a niveles bajos o moderados de agotamiento profesional en estudiantes que trabajan con personas. Considerando todo esto, se observa que el grupo presenta un nivel adecuado de equilibrio emocional en el marco de los desafíos que plantea su trabajo diario.

En primer lugar, a partir de los datos sobre las medidas de tendencia central y dispersión, se observa que las emociones de los sujetos se mantuvieron inicialmente estables. Los datos se agrupan en torno al valor promedio, ya que los sujetos no experimentaban niveles de estrés académico y emocional preocupantes desde la perspectiva del distrés psicológico. Los sujetos presentaban un nivel de fatiga manejable y propicio para el aprendizaje.



Informe final de Proyecto de Investigación

Además, la proximidad de los datos promedio y mediano indica cierta homogeneidad en el concepto de fatiga. En ese sentido, se puede afirmar que la mayoría de los sujetos comparten una experiencia de estrés similar a la de los estudiantes. Esto suele observarse en una población sometida a ciertas condiciones de trabajo y apoyo, como las que se encuentran en los centros de prácticas supervisadas. En estos entornos, los estudiantes se enfrentan a circunstancias estresantes, pero al mismo tiempo disfrutan de cierto apoyo.

Desde un punto de vista psicológico, se puede deducir que el hallazgo ilustra la presencia controlada de "agotamiento emocional", algo que lógicamente debería esperarse entre quienes se capacitan para lidiar con la exposición directa a la miseria humana. No considera ni el establecimiento de "burnout crónico" ni de "agotamiento emocional". La observación importante aquí es que el grupo simplemente parece "no estar quemado", sino "adaptarse a la tensión de la frustración inherente al rol".

Los datos sobre la dispersión de las puntuaciones muestran, sin embargo, que existen algunas diferencias individuales en el manejo del estrés. Algunos estudiantes mantienen niveles más bajos de estrés y parecen gestionar eficazmente las emociones asociadas con el estrés de la práctica, mientras que otros tienden a sufrir fatiga psicológica en cierta medida. Esto puede atribuirse a diversos factores, como técnicas deficientes de manejo del estrés, dificultad para distinguir las emociones relacionadas con el trabajo de las personales, o factores ambientales como el académico y el familiar.

En cuanto a la distribución de los datos, la desviación negativa sugiere una posible tendencia hacia niveles más bajos de burnout. Esto es particularmente positivo, ya que indica que la mayoría de los alumnos se mantienen en niveles saludables de bienestar laboral. Este hallazgo coincide con lo que debería encontrarse durante los primeros niveles de formación, donde el idealismo se mantiene activo y actúa como un potente factor preventivo. La práctica, en lugar del burnout, parece potenciar el sentido de propósito.

Al mismo tiempo, sin embargo, el valor casi nulo de la curtosis muestra una distribución equilibrada que no se concentra ni se dispersa excesivamente. Esto respalda la



Informe final de Proyecto de Investigación

idea de que los sujetos de la investigación experimentan una vida colectiva basada en una experiencia compartida de presión moderada, en la que el fenómeno no es el factor central del entorno emocional. En otras palabras, estos presentan un ajuste emocional estable que les permite afrontar la inevitable presión del trabajo con personas.

Al mismo tiempo, cabe señalar que, de acuerdo con la teoría del burnout, las manifestaciones iniciales de agotamiento pueden no ser siempre negativas y pueden servir como indicador del proceso de inteligencia emocional. En la etapa inicial de la experiencia de fatiga, los estudiantes toman conciencia de la necesidad de autocontrol. De esta manera, los hallazgos demuestran no solo la intensidad del fenómeno del agotamiento, sino también el proceso de competencia socioemocional.

Sin embargo, la observación de que las puntuaciones no tienden a los valores más altos también puede atribuirse a ciertos factores protectores existentes en el entorno universitario. Por ejemplo, el apoyo del profesorado que los supervisa, la retroalimentación grupal o el tiempo de reflexión en clase pueden actuar como una especie de escudo contra las consecuencias negativas de la sensación de agobio. De nuevo, algunos de estos estudiantes pueden estar aún en formación y, por lo tanto, contar con un factor de motivación adicional debido a su nueva experiencia.

El tercer aspecto que no debe pasarse por alto es que el agotamiento profesional excesivo puede desarrollar estrategias de adaptación solo en niveles moderados. En este grupo particular de estudiantes, se puede deducir que pueden aprender a gestionar su energía emocional. Estos atributos particulares desempeñan un papel especialmente importante en la supresión del agotamiento profundo una vez que estos estudiantes pasan a las siguientes etapas de la vida laboral. En este sentido, los hallazgos demuestran recursos de resiliencia dentro del proceso de formación.

Además, de la Tabla, parece que la dinámica entre el esfuerzo realizado y la recompensa recibida mantiene cierto equilibrio. El estudiantado siente que hay valor y significado en lo que hacen. Esto ayuda a contrarrestar el fenómeno del agotamiento



Informe final de Proyecto de Investigación

profesional. El aspecto de ser significativo y estar vinculado a la satisfacción por compasión puede servir como antídoto para prevenir la despersonalización y la desmotivación como consecuencia del agotamiento. El grupo muestra niveles controlados de agotamiento debido a factores significativos.

Sin embargo, la existencia de algún tipo de variación en el conjunto de datos debería recordar que no todos los estudiantes tienen la misma experiencia laboral. Algunos estudiantes pueden experimentar niveles de agotamiento que alcanzan su punto máximo durante cargas académicas particularmente intensas, o pueden mantener cierta estabilidad emocional gracias a estrategias de afrontamiento mejor formuladas o a mejores contextos de apoyo. Esta variación es previsible y, de hecho, representa una oportunidad.

Desde una perspectiva profesional del bienestar, se puede observar que estos resultados indican que los estudiantes se encuentran en un estado óptimo de sus emociones. La sensación de fatiga puede considerarse una reacción normal al comprender sus limitaciones al trabajar con otros. Es importante destacar que no tiende a la desesperanza ni al cinismo, sino que se mantiene en un nivel óptimo de esfuerzo.

Un análisis global de los resultados permite confirmar que el grupo mantiene una buena calidad de vida laboral, es decir, la capacidad de trabajar desde una perspectiva empática sin comprometer su equilibrio personal. Los estudiantes de la USAC que trabajan con otros adquieren la capacidad de mantener niveles de energía sin sentirse abrumados. Esto proporciona una respuesta afirmativa a la preparación. Además, se puede observar que los datos de la dimensión Burnout ofrecen una perspectiva alentadora al respecto, ya que muestran que el grado de burnout experimentado por los sujetos se mantiene bajo y que las emociones relacionadas con el esfuerzo profesional se mantienen bajo control. Los sujetos no solo soportan el estrés y la carga emocional que conlleva la actividad que realizan, sino que también la convierten en algo positivo, como la adquisición de conocimientos, el compromiso y un sentido de propósito.



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 14

*Estadísticos descriptivos para la prueba
Burnout de la PROQOL*

| Estadístico | <i>Burnout</i> |
|----------------------|----------------|
| Media | 24.04 |
| Error est. media | 0.286 |
| Mediana | 25 |
| Moda | 26 |
| Desviación estándar | 6.895 |
| Varianza | 47.53 |
| RIC | 9 |
| Recorrido | 41 |
| Mínimo | 2 |
| Máximo | 43 |
| Asimetría | -0.2203 |
| Error est. asimetría | 0.1014 |
| Curtosis | -0.08027 |
| Error est. curtosis | 0.2024 |

El patrón general encontrado en la Tabla de niveles de Burnout presenta una tendencia muy positiva para este grupo en particular. De hecho, la mayoría de los encuestados mostró características que indican una gestión adecuada del estrés y la fatiga derivados del trabajo en equipo. Los datos muestran que el conjunto de encuestados posee suficientes recursos para ayudarles a mantenerse estables en el programa de formación.

El nivel intermedio es más prevalente, lo que indica la presencia de fatiga. Sin embargo, se mantiene dentro de los límites normales establecidos por el exigente entorno académico. La naturaleza de la respuesta en este caso se considera positiva y funcional. Los



Informe final de Proyecto de Investigación

estudiantes han mostrado una respuesta adaptativa al estrés emocional derivado de su trabajo. Lo regulan para asegurarse de que no genere una reducción de los niveles de motivación ni sentimientos de agotamiento.

De manera correspondiente, la cantidad importante de casos con bajos indicadores refuerza la idea existente de que hay un colectivo con buenas habilidades para afrontar la situación. Los estudiantes de este colectivo demuestran una gran fortaleza de carácter y estrategias efectivas para recuperar el equilibrio personal, probablemente debido al control académico y al sentido vocacional que rinde el aprendizaje. El modo en que gestionan la práctica se caracteriza por la calma, el control sobre sí mismos y la satisfacción del deber ser bien cumplida.

El hecho de que pocos estudiantes presentaran el nivel más severo de agotamiento es un aspecto positivo. Esto demuestra que los casos de agotamiento muy severo son casos aislados y no reflejan la dinámica subyacente de la población. También puede considerarse un indicador de la eficacia del marco de apoyo y el enfoque pedagógico implementado en los centros de práctica. La disponibilidad de estructuras de apoyo y espacios de reflexión, así como la sensibilidad del tutor hacia el aspecto emocional, parecen desempeñar un papel importante en la prevención del agotamiento crónico debido a la presión académica.

En relación con la psicología laboral y organizacional, el patrón que surge se vincula a un contexto de formación saludable en el que las presiones externas no superan la capacidad de respuesta interna. La integración de los niveles de compromiso y autocuidado como un indicador importante hacia el bienestar profesional muestra que estas personas han avanzado en su consecución. El valor de la autopreocupación como parte de la cultura organizacional, además de un sentido de límites apropiados para estas preocupaciones.

Desde una perspectiva emocional, parece que los niveles bajos y medios transmiten un tipo de agotamiento que no ha mermado el sentido de propósito. Las presiones del trabajo académico y la interacción con problemas humanos no han afectado la despersonalización ni el cinismo. Estos representan los elementos centrales de una forma elevada de agotamiento.



Informe final de Proyecto de Investigación

En cambio, se ha observado una relación madura con el esfuerzo. Los alumnos reconocen las dificultades naturales del rol que asumen sin agotar los factores motivacionales que otorgan importancia a esos esfuerzos.

El predominio de niveles moderados también puede verse como una expresión del proceso natural de adaptación. Los estudiantes se encuentran en la posición de tener que aprender y lidiar con circunstancias emocionalmente complejas. En este sentido, cierta fatiga puede verse como una respuesta adaptativa, en lugar de una reacción negativa o de deterioro. La exposición a la realidad del sufrimiento o la vulnerabilidad conduce a la fatiga.

Por otro lado, la existencia de un sector con bajos indicadores indica que un área del colectivo ha logrado desarrollar un grado de efectividad en los mecanismos de resiliencia. Los estudiantes probablemente son aquellos que utilizan estrategias de gestión de la emoción aprendidas durante el proceso académico. Algunas pueden ser mantener una buena distancia de modo profesional o apoyarse en redes de apoyo. Asimismo, pueden definir de manera más límpida cuál es el papel de intervención.

La casi total ausencia de puntuaciones altas puede atribuirse a factores protectores tanto personales como organizacionales. La motivación intrínseca, el sentimiento de pertenencia y el reconocimiento del esfuerzo son componentes que actúan como amortiguadores contra el agotamiento. Además, el sistema de apoyo en el marco de los programas de prácticas, mediante la observación continua y la reflexión compartida, puede contribuir a la preservación de la estabilidad emocional del grupo.

En términos psicológicos, se observa que los estudiantes son capaces de transformar la presión negativa en crecimiento positivo. No sienten que el esfuerzo realizado sea una carga vacía que deba soportar. Su experiencia les ayuda a desarrollar confianza interior y una identidad vocacional sólida que no los llevará al agotamiento en el futuro.

Además, el panorama que se desprende de los datos es alentador. Los niveles de agotamiento se mantienen bajos y los de fatiga, moderados. Este último factor actúa como



Informe final de Proyecto de Investigación

catalizador del crecimiento, en lugar de como un obstáculo. La energía de las emociones impulsa el éxito y el crecimiento personal. Al mismo tiempo, les permite ser conscientes de las necesidades de los demás. Todas estas cualidades constituyen una base sólida para una buena calidad de vida laboral.

El panorama que surge presenta a un grupo de estudiantes que logran mantener altos niveles de motivación, empatía y disfrute del proceso de aprendizaje a pesar de los desafíos académicos que enfrentan y la constante exposición a problemas humanos. La combinación de sentido de responsabilidad, orientación y vocación parece haber generado un ambiente donde el esfuerzo mental se percibe como parte orgánica del crecimiento, en lugar de un atentado contra el bienestar mental.

Este hallazgo enfatiza la importancia de establecer entornos de formación o educativos que incluyan la emoción como un componente integral de las iniciativas de educación superior en relación con los resultados laborales futuros.

Tabla 15

Nivel de Burnout

| Niveles | <i>f</i> | % |
|---------|----------|-------|
| Bajo | 236 | 40.60 |
| Medio | 343 | 59 |
| Alto | 2 | 0.30 |

9.5.3. Estrés traumático secundario

El resultado del análisis estadístico descriptivo de los datos sobre la dimensión estrés traumático secundario muestra, en la Tabla, que el promedio de estos ítems tiende a ser bajo. La notabilidad de los hallazgos es particularmente relevante, ya que las prácticas de estos estudiantes se desarrollan en un entorno que puede implicar dolor, vulnerabilidad o angustia psicológica a diario. En los participantes estudiados, parece que estos elementos encontrados



Informe final de Proyecto de Investigación

en su entorno laboral diario no han contribuido al estrés a largo plazo ni a la sensación de agotamiento por empatía.

En un primer momento, la forma de la distribución muestra un patrón asimétrico de sentimientos que tienden a niveles más bajos, lo que indica un nivel controlado de angustia. La estabilidad inicial del gráfico muestra que los sujetos han estado procesando adecuadamente los eventos adversos y distinguiendo entre la empatía en el trabajo y la integración de los sentimientos con el sufrimiento ajeno. Esto podría implicar que no es el sentimiento ajeno lo que se convierte en sufrimiento, sino comprensión.

El rango de dispersión muestra cierta variación, lo cual es previsible dentro de estas poblaciones, ya que están sujetas a diversos entornos laborales. Aunque algunos de estos estudiantes pueden experimentar circunstancias de gran carga emocional en dichos entornos laborales, ya sea por enfermedad, pobreza o violencia, otros realizan su trabajo en entornos relativamente organizados o menos desafiantes.

Además, las medidas de tendencia central se correlacionan bien con otras. Los alumnos parecen tener un notable sentido de desapego emocional que les ayuda a involucrarse sin dejarse dominar por las emociones. Esta faceta de las emociones parece hallarse conectada con el concepto de "empatía madura". Consiste en ser empático sin dejarse arrastrar por las emociones.

Desde la óptica psicológica relativa a la exposición y las respuestas frente al estrés, los niveles que se obtienen manifiestan buenos mecanismos de afrontamiento. El alumnado parece que tiene recursos tanto personales como organizativos que le permiten abordar las emociones y el estrés y, por tanto, evitar la acumulación del mismo.

Por otra parte, la baja dispersión indica que podría haber un pequeño grupo de personas que presenten tendencias a una leve sobrecarga emocional. Este tipo de casos se dan principalmente en personas con altos niveles de empatía o que no han establecido límites entre el trabajo y la vida personal. En la mayoría de estas circunstancias, la presentación de



Informe final de Proyecto de Investigación

historias de sufrimiento puede desencadenar emociones difíciles de gestionar, considerando que podrían no haber estado lo suficientemente expuestas. Sin embargo, los bajos niveles de estas manifestaciones muestran que estos casos pueden no ser generalizados, sino eventos específicos que pueden gestionarse mediante apoyo emocional constante.

La ligera preferencia por valores más altos también puede interpretarse como una expresión de sensibilidad emocional activa. En términos de formación, dicha sensibilidad no se considera negativa. De hecho, facilita el contacto humano que debe acompañar a la atención empática y auténtica. El reto aquí no es eliminar la empatía, sino mantenerla sin que se convierta en una carga emocional. El análisis de los datos sobre la variación y la forma de la distribución respalda la evidencia de un grupo emocionalmente estable.

Nada indica polarización ni una fuerte agrupación que pudiera reflejar una reacción desequilibrada ante la exposición al sufrimiento ajeno. Este tipo de patrón se observa en grupos de formación con supervisión de calidad y procesamiento reflexivo. En estos entornos, el estrés traumático secundario surge como una experiencia que fomenta una mejor comprensión del rol profesional, más que como una patología.

En adición, la moderada dispersión indica que la influencia de las prácticas sobre las emociones no solo varía en función de la naturaleza de los casos que tratan y de los recursos personales de los alumnos. Quienes cuentan con mayores recursos en términos de conciencia, regulación y apoyo social parecen verse menos afectados. Estos hallazgos indican que la educación superior ha comenzado a desarrollar no solo los conocimientos, sino también las competencias necesarias para el trabajo humano.

Otro aspecto para considerar es que, dado que la afectación varía desde niveles mínimos hasta casos de afectación moderada, es evidente que el grupo está experimentando un proceso de aprendizaje emocional continuo. Los alumnos experimentan de primera mano los desafíos de tratar con personas y las emociones involucradas. Al mismo tiempo, el estudiante promedio mantiene un control adecuado de sus emociones. Esto demuestra que no experimentan traumas secundarios.



Informe final de Proyecto de Investigación

Desde la óptica de la calidad de vida profesional, estas conclusiones son relativamente optimistas. En efecto, no se ha expresado el posible estrés traumático secundario en el estudiantado que indican estar en condiciones de afrontar los retos de sus profesiones elegidas sin afectar así su integridad psicológica. Este hallazgo reafirma la fortaleza de los recursos de la dimensión académica, los cuales defienden contra las manifestaciones de agotamiento emocional.

Además, la estabilidad que existe en los datos de las medidas centrales hace entender que la práctica profesional, más que ser un insumo generador de emociones desafortunadas puede considerarse un contexto de fortalecimiento de dicha práctica profesional. Los alumnos parecerían haber desarrollado resiliencia y empatía ante las adversidades. Esta experiencia temprana de gestión de emociones para los estudiantes es importante en el contexto del servicio profesional.

Tabla 16

*Estadísticos descriptivos para la prueba
estrés traumático secundario de la PROQOL*

| Estadístico | STS |
|---------------------|--------------------|
| Media | 16.57 |
| Error est. media | 0.3314 |
| Mediana | 15 |
| Moda | 12.00 ^a |
| Desviación estándar | 7.988 |
| Varianza | 63.81 |
| RIC | 11 |
| Recorrido | 46 |
| Mínimo | 0 |
| Máximo | 46 |
| Asimetría | 0.5676 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 16

*Estadísticos descriptivos para la prueba
estrés traumático secundario de la PROQOL*

| Estadístico | STS |
|----------------------|--------|
| Error est. asimetría | 0.1014 |
| Curtosis | 0.1379 |
| Error est. curtosis | 0.2024 |

^a Existe más de una moda, solo se reporta la primera

En la siguiente Tabla se observa una distribución favorable de los niveles de estrés traumático secundario, ya que la mayoría se encontraban en una posición equilibrada que les permitía soportar las consecuencias negativas de la exposición al sufrimiento ajeno. Este hallazgo indica que los estudiantes han desarrollado mecanismos de afrontamiento relevantes para afrontar la exposición diaria a temas delicados, lo cual es importante en la formación.

La preponderancia de niveles bajos de angustia muestra que estos sujetos de investigación han logrado establecer un distanciamiento saludable de las experiencias difíciles que enfrentan en su trabajo. Esto no debe confundirse con una falta de empatía. Más bien, debe verse como una fuerte capacidad para mantener conexiones con los demás sin tener que internalizar su dolor. Desde la teoría de la compasión profesional, esta reacción evidencia la eficacia de la empatía regulada. Experimentan el sufrimiento como una rama de olivo.

La tercera categoría de niveles medios de angustia representa a los estudiantes que, a pesar de ser emocionalmente estables, sufren ciertos niveles de estrés derivados de la naturaleza inevitablemente emocional del trato con las personas. Este tipo de reacción suele manifestarse en las primeras etapas de la vida profesional, cuando una persona se enfrenta a las duras realidades de la humanidad, que desencadenan emociones aún incontrolables. En



Informe final de Proyecto de Investigación

estos casos, el nivel de angustia puede no alcanzar el de un trauma secundario, pero sí evidencia la persistencia de emociones de resiliencia.

Al mismo tiempo, la escasa evidencia de estudiantes con altos niveles de angustia indica que las consecuencias negativas del estrés son prácticamente insignificantes. Estos casos aislados podrían estar relacionados con circunstancias de vulnerabilidad personal o exposición al estrés en el pasado. Sin embargo, su relativa rareza confirma que la comunidad proporciona un entorno de apoyo que ayuda a prevenir la cronificación de la angustia.

El conjunto de resultados muestra un patrón de datos que corresponde a una población estudiantil que aprende a transformar la empatía en actividad profesional. La reacción ante el dolor o el sufrimiento ajeno no provoca un desbordamiento de emociones ni las desarrolla. En este sentido, la actividad práctica no funciona como un factor de riesgo ni como una oportunidad para el desarrollo de habilidades importantes para la vida laboral.

Desde una perspectiva más psicológica del área temática, se ha observado que los niveles de compromiso permiten asumir que estos estudiantes al menos cuentan con mecanismos funcionales para afrontar las dificultades. Estos alumnos parecen emplear mecanismos de compartir y cuidar a sus compañeros, así como de recibir el cuidado del profesorado. Estos componentes alivian el estrés de la vulnerabilidad.

Esto encaja bien con el modelo de bienestar compasivo, al sugerir que quienes conservan sentimientos de empatía sin angustiarse emocionalmente desarrollan una forma de resiliencia basada en sentimientos de propósito. Los hallazgos anteriores reflejan precisamente eso. Es decir, los sentimientos de compasión se perciben como fuentes de motivación. No se perciben como una carga.

Con lo que respecta a lo educativo, la tendencia que podemos inferir de la escasa cantidad de estrés traumático secundario nos indica que el medio organizacional hace una aportación relevante para la prevención, ya que no solo adquieren el saber disciplinar; sino también, capacidades afectivas que favorecen la estabilidad psicológica. Asimismo, la



Informe final de Proyecto de Investigación

práctica guiada y el hecho de pertenecer a una comunidad parecen ser un factor de protección que modera las consecuencias de encontrarse expuesto de situaciones difíciles.

De otro lado, la coexistencia de un porcentaje de casos de tipo intermedio hace referencia al papel del apoyo a la Psicología dentro de la Universidad. Estos pueden aprovechar un espacio de reflexividad en la que compartir materias de autocuidado, límites entre otros temas de Regulación de la emoción ante la dolencia del otro. El aprendizaje formativo tiene de ir más allá e integrar lo emocional.

El fenómeno observado finalmente confirma la evidencia de bienestar emocional colectivo. Los alumnos se dan cuenta de la diferencia entre estar con alguien que sufre y ser portador del sufrimiento de alguien. Esto demuestra que poseen una madurez profesional temprana. La capacidad de retener un equilibrio experimentado de emociones frente a acontecimientos complejos de la vida humana parece representar la evidencia más importante de una alta calidad de vida profesional.

Los niveles de estrés traumático secundario entre los estudiantes de la USAC indican una fuerte y saludable adaptación a nivel emocional. La exposición a duras verdades no ha provocado daños visibles, sino que parece haber aumentado los niveles de empatía y el sentido de resiliencia de los estudiantes. Este hallazgo sienta las bases para una vida profesional éticamente sana y saludable ya que ilustra que el proceso de formación no sólo aumenta las habilidades profesionales sino también el bienestar de quienes trabajan como profesionales.

Tabla 17

Nivel de estrés traumático
secundario

| Niveles | <i>f</i> | % |
|---------|----------|-------|
| Bajo | 447 | 76.90 |
| Medio | 132 | 22.70 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| | | |
|------|---|------|
| Alto | 2 | 0.30 |
|------|---|------|

9.6. Criterios de normalidad

El uso de la prueba de Kolmogorov-Smirnov con corrección de Lilliefors permitió determinar si las principales variables de investigación seguían una distribución normal. Los hallazgos evidenciaron que la hipótesis nula de normalidad se había rechazado en ambos casos, lo que implicaba que las distribuciones de las puntuaciones no eran normales. La normalidad de los datos suele manifestarse en investigaciones con un gran número de sujetos y medidas psicológicas debido a la tendencia natural de las respuestas humanas a agruparse en torno a ciertos niveles de emociones o actitudes.

La ausencia de normalidad observada no es un problema en sí misma, sino una propiedad del tipo de datos recopilados. Por ejemplo, en el presente estudio, los instrumentos utilizados, como el CDRisc para la resiliencia, el ProQOL para la calidad de vida profesional y el MHC-SF para el bienestar, abordan aspectos subjetivos que tienden a no distribuirse normalmente en una población. Esto podría deberse a diversos factores, como la individualidad y las características personales, que tienden a agruparse en torno a niveles medios y altos de dichas cualidades.

Desde una perspectiva interpretativa, parece que la mayoría de los estudiantes tienden a agruparse en torno a valores positivos de altos niveles de resiliencia, satisfacción por compasión y bienestar, así como a bajos niveles de agotamiento profesional y estrés traumático secundario. Esta asimetría se ajusta bien a los datos observados desde la perspectiva descriptiva, ya que la mayoría de los estudiantes tienden a niveles normales y equilibrados. La desviación de la normalidad no indica una dispersión incontrolada ni una variación errática, sino una concentración adecuada de datos en los extremos positivos de las escalas.



Informe final de Proyecto de Investigación

Desde un enfoque metodológico, descartar la normalidad ayuda a orientar el análisis hacia la adopción de análisis estadísticos no paramétricos que se ajusten mejor a los datos que violan los supuestos de simetría u homogeneidad de la varianza. A pesar del tamaño muestral relativamente grande y uniforme recopilado, ofrece suficientes estadísticas de potencia que garantizan la representatividad de las estimaciones descriptivas. Esto contribuye a mejorar la validez de los resultados, ya que las tendencias detectadas representan uniformidad dentro de la población.

Desde una perspectiva psicológica, la distribución anormal de los datos de las variables estudiadas puede considerarse un indicador de diferenciación interna. La reacción de los estudiantes al fenómeno puede ahora considerarse como una combinación de diversas emociones y mecanismos de afrontamiento que lo complican. Por ejemplo, ciertos grupos de estudiantes pueden manifestar niveles muy altos de satisfacción o resiliencia, mientras que otros pueden considerarse con niveles promedio que reflejan el proceso de adaptación al fenómeno. Esta complejidad ofrece una mejor comprensión del fenómeno al revelar que se trata de una experiencia dinámica.

Además, la fuerte concordancia entre los resultados de las diversas variables sobre si se ajustan a un patrón normal o no indica que el patrón anormal es más sensible a las propiedades del grupo que al error. La tendencia a obtener valores altos en las variables de bienestar y bajos en las de agotamiento muestra que la experiencia de las prácticas ha sido mayoritariamente positiva.

El resultado de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, presentado en la siguiente Tabla, verifica que los datos de las variables estudiadas siguen distribuciones no normales, pero se ajustan bien a sí mismos y al patrón emocional del grupo. Esto refuerza la idea de que los estudiantes experimentan la experiencia de prácticas desde una perspectiva de bienestar y fortaleza emocional que incluye variaciones normales en un contexto educativo complejo y realista. En estas circunstancias, la anormalidad estadística de los datos no puede considerarse una desviación negativa, sino la huella de la experiencia de la naturaleza



Informe final de Proyecto de Investigación

subjetiva de las variables estudiadas. Más que un obstáculo, representa una oportunidad para una comprensión más realista del fenómeno. El fenómeno del bienestar, la resiliencia y la compasión profesional no puede distribuirse con normalidad perfecta, sino que se crea de forma desigual a partir de la historia de cada estudiante.

Tabla 18

Prueba de Kolmogorov-Smirnov

| Variable | Media | Desviación estándar | Estadístico de prueba | Sig. asintótica (bilateral) |
|-------------------------------|-------|---------------------|-----------------------|-----------------------------|
| CDRisc | 45.47 | 13.451 | 0.064 | < .001 |
| MHC-SF | 52.51 | 14.19 | 0.056 | < .001 |
| Estrés académico | 53.94 | 10.341 | 0.066 | < .001 |
| ProQol | 75.7 | 14.361 | 0.054 | < .001 |
| Burnout | 24.04 | 6.394 | 0.059 | < .001 |
| Satisfacción por la compasión | 35.09 | 8.354 | 0.076 | < .001 |
| Estrés traumático secundario | 15.57 | 7.979 | 0.081 | < .001 |

N = 581 Nota:

- Nivel de significación = .050
- Prueba de Kolmogorov-Smirnov con corrección de Lilliefors.
- En todas las variables se rechaza la hipótesis nula de normalidad, lo que indica que las distribuciones no siguen una forma normal.

9.7. Confiabilidad

La evaluación de la fiabilidad mediante uso del coeficiente ω de McDonald ha permitido evaluar la consistencia interna de las escalas de este estudio. En definitiva, se puede decir que los índices son satisfactorios y atienden un nivel adecuado de precisión muestral para evaluar de forma precisa un determinado constructo psicológico. La homogeneidad de las respuestas revela que todos los ítems de la escala tienen una esencia conceptual que



Informe final de Proyecto de Investigación

corresponde a dimensiones como el bienestar y el estrés estudiados en este grupo de estudiantes.

Las escalas que midieron aspectos del bienestar y la satisfacción con la compasión destacaron por su alta consistencia interna. Este hallazgo indica que las afirmaciones utilizadas en esta batería de pruebas son adecuadas para medir la experiencia positiva de las emociones de los estudiantes sin generar contradicciones. La fiabilidad en la medición del bienestar puede considerarse una garantía de que la tendencia real se expresa a través de las dimensiones observadas y no de una técnica de medición.

De forma similar a lo anterior, también se obtuvo un nivel fiable de puntuación para la resiliencia, el estrés traumático secundario y el estrés académico. Es decir, un nivel de fiabilidad dentro de los parámetros aceptables para los estudios psicológicos. Las cifras anteriores verifican que cada ítem de una escala dada está relacionado con los demás y que la respuesta a un ítem determinado tiene un significado similar para todos los demás ítems similares dentro de la misma escala. Es decir, una respuesta refleja un constructo similar.

La escala de Burnout presentó el valor de fiabilidad más bajo de este conjunto de escalas, pero aún se encuentra dentro de los límites aceptables para las pruebas exploratorias. Esta fiabilidad ligeramente inferior se puede atribuir a su constructo multifacético, que abarca aspectos emocionales, cognitivos y conductuales. En una población en desarrollo como la de los universitarios, el burnout puede tener diferentes dimensiones.

Si bien algunas personas pueden identificarse más con el agotamiento emocional, otras pueden compartir características comunes, ya sea en términos de menor motivación o menor capacidad de concentración. Por lo tanto, la variabilidad en esta respuesta no es motivo de preocupación para este constructo, sino que apunta a sus complejidades en su desarrollo.

La consistencia global de las escalas demuestra que las seleccionadas fueron efectivamente adecuadas para esa población objetivo. El alto valor de fiabilidad en todas las variables, excepto una, respalda y garantiza la validez de las inferencias extraídas sobre el



Informe final de Proyecto de Investigación

bienestar y el estrés. Además, aplicar el valor de ω garantiza una estimación más precisa en lugar de depender del alfa de Cronbach. Esto se debe a que no se supone que las cargas factoriales de los ítems sean iguales. Por lo tanto, esto ha ayudado a infundir seguridad en todos los análisis correlacionados y determinaciones descriptivas.

Desde un punto de vista más psicológico, la consistencia encontrada en la instrumentación del bienestar y la satisfacción por compasión se alinea con el patrón emocional positivo del muestrear. Los alumnos reflejan una consistencia cuando se invita a hacer una reflexión sobre aspectos preocupantes a la satisfacción y la motivación, la cual se refleja en los sólidos indicadores psicométricos. Esta consistencia es válida no sólo para la instrumentación sino también para la estabilidad emocional del conjunto en el momento del cuestionario. De manera similar, para el estrés relacionado con las escalas académicas y traumáticas secundarias, hubo niveles adecuados de precisión en las escalas. La respuesta emocional a los requisitos y al sufrimiento universitario está bien captada. En entornos académicos, este tipo de precisión garantiza que la diferencia observada entre los participantes sea una respuesta a la variabilidad real y no una variación en la escala.

Desde un punto de vista metodológico, la coherencia interna obtenida en la investigación actual ratifica la calidad del diseño de investigación y la validez del análisis posterior. Los puntos obtenidos han permitido determinar que cada uno de los instrumentos empleados se comporta de la misma forma en la población universitaria guatemalteca. Asimismo, la medición de los índices de confiabilidad ratifica la adecuación realizada en la traducción y la administración de las pruebas.

Al conjunto de los hallazgos de confiabilidad se presenta en la siguiente Tabla, teniendo un buen perfil: las pruebas empleadas Capture con exactitud la medida de la prueba y la han medido de forma consistente a lo largo de cada uno de los ítems. Esto augura bien para la realización del análisis de las relaciones existentes y condicionadas entre bienestar, resiliencia y calidad de vida profesional, lo que permite concluir que los hallazgos del estudio no brotan del azar ni del empleo de instrumentos impredecibles y volátiles, sino de



Informe final de Proyecto de Investigación

mediciones con fiabilidad que registran con verdad la realidad emocional y psicológica del conjunto de los estudiantes en proceso de educación profesional.

Tabla 19

Confiabilidad de las pruebas

| Escalas | ω de McDonald |
|-------------------------------|----------------------|
| MHC-SF | 0.9233 |
| CDRisc | 0.8433 |
| Burnout | 0.6954 |
| Satisfacción por la compasión | 0.882 |
| Estrés traumático secundario | 0.8055 |
| Estrés académico | 0.8235 |

9.8. Análisis confirmatorio

9.8.1. Escala de Connor-Davidson (CD-RISC-10)

Análisis factorial confirmatorio de la escala de resiliencia de CD-RISC-10 mostró que los ítems tienen cargas significativas sobre un solo factor latente denominado con $p < 0001$ en todos los casos. Las cargas factoriales estandarizadas varían de 0.26 a 0.77.

Los ítems con mayor carga hicieron referencia al 9 (0.77) y 6 (0.73), este último relacionado con la adaptación ante la adversidad y la autoevaluación de la percepción de fortaleza personal. Esto indica que el inventario se manifestó con fuerza en la mayor parte de este grupo, demostrando una fluidez activa ante las dificultades, con fe en sus propios recursos. Los ítems 4 y 10 también mostraron una bondad de ajuste satisfactoria (0.67 y 0.62), lo que implica aspectos de resiliencia como la adaptabilidad emocional y la perseverancia.



Informe final de Proyecto de Investigación

Por otro lado, el ítem 8 presentó la carga más baja, con un valor de 0.26. Según estos datos, la conexión con el factor latente fue menos estrecha. Es probable que, en el contexto de la formación académica, los sujetos no se preocupen de la misma manera por el término “control” o “gestión” del estímulo asociado con la pregunta.

Además, especificaron las correlaciones residuales de los ítems 1, 2 y 7 según los índices de modificación del modelo, de acuerdo con dicho análisis. Estas correlaciones son aceptables dado el marco teórico de la medida, ya que, los tres ítems parecen referirse al mismo tema: autoeficacia y la confianza personal para superar dificultades. En el contexto de la medida psicológica de la que se trata, esto puede interpretarse como que la similitud de las respuestas a los tres ítems suponga la similitud del nivel de competencia personal.

Los resultados obtenidos confirman la hipótesis de que la medición de la resiliencia puede medirse con precisión mediante un constructo unidimensional dentro del grupo estudiado. Las cargas factoriales sugieren que los estudiantes de profesiones de ayuda parecen considerar que no se basa únicamente en la dimensión mencionada, sino más bien en una combinación de fortaleza emocional, autoeficacia y adaptación.

Tabla 20

Cargas de los Factores de la CDRisc-10

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador |
|--------|-----------|-----------|-------|--------|--------|-----------|
| | | | | | | Estándar |
| CDRisc | Ítem01 | 0.509 | 0.037 | 13.879 | <.0001 | 0.570 |
| | Ítem02 | 0.486 | 0.031 | 15.447 | <.0001 | 0.622 |
| | Ítem03 | 0.558 | 0.046 | 12.131 | <.0001 | 0.507 |
| | Ítem04 | 0.650 | 0.038 | 17.060 | <.0001 | 0.670 |
| | Ítem05 | 0.523 | 0.041 | 12.835 | <.0001 | 0.532 |
| | Ítem06 | 0.669 | 0.035 | 19.317 | <.0001 | 0.736 |
| | Ítem07 | 0.567 | 0.046 | 12.452 | <.0001 | 0.520 |
| | Ítem08 | 0.276 | 0.047 | 5.811 | <.0001 | 0.256 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 20

Cargas de los Factores de la CDRisc-10

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador |
|--------|-----------|-----------|-------|--------|--------|-----------|
| | | | | | | Estándar |
| | Ítem09 | 0.795 | 0.039 | 20.422 | <.0001 | 0.766 |
| | Ítem010 | 0.674 | 0.044 | 15.332 | <.0001 | 0.617 |

La varianza del factor en el modelo confirmatorio de CD-RISC-10 fue fijada en 1 para determinar el tamaño del modelo, ya que, se especificó que sea modelo unidimensional. Este valor no se trata de un hallazgo empírico, sino que se trata de un parámetro de identificación para determinar con facilidad los factores y varianza restante en el factor de resiliencia de los modelos subyacentes de los ítems en el factor resiliencia.

El modelo unidimensional ajustó adecuadamente los datos observados en la investigación. La estadística valor del Chi-cuadrado fue significativa, $\chi^2(33)= 107.7$, $p<.0001$, lo que puso en evidencia que hay cierta incongruencia en los datos entre la matriz observada y su estimada; pero esta estadística también tiende ser propensa al tamaño muestral, según se enfatizó en los índices adicionales de ajuste.

Los valores para $CFI = 0.956$ y $TLI = 0.940$ exceden los estándares de aceptación típica ($\geq .90$), en lo que se refiere a su adecuación en representar las relaciones de covarianza entre las preguntas. Además, el valor para $SRMR = 0.033$ representó un error residual bajo, mientras que $RMSEA = 0.062$ (IC_{90%} [0.049–0.076]) se encontraba dentro del umbral llamado ajuste razonable en su significado, en una diferencia promedio entre el modelo teórico y los datos observacionales

Psicológicamente hablando, esta tendencia estadística implica que la resiliencia se puede idealizar como un constructo global en la población universitaria que se analiza en esta investigación. Los participantes tienden a dar respuesta a los ítems de la escala en forma tal



Informe final de Proyecto de Investigación

que todos ellos se central en un núcleo de fortaleza personal, afrontamiento positivo y adaptación frente a la adversidad. En otras palabras, la resiliencia es un abanico de disposiciones psicológicas globales y no un conjunto de habilidades independientes.

Este hallazgo se encuentra en línea con otras investigaciones que han validado la CD-RISC-10 en muestras poblacionales No-Clínicas, donde se ha constatado que los jóvenes y los estudiantes tienden a entender enunciados de resiliencia en forma de actitud general frente a los problemas. Dentro de este marco, los datos que hemos detectado acerca del ajuste reflejan que los encuestados comparten un perfil con características de resistencia emocional en formación, probablemente debido a las normas académicas, las presiones sociales y al primer contacto con temas humanos complejos asociados con los estudios en Ayuda Social.

El modelo ajustado confirma que logra con precisión captar el sentido psicológico de resiliencia en dicho estado de desarrollo profesional con ese sentido que se refiere a una habilidad dinámica para adecuarse con su confianza personal y habilidad emocional para combinarlos en un solo factor de fortaleza-psicológica.

Tabla 21

Índices de ajuste al modelo

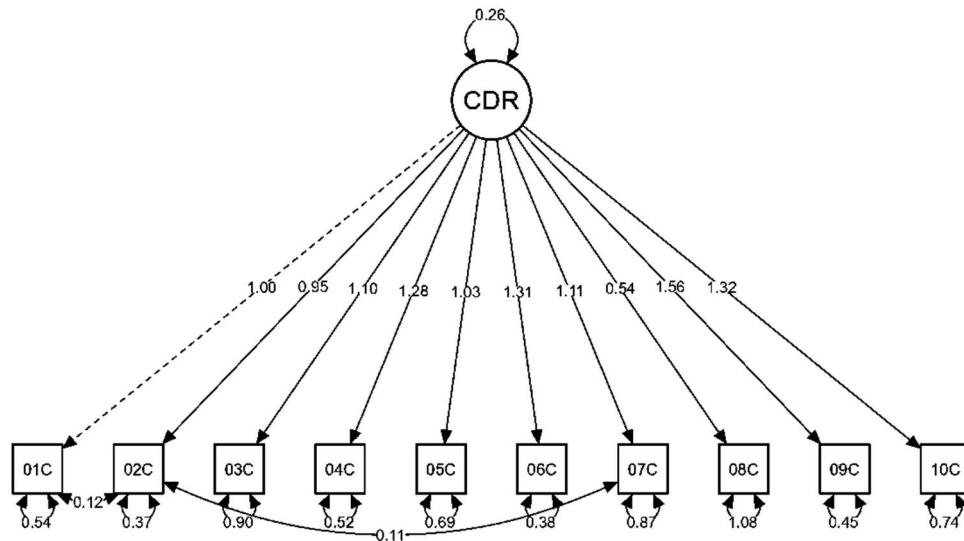
| Medidas | CFI | TLI | SRMR | RMSEA | IC 90% del RMSEA | |
|---------|-------|------|-------|-------|------------------|----------|
| | | | | | Inferior | Superior |
| Índices | 0.956 | 0.94 | 0.033 | 0.062 | 0.050 | 0.076 |

Se presenta la figura del modelo

Figura 1

Modelo confirmatorio de la escala CDRisc-10

Informe final de Proyecto de Investigación



9.8.2. *Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF-14)*

El análisis confirmatorio factorial llevado a cabo, estableció una matriz consistente con el modelo constituido por factores relacionados: Bienestar Emocional (BE), Bienestar Social (BS) y Bienestar Psicológico (BPs). Todos de los ítems obtuvo cargas factoriales significantes ($p < 0.0001$) en el rango 0.64 y 1.36, lo cual establece una fuerte correlación entre los reactivos y el factor respectivo.

Al respecto del BE, se encontró una alta carga factorial de 0.78 a 1.28 para los ítems 2 y 3, los cuales representan experiencias relacionadas con felicidad, satisfacción, y disfrute por la vida. Esta encontraría expresión en cuanto al indicio consolidado en este estudio, en el sentido de que los participantes registran una clara percepción de la valorización subjetiva.

El BS registró cargas desde 0.64 hasta 1.06, lo que resulta aceptable, aunque levemente bajo para el resto de las dimensiones. Esto podría deberse al hecho de que una evaluación social en el MHC-SF tiende ser más abstracta (es decir, puede relacionarse al sentido de pertenencia o contribución social) lo puede ser más sujeta a fluctuaciones en



Informe final de Proyecto de Investigación

jóvenes estudiantes. Sin embargo, el nivel de los grados de saturación verifica que el instrumento mide eficazmente el sentimiento e valor para el ambiente social.

Finalmente, el BPs registró cargas muy consistentes (de 0.78 a 1.36) para los ítems 9, 13 y 14. Dichas miden conceptos como el crecimiento personal, autonomía, y propósito de vida, lo cual se alinean muy bien al eudaimonismo. Respecto al factor, parece ser el más consolidado, lo cual puede sugerir, en este grupo, que los estudiantes entienden el concepto de salud mental no como ausencia, sino como búsqueda activa de sentido y autodesarrollo.

La especificación del modelo permitió, al amparo de los índices de modificación y semántica próxima, las covarianzas residuales entre los conjuntos ítem5-ítem6, ítem6-ítem7 y ítem13-ítem14. Esto se debe a que el hecho de relevar diferentes factores se puede dar cuando se manejan conceptos afines, por lo que el diseño pretende establecer una covarianza para cada uno de los grupos anteriores, lo que permitiría una mejor adaptación al modelo sin modificar la estructura tridimensional, sino nuevas similitudes semánticas. El primero se relaciona con los ítems 5-7 de bienestar social, herramientas para percibir el sentido de aceptación e integración comunitaria, siendo el segundo referido al 13-14 bienestar psicológico, expresión relacionada con autoaceptación y sentido de propósito.

Sin embargo, los resultados, son compatibles con el diseño teórico establecido por el MHC-SF-14, lo que sugiere que los participantes perciben una diferencia en los factores. De este patrón de carga se puede sugerir, por otro lado, que, según parece el grupo universitario analizado, el factor psicológico puede estar teniendo una influencia creciente en el bienestar, lo cual podría deberse al periodo de formación identitaria y búsqueda de sentido profesional el cual atraviesan.

En cuanto a lo social, si bien importante, tiene respuestas más desarticuladas, lo cual podría relacionarse con sentimientos percibidos de desconexión o agotamiento colectivo en entornos académicos de alto requerimiento. Por otro lado, lo emocional transmite un estado de efecto positivo tampoco exacerbado, lo que se relaciona, por una parte, con sentimientos



Informe final de Proyecto de Investigación

de satisfacción y gratitud, pero con incertidumbres, con variaciones producidas por el estrés académico.

Globalmente, el modelo confirma que el bienestar se manifiesta en una dinámica fundamentada en el entrelazamiento inherente para satisfacer una tríada relacionada: experiencia emocional positiva, necesidad e implementación psicológica de propósito. Esta tríada se mantiene sólidamente estable, garantizando una perspectiva equilibrada sobre el bienestar para jóvenes en proceso formativo para desempeñarse como multiplicadores en una disciplina ayudante. En la siguiente Tabla los resultados completos.

Tabla 22
Cargas de los Factores

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p |
|--------|-----------|-----------|-------|-------|--------|
| BE | Ítem01 | 0.785 | 0.041 | 18.99 | <.0001 |
| | Ítem02 | 1.061 | 0.046 | 23.2 | <.0001 |
| | Ítem03 | 1.280 | 0.047 | 27.08 | <.0001 |
| BS | Ítem04 | 1.180 | 0.057 | 20.69 | <.0001 |
| | Ítem05 | 1.065 | 0.069 | 15.55 | <.0001 |
| | Ítem06 | 0.800 | 0.058 | 13.75 | <.0001 |
| | Ítem07 | 0.644 | 0.056 | 11.54 | <.0001 |
| | Ítem08 | 0.765 | 0.058 | 13.15 | <.0001 |
| BPs | Ítem09 | 1.148 | 0.052 | 22.25 | <.0001 |
| | Ítem 10 | 1.041 | 0.055 | 18.81 | <.0001 |
| | Ítem 11 | 0.974 | 0.053 | 18.3 | <.0001 |
| | Ítem 12 | 0.786 | 0.053 | 14.86 | <.0001 |
| | Ítem 13 | 1.071 | 0.057 | 18.92 | <.0001 |
| | Ítem 14 | 1.363 | 0.050 | 27.05 | <.0001 |

Nota: Bienestar Emocional (BE); Bienestar Social (BS);
Bienestar Psicológico (BPs)



Informe final de Proyecto de Investigación

Las covarianzas para los factores del MHC-SF-1 eran positivas, suficientemente elevadas, e igualmente significativas estadísticamente ($p < 0.0001$), lo que da cuenta de una fuerte interrelación. La correlación de BE y BS arrojó el valor 0.858, es decir, que emociones positivas, satisfacción por la vida, y afecto positivo están fuertemente relacionadas con la percepción de existir integrada e involucrada en el ambiente; lo cual puede explicar que los estudiantes que sienten placenteramente felices y optimistas experimenten mayor grado de vinculación entre su comunidad académica y social.

Mientras tanto, la covarianza entre BE y BPs fue de 0.882, indicando que las experiencias de naturaleza afectiva positiva se pueden correlacionar con sentimientos de crecimiento personal, de propósito y de funcionamiento psicológico óptimo, resultando consistente con la teoría del florecimiento, que sostiene que el bienestar emocional también fortalece la autorrealización y la percepción de sentido de vida.

Finalmente, el valor para BS y BPs fue el más alto (0.931) y se puede decir que existió una casi superposición entre ambas dimensiones. Esto puede ser interpretado como una evidencia grata para el sentimiento común al bienestar subjetivo y la percepción de la contribución al entorno, puesto que quienes se sienten en proceso de crecimiento personal, se sienten útiles y valorados. Dentro del ámbito universitario, este resultado puede estar relacionado, por una parte, con el papel del trabajo colaborativo, factor común en entornos académicos, como se puede proporcionar respuesta, por otro, al potencial relativo al sentimiento comunitario. Los resultados se observan en la Siguiete Tabla.

Tabla 23
Covarianzas de los Factores

| Factor | Estimador | EE | Z | p |
|--------|----------------|-------|-------|--------|
| BE BE | 1 ^a | | | |
| BS | 0.858 | 0.024 | 36.47 | <.0001 |
| BPs | 0.882 | 0.016 | 55.78 | <.0001 |
| BS BS | 1 ^a | | | |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 23

Covarianzas de los Factores

| Factor | Estimador | EE | Z | p |
|---------------------------------|----------------|-------|-------|--------|
| BP _s | 0.932 | 0.019 | 49.39 | <.0001 |
| BP _s BP _s | 1 ^a | | | |

^a parámetro fijo

Nota: Bienestar Emocional (BE); Bienestar Social (BS); Bienestar Psicológico (BP_s)

En la siguiente Tabla se muestran los índices del ajuste global satisfactorio al modelo hipotético compuesto por tres factores correlacionados. La prueba chi-cuadrado resultó ser estadísticamente significativa, $\chi^2(71) = 362.3, p < .0001$, lo cual se entiende por ser propio de una población grande. Es importante señalar que, a diferencia de lo requerido, este estadístico tiende a incrementar al incrementar la muestra.

La proporción ponderada relativa se ha elevado ligeramente por encima del umbral mínimo permitido, lo cual significa una buena representación (CFI = 0.933 y TLI = 0.915). La proporción ponderada relativa se ha elevado ligeramente por encima del umbral mínimo permitido, lo cual significa una buena representación. El valor que arrojó el RMSEA = 0.084 (IC_{90%} [0.076-0.093]) ubicándose ligeramente encima del rango ideal (< 0.08) aun dentro de los límites convenientes para modelos de complejidad aceptable, pues el valor obtenido indica que la desviación media entre covarianzas observadas y estimadas resulta pequeña y estadísticamente soportable.

Juntos, los ajusta resultados permiten suponer que el modelo bastante bien al modificar adecuadamente los tres subdominios establecidos, relacionados con el ámbito emocional, el social y el psicológico. La importancia de los indicadores confirma que el modelo es estable para el grupo universitario analizado, estableciendo una alta correlación existente entre los tres dominios.



Informe final de Proyecto de Investigación

Desde el punto de vista psicológico, los datos obtenidos demuestran que la salud mental positiva se manifiesta en la existencia de un sistema dinámico, donde las emociones positivas, la integración social y el crecimiento personal constituyen las distintas facetas de un mismo proceso. Así, el modelo obtenido refleja adecuadamente la combinación de las dimensiones afectiva, social y existencial en jóvenes que participan en la formación de profesionales de la ayuda.

Tabla 24

Medidas de Ajuste

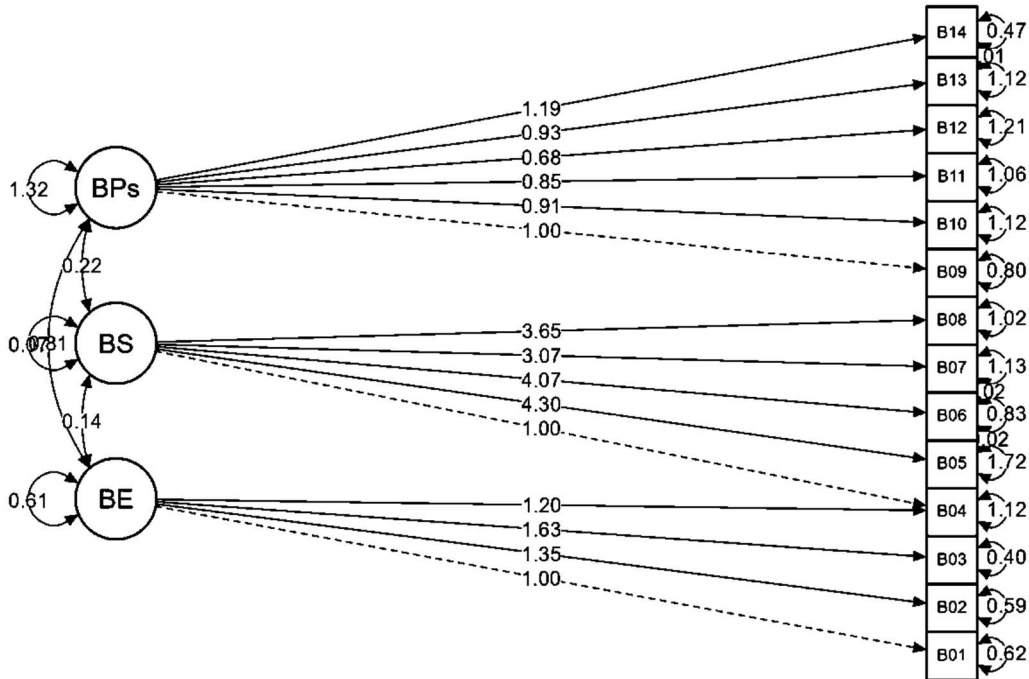
| Medidas | CFI | TLI | RMSEA | IC 90% del RMSEA | |
|---------|-------|-------|-------|------------------|----------|
| | | | | Inferior | Superior |
| Índices | 0.934 | 0.915 | 0.084 | 0.076 | 0.093 |

Por último, se presenta el modelo propuesto.

Informe final de Proyecto de Investigación

Figura 2

Modelo confirmatorio de la escala



Nota: Bienestar Emocional (BE); Bienestar Social (BS); Bienestar Psicológico (BPs)

9.8.3. Escala de Percepción de Estrés Académico (PAS)

El modelo confirmatorio de la Escala de Estrés Académico (PASS), presentó una estructura de cuatro factores, tal como se propuso en el marco teórico de la prueba. En general, el resultado de las cargas factoriales estandarizadas de los ítems indicó que eran significativas ($p < .0001$), con valores moderados.

Para el Factor 1, presiones para el rendimiento, los valores variaron entre 0.50 y 0.67, siendo los componentes que evaluaban la ansiedad por el rendimiento, las presiones externas y la sensación de sobrecarga los que mostraron los valores más altos del factor. Este patrón



Informe final de Proyecto de Investigación

parece representar el conflicto entre las presiones escolares y las percepciones de eficiencia, elementos clave del estrés académico.

El Factor 2, percepciones de la carga de trabajo, incluyó ítems con cargas factoriales entre 0.46 y 0.53, relacionados con experiencias de malestar emocional y ansiedad anticipatoria vinculada a exámenes o tareas complejas. Parece que, en este caso particular, las respuestas de los estudiantes se correlacionan más con la experiencia emocional general del estrés que con la carga objetiva del trabajo.

El factor 3, autopercepciones en el mundo académico, tuvo los resultados más consistentes (0.58 a 0.73), combinando variables de exigencias de autoconcepto, perfeccionismo y luchas con la gestión de errores/pausas. Estas variables representan una fuente de presión interna impulsada por el estrés que uno mismo genera.

En cuanto al factor 4, limitaciones de tiempo, incluía ítems con carga de factor bajas (0.27 a 0.44), asociados a distractores, falta de la atención y fatiga mental. A pesar de tener un factor de carga más baja, este factor viene a enriquecer el conocimiento del fenómeno al considerar el desgaste cognitivo como parte de la respuesta frente al estrés académico.

En la estimación del modelo, se introdujeron correlaciones entre los residuos de los pares de ítems 10-11, 1-2 y 4-5, según lo sugerido por los índices de modificación. Esto resulta teóricamente apropiado, dado que dichos pares de ítems implican significados similares, como en el caso de los ítems 1-2, que involucran percepciones del esfuerzo realizado y una sensación de carga constante, y en el caso de los pares de ítems 10-11, que involucran sensaciones fisiológicas y emocionales en reacción a un entorno de presión.

Los hallazgos, mostrados en la siguiente Tabla, indicaron que el estrés académico es un problema multifacético en esta población estudiantil, ya que se trata de una combinación de presión externa y autoimpuesta, malestar emocional y agotamiento mental. Esta experiencia multifacética del estrés académico está bien representada por este modelo de



Informe final de Proyecto de Investigación

cuatro factores, ya que este modelo reveló que los estudiantes no experimentan el estrés académico como un evento unidimensional, sino como una experiencia multifacética.

Esto concuerda con los hallazgos que indican que, en un entorno universitario, un alto nivel de estrés académico no solo se correlaciona con una gran carga de trabajo, sino que también depende de la percepción interna que el estudiante tiene de dicha carga, así como de los recursos disponibles para afrontarla. En este sentido, el modelo refleja esta complejidad.

Tabla 25

Cargas de los Factores

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador Estándar |
|----------|-----------|-----------|-------|--------|--------|--------------------|
| Factor 1 | 8 | 0.702 | 0.054 | 13.049 | <.0001 | 0.569 |
| | 13 | 0.656 | 0.058 | 11.39 | <.0001 | 0.503 |
| | 14 | 0.626 | 0.055 | 11.407 | <.0001 | 0.502 |
| | 17 | 0.804 | 0.051 | 15.808 | <.0001 | 0.673 |
| | 6 | 0.057 | 0.047 | 1.225 | 0.2206 | 0.058 |
| Factor 2 | 10 | 0.498 | 0.050 | 9.936 | <.0001 | 0.468 |
| | 11 | 0.480 | 0.048 | 9.933 | <.0001 | 0.474 |
| | 15 | 0.570 | 0.051 | 11.223 | <.0001 | 0.534 |
| | 18 | 0.476 | 0.052 | 9.177 | <.0001 | 0.410 |
| Factor3 | 1 | 0.562 | 0.045 | 12.362 | <.0001 | 0.586 |
| | 2 | 0.562 | 0.045 | 12.394 | <.0001 | 0.588 |
| | 3 | 0.700 | 0.047 | 14.903 | <.0001 | 0.735 |
| | 7 | 0.617 | 0.074 | 8.305 | <.0001 | 0.422 |
| Factor 4 | 5 | 0.459 | 0.052 | 8.845 | <.0001 | 0.399 |
| | 4 | 0.517 | 0.055 | 9.355 | <.0001 | 0.445 |
| | 9 | 0.395 | 0.046 | 8.516 | <.0001 | 0.383 |
| | 16 | 0.498 | 0.050 | 9.891 | <.0001 | 0.460 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 25

Cargas de los Factores

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador Estándar |
|--------|-----------|-----------|-------|-------|--------|--------------------|
| | 12 | 0.332 | 0.057 | 5.844 | <.0001 | 0.274 |

Nota: Factor 1: Presión por el rendimiento; Factor 2: Percepción de la carga de trabajo; Factor 3: Auto percepción académica; Factor 4: Limitaciones de tiempo.

Las covarianzas entre varios factores de estrés académico del modelo tetradimensional son positivas y significativas ($p < .0001$) y dan cuenta de que las diferentes manifestaciones del constructo están unidas alrededor de un eje común de malestar.

El Factor 1 logró la mayor covarianza con los demás factores, infaliblemente hacia el Factor 4 (1.04) y el Factor 2 (0.99), lo que sugiere que la presión por el rendimiento de los estudiantes (Factor 1) está relacionada con las limitaciones de tiempo (Factor 4) y la percepción de la carga de trabajo (Factor 2), es decir, los estudiantes que padecen la sobrecarga acabarán padeciendo igualmente agotamiento, falta de motivación y ansiedad en relación con el estrés.

El vínculo existente entre el Factor 2 y el Factor 4 (1.18) fue el vínculo más elevado del modelo, lo que sugiere que existe una fuerte relación entre malestar emocional y cansancio cognitivo. Para ir más allá y desde la perspectiva psicológica, este vínculo pone de manifiesto el hecho de que la ansiedad académica tiende a aumentar bajo condiciones en las que el sujeto percibe una saturación mental o una falta de control sobre ésta.

En cuanto al Factor 3, que se encuentra muy relacionado con la autoexigencia o con los componentes de perfeccionismo, sus correlaciones con los factores abajo indicados (0.58-0.66) son moderadas. Esto sugiere que, aunque hablamos de un rasgo de personalidad que



Informe final de Proyecto de Investigación

parece aumentar el estrés general percibido, dicho perfeccionismo parece actuar como un factor relativamente independiente, en gran medida relacionado con la presión interna y no tanto con la presión externa.

Este análisis de covarianza que llevó a cabo esta investigación muestra que el estrés académico no es una mezcla de variables independientes, sino que es un sistema íntegro de reacción emocional y cognitiva, de presión externa, de ansiedad, de autoexigencia y de agotarse y de agotamiento. Cada uno de los factores están conjuntamente unidos con los ambientales de modo que mantiene el ciclo del estrés académico en formas distintas que varían dependiendo de la naturaleza de la variable estudiada. Estos resultados indican y contribuyen a explicar desde una perspectiva interpretativa lo que ya se conoce desde el campo del malestar académico, donde explicarnos que en el estrés académico se producen distorsiones cognitivas entre la autoexigencia y las exigencias universitarias; algo que se produce situación que produce un malestar académico afectando al estudiante desde las dimensiones emocional, cognitiva y motivacional.

Tabla 26

Covarianzas de los Factores

| Factor | Estimador | Estimador | EE | Z | p | Estimador |
|----------|-----------|----------------|-------|--------|--------|-----------|
| | | | | | | Estándar |
| Factor 1 | Factor 1 | 1 ^a | | | | |
| | Factor 2 | 0.988 | 0.055 | 17.859 | <.0001 | 0.988 |
| | Factor3 | 0.5837 | 0.057 | 10.324 | <.0001 | 0.584 |
| | Factor 4 | 1.04 | 0.060 | 17.389 | <.0001 | 1.040 |
| Factor 2 | Factor 2 | 1 ^a | | | | |
| | Factor3 | 0.4856 | 0.071 | 6.807 | <.0001 | 0.486 |
| | Factor 4 | 1.1868 | 0.076 | 15.544 | <.0001 | 1.187 |
| Factor3 | Factor3 | 1 ^a | | | | |
| | Factor 4 | 0.6565 | 0.073 | 8.999 | <.0001 | 0.657 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 26

Covarianzas de los Factores

| Factor | | Estimador | <i>EE</i> | <i>Z</i> | <i>p</i> | Estimador Estándar |
|----------|----------|----------------|-----------|----------|----------|--------------------|
| Factor 4 | Factor 4 | 1 ^a | | | | |

^a parámetro fijo

El modelo permitió la obtención de un ajuste aceptable, sin llegar a ser el óptimo. El chi-cuadrado fue significativo, $\chi^2 (126) = 567.1, p < .0001$; algo habitual para muestras grandes y que, por sí mismo, no general ni muestra mala adecuación del modelo.

Por lo que se refiere a los índices de ajuste incremental y residual, se obtuvieron los valores $CFI = 0.84$; $TLI = 0.81$; $RMSEA = 0.078$; con un intervalo de confianza del 90% entre 0.071 y 0.084, de donde se deduce que estamos ante un modelo que, aun encontrándose ligeramente por debajo de los umbrales de adecuación de los índices convencionales ($CFI/TLI \geq .90$; $RMSEA \leq .08$), se aproxima a ellos; esto es, el modelo consigue captar bastante bien la estructura general de la covariación de los datos, si bien queda cierta variación no explicada entre las relaciones observadas y estimadas.

Desde la mirada psicológica, este patrón se ajusta a la complejidad del constructo, ya que el estrés universitario suele tener componentes emocionales, cognitivos y conductuales que se intersecan, lo que evita representarlas mediante dimensiones latentes bien diferenciadas. Por tanto, el ajuste moderado que se observa representa la multiplicidad de las experiencias de los estudiantes mediante el estrés, más que una deficiencia del modelo de medida en sí mismo. Los resultados en la siguiente Tabla

Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 27

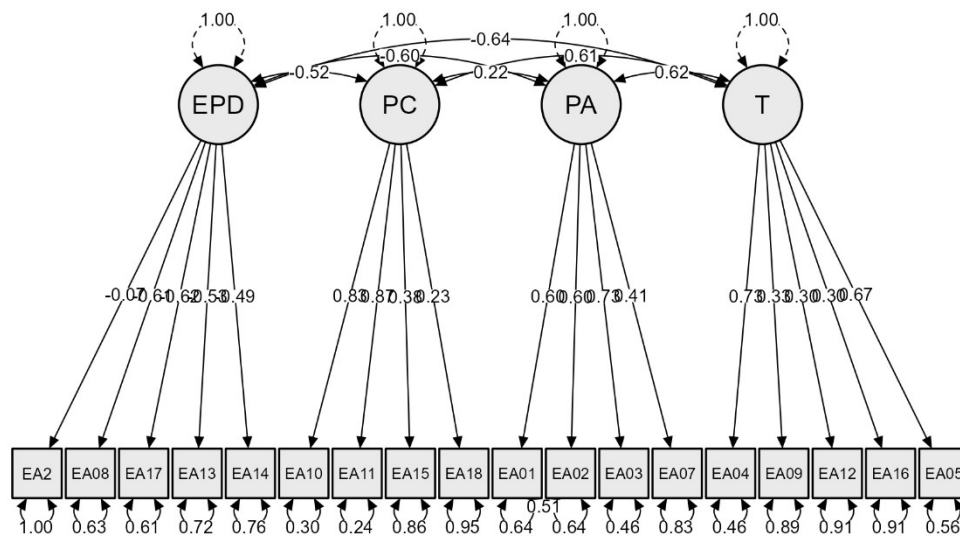
Medidas de Ajuste

| Medidas | CFI | TLI | RMSEA | IC 90% del RMSEA | |
|---------|-------|-------|-------|------------------|----------|
| | | | | Inferior | Superior |
| Índices | 0.840 | 0.805 | 0.078 | 0.071 | 0.084 |

Por último, se presenta el modelo propuesto.

Figura 3

Modelo confirmatorio de la escala



Nota: EPD: Presión por el rendimiento; PC: Percepción de la carga de trabajo; PA: Autopercepción académica; T: Limitaciones de tiempo.

9.8.4. Calidad de Vida Profesional (ProQOL)

Como se muestra en la Tabla a continuación, las cargas factoriales representan la estructura factorial del Modelo Confirmatorio de la Escala de Calidad de Vida Profesional (PROQOL), una herramienta utilizada para evaluar la experiencia subjetiva de los



Informe final de Proyecto de Investigación

profesionales que trabajan en un entorno de ayuda. Consta de tres factores teóricos: Burnout (BO), Satisfacción por la Compasión (SC) y Estrés Traumático Secundario (SPT), que representan la relación dialéctica entre las experiencias de agotamiento profesional y la satisfacción obtenida de las interacciones con los demás, así como las consecuencias de la exposición al sufrimiento ajeno.

Como se puede observar, la gran mayoría de los ítems presentan cargas factoriales elevadas ($p < .0001$), lo que indica claramente un fuerte ajuste entre los constructos y los indicadores. En el caso del BO, los ítems 10, 21 y 26 superan el umbral de .65, lo que confirma la fuerte presencia del factor central relacionado. Además, los ítems 4, 15 y 29 presentan cargas factoriales muy bajas o negativas. Todos los resultados indicativos anteriores apuntan a que la pertinencia semántica de ciertos ítems debería, como mínimo, justificar una reevaluación en diferentes contextos culturales, además de los originales.

Esto debería aplicarse a los países latinoamericanos, ya que la terminología relacionada con el síndrome de burnout tiende a entremezclar otros aspectos vinculados a la realización moral de la persona. En contraste, las cargas factoriales de la SC son altas y bastante homogéneas, oscilando entre 0.52 y 0.76. Este patrón de cargas factoriales refleja que los ítems evalúan la eficacia y la satisfacción que experimentan las personas al interactuar con los demás. Esto complementa la perspectiva de la psicología humanista sobre el papel del propósito humano en función del rol desempeñado en el lugar de trabajo. Del mismo modo, los indicadores 18, 20 y 24 tuvieron cargas factoriales iguales o superiores a 0.70. Lo que reafirma la relevancia de los factores personales en relación a un trabajo sin detallar el estrés y el hecho de que la satisfacción laboral viene determinada por el cumplimiento con las actividades que están relacionadas con el trabajo.

En el marco de SPT, se puede atribuir la carga factorial como alta a los valores que se sitúan entre 0.43 y 0.68. En este sentido, los factores 9, 11, 13 y 25 fueron los que presentaron las mayores cargas. Esta hace referencia al patrón de exposición a las



Informe final de Proyecto de Investigación

consecuencias del dolor que sufren las propias víctimas debido a los efectos indirectos del evento traumático.

De acuerdo con los resultados importantes del modelo de desarrollada por Stamm (2010), los mismos confirman la estructura factorial, y la dicotomía existente entre las facetas positivas y las facetas negativas de la calidad de vida. En relación con los valores de carga, la estructura factorial parece ser robusta y válida para diferentes culturas, lo cual sugiere la pertinencia de su uso para la realización de estudios de intervención en relación con los efectos que genera el trabajo en la salud mental. En suma, dichos resultados anteriores ponen de manifiesto la validez del paradigma PROQOL para entender cómo se relaciona el síndrome de burnout con la satisfacción laboral.

Tabla 28

Cargas de los Factores de la PROQOL

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador |
|---------|-----------|-----------|--------|--------|--------|-----------|
| | | | | | | Estándar |
| BO | Ítem01 | 0.524 | 0.049 | 10.623 | <.0001 | 0.471 |
| | Ítem04 | 0.008 | 0.062 | 0.135 | 0.8926 | 0.007 |
| | Ítem08 | 0.607 | 0.056 | 10.848 | <.0001 | 0.489 |
| | Ítem10 | 0.984 | 0.057 | 17.159 | <.0001 | 0.680 |
| | Ítem15 | 0.134 | 0.072 | 1.856 | 0.0634 | 0.092 |
| | Ítem17 | 0.476 | 0.064 | 7.383 | <.0001 | 0.366 |
| | Ítem19 | 0.818 | 0.059 | 13.849 | <.0001 | 0.589 |
| | Ítem21 | 0.939 | 0.058 | 16.298 | <.0001 | 0.674 |
| | Ítem 26 | 0.990 | 0.061 | 16.264 | <.0001 | 0.659 |
| Ítem 29 | -0.193 | 0.055 | -3.510 | 0.0004 | -0.163 | |
| SC | Ítem03 | 0.636 | 0.038 | 16.709 | <.0001 | 0.649 |
| | Ítem06 | 0.785 | 0.046 | 17.222 | <.0001 | 0.665 |
| | Ítem 12 | 0.622 | 0.036 | 17.118 | <.0001 | 0.664 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 28

Cargas de los Factores de la PROQOL

| Factor | Indicador | Estimador | EE | Z | p | Estimador Estándar |
|--------|-----------|-----------|-------|--------|--------|--------------------|
| | Ítem 16 | 0.746 | 0.056 | 13.319 | <.0001 | 0.542 |
| | Ítem 18 | 0.964 | 0.050 | 19.413 | <.0001 | 0.730 |
| | Ítem 20 | 0.827 | 0.045 | 18.422 | <.0001 | 0.702 |
| | Ítem 22 | 0.763 | 0.050 | 15.200 | <.0001 | 0.604 |
| | Ítem 24 | 0.863 | 0.042 | 20.422 | <.0001 | 0.756 |
| | Ítem 27 | 0.738 | 0.058 | 12.733 | <.0001 | 0.522 |
| | Ítem 30 | 0.860 | 0.048 | 17.961 | <.0001 | 0.689 |
| SPT | Ítem02 | 0.252 | 0.055 | 4.555 | <.0001 | 0.204 |
| | Ítem05 | 0.466 | 0.066 | 7.033 | <.0001 | 0.307 |
| | Ítem07 | 0.634 | 0.062 | 10.266 | <.0001 | 0.437 |
| | Ítem09 | 0.768 | 0.047 | 16.249 | <.0001 | 0.649 |
| | Ítem11 | 0.997 | 0.062 | 15.987 | <.0001 | 0.646 |
| | Ítem13 | 0.926 | 0.054 | 17.269 | <.0001 | 0.686 |
| | Ítem14 | 0.710 | 0.049 | 14.368 | <.0001 | 0.589 |
| | Ítem23 | 0.820 | 0.057 | 14.479 | <.0001 | 0.597 |
| | Ítem25 | 0.881 | 0.053 | 16.594 | <.0001 | 0.664 |
| | Ítem28 | 0.575 | 0.050 | 11.524 | <.0001 | 0.489 |

Nota: Burnout (BO), Satisfacción por la Compasión (SC) y Estrés Traumático Secundario (SPT)

En la siguiente Tabla se pueden observar los pares de covarianzas con los factores latentes que sustentan el PROQOL. A través del presente análisis se puede estudiar con qué intensidad y signo se presentan dichas relaciones de asociación que tienen los factores que miden los tres aspectos que se evalúan: BO, SC y SPT.



Informe final de Proyecto de Investigación

Como se puede ver arriba, la correlación entre la covarianza presente entre BO, SC y SPT es positiva y fuerte ($r = .851$. $p < 0001$). Esto indica que a medida que aumentan los signos uno, también aumentan el otro como consecuencia de la exposición indirecta al sufrimiento relacionado con otros individuos. En otras palabras, los signos de agotamiento y los signos de estrés en función del sufrimiento de otros individuos comparten un denominador común relacionado con los efectos empáticos del agotamiento.

Por otra parte, la relación entre SC y SPT muestra una relación negativa ($r = -0.221$; $p < 0,0001$). Este hallazgo refuerza la creencia de que cuanto mayor es la exposición de las personas a situaciones estresantes, menor es la satisfacción laboral. Sin embargo, el valor moderado del coeficiente indica que los resultados no son concluyentes. En otras palabras, la satisfacción puede mantenerse incluso en entornos de trabajo estresantes. Esto depende de cada persona.

El patrón de covarianza refleja la relación entre los componentes del síndrome de burnout y la satisfacción como un equilibrio dinámico. Lejos de ser extremos opuestos de un espectro, los factores del PROQOL parecen existir en un continuo de experiencias emocionales relacionadas con la demanda empática y los recursos disponibles de la persona.

Tabla 29

Covarianzas de los Factores

| Factor | | Estimador | EE | Z | p | Estimador Estándar |
|--------|-----|----------------|-------|--------|--------|--------------------|
| BO | BO | 1 ^a | | | | |
| | SC | -0.310 | 0.049 | -6.288 | <.0001 | -0.310 |
| | SPT | 0.851 | 0.028 | 29.987 | <.0001 | 0.851 |
| SC | SC | 1 ^a | | | | |
| | SPT | -0.221 | 0.047 | -4.699 | <.0001 | -0.221 |
| SPT | SPT | 1 ^a | | | | |

^a parámetro fijo



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 29

Covarianzas de los Factores

| Factor | Estimador | EE | Z | p | Estimador |
|---|-----------|----|---|---|-----------|
| | | | | | Estándar |
| Nota: Burnout (BO), Satisfacción por la Compasión (SC) y Estrés Traumático Secundario (SPT) | | | | | |

Los resultados derivados del análisis confirmatorio mostraron un $\chi^2 (402) = 2109$, $p < .0001$, lo cual sugiere una discrepancia estadísticamente significativa entre la matriz de covarianzas observada y la estimada. Este es un resultado habitual en muestras grandes porque el estadístico suele exagerar diferencias pequeñas, aun cuando el modelo sea conceptualmente consistente.

En referencia a los índices de ajuste, se obtuvieron los siguientes: $CFI = 0.7185$, $TLI = 0.6954$, $SRMR = 0.1186$ y $RMSEA = 0.0855$, con un intervalo de confianza del 90 % entre 0.0819 y 0.0891. En comparación con los estándares de ajuste establecidos en las guías de Hu & Bentler (1999) y Kline (2016), se consideran índices inferiores a 0.90 para el CFI y el TLI, superiores a 0.08 para el SRMR e inferiores a 0.08 para el RMSEA.

Sin embargo, la explicación no debe centrarse únicamente en los puntos de corte. Un análisis más profundo revela que el modelo se ajusta a la estructura prevista de forma bastante adecuada. Esta discrepancia se explica fácilmente por la complejidad de la escala y las variaciones en las reacciones emocionales que conlleva dicha complejidad. En un plano cultural más general, los constructos de Burnout, Satisfacción por Compasión y Estrés Traumático Secundario rara vez funcionan de forma independiente como constructos lineales. Por el contrario, estos constructos se superponen gradualmente debido a su naturaleza experiencial.



Informe final de Proyecto de Investigación

En otras palabras, en lugar de evidenciar la insuficiencia del modelo, los índices representan el equilibrio entre la simplicidad estadística y el significado del concepto. Estos hallazgos suelen allanar el camino para la verificación de otros modelos, como los jerárquicos o los de dos factores, que pueden modelar de forma más adecuada la relación entre los conceptos de bienestar laboral y burnout.

Tabla 30

Índices de ajuste al modelo

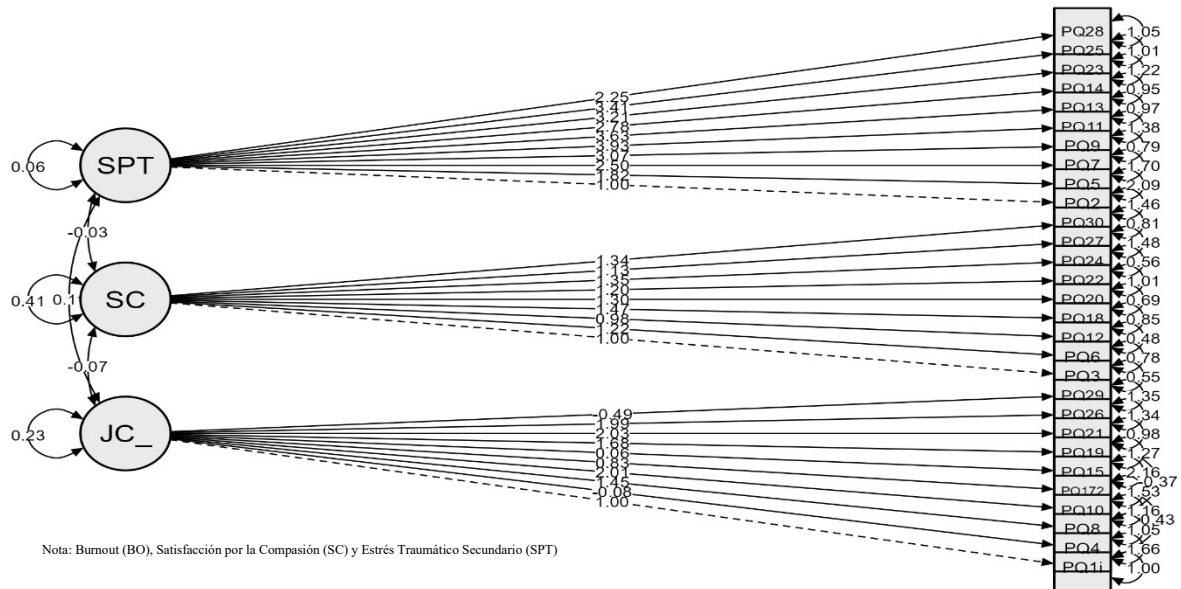
| Medidas | CFI | TLI | SRMR | RMSEA | IC 90% del RMSEA | |
|---------|-------|-------|-------|-------|------------------|----------|
| | | | | | Inferior | Superior |
| Índices | 0.719 | 0.695 | 0.119 | 0.086 | 0.082 | 0.089 |

Se presenta el modelo del análisis confirmatorio de datos

Informe final de Proyecto de Investigación

Figura 4

Modelo confirmatorio de la escala



En la siguiente Tabla se describen los índices de modificación de los ítems del factor SPT. Se muestra que la lista presenta valores muy altos para el factor BO, específicamente en los ítems 13, 14, 23, 25 y 28. Esto indica que los factores SPT y BO se correlacionan de forma interdependiente en la población universitaria.

El ítem 13 presenta un índice de modificación muy alto para BO (92.722) y, en menor medida, para SPT (41.079). Esto sugiere que el tema que abarca este, pensar en la intrusión de pensamientos o recuerdos de experiencias difíciles, se percibe en realidad como un indicador de agotamiento más que de exposición traumática. Esta combinación de fatiga empática y agotamiento en personas que se forman para profesiones de ayuda es previsible:



Informe final de Proyecto de Investigación

las primeras experiencias con la vulnerabilidad ajena sean directas o indirectas, generan una carga personal que puede confundirse fácilmente con el síndrome de burnout si no se han desarrollado técnicas eficaces de autorregulación.

El ítem 14, aunque menos intenso (BO = 22.156), sigue el mismo patrón. Este suele abordar la dificultad de distanciarse del sufrimiento ajeno o la incapacidad de interrumpir el análisis de un caso tras una práctica. Para los estudiantes, la dificultad no reside en el riesgo de traumatización secundaria, sino en la fuerte implicación empática propia de quienes aún están construyendo su identidad como cuidadores.

En los números 23, 25 y 28, los valores de modificación que indican la continuidad del patrón (BO = 20.884, 15.403 y 11.650) se mantienen, mientras que las correlaciones entre los ítems y SC son insignificantes. Estos resultados implican que las experiencias negativas de las participantes relacionadas con su práctica académica se constituyen predominantemente como experiencias de sobrecarga y agotamiento, más que como una pérdida de sentido o de disfrute en su labor de asistencia. Esto significa que los participantes sienten los efectos de su contacto con el sufrimiento humano, pero no dudan de su vocación por las profesiones de ayuda.

En un contexto más psicológico, este patrón de comportamiento también puede interpretarse como la etapa de integración emocional. En esta fase de su desarrollo intelectual como escolares, los factores de SPT y BO se mantienen como constructos indiferenciados y ambos reflejan la misma adaptación a su exposición a la empatía y a sus emociones. Si bien el profesional clínico puede reconocer la fatiga por compasión o el trauma vicario como síntomas presentes en esta etapa del desarrollo intelectual del estudiantado, este solo puede identificar la confusión generalizada como una manifestación de fatiga difusa.

Además, el hecho de que los ítems que representan la SC se correlacionaran débilmente con las dimensiones del BO indica que el sentimiento positivo de los estudiantes hacia la ayuda a los demás no logra contrarrestar la sensación de esfuerzo realizado. En otras palabras, los hallazgos describen un panorama emocional transitorio: el de un grupo que se



Informe final de Proyecto de Investigación

enfrenta a la realidad de la dicotomía propia de las profesiones de ayuda, el esfuerzo y la vocación, pero que aún no posee la capacidad de encontrar un equilibrio entre ambos.

Este hallazgo tiende a reforzar la idea de que, en la población universitaria, el BO y el SPT constituyen un factor de la dimensión del malestar, mientras que la SC funciona como el otro. En el futuro, la combinación de ambos aspectos podría mejorar el constructo en el ámbito educativo, dado que el continuo que va desde el entusiasmo por la prestación de servicios hasta la vulnerabilidad ante el sufrimiento, entre otros, representa la complejidad de la experiencia educativa en el ámbito del cuidado.

Tabla 31

Cargas de los Factores - Índices de Modificación

| Ítem | BO | SC | SPT |
|------|--------|---------|---------|
| 1 | | 70.953 | 8.105 |
| 4 | | 86.839 | 13.092 |
| 8 | | 5.870 | 173.935 |
| 10 | | 0.038 | 7.784 |
| 15 | | 42.153 | 15.405 |
| 17 | | 127.887 | 13.217 |
| 19 | | 12.914 | 11.986 |
| 21 | | 11.385 | 16.200 |
| 29 | | 1.012 | 3.121 |
| 29 | | 112.792 | 14.443 |
| 3 | 3.192 | | 2.773 |
| 6 | 1.832 | | 1.422 |
| 12 | 14.041 | | 11.047 |
| 16 | 10.289 | | 6.478 |
| 18 | 45.175 | | 31.572 |
| 20 | 13.827 | | 8.287 |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 31

Cargas de los Factores - Índices de Modificación

| Ítem | BO | SC | SPT |
|------|--------|--------|--------|
| 22 | 20.703 | | 17.033 |
| 24 | 0.023 | | 0.491 |
| 27 | 0.062 | | 0.801 |
| 30 | 18.675 | | 15.155 |
| 2 | 4.144 | 37.765 | |
| 5 | 0.216 | 6.569 | |
| 7 | 1.230 | 0.042 | |
| 9 | 6.064 | 1.375 | |
| 11 | 69.661 | 0.243 | |
| 13 | 92.722 | 41.079 | |
| 14 | 22.156 | 3.334 | |
| 23 | 20.884 | 2.775 | |
| 25 | 15.403 | 2.224 | |
| 28 | 11.650 | 1.888 | |

Nota: Burnout (BO), Satisfacción por la
Compasión (SC) y Estrés Traumático Secundario
(SPT)

Dados los resultados se recomienda hacer un modelo desde la fatiga por compasión, donde se ha observado que el patrón descrito se ajusta a la etapa formativa en la que se encuentran los estudiantes. Reaccionan al proceso educativo de la manera descrita porque los efectos positivos de la etapa de desarrollo no pueden impedir la activación de las intensas reacciones empáticas relacionadas con el sufrimiento humano, incluso antes del desarrollo de los recursos necesarios para la consolidación de la profesión. Por lo tanto, los signos de



Informe final de Proyecto de Investigación

fatiga por compasión mencionados no se basan ni en las reacciones acumuladas al rol de ayuda ni en las consecuencias de las actividades de ayuda.

Los elementos que presentaron las tasas de modificación más altas se relacionan con el estrés vicario y la fatiga emocional, y representan la falta de distinción entre agotamiento y sobre implicación. Según Maslach & Leiter (2016) el síndrome de burnout representa el agotamiento gradual de la inversión emocional. Tanto el burnout como el estrés traumático secundario se consideran relacionados con el vínculo empático entre quien sufre y la persona que experimenta el sufrimiento. Ambos conceptos se entrelazan en forma de una respuesta de empatía.

En el otro extremo de la SC, este factor se logra mantener como un factor más, aunque con correlaciones negativas con los factores anteriores, lo que parece ir en sentido de la idea de que la satisfacción es fuente de sentido y sustento éticos de la ayuda como profesión. En el caso de los estudiantes, este factor podría representar la motivación altruista que subyace a su elección de profesión y que se mantiene como un punto de referencia sólido a pesar de las exigencias de sus estudios. En el caso de los alumnos, este factor podría representar la motivación altruista que subyace a su elección de profesión y que se mantiene como un punto de referencia sólido a pesar de las exigencias de sus estudios.

Los resultados implican la importancia de considerar una posible reevaluación de la estructura factorial del PROQOL en grupos universitarios. Otro posible modelo de dos factores podría incluir el Malestar Profesional (que abarca el BO y el SPT) y la SC. Esto podría reflejar mejor la naturaleza actual de los factores de estrés iniciales involucrados en el proceso de formación de la próxima generación de cuidadores. La presente revisión no supone una contradicción al modelo original, sino más bien, como ya se ha indicado, la simple adaptación de su estructura a la situación específica y adecuada, basado en el propio proceso evolutivo de la población correspondiente.

Por lo tanto, se plantea el siguiente modelo:



Informe final de Proyecto de Investigación

Factor 1: Fatiga por compasión (Integración del BO y el SPT); esta dimensión incluye ítems procedentes de ambos factores originales que demostraron una relación de elevada covarianza y una cantidad de conceptos comunes en sus significados, y que pone de manifiesto el aspecto negativo en lo concerniente a la calidad de vida profesional y que coincide con la existencia de malestar, como son, el agotamiento, la sobrecarga empática o la incapacidad para distanciarse emocionalmente del sufrimiento humano. Ítems propuestos (apoyado en los resultados de índices de modificación y cargas observadas):

- de BO 1, 8, 10, 15, 17, 19, 21, 26, 29;
- de SPT 9, 11, 13, 14, 23, 25, 28.

Estos tienden aglomerarse, reflejando una vivencia usual de fatiga empática y agotamiento emocional, sin límites claros entre el cansancio y el trauma vicario.

Factor 2: Satisfacción por Compasión (SC); conserva los elementos originales de la dimensión positiva, basados en la experiencia de logro, propósito y significado en el contexto de la ayuda. Se ha mantenido como un factor distinto, pero con una relación negativa con el factor de malestar. Se incluyen los ítems: 3, 6, 12, 16, 18, 20, 22, 24, 27, 30. Esta estructura bifactorial permitiría reflejar con mayor precisión la experiencia de los universitarios en profesiones de ayuda, donde coexisten estados positivos y negativos. Sin embargo, donde más se ha observado una mayor superposición entre los estados negativos.

9.9. Discusión de resultados

En cuanto a las fuentes de datos, se utilizó una versión de 10 ítems de la Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC 10) como base para el análisis de resiliencia de este estudio. Se obtuvo un valor de 0.843 de omega considerado bueno, indicando que todos los elementos miden el constructo de manera consistente. Esto es similar en investigaciones



Informe final de Proyecto de Investigación

previas que validaron dicha escala con estudiantes de enfermería o estudiantes universitarios españoles en general, se obtuvieron valores equivalentes.

Por otra parte, para analizar la validez estructural de la propia escala se hizo un AFC que justificó la propuesta del modelo unidimensional dado por Clarke y Stein (2007) en la escala. Los índices de dicho análisis eran muy buenos-excelentes: 0,956 (CFI) y de 0,94 (TLI) y mostraban un valor superior al umbral recomendado. Además, los valores de los términos de error residual fueron bajos, completando el cumplimiento con los criterios más estrictos: 0,033 (SRMR) y de 0,062 (RMSEA). En conjunto, toda esta información psicométrica apoya el hecho de trabajar con las puntuaciones totales de la escala en el futuro.

El análisis de la estadística descriptiva también está sujeto a una interpretación crítica de la metodología. Según la literatura (Campbell-Sills & Stein, 2007; Chow et al., 2018), la escala CD-RISC 10 permite a los participantes dar valoraciones a su respuesta igual a un 0, 1, 2, 3, o 4, con una puntuación total entre 0 y 40. En los datos que se generaron en este estudio se documentaron una puntuación mínima de 10 y una máxima de 50 en dicha escala. Esto implica a todas luces que el contenido al que se aplicaron estos datos empleó un sistema de puntuación entre 1 y 5, que es una variación poco habitual y documentada. Lo que significa que los datos que se generaron en este trabajo no son directamente comparables con los datos de la mayoría de la literatura existente. La comparación puede realizarse reinterpretando las puntuaciones a la prueba que va de 0 a 40, restando 10 puntos a los datos que se obtuvieron en este estudio, cosa que también se documentó en un estudio previo (Lutz et al., 2016). La referencia que se plasma en este ajuste es muy importante y permite una nueva puntuación media de 25.47 en este trabajo ($DE = 6.315$). Este ajuste deja el nivel de los datos del presente estudio situado en un nivel moderado de resiliencia, dentro en un contexto similar a la sociedad española en su conjunto, que obtuvo un dato total de 25.35 (Valle et al., 2019), también debajo de la población universitaria española, que obtuvo una puntuación de 27.4 (Notario-Pacheco et al., 2011).



Informe final de Proyecto de Investigación

Esto permite interpretar las puntuaciones, donde podemos ver que el 46.47 % de los datos se encuentran en el nivel Alto, lo cual entra en conflicto con los datos referenciales de un criterio externo situándose en puntuaciones por encima de 30 (Valladares-Garrido et al., 2025) o 36 (Waddimba et al., 2022) puntos. Lo cual a su vez se deduce fácilmente por la mediana de los datos, ya que sería de 36 (en una escala de 10 a 50). El hecho de que el 46.47 % lo haga en el nivel Alto se puede explicar por ello mismo, ya que las puntuaciones están determinadas por puntuaciones internas a la propia muestra (Notario-Pacheco et al., 2011) y no bajo el criterio de un estándar externo. Solo una puntuación tiene sentido en un análisis general: la media estandarizada, que es de 25.47.

Al considerar esta puntuación media en relación con el conjunto de trabajos existentes en las profesiones de interés, se hacen evidentes varios patrones. Esta puntuación media es notablemente similar a la encontrada en estudiantes de enfermería. Este promedio de 25.47 es casi idéntico al hallado en cohortes de Palestina ($M = 25.5$) Ruiz-Parrado et al., 2024) y similar al de estudiantes de Hong Kong ($M = 24,0$) (Chow et al., 2018). En marcado contraste con estos hallazgos se encuentra la puntuación media de 25.47 de este estudio, que es significativamente inferior a la encontrada en estudiantes de odontología, el grupo con mayor estrés en términos profesionales, y conocido por sus condiciones de riesgo de estrés (Rodríguez-Molinero et al., 2024; Schwitters & Kiesewetter, 2023), en comparación con la de los participantes en este estudio. Otros estudios realizados en México ($M = 30.23$) (Rodríguez-Molinero et al., 2024) y Alemania ($M = 28.43$) (Schwitters & Kiesewetter, 2023) presentan puntuaciones más altas en términos de resiliencia.

En cuanto a los estudiantes de psicología, existe una laguna en la investigación, ya que varios estudios de validación (Domínguez-Lara et al., 2019) carecen de métodos estadísticos descriptivos. No obstante, un estudio importante llevado a cabo en México (Salgado-García et al., 2020), que empleó un sistema de puntuación de 1 a 5 similar al de nuestra muestra, arrojó una puntuación notablemente similar ($M = 35.12$), lo que verifica la replicabilidad de nuestros datos. En cuanto a los estudiantes de trabajo social, veterinaria y nutrición, la laguna en la investigación es aún mayor. En cuanto a los estudiantes de



Informe final de Proyecto de Investigación

veterinaria, se encontró un estudio que solo proporcionó la mediana (mediana = 27), un valor muy similar al promedio de nuestro estudio, aunque con diferencias en las medidas exactas de la puntuación (Moffett & Bartram, 2017). Por lo tanto, nuestros hallazgos (media = 25,47) ofrecen una nueva e importante base de referencia en estas profesiones tan poco representadas.

Dentro de un promedio moderado de puntuaciones para datos moderados de resiliencia, se observa que los estudiantes de enfermería obtienen puntuaciones más bajas que los estudiantes de odontología, mientras que todos obtienen puntuaciones más bajas que el grupo demográfico de odontología. Esto pone de manifiesto que, si bien los datos divergen entre las distintas profesiones, el rigor y el análisis del presente estudio ofrecen una perspectiva limitada. También se destaca que, si bien la resiliencia es una variable de estudio maleable o flexible dentro de una unidad de análisis (Ciencias Sociales, Contextos Geográficos, Históricos, Actuales), ajustada a los términos propuestos por los autores, se identifica la maleabilidad de la variable resiliencia en un metaanálisis académico estructurado de variables relacionadas dentro de estudios de investigación estructurados, tal como argumentaron los autores inmediatamente anteriores.

Esa tasa de bienestar del 41.82 % es un resultado ambiguo. En primer lugar, es un resultado positivo en comparación con otros estudiantes. Esta es superior a las registradas en un estudio sobre alumnos de pregrado en Lima, Perú, donde se obtuvieron un 17.16 % para las mujeres y un 22.67 % para los hombres (Ramos-Zaga, 2024), y también fue significativamente superior a la alarmante tasa del 11.80 % registrada en estudiantes de medicina y odontología en Italia en 2022 (Giacomazzo et al.). Sin embargo, en general, el bienestar es inferior al registrado en poblaciones similares, como el de los estudiantes de ciencias de la salud en EE. UU., con un 55.20 % en 2022 (Weppner et al.), o el de un estudio realizado con estudiantes universitarios chinos en 2020, con un 61.90 % (Wang et al.).

Lo más atípico de la muestra actual no es su tasa de bienestar, sino su baja tasa de desánimo (2.07 %). Este resultado difiere notablemente de los estudios realizados en



Informe final de Proyecto de Investigación

ocupaciones de alta exigencia. Por ejemplo, en un estudio llevado a cabo por Giacomazzo et al. (2022) con estudiantes de medicina y odontología, además de un bajo nivel de bienestar (11.80 %), el desánimo también fue bajo (34.80 %). De manera similar, en un estudio de Ramos-Zaga en 2024 con estudiantes peruanos, el desánimo fue bajo (32.56 % en hombres y 36.27 % en mujeres). Esta gran divergencia (2.07 %) en el presente estudio, en comparación con el 32-36 % de estudios similares, sugiere la posible influencia de un sesgo metodológico.

La principal limitación de este análisis radica en la agregación de seis disciplinas diversas, como psicología, enfermería, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social. Esto se debe a que es muy improbable que todos estos grupos presenten un patrón similar de bienestar y fuentes de estrés. De hecho, las nuevas tendencias en la investigación han demostrado que los estudiantes de ciencias de la salud experimentan una serie de problemas únicos.

Las investigaciones específicas sobre estudiantes de odontología y veterinaria sugieren una alta prevalencia de estrés y problemas de salud mental. La tasa de desánimo del 34.80 % en odontólogos, según lo informado por Giacomazzo et al. (2022), indica que, probablemente, el 2.07 % calculado en este estudio sea simplemente un promedio de una tasa de desánimo considerablemente mayor en odontólogos y veterinarios, posiblemente enmascarada o atenuada por un grupo con mejor salud, quizás estudiantes de psicología o trabajo social.

Por lo tanto, resulta evidente que el hallazgo más relevante no es la tasa de desánimo, sino que casi el 56.11% de los participantes obtuvo una puntuación en un estado moderado. Esto representa a un grupo de alumnos que, si bien no se encuentran en crisis, carecen de los recursos de salud mental positivos suficientes, bienestar hedónico y eudaimónico, para ser considerados plenamente desarrollados (Keyes, 2002), tal como se propone teóricamente. De hecho, en las profesiones sanitarias y sociales, que experimentan una alta tasa de síndrome de burnout (Padilla, 2023; López-Valverde et al., 2022; Tripp et al., 2024), en particular, un estado moderado constituye un riesgo latente.



Informe final de Proyecto de Investigación

Este análisis destaca que, si bien se identifica un estado bajo para los estudiantes desanimados, el promedio es alto. La sorprendente baja tasa de desánimo probablemente se deba a la agregación de muestras, lo que oculta problemas en disciplinas específicas como odontología o veterinaria.

Esto significa que las intervenciones universales en actividades de bienestar carecen de eficacia. Es fundamental que las instituciones educativas no basen su éxito en el desánimo. En cambio, es fundamental prestar atención a estudiantes moderados, de manera específica para disciplinas, como las prácticas clínicas en enfermería y odontología, en comparación con nutrición.

Las futuras investigaciones deben, como prioridad, desglosar estos datos para examinar las diferencias significativas en los niveles de bienestar entre las seis profesiones. Además, es evidente que se requiere investigación longitudinal para observar si los estudiantes en un estado “moderado” experimentan una transición hacia el florecimiento o, por el contrario, caen presa del desaliento en su exigente trayectoria profesional.

En cuanto al estrés académico lo más notable de los hallazgos es que un gran número de estudiantes (73.49 %) se encuentran dentro de una categoría moderada. Este resultado está respaldado por datos relacionados con medidas de tendencia central que indican un valor similar en sus medidas de media (53.94) y mediana (54).

Para apreciar este puntaje, es imperativo resaltar el tipo de escala que se utiliza para determinar los puntajes PAS. Se trata de una escala de 18 ítems con un valor teórico que oscila entre 18 y 90 (Bedewy & Gabriel, 2015). Es pertinente señalar en este punto que esta escala es una escala de puntuación inversa, donde una puntuación más alta significa niveles más bajos de estrés. Esta es una escala con un valor promedio de 54. El valor de este estudio (53.94) es preciso en este valor promedio.

Este resultado concuerda con una amplia parte de la literatura latinoamericana. Por ejemplo, una investigación realizada por Silva-Ramos et al. (2020) en México, con base en



Informe final de Proyecto de Investigación

el Inventario SISCO, también detectó que el nivel preponderante de estrés en los estudiantes universitarios fue moderado, alcanzándose el 86.30 %. Esto informa que, en poblaciones normales, el estrés universitario suele aparecer como una presión controlable y no como un factor patológico.

Sin embargo, tal resultado está, de hecho, muy en desacuerdo con un gran conjunto de investigaciones que han encontrado que una proporción significativamente mayor de estudiantes experimenta un mayor grado. Esto lo ilustra un estudio peruano que encontró que el 69,62 % de los estudiantes experimentaban un grado severo de tensión (Silva-Ramos et al., 2020). De manera similar, se ha ilustrado un grado de tensión de moderado a muy moderado (McCarthy et al., 2018).

También es de suma preocupación el 14.46 % con estrés Alto. Si bien es una cifra baja en general, es sorprendentemente similar a otros que han investigado específicamente problemas de salud mental. Gómez Gómez et al. (2020) en un estudio de participantes de Trabajo Social (un grupo similar dentro de este conjunto de datos) encontró resultados alarmantes de un 19 % de posible depresión y un 18 % de posible ansiedad, todo lo cual se atribuyó al estrés de la vida universitaria. Del mismo modo, se ha descubierto que existen vínculos firmes entre el estrés académico y una posible ansiedad o depresión (Shamsuddin et al., 2013). Por lo tanto, se considera que lo reportado en este estudio representa a aquellos estudiantes cuyo estrés académico ha cruzado su umbral de capacidad de afrontamiento y, por lo tanto, también corren el riesgo de sufrir problemas de malestar psicológico.

Dentro del grupo de Enfermería, por ejemplo, el estrés no es simplemente una sobrecarga académica, ya que se ve exacerbado por las experiencias de la práctica, el sufrimiento y el miedo a dañar al paciente (De Dios Duarte et al., 2017). De hecho, una revisión sistemática da fe de que los estudiantes de esta área experimentan niveles de estrés de moderados a graves (McCarthy et al., 2018), lo que presumiblemente sugiere que el 14.46 % de puntuaciones altas en realidad pueden representar una subestimación en este grupo en particular.



Informe final de Proyecto de Investigación

En lo que respecta a los estudiantes de Trabajo Social, según la literatura se han encontrado importantes dificultades de ajuste emocional (61 %) relacionadas con cuestiones universitarias, además de las de ansiedad y depresión ya descritas (Gómez Gómez et al., 2020). En las carreras de Psicología, se encontró que el estrés académico se relaciona con problemas mentales (Lopes & Nihei, 2021) y sentimientos de desgana y pérdida de concentración (Gutiérrez et al., 2023). En Nutrición, el estrés académico está directamente relacionado con una alimentación poco saludable tal y como describe un estudio de Arbués et al. (2019), que determinó que comer altas cantidades de azúcar está directamente relacionado con una mayor sensación de ansiedad y estrés.

Finalmente, en el ámbito de la Odontología se presenta una situación más compleja. En una revisión sistemática, Pires et al. (2024) concluyeron que, aunque la ansiedad era un factor significativo en una menor calidad de vida en esos estudiantes, el estrés no demostró tener resultados significativos (Pires et al., 2024). Se plantea una importante discusión respecto de si el estrés académico a través del PAS es un factor válido en todas las áreas de estudio.

Una discusión de estos hallazgos es más relevante no en términos de diferencias en los niveles de estrés, sino en términos de la validez de medir tales diferencias. En el AFC de PAS los índices derivados (CFI=0.840, TLI=0.805) no son óptimos según los estándares psicométricos.

Esto significa que la amenaza a la validez de constructo es su mayor importancia al identificar una limitación de este estudio, que también debería ser su punto de discusión: la de una posible amenaza a la validez de constructo, ya que no es posible asegurar un modo positivo de medir el "estrés académico" en esta población particular a través de la escala PAS. Por esta razón, todos los resultados anteriores de estrés moderado (73,5%) y alto (14,5%) también deben tratarse con extrema precaución, ya que también pueden constituir artefactos de una escala de medición ineficaz en este grupo de estudio en particular. Alternativamente,



Informe final de Proyecto de Investigación

se debería considerar el uso de otros instrumentos validados para poblaciones similares, como el Inventario SISCO (Guzmán-Castillo et al., 2018; Silva-Ramos et al., 2020).

En cuanto a la calidad de vida profesional, los estudiantes de dichas profesiones se consideran un grupo vulnerable porque tienen una doble exposición, ya que experimentan estrés académico en la educación superior, así como exposición al sufrimiento y trauma del paciente en las prácticas clínicas (Bullock et al., 2017). En consecuencia, uno esperaría que dicho grupo tuviera un desafío particular según lo evaluado por el resultado de la escala ProQOL.

En el ámbito positivo, la satisfacción por compasión tiene una media de 35.09 y una mediana de 36. La mayoría de los encuestados se encuentran en el nivel Medio (65.40 %) o Alto (26.51 %). Esto está en línea con una investigación que afirma que se sabe que los estudiantes de profesiones de ayuda, aunque estresados, conservan la motivación intrínseca y el deseo de ayudar (Grimaldo, 2018).

Sin embargo, cabe comentar que los aspectos negativos presentan una anomalía estadística. Las puntuaciones de agotamiento promedian 24.04, con una distribución predominantemente Baja (40.60 %) y Media (59 %). Esta es una distribución aún más extrema si se consideran las puntuaciones de estrés traumático secundario, que promedian 16.57 y tienen un 76.90 % de puntuaciones en el nivel "bajo".

Lo más importante es que sólo el 0.30 % de los encuestados obtuvieron una calificación alta en lo que respecta al Burnout y estrés postraumático. Estos hallazgos son poco comunes y representan un extremo inferior de los observados en la literatura científica (Dyrbye et al., 2010; Zhong et al., 2021). Por sí solos, estos datos ofrecen una indicación reveladora de que este grupo de estudiantes está protegido contra los peligros inherentes a las profesiones que han elegido o condenado.

En el análisis AFC, las estadísticas de ajuste revelan que el ajuste es inaceptable (CFI=0.719, TLI=0.695, RMSEA=0.086). Esta es esencialmente la esencia de esta discusión.



Informe final de Proyecto de Investigación

Significa que una estructura de tres factores del ProQOL no es una representación válida de las respuestas en este estudio en particular. Esto se debe a que los estudiantes no han logrado diferenciar conceptualmente entre BO y SPT.

Este no es un problema aislado relacionado con esta muestra en particular. De hecho, varios estudios han socavado la validez psicométrica del ProQOL-5. Entre 1.615 enfermeras, se encontró que los componentes BO y SPT carecían de propiedades psicométricas adecuadas (Zhang et al., 2018). De manera similar, las investigaciones realizadas en otros profesionales (Geoffrion et al., 2018) y en revisiones sistemáticas publicadas en ciencia veterinaria (Rohlf et al., 2024) no respaldaron la estructura de tres componentes ni evaluaron su validez como suficiente.

Esto significa que un nivel descriptivo de riesgo del 0.30 % no es un reflejo de la prevalencia real sino más bien un producto de mediciones fallidas. La discusión sobre los niveles de calidad de vida debe, por lo tanto, recurrir a los hallazgos de la literatura científica que realmente ha evaluado cuantitativamente dichas variables.

Si dejamos de lado los datos divergentes de la muestra sobre anomalías, en las publicaciones científicas, se observa un patrón completamente diferente. De hecho, los datos de la muestra (0.30% BO/SPT) son un valor atípico extremo en comparación con la evidencia científica. De 80 estudiantes de enfermería, el 60 % obtuvo una puntuación de alto riesgo de fatiga por compasión y el 63.75 % de riesgo moderado a alto de agotamiento (PFRS, 2011). En un metaanálisis global, un promedio total del 23 % de los estudiantes de enfermería experimentaron agotamiento general, pero el 47.10 % en la subescala de agotamiento emocional (Zhong et al., 2022). En particular, durante las prácticas, un metaanálisis (Li et al., 2024) mostró que 29.16 % en BO y 25.64 % en SPT, por encima de los umbrales de Stamm (2010). En Francia, el 80% de los estudiantes de enfermería experimentan una huella negativa en su vida privada (IGAS, 2022).

Del mismo modo, también se contradice un valor del 0.30 %. La investigación respalda que los estudiantes de trabajo social experimentan riesgos similares a los



Informe final de Proyecto de Investigación

experimentados en el profesionalismo (Harr & Moore, 2011). Uno de los estudios más cruciales relacionados con la investigación cuantitativa (Brown et al., 2017) demostró que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas al calcular la fatiga por compasión en estudiantes de maestría y profesionales de la salud mental. A la vista de los metaanálisis de estudios de profesionales del trabajo social que demuestran una incidencia media de BO del 37.60 % (Caravaca-Sánchez et al., 2019) al 50 % (White & Villagrana, 2024) y que el 73 % experimenta un elevado Agotamiento Emocional (Lee et al., 2023), queda claro que los riesgos actuales en los estudiantes también residen en un valor mayor.

Por otra parte, los análisis sistemáticos realizados (Serrano-García & Martínez-Martínez, 2022) en estudiantes de odontología mostraron una gran variabilidad en la tasa de incidencia de burnout, oscilando entre el 7 % y el 50.90 %. En un estudio reportado en un análisis sistemático (Al-Rawi et al., 2021) se registró una tasa del 17.80 % a 32 %. En un metaanálisis que involucró a odontólogos (Galvão et al., 2022) se registró una incidencia global del 13 %, de los cuales el 25% presentó un alto agotamiento emocional y el 32 % una baja realización personal, lo que se ha propuesto iniciar en una etapa de su formación especializada (Pérez Díaz, 2015 & Polanco-Flores et al., 2022).

Las investigaciones relacionadas con estudiantes de posgrado en salud mental, incluidos los programas de psicología, respaldan que experimentan niveles más altos de agotamiento que sus pares de su edad y la población general (Bullock et al., 2017). Esto se considera un factor que contribuye a comprender por qué dichos programas tienen una tasa tan alta de retiros (25 a 50 %) (El-Ghoroury et al., 2012). Una investigación reciente en Italia (SFU Milano, 2024) respalda el agotamiento académico como un factor que debe abordarse como un riesgo para los alumnos.

Este campo muestra la situación más compleja. Aunque el estudiantado de nutrición experimenta condiciones de agotamiento, una comparación realizada en Turquía (Karaagac et al., 2024) mostró que las disciplinas no relacionadas con las ciencias de la salud obtuvieron puntuaciones más altas en términos de agotamiento emocional y cinismo que las disciplinas



Informe final de Proyecto de Investigación

de ciencias de la salud, incluidos los estudiantes de nutrición. Por tanto, parece que no lo tienen del todo peor, sino que tienen un componente protector, como un conocimiento más profundo de las prácticas saludables, aunque un estudio realizado por Garnés-Sánchez et al. (2014) concluyeron que no utilizan esas prácticas en sus propias vidas.

9.10. Hallazgos propios.

Durante el análisis, surgieron resultados no contemplados en los objetivos iniciales, pero que ayudan a comprender mejor la situación del alumnado. En primer lugar, se observó que un número significativo de estudiantes dedica más de 40 horas semanales a prácticas profesionales, lo que supera la carga de trabajo habitual en programas académicos similares. Este nivel de dedicación, lejos de correlacionarse con un mayor bienestar, se acompaña de altos niveles de estrés académico y, en algunos casos, de niveles medios de burnout. Esto sugiere que la intensidad de las prácticas, más que su calidad, podría estar afectando la experiencia formativa.

Otro resultado sorprendente es que el tiempo dedicado a la lectura y al estudio, según el autoinforme, también varía significativamente: hay estudiantes que declaran dedicar solo unos minutos diarios, mientras que otros dedican más de dos horas. Sin embargo, este tiempo invertido no se traduce proporcionalmente en una mayor resiliencia ni en mejores niveles de bienestar. De hecho, en más de un caso, los estudiantes que declararon dedicar mucho tiempo a la lectura también presentaron niveles medios de burnout, lo que indica que el estudio intensivo no va acompañado de medidas de autoprotección adecuadas. También es interesante que la distribución de la resiliencia no sea homogénea en las distintas unidades académicas. Si bien se reporta una tendencia global hacia niveles medio-altos, en áreas como Enfermería, los estudiantes se identifican con mayor frecuencia en niveles bajos, lo que podría estar relacionado con la exposición temprana a escenarios clínicos de alta exigencia emocional. Este matiz abre la posibilidad de diseñar intervenciones específicas para cada disciplina.



Informe final de Proyecto de Investigación

Entre los resultados, que no son parte de los objetivos, más consistentes se encuentran los relacionados con los hábitos de vida. La autoevaluación del sueño mostró una relación directa con las tres dimensiones del ProQOL: en Burnout, la mediana aumentó de 19-20 para quienes reportaron un sueño bueno/muy bueno a 27 para quienes reportaron un sueño deficiente ($H = 26.51; p < .001$). En Satisfacción por Compasión, ocurrió el patrón opuesto, con medianas que aumentaron de 35-37 para un sueño deficiente/muy malo a 42-47 para un sueño bueno/muy bueno ($H = 18.19; p = .001$). En Estrés Traumático Secundario, las medianas oscilaron entre 13.5-16 para un sueño bueno/regular y hasta 18-19 para un sueño deficiente ($H=10.95; p =.027$). Es decir, dormir mal se asocia con mayor agotamiento y menor satisfacción.

En nutrición también se mostró un comportamiento muy similar, con gradientes aparentes en las tres medidas. En cuanto al síndrome de burnout, la mediana fue de 20 para quienes tenían buena nutrición, frente a 25-26 para quienes tenían una alimentación regular/mala ($H=27.44; p<0.001$). En cuanto a la satisfacción por la compasión, la mediana fue de 29-35 para quienes tenían muy mala/mala, frente a 41-47 para quienes tenían una buena/muy buena ($H=31.03; p<0.001$). En cuanto al estrés traumático secundario, la mediana fue de 14 para quienes tenían una buena, frente a 17-20 para quienes tenían una nutrición regular/mala ($H=14.48; p=0.006$). Estos hallazgos apuntan a que los hábitos diarios de sueño y nutrición son factores contextuales decisivos en la experiencia de las prácticas.

El tiempo de lectura y estudio se asoció positivamente con la Satisfacción por Compasión ($p= 0.154; p = 0.0066$) y negativamente con el Burnout ($p= -0.123; p = 0.030$). Por cuartiles, el porcentaje de estudiantes con alta aumentó del 19 % en el grupo de ≤ 46 minutos al 41.60 % en quienes reportaron más de 40 minutos al día. Si bien los porcentajes de Burnout alto fueron bajos en todos los grupos (0-1.40 %), los datos indican una tendencia favorable en quienes dedican más tiempo al estudio. Cabe destacar que la base de datos registra esta variable en segundos, lo cual puede resultar confuso para su interpretación y debería ajustarse en futuros instrumentos para evitar distorsiones.



Informe final de Proyecto de Investigación

Las actividades de autocuidado y expresión tuvieron un impacto positivo. Una mayor cantidad de ejercicio fuera del horario laboral se correlacionó con una mayor satisfacción ($p = 0.220$; $p < 0.001$). De igual forma, la práctica de actividades artísticas durante el turno ($p=0.161$; $p=0.0065$), así como fuera del turno ($p=0.137$; $p=0.021$), se correlacionó con mayores niveles de satisfacción y menor agotamiento emocional durante el turno ($p=-0.129$; $p=0.030$). Sin embargo, fue preocupante el hallazgo opuesto con respecto al "descanso" durante el turno: a mayor duración del descanso, menor satisfacción ($p=-0.147$; $p=0.013$). Lo que en esta situación pudo haberse medido como tiempo de inactividad o baja participación, en lugar de una recuperación eficiente.

En cuanto al uso de medicamentos y suplementos, los estudiantes que dormían o se mantenían despiertos tomando medicamentos presentaron mayor Estrés Traumático Secundario (mediana 18.5 vs. 16.0) y menor satisfacción (mediana 35 vs. 38). Sin embargo, en comparación, el uso de suplementos presentó una modesta reducción en el STS (mediana de 16 frente a 18), consolidando la adherencia a los hábitos de sueño y apetito.

La comparación de la carga de trabajo semanal indicó que las horas no se correlacionaron significativamente con el síndrome de burnout ($H = 3.10$; $p = 0.377$). Las medianas oscilaron entre 23 y 26 en cada rango de horas, lo que sugiere que los hábitos y la calidad del sueño superan el tiempo dedicado. En relación con el tipo de consulta (hospital, centro de salud, clínica, consultorio médico, centro universitario y otros), se observó una diferencia en el estrés traumático secundario ($H = 8,00$; $p = 0.046$), con medianas de 16 en los centros de salud, de 18 en los hospitales, y de 22.5 en las clínicas y la universidad, aunque estas últimas presentaron un número limitado de circunstancias.

Con respecto a la situación laboral, hubo una tendencia hacia la disminución de la satisfacción durante el estudio (medianas 35.5 frente a 37; $H = 3.39$; $p = .066$), aunque no se observaron diferencias significativas en Burnout y Estrés Traumático Secundario ($p > .68$). Por edad, se observó una disminución del Burnout en el grupo de estudiantes mayores de 25 años (mediana 23) y un aumento en aquellos de 21-22 años (26.5) ($H = 8,09$; $p = .044$). En



Informe final de Proyecto de Investigación

Satisfacción por Compasión, los encuestados mayores de 25 años presentaron una mayor Satisfacción por Compasión (mediana 39) en comparación con los encuestados más jóvenes (35-36.5) ($H = 9.71$; $p = .021$), mientras que no se observaron diferencias en Estrés Traumático Secundario ($p = .264$). Al comparar las unidades académicas, se identificaron diferencias significativas en la Satisfacción por la Compasión ($H=6,31$; $p=0,043$). La mediana fue de 41 en Nutrición, 39.5 en Odontología y 36,0 en Enfermería. Las proporciones de alta satisfacción fueron del 47.80 %, 33.30% y 29 %, respectivamente. No se detectaron diferencias en el síndrome de burnout ni en el estrés traumático secundario ($p > 0.65$). En resiliencia (CD-RISC-10), las variaciones entre carreras fueron mínimas y no significativas ($H=1.41$; $p = 0.493$).

Al integrar los indicadores entre sí, se identificó una estructura coherente con modelos de protección: la resiliencia (CD-RISC-10) se correlaciona de manera alta con bienestar (MHC-SF) ($p = 0.630$; $p < 10^{-34}$), y ambas con CS ($\rho=0.609$ y $p=0.565$ respectivamente; $p < 10^{-26}$). Por su parte, BO correlaciona positivamente con STS ($p = 0.490$; $p < 10^{-19}$) y negativamente con bienestar ($p = -0.485$; $p < 10^{-18}$). Un hallazgo inusual fue la presencia de un perfil poco frecuente de estudiantes con BO alto y STS bajo, identificado solo en un caso (0.32 %), lo que confirma que el desgaste académico generalmente se acompaña de sintomatología traumática.

Por último, queremos señalar un hallazgo contextual que no se extrae formalmente de los cuestionarios, pero que afecta la ejecución del estudio: hubo barreras al procedimiento de autorización por parte de algunas unidades académicas, lo que provocó retrasos en la recopilación de datos. Este episodio sugiere la sensibilidad institucional hacia la medición del bienestar estudiantil, así como la necesidad de diseñar procedimientos de divulgación y negociación que puedan apoyar la investigación en el ámbito universitario.

10. Propiedad intelectual

Aunque no todos los resultados son estrictamente patentables, se utiliza un proceso de protección de la propiedad intelectual. El programa de intervención resultante debería



Informe final de Proyecto de Investigación

patentarse para que pueda utilizarse de forma adecuada y estar protegido por derechos de autor. Además de los pasos siguientes:

- A. Citar adecuadamente cualquier informe, base de datos o artículo, citando adecuadamente a los autores y evitando cualquier forma de plagio.
- B. Salvaguardar la identidad de los partícipes, asegurando que toda la información siga los procedimientos de confidencialidad a través de códigos únicos.
- C. Difundir los resultados a las entidades gubernamentales y no gubernamentales que estén interesadas, siempre reconociendo a los financistas.
- D. Respetar las normas editoriales dictadas por los financistas.
- E. Patentar el programa de intervención.

11. Beneficiarios directos e indirectos

En la siguiente Tabla el análisis de valor social y académico describe los beneficiarios, considerando que los resultados que se generan van más allá de los muros de la universidad y que todos ellos interactúan entre sí. El análisis nos permite evaluar la huella que tienen las distintas actividades llevadas a cabo y pronosticar su sostenibilidad a lo largo de un determinado tiempo.

Tabla 32

Beneficiarios directos e indirectos de la investigación



Informe final de Proyecto de Investigación

| Resultados, productos o hallazgos | Beneficiarios directos (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | Número de beneficiarios directos | Beneficiarios indirectos (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | Número de Beneficiarios indirectos |
|---|---|----------------------------------|---|------------------------------------|
| | | | | |
| Informe de diagnóstico sobre la salud mental | Estudiantes universitarios | 581 | Docentes que podrán ajustar su enfoque pedagógico | 25000 |
| Familias, amigos y personas significativas de los estudiantes al mejorar el bienestar general | Familias, amigos y personas significativas | 1500 | Comunidad universitaria en general | 5000 |
| Socialización de resultados | Autoridades, coordinadores y docentes de facultades y escuelas participantes | 120 | Estudiantes beneficiados por las mejoras institucionales en bienestar psicológico | 8000 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| Resultados, productos o hallazgos | Beneficiarios directos (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | Número de beneficiarios directos | Beneficiarios indirectos (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | Número de Beneficiarios indirectos |
|---|---|----------------------------------|---|------------------------------------|
| Implementación de talleres | Participantes de talleres | 400 | Familiares, amigos y pacientes | 12000 |
| Desarrollo de procesos de vinculación institucional para la investigación | Facultad de odontología Escuelas de: Nutrición, Trabajo Social, Enfermería y Ciencias Psicológicas. | 581 | Dirección General de Investigación | 25000 |
| Socialización de resultados preliminares en foros académicos y congresos | Investigadores, docentes, estudiantes y público en general. | 100 | Público académico y general interesado en la temática | 1000 |
| Propuestas de acciones institucionales | Autoridades universitarias | 40 | Autoridades universitarias, docentes, | 2500 |



Informe final de Proyecto de Investigación

| Resultados, productos o hallazgos | Beneficiarios directos | Número de beneficiarios directos | Beneficiarios indirectos | Número de Beneficiarios indirectos |
|-----------------------------------|--|----------------------------------|--|------------------------------------|
| | (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | | (institución, organización, sector académico o tipo de personas) | |
| orientadas al bienestar | | | estudiantes, personal administrativo | |

12. Estrategia de divulgación y difusión de los resultados.

En cuanto a la difusión se presenta la siguiente Tabla.

Tabla 33

Estrategia de divulgación y difusión de los resultados.

| Categoría | Sí | No |
|------------------------|----|----|
| Presentación TV | X | |
| Entrevistas radiales | X | |
| Podcast | X | |
| Entrevista DIGI | X | |
| Recursos audiovisuales | X | |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 33

Estrategia de divulgación y difusión de los resultados.

| Categoría | Sí | No |
|--|----|----|
| Congresos científicos nacionales o internacionales | X | |
| Talleres | X | |
| Publicación de libro | | X |
| Publicación de artículo científico | X | |
| Divulgación por redes sociales institucionales | X | |
| Presentación pública | X | |
| Presentación autoridades USAC | X | |
| Presentación a beneficiarios directos | X | |
| Entrega de resultados | X | |
| Docencia en grado | X | |
| Docencia postgrado | X | |
| Póster científico | | |
| Trifoliales | | |
| Conferencias | X | |
| Otro (describa) | X | |

13. Contribución a las Prioridades Nacionales de Desarrollo (PND)

Los resultados serán compartidos con estudiantes, docentes, personal administrativo y profesionales de la salud mental, con el fin de generar bienestar en la comunidad universitaria. La divulgación se llevará a cabo a través de talleres, seminarios, publicaciones científicas y plataformas institucionales. Además, los hallazgos serán presentados en



Informe final de Proyecto de Investigación

congresos especializados, donde tanto estudiantes como profesionales podrán integrar el conocimiento en sus prácticas académicas y laborales. El programa y el resto de los productos científicos que resulten de la investigación, buscarán la mejorar la calidad de vida en la educación superior, favoreciendo un entorno más saludable y equilibrado.

Este estudio contribuirá a las prioridades de desarrollo nacional de Guatemala en las áreas de educación y salud, en línea con los objetivos y metas de desarrollo sostenible 3 y 4, Educación de calidad y el de Salud y bienestar respectivamente. Por medio de informar áreas clave que impactan el bienestar de los estudiantes, propondrá estrategias psicológicas en el marco de los objetivos del Plan Nacional de Desarrollo K'atun: Nuestra Guatemala 2032, que mejoren la calidad de la educación y el acceso a la salud mental.

Conjuntamente, se busca que los resultados y sus conclusiones ayuden a la mejora del desarrollo académico, emocional y social de los estudiantes. Así también, las recomendaciones del estudio podrán ser las primeras bases para propuestas de la política universitaria y pública de salud mental y así la creación y promoción de programas de bienestar y calidad de vida. Además, a través de la socialización de los resultados, se compartirán estas recomendaciones a entidades del gobierno, fomentando la creación de políticas que impulsen el bienestar estudiantil a nivel nacional.

Así también, estos resultados podrán integrarse en la formulación de programas de desarrollo, en línea con la Política de Investigación de la USAC, que promueve la creación de nuevas políticas públicas y la mejora de las ya existentes para fomentar la educación y la salud integral en Guatemala.

14. Otras contribuciones del proyecto al desarrollo

14.1. Programa de Fortalecimiento del Bienestar y la Resiliencia Estudiantil (PRO-BIE): Un Programa de Intervención Basado en el Marco Lógico



Informe final de Proyecto de Investigación

Se presenta como una intervención sistémica. Su diseño responde directamente a los hallazgos del Informe final. Identifica un perfil de riesgo clave en los estudiantes de la USAC que realizan prácticas con personas, caracterizado por una "moderación crónica".

Los hallazgos clave, que incluyen un Bienestar "Moderado" (56.11 %), Estrés Académico "Moderado" (73.49 %) y un Burnout "Medio" (59 %), no se interpretan como estabilidad, sino como un estado de vulnerabilidad latente. El objetivo del programa es, por tanto, mejorar preventivamente estos indicadores antes de que se conviertan en agotamiento crónico. La intervención se fundamenta en los hallazgos, como la correlación entre hábitos de sueño/nutrición y el Burnout, y busca implementar las 11 recomendaciones finales del documento. Su propósito es mejorar los indicadores de bienestar, resiliencia y calidad de vida profesional en los estudiantes de la USAC que realizan prácticas con personas, utilizando los resultados como línea de base. La población objetivo incluye a estudiantes de las unidades académicas de Enfermería, Ciencias Psicológicas, Trabajo Social, Odontología, Ciencias Químicas y Farmacia (Nutrición), Ciencias Médicas y Medicina Veterinaria y Zootecnia.

La estructura del programa sigue una Matriz de Marco Lógico (MML). La siguiente Tabla define la jerarquía de objetivos y cómo se medirán.

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores | Medios de | |
|--|--|---|---|
| | Objetivamente Verificables (IOV) | Verificación (MdV) | Supuestos (S) |
| FIN (Impacto) | | | |
| Contribuir a la mejora de la calidad de la educación superior y la salud mental de los | 1.1. Al 2030, reducción medible en la tasa de <i>Burnout</i> de egresados de estas cohortes. | - Estudios de seguimiento de cohortes (DIGI). | - El bienestar estudiantil es un factor protector contra el <i>Burnout</i> profesional. |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores | Medios de | Supuestos (S) |
|--|---|--|--|
| | Objetivamente Verificables (IOV) | Verificación (MdV) | |
| futuros profesionales de Guatemala. | 1.2. Aporte documentado a metas del PND K'atun 2032 (Ejes 3 y 4). | - Informes de PND. | |
| PROPÓSITO | | | |
| (Resultado Clave) | | | |
| Mejorados los indicadores de bienestar, resiliencia y calidad de vida profesional en los estudiantes de la USAC que realizan prácticas con personas. | 1.1. 70 % de estudiantes "Floreciente" (MHC-SF) incrementa del 41.42% (Línea Base) al 60%. | - Informe de Línea de Base. | - Los estudiantes participan activamente en el programa. |
| | 1.2. % de "Estrés Académico Moderado" (PAS) se reduce del 73.49% al 50%. | - Encuestas anuales de M&E (mismas escalas ¹). | - Los factores macro-contextuales no se deterioran significativamente. |
| | 1.3. 60 % de "Satisfacción por Compasión Alta" (ProQOL) incrementa del 26.51% (Línea Base) al 45 %. | - Informe de Evaluación Final PRO-BIE. | |

Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores Objetivamente Verificables (IOV) | Medios de Verificación (MdV) | Supuestos (S) |
|---|---|--|---|
| | 1.4. 0.30 % de "Burnout Medio" (ProQOL) se reduce del 59 % (Línea Base) al 30 %. | | |
| COMPONENTES (Resultados/Productos) | | | (De Propósito a Componentes) |
| C1: Estudiantes con capacidades fortalecidas de autocuidado, gestión del estrés y resiliencia. | 1.1. 80 % de estudiantes (N=581) completa módulo de "Psicoeducación y Hábitos de Vida". | - Listas de asistencia. | - Los estudiantes tienen tiempo y disposición para participar. |
| | 1.2. 90 % de participantes reporta aumento en conocimiento de autocuidado (pre/post test). | - Registros de plataforma virtual. | |
| | 1.3. 200 estudiantes participan en talleres vivenciales (ej. mindfulness). | - Encuestas pre/post taller. | |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores | Medios de | |
|--|---|--|--|
| | Objetivamente Verificables (IOV) | Verificación (MdV) | |
| | | | Supuestos (S) |
| C2: Red de apoyo socio-académico (docentes, mentores, pares) establecida y fortalecida. | 2.1. 100 docentes y supervisores completan taller "Detección y Apoyo de Primer Nivel". | - Listas de asistencia (docentes). | - Los docentes aceptan su rol en el bienestar estudiantil. |
| | 2.2. 50 % de estudiantes reporta conocer y usar los "grupos de tutoría". | - Encuestas a estudiantes (percepción de apoyo). | - Existe cultura de confianza entre pares. |
| | 2.3. Programa de mentoría con 100 participantes activos. | - Registros de mentoría. | |
| C3: Entornos de práctica saludables y políticas institucionales de bienestar implementados. | 3.1. 80 % de estudiantes de práctica participa en "supervisiones grupales de procesamiento emocional" mensualmente. | - Bitácoras de supervisión grupal. | - Las unidades de práctica (hospitales, etc.) colaboran. |
| | 3.2. "Política Institucional de | - Documento de Política aprobado. | - La alta dirección de la USAC tiene voluntad política. |

Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores Objetivamente Verificables (IOV) | Medios de Verificación (MdV) | Supuestos (S) |
|---|---|------------------------------------|---|
| | Bienestar Estudiantil" aprobada. | | |
| | 3.3. Se realiza evaluación anual de bienestar y se usa para toma de decisiones. | - Actas de reuniones de gestión. | |
| ACTIVIDADES (Acciones) | Recursos / Presupuesto (Resumido) | | (De Componentes a Actividades) |
| <i>Para C1:</i> | - Costos de diseño instruccional. | - Cronograma de Actividades. | - Se consiguen los expertos |
| 1.1. Diseño de módulos online (basados en hallazgos del sobre sueño/nutrición). | - Honorarios de talleristas. | - Informes de ejecución. | adecuados. |
| 1.2. Ejecución de talleres vivenciales (Mindfulness, arte-terapia). | - Costos de plataforma. | | |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores Objetivamente Verificables (IOV) | Medios de Verificación (MdV) | Supuestos (S) |
|---|---|---|---|
| 1.3. Campaña de comunicación sobre autocuidado. | | | |
| <i>Para C2:</i> | - Honorarios de consultores. | - Informes de avance. | - Los docentes asisten a la capacitación. |
| 2.1. Diseño de taller "Detección y Apoyo" para docentes. | - Costos de logística (talleres docentes). | - Facturas y contratos. | |
| 2.2. Ejecución de talleres docentes. | - Costos de sistema de mentoría. | | |
| 2.3. Estructuración de mentoría (peer-to-peer) y "comunidades de práctica". | | | |
| <i>Para C3:</i> | - Costos de consultoría (políticas). | - Informes de consultoría. | - La burocracia universitaria (mencionada en 9.10 del ¹) permite avanzar. |
| 3.1. Diseño de manual para "supervisión grupal de procesamiento emocional". | - Costos de licencias de software. | - Borradores de Política. | |



Informe final de Proyecto de Investigación

Tabla 34

Matriz de Marco Lógico del Programa PRO-BIE

| Jerarquía de Objetivos | Indicadores | Medios de | Supuestos (S) |
|--|---|---------------------------|----------------------|
| | Objetivamente Verificables (IOV) | Verificación (MdV) | |
| 3.2. Cabildeo y redacción de "Política Institucional de Bienestar". | - Costos de personal (M&E). | | |
| 3.3. Institucionalización de la encuesta anual de M&E (usando herramientas del informe). | | | |

El plan de monitoreo y evaluación es claro el presente informe sirve como la línea de base oficial. La evaluación del programa utilizará un diseño pre/post, aplicando la misma batería de instrumentos (CD-RISC-10, MHC-SF, PAS, ProQOL) para medir el cambio en los indicadores del Propósito.

Una consideración metodológica clave se deriva de los propios hallazgos del informe. Dado que el informe identificó un mal ajuste psicométrico del modelo ProQOL de 3 factores, el plan de M&E de este programa no usará ese modelo. En su lugar, seguirá la recomendación del informe y analizará los datos del ProQOL usando el modelo de 2 factores (Fatiga por Compasión vs. Satisfacción por Compasión), que el sugiere como más válido para esta población.



Informe final de Proyecto de Investigación

En cuanto a los riesgos, el supuesto más crítico no es la participación estudiantil, sino la voluntad política e institucional. Las "barreras al procedimiento de autorización" mencionadas en el informe se identifican como el riesgo principal.

Finalmente, la sostenibilidad del programa se planifica mediante la institucionalización. El objetivo es transferir las metodologías (cursos, capacitaciones y la evaluación anual) a las estructuras permanentes de la DIGI y las unidades académicas, asegurando su continuidad más allá de la vida del proyecto.

15. Vinculación

Se desarrolló un proceso de acercamiento y comunicación institucional continuo, enfocado en compartir información pertinente y habilitar condiciones para el trabajo en conjunto. Las gestiones realizadas se han enfocado en sentar las bases para futuros acuerdos, en asegurar el intercambio oportuno de información, en coordinar agendas y en facilitar acciones logísticas que beneficien el desarrollo del proyecto, así como a las unidades académicas involucradas. A la fecha, se ha formalizado la colaboración con la Facultad de Odontología, la Escuela Nacional de Enfermería de Guatemala y la Escuela de Nutrición. Se han establecido acuerdos que facilitan el trabajo conjunto con autoridades y equipos docentes, así como la vinculación con estudiantes de licenciatura, grado técnico y en Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), según correspondía a cada unidad. Por otro lado, se han sostenido acercamientos con la Facultad de Medicina, la Escuela de Trabajo Social y la Escuela de Ciencias Psicológicas, con el objetivo de suscribir acuerdos que habiliten acciones colaborativas en el marco de la investigación.

Por otro lado, se implementó un taller institucional sobre salud mental en universitarios como parte de la línea de investigación del proyecto, con el objetivo de habilitar el diálogo y facilitar el contacto con actores clave de distintas entidades. Se establecieron vínculos a nivel universitario, con participación del Centro Universitario de



Informe final de Proyecto de Investigación

Zacapa y del Centro Universitario de Sacatepéquez, así como de la Escuela de Formación de Profesores de Enseñanza Media (EFPEM), la Facultad de Ciencias Económicas, la Facultad de Medicina y la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia. En el ámbito externo, participaron representantes de la Secretaría Ejecutiva de la Comisión Contra las Adicciones y el Tráfico Ilícito de Drogas (SECCATID), el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.

Asimismo, se han socializado resultados con autoridades del Centro Universitario del Norte y de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia, asegurando una retroalimentación para la toma de decisiones y el fortalecimiento de canales de comunicación. Además, se han desarrollado vínculos con posgrado de la Facultad de Medicina, y se han iniciado acercamientos con las autoridades del Hospital San Juan de Dios para explorar marcos de colaboración interinstitucional.

16. Conclusiones

En cuanto a la resiliencia, de los datos se desprende que los estudiantes de psicología, enfermería, ciencias médicas, odontología, veterinaria, nutrición y trabajo social que realizan prácticas profesionales en entornos de atención directa poseen un grado de resiliencia que se clasifica como moderado a alto. Este resultado indica que la participación en entornos de interacción humana del mundo real no es simplemente una experiencia de desafío relacionada con el rendimiento académico, sino que también constituye un proceso de desarrollo individual a través del cual los encuentros con el sufrimiento, la enfermedad o la vulnerabilidad de otros son capaces de mejorar los propios recursos humanos en términos de auto capacidad, control de las emociones o sentimientos de propósito.

La resiliencia también puede verse como un proceso de adaptación positivo que ocurre como resultado de variables individuales como la perseverancia o la confianza en uno mismo, así como de variables ambientales como el apoyo recibido, acompañamiento docente y retroalimentación dentro de práctica, que se unen como un todo. Esta adaptación no es sólo una cuestión de superar la adversidad, sino también de crecer como resultado de ella.



Informe final de Proyecto de Investigación

Los hallazgos resaltan nuevamente el valor crucial de la resiliencia como elemento clave del bienestar universitario y el desempeño como profesional en el futuro. Desde una perspectiva empírica, se sabe que los centros de práctica tienen la capacidad de convertirse en un entorno que fomenta el florecimiento humano al permitir un vínculo entre el aprendizaje y lo psicológico, buscando fortalecer la capacidad de los futuros profesionales para mantener un equilibrio saludable entre las exigencias académicas, emocionales y sociales.

En cuanto al bienestar es un factor importante para determinar el equilibrio entre las exigencias académicas y los recursos individuales para afrontarlas. Realmente, la experiencia no solo sumerge en circunstancias emocionalmente dificultosas, sino que también en un espacio de aprendizaje social donde desarrollan autocomprensión, empatía y habilidades de autorregulación. Desde una perspectiva de la psicología positiva, todo esto podría describirse como un aprendizaje transformador en el que la interacción con la realidad social y humana mejora la apreciación del sentido de la vida y la capacidad para superar desafíos, manteniendo al mismo tiempo un estado de bienestar positivo.

La categoría de bienestar más alta señala que los estudiantes son capaces de asociar la propia experiencia profesional con las dimensiones del florecimiento humano, como, por ejemplo, el sentido, la autonomía y la conexión social. Estas toman especial relevancia en un contexto universitario debido a que determinan la efectividad en el aprendizaje, la capacidad de construir una identidad profesional basada en el servicio y el crecimiento personal. En este sentido, el bienestar no equivale a la no existencia de malestar, sino a la experiencia de emociones positivas, a la existencia de relaciones significativas y a la existencia de una valoración positiva del propio desarrollo.

A partir de toda esta información se puede afirmar que el bienestar en la educación universitaria no es una vivencia solo individual, sino que es relacional y contextualizada, ya que factores como el apoyo que percibe el alumnado de su profesorado universitario, el clima académico y la interacción humana en el ámbito de la práctica incide; esto coincide con lo



Informe final de Proyecto de Investigación

que hemos afirmado de que la educación universitaria, comprendiendo también el enfoque de la psicología positiva, contribuye positivamente a la vida del ser humano, puesto que ayuda a las personas que viven de profesiones que se basan en el cuidado de otras más a florecer.

El estrés académico experimentado por los estudiantes que realizan prácticas profesionales en el ámbito de la atención a personas es principalmente de carácter moderado, lo que indica que, a pesar de las exigencias académicas, estos estudiantes cuentan con mecanismos para afrontar el estrés que les permiten adaptarse. Este tipo de estrés puede considerarse funcional, ya que les ayuda a desarrollar un sentido de responsabilidad y dedicación hacia sus tareas de formación sin afectar su capacidad de adaptación ni su bienestar.

El hecho de que logren equilibrar las exigencias y su capacidad de respuesta se debe a la presencia de factores positivos como el apoyo social, la gestión del tiempo y los sentimientos de autonomía y autoeficacia presentes en sus vidas. En relación con las perspectivas de la psicología positiva y su marco teórico sobre el estrés y el rendimiento académico, se puede afirmar que una buena capacidad para responder a las demandas laborales depende de otros recursos personales.

La existencia de grupos de personas que experimentan altos y bajos niveles de estrés académico indica que las prácticas profesionales, como parte de la formación práctica, no son experiencias uniformes, ya que se ven afectadas por variaciones individuales y contextuales, así como por diferencias emocionales. Al reconocer que el estrés académico es un fenómeno complejo, dinámico y multidimensional, podemos entender la formación práctica no solo como un desarrollo técnico, sino también como la creación de resiliencia emocional ante las presiones académicas.

En cuanto a la calidad de vida profesional de los estudiantes que interactúan con personas, reflejada en su entorno laboral, indica una relación beneficiosa entre la satisfacción por la compasión y un bajo agotamiento emocional. Esto puede interpretarse como una señal



Informe final de Proyecto de Investigación

de que, a pesar de las tareas y presiones inherentes a la interacción y el compromiso con las personas, los estudiantes logran mantener una actitud positiva hacia su trabajo, lo que se refleja en su bienestar y en el sentido de propósito que experimentan durante su formación.

Basándonos en estos niveles de profesionalismo y dimensiones de la calidad de vida, la satisfacción por la compasión, el Burnout y el estrés traumático secundario, podemos suponer que estos alumnos han gestionado y afrontado eficazmente la satisfacción por compasión desde el inicio de sus carreras. Desde la perspectiva de la psicología positiva, esto indica que poseen elementos de compromiso académico, empatía y recursos personales que facilitan la autorregulación emocional tanto para ellos mismos como para las personas que atienden.

En conjunto, estos hallazgos sugieren que la formación puede ser un catalizador para el desarrollo, siempre que se brinde y se obtenga el apoyo suficiente. Interactuar con personas no solo fortalece la identidad vocacional, sino que también permite crear oportunidades para satisfacer las necesidades socioemocionales necesarias para futuras interacciones como profesionales de la ayuda y el cuidado.

17. Recomendaciones

- A. Es necesario que las unidades académicas establezcan programas de formación en resiliencia y bienestar basados en intervenciones de psicología positiva, diseñados para mejorar las habilidades de afrontamiento y el sentido de propósito en el ejercicio profesional.
- B. Los centros de práctica deben integrarse como espacios que no solo ofrezcan experiencia, sino que también faciliten la reflexión sobre la práctica emocional y el aprendizaje socioafectivo. Esto requerirá la colaboración entre tutores académicos y supervisores institucionales para garantizar condiciones de formación y apoyo adecuadas.



Informe final de Proyecto de Investigación

- C.** Se recomienda desarrollar mecanismos para la evaluación periódica del bienestar y la resiliencia de los estudiantes en prácticas. Esto nos permitirá detectar las necesidades que surjan durante la práctica y desarrollar estrategias de prevención orientadas a mejorar el bienestar mental y el desarrollo integral al pasar de la etapa de formación a la práctica profesional.
- D.** Es necesario implementar políticas que contribuyan a crear entornos saludables en las unidades académicas, fomentando la empatía y la reflexión sobre las experiencias humanas en el ámbito profesional.
- E.** Es importante incluir intervenciones centradas en las fortalezas personales, la gratitud, el optimismo y el sentido de propósito dentro del programa de formación, ya que todas ellas pueden contribuir al bienestar subjetivo y al éxito de los futuros profesionales.
- F.** Incluir en los programas de formación la promoción del apoyo emocional durante las prácticas profesionales. Es fundamental que las unidades académicas desarrollen un sistema de mentoría y apoyo emocional y psicológico continuo durante las prácticas profesionales, permitiendo así que los estudiantes interactúen con las personas en el entorno laboral desde una perspectiva de cuidado y vocación.
- G.** Las unidades académicas deben fomentar las intervenciones psicoeducativas basadas en técnicas de relajación, atención plena, así como técnicas de incremento de la autoeficacia, a fin de procurar a los estudiantes herramientas concretas de manejo del estrés académico en el proceso de práctica.
- H.** Es necesario hacer que el seguimiento constante del estrés estudiantil forme parte de las políticas universitarias actuales, además de capacitaciones docentes para detectar señales de sobrecargas emocionales en los estudiantes, abierta e indirectamente, sumando entornos de aprendizaje más empáticos.
- I.** La creación de grupos de tutoría, de mentoría, de comunidades de práctica puede contribuir a mejorar la cohesión social, la percepción de apoyo, que se considera, por cierto, como amortecedores del estrés, según la literatura de psicología positiva, contribuyendo al bienestar no sólo emocional, sino también del aprendizaje, de la satisfacción en la formación profesional.



Informe final de Proyecto de Investigación

- J.** Las unidades académicas deberían llevar a cabo los formatos de talleres sobre autocuidado, gestión emocional, además de balance entre empática y límites, dirigidos a la resolución de agotamiento, así como mejora de la satisfacción con la compasión, consistentes en las primeras etapas de una educación profesional.
- K.** Se debe implementar tiempo de supervisión grupal, así como análisis de experiencias, donde los estudiantes procesen sus emociones producto de las experiencias con la vulnerabilidad humana, convirtiendo así las experiencias en aprendizajes.
- L.** Las políticas de universidades deberían incorporar los índices de bienestar, calidad de vida profesional, e incorporarlo en el proceso de gestión académica, con el objetivo de satisfacer los procesos técnicos, pero también deberían contribuir a mejorar la salud mental, el florecimiento, e incluso la calidad de vida emocional de los profesionales del futuro.



Informe final de Proyecto de Investigación

Referencias

- Albarracín Rodríguez, Á. P., & Montoya Arenas, D. A. (2016). Programas de intervención para Estudiantes Universitarios con bajo rendimiento académico. *Informes psicológicos*, 16(1), 13–34.
<https://doi.org/10.18566/INFPSICV16N1A01>
- Bacchi, S., & Licinio, J. (2017). Resilience and Psychological Distress in Psychology and Medical Students. *Academic Psychiatry*, 41(2), 185–188.
<https://doi.org/10.1007/S40596-016-0488-0/METRICS>
- Barchelot Aceros, L. J., Pabón Poches, D. K., Mieles Toloza, I. L., Galván Patrignani, G. D., Barchelot Aceros, L. J., Pabón Poches, D. K., Mieles Toloza, I. L., & Galván Patrignani, G. D. (2023). TEPT en sobrevivientes de violencia o abuso sexual en el conflicto armado colombiano. *Psicoperspectivas*, 22(3), 53–69.
<https://doi.org/10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL22-ISSUE3-FULLTEXT-2967>
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health psychology open*, 2(2). <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*.
- Buselli, R., Corsi, M., Baldanzi, S., Chiumiento, M., Lupo, E. Del, Dell’oste, V., Bertelloni, C. A., Massimetti, G., Dell’osso, L., Cristaudo, A., & Carmassi, C. (2020). Professional Quality of Life and Mental Health Outcomes among Health Care Workers Exposed to Sars-Cov-2 (Covid-19). *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020, Vol. 17, Page 6180, 17(17), 6180. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17176180>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Callasaca-Goyzueta, J., Gutiérrez-Pantigoso, K., Cotrado-Estalla, E., Campos-Condori, H., Ayhuasi-Gomez, K., Velarde-Quispe, R., & Huanco Apaza, D. (2021). Percepción sobre educación virtual en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud, en tiempos de COVID-19. *Revista Médica Basadrina*, 15(4), 3–15.
<https://doi.org/https://orcid.org/0000-0001-9687-8384>
- Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the connor–davidson resilience scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028.
<https://doi.org/10.1002/jts.20271>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Castro, I. R., Lilia, D., & Capistrán, V. (2021). Lo que dejó el covid-19 en la salud mental de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 13778–13796. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V5I6.1357
- Cicognani, E., Pietrantonio, L., Palestini, L., & Prati, G. (2009). Emergency workers' quality of life: The protective role of sense of community, efficacy beliefs and coping strategies. *Social Indicators Research*, 94(3), 449–463.
<https://doi.org/10.1007/S11205-009-9441-X>
- Clabaugh, A., Duque, J. F., & Fields, L. J. (2021). Academic Stress and Emotional Well-Being in United States College Students Following Onset of the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/FPSYG.2021.628787>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A GLOBAL MEASURE OF PERCEIVED STRESS. En *Journal of Health and Social Behavior* (Vol. 24).
<https://doi.org/https://doi.org/10.2307/2136404>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/DA.10113>
- Cosgrove, L., Mills, C., Karter, J. M., Mehta, A., & Kalathil, J. (2020). A critical review of the Lancet Commission on global mental health and sustainable development: Time for a paradigm change. *Critical Public Health*, 30(5).
<https://doi.org/10.1080/09581596.2019.1667488>
- Cozby, P. C. (2005). *Métodos de Investigación del Comportamiento*. McGraw Hill.
- de la Fuente, J., Fernández-Cabezas, M., Cambil, M., Vera, M. M., González-Torres, M. C., & Artuch-Garde, R. (2017). Linear relationship between resilience, learning approaches, and coping strategies to predict achievement in undergraduate students. *Frontiers in Psychology*, 8(JUN).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01039>
- de Moraes, S. H. M., da Cunha, I. P., Lemos, E. F., Abastoflor, L. L. L., de Lourdes Oshiro, M., Orio de Athayde Bohrer, R. T. D., Sarubbi, V., de Souza, F. B., do Nascimento, D. D. G., & do Valle Leone de Oliveira, S. M. (2023). Prevalence and associated factors of mental health disorders among Brazilian healthcare workers in times of the COVID-19 pandemic: A web-based cross-sectional study. *PLoS ONE*, 18(6 JUNE). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0274927>
- Denovan, A., Dagnall, N., & Drinkwater, K. (2023). Examining what Mental Toughness, Ego Resiliency, Self-efficacy, and Grit measure: An exploratory



Informe final de Proyecto de Investigación

structural equation modelling bifactor approach. *Current Psychology*, 42(26).

<https://doi.org/10.1007/s12144-022-03314-5>

Dewi, D. K., Jannah, M., & Darmawanti, I. (2022). Confirmatory factor analysis of the Perception of Academic Stress Scale (PAS). *International Conference on Assessment and Learning (ICAL)*, 64–78.

<https://doi.org/https://doi.org/10.37517/978-1-74286-697-0-06>

Diah, M. H., Maulana, I., & Yamin, A. (2024). The Relationship of Academic Stress to Smoking Behaviour in Students of Faculty of Geological Engineering. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(5), 2309–2316.

<https://doi.org/10.37287/IJGHR.V6I5.3343>

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 3(95), 542–575.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>

Dong, L., Bouey, J., & Bouey, J. (2020). Public Mental Health Crisis during COVID-19 Pandemic, China - Volume 26, Number 7—July 2020 - Emerging Infectious Diseases journal - CDC. *Emerging Infectious Diseases*, 26(7), 1616–1618.

<https://doi.org/10.3201/EID2607.200407>

Engel, G. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine Science. *Science*, 4286(196), 129–136.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1126/science.847460>

Figley, C. R. (1996). Compassion fatigue: Toward a new understanding of the costs of caring. En B. H. Stamm (Ed.), *Secondary traumatic stress: Self-care issues for clinicians, researchers, and educators* (pp. 3–28). The Sidran Press.

Fink, G. (2009). Stress: Definition and history. En *Encyclopedia of Neuroscience* (pp. 549–555). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/B978-008045046-9.00076-0>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Coping as a Mediator of Emotion*. 466–475.
- Fu, C. Y., Yang, M. S., Leung, W., Liu, Y. Y., Huang, H. W., & Wang, R. H. (2018). Associations of professional quality of life and social support with health in clinical nurses. *Journal of Nursing Management*, 26(2), 172–179.
<https://doi.org/10.1111/JONM.12530>
- Fukumori, T., Goto, T., & Sato, H. (2018). Development, reliability, and validity of a Japanese version of the Professional Quality of Life Scale for Nurses. *Japanese Journal of Psychology*, 89(2), 150–159. <https://doi.org/10.4992/JJPSY.89.17202>
- Galiana, L., Arena, F., Oliver, A., Sansó, N., & Benito, E. (2017). Compassion Satisfaction, Compassion Fatigue, and Burnout in Spain and Brazil: ProQOL Validation and Cross-cultural Diagnosis. *Journal of pain and symptom management*, 53(3), 598–604.
<https://doi.org/10.1016/J.JPAINSYMMAN.2016.09.014>
- Galiana, L., Oliver, A., Arena, F., De Simone, G., Tomás, J. M., Vidal-Blanco, G., Muñoz-Martínez, I., & Sansó, N. (2020). Development and validation of the Short Professional Quality of Life Scale based on versions IV and V of the Professional Quality of Life Scale. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1).
<https://doi.org/10.1186/S12955-020-01618-3>
- Garnezy, N. (1971). Vulnerability research and the issue of primary prevention. *American Journal of Orthopsychiatry*, 1(41), 101–116.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1971.tb01111.x>
- González-Aguilar, D. W. (2021). Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 4(1), 43–58. <https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53>



Informe final de Proyecto de Investigación

- González-Aguilar, D. W., Linares Sinay, S. S., Muñoz-Alonzo, H. M., Meza Santa María, K. E., Godínez Girón, E. J., & Cambrán Aguilar, I. F. de M. (2023). *Caracterización del bienestar, resiliencia e indicadores de depresión en estudiantes de la universidad pública de Guatemala.*
- González-Aguilar, D. W., Sinay, S. S. L., Muñoz-Alonzo, H. M., Archila Bonilla, D. G., Vásquez Guerra, M. A., Meza Santa María, K. E., & Morales Pérez, M. P. (2022). *Estrés académico, apoyo social y calidad de vida en estudiantes universitarios de la ciudad de Guatemala.*
- Hegney, D. G., Rees, C. S., Eley, R., Osseiran-Moisson, R., & Francis, K. (2015). The contribution of individual psychological resilience in determining the professional quality of life of Australian nurses. *Frontiers in Psychology, 6*(OCT), 166760. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2015.01613/BIBTEX>
- Hemsworth, D., Baregheh, A., Aoun, S., & Kazanjian, A. (2018). A critical enquiry into the psychometric properties of the professional quality of life scale (ProQol-5) instrument. *Applied Nursing Research, 39*, 81–88. <https://doi.org/10.1016/J.APNR.2017.09.006>
- Heritage, B., Rees, C. S., & Hegney, D. G. (2018). The proqol-21: A revised version of the professional quality of life (ProQOL) scale based on Rasch analysis. *PLoS ONE, 13*(2). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0193478>
- Hesketh, T., Zhen, Y., Lu, L., Dong, Z. X., Jun, Y. X., & Xing, Z. W. (2010). Stress and psychosomatic symptoms in Chinese school children: cross-sectional survey. *Archives of Disease in Childhood, 95*(2), 136–140. <https://doi.org/10.1136/ADC.2009.171660>
- Hiles, A. R., Parris, S., Hall, J. S., Call, C. D., Razuri, E. B., Purvis, K. B., & Cross, D. R. (2015). An examination of the relationships between professional quality of



Informe final de Proyecto de Investigación

life, adverse childhood experiences, resilience, and work environment in a sample of human service providers. *Children and Youth Services Review*, 57, 141–148.

<https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2015.08.003>

Hossain, M. J., Ahmmed, F., Rahman, S. M. A., Sanam, S., Emran, T. Bin, & Mitra, S. (2021). Impact of online education on fear of academic delay and psychological distress among university students following one year of COVID-19 outbreak in Bangladesh. *Heliyon*, 7(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07388>

Hotchkiss, J. T., & Wong, C. M. Y. (2024a). Truth on ProQOL and Burnout Assessment—Development and Intercultural Validation of the Brief ProQOL-12 from the Professional Quality of Life, Version 5.

<https://doi.org/10.1177/10499091241260284>.

<https://doi.org/10.1177/10499091241260284>

Hotchkiss, J. T., & Wong, C. M. Y. (2024b). Truth on ProQOL and Burnout Assessment—Development and Intercultural Validation of the Brief ProQOL-12 from the Professional Quality of Life, Version 5.

<https://doi.org/10.1177/10499091241260284>.

<https://doi.org/10.1177/10499091241260284>

Hotchkiss, J. T., & Wong, M. Y. C. (2022). Factorial Structure of the ProQOL—Systematic Meta-analysis and Integration of 27 International Factor Analysis Studies. *Trends in Psychology*. <https://doi.org/10.1007/S43076-022-00184-5>

Hou, Y., Hou, W., Zhang, Y., Liu, W., & Chen, A. (2022). Relationship between working stress and anxiety of medical workers in the COVID-19 situation: A moderated mediation model. *Journal of affective disorders*, 297, 314–320.

<https://doi.org/10.1016/J.JAD.2021.10.072>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- International Labour Organization. (2022). WHO and ILO call for new measures to tackle mental health issues at work. *ILO News*.
- Jaotombo, F. (2019). Study of the Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF) amongst French Workers: a Combined Variable- and Person-Centered Approach. *Journal of Well-Being Assessment 2019 3:2*, 3(2), 97–121. <https://doi.org/10.1007/S41543-019-00022-Z>
- Joshanloo, M., Wissing, M. P., Khumalo, I. P., & Lamers, S. M. A. (2013). Measurement invariance of the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF) across three cultural groups. *Personality and Individual Differences*, 55(7), 755–759. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2013.06.002>
- Joyce, S., Shand, F., Lal, T. J., Mott, B., Bryant, R. A., & Harvey, S. B. (2019). Resilience@Work mindfulness program: Results from a cluster randomized controlled trial with first responders. *Journal of Medical Internet Research*, 21(2). <https://doi.org/10.2196/12894>
- Kahn, J. H., Fishman, J. I., Galati, S. L., & Meyer, D. M. (2023). Perfectionism, locus of control, and academic stress among college students. *Personality and Individual Differences*, 213, 112313. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2023.112313>
- Karaman, M. A., & Watson, J. C. (2017). Examining associations among achievement motivation, locus of control, academic stress, and life satisfaction: A comparison of U.S. and international undergraduate students. *Personality and Individual Differences*, 111, 106–110. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2017.02.006>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. Basic Books.
- Kato, T. (2015). Frequently used coping scales: A meta-analysis. *Stress and Health, 31*(4), 315–323. <https://doi.org/10.1002/smi.2557>
- Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E. J., Cardoso, G., Degenhardt, L., de Girolamo, G., Dinolova, R. V., Ferry, F., Florescu, S., Gureje, O., Haro, J. M., Huang, Y., Karam, E. G., Kawakami, N., Lee, S., Lepine, J. P., Levinson, D., ... Koenen, K. C. (2017). Trauma and PTSD in the WHO World Mental Health Surveys. *European Journal of Psychotraumatology, 8*, 5. <https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1353383>
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology, 82*(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Keyes, L. M., Wissing, M., Potgieter, J. P., Temane, M., Kruger, A., & Van Rooy., S. (2008). Evaluation of the mental health continuum-short form (MHC-SF) in Setswana-speaking South Africans. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 15*(3). <https://doi.org/10.1002/cpp.572>
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2015-56948-000>
- Lamers, S. M. A., Glas, C. A. W., Westerhof, G. J., & Bohlmeijer, E. T. (2012). Longitudinal Evaluation of the Mental Health Continuum- Short Form (MHC-



Informe final de Proyecto de Investigación

SF). <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000109>, 28(4), 290–296.

<https://doi.org/10.1027/1015-5759/A000109>

Lamers, S. M. A., Westerhof, G. J., Bohlmeijer, E. T., Ten Klooster, P. M., & Keyes, C. L. M. (2011). Evaluating the psychometric properties of the mental health Continuum-Short Form (MHC-SF). *Journal of Clinical Psychology*, 67(1), 99–110. <https://doi.org/10.1002/JCLP.20741>

Lan, Y. L., Huang, W. T., Kao, C. L., & Wang, H. J. (2020). The relationship between organizational climate, job stress, workplace burnout, and retention of pharmacists. *Journal of Occupational Health*, 62(1). <https://doi.org/10.1002/1348-9585.12079/7249975>

Lazarus, R. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.

Lazarus, R., & Launier, R. (1978). Stress-Related Transactions between Person and Environment. En *Perspectives in Interactional Psychology* (pp. 287–327). Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7_12

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lenz, A. S., Smith, C., & Meegan, A. (2024). A Reliability Generalization Meta-Analysis of Scores on the Professional Quality of Life (ProQOL) Scale Across Sample Characteristics. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. <https://doi.org/10.1080/07481756.2024.2320154>

Liao, R. W., Hu, W. C., Kuo, C. Y., Hsu, W. L., & Tzeng, I. S. (2025). Adult individual resilience interventions: A PRISMA-compliant meta-analysis. En *Journal of Psychiatric Research* (Vol. 189, pp. 352–364). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2025.06.021>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Lim, Y. J. (2022). Psychometric Properties of the Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF): A Study With Individuals With Schizophrenia Living in the Community. *Psychiatry Investigation*, *19*(12), 1021–1026.
<https://doi.org/10.30773/PI.2022.0155>
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2013). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, *15*(1), 77–90. <https://doi.org/10.1177/1469787413514651>
- Lloyd, C., King, R., & Chenoweth, L. (2002). Social work, stress and burnout: A review. *Journal of Mental Health*, *11*(3), 255–265.
<https://doi.org/10.1080/09638230020023642>
- Londoño, J., Vernaza-Pinzón, P., Dueñas-Cuellar, R., Niño-Castaño, V. E., & Rivera, A. (2024). Estrés académico en estudiantes universitarios: la epidemia silenciosa en una facultad de ciencias de la salud. *Salud UIS*, *56*(1).
<https://doi.org/10.18273/saluduis.56.e:24010>
- Machado, W. de L., & Bandeira, D. R. (2015). Escala de Saúde Mental Positiva: Validação da *Mental Health Continuum - Short Form*. *Psico-USF*, *20*(2), 259–274. <https://doi.org/10.1590/1413-82712015200207>
- Maddock, A. (2024). The Relationships between Stress, Burnout, Mental Health and Well-Being in Social Workers. *The British Journal of Social Work*, *54*(2), 668–686. <https://doi.org/10.1093/BJSW/BCAD232>
- Manwell, L. A., Barbic, S. P., Roberts, K., Durisko, Z., Lee, C., Ware, E., & McKenzie, K. (2015). What is mental health? Evidence towards a new definition from a mixed methods multidisciplinary international survey. *BMJ Open*, *5*(6), e007079. <https://doi.org/10.1136/BMJOPEN-2014-007079>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2).
<https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. En *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress* (Vol. 1, pp. 351–357). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00044-3>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(Volume 52, 2001), 397–422.
<https://doi.org/10.1146/ANNUREV.PSYCH.52.1.397/CITE/REFWORKS>
- McLaren, H., Patmisari, E., & Jones, M. (2024). Professional quality of life of Australian Mockingbird Family™ foster carers: Compassion satisfaction, burnout, and secondary traumatic stress. *Children and Youth Services Review*, 158, 107453. <https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2024.107453>
- Mendoza Mojica, A. S., Márquez Mendoza, O., Guadarrama Guadarrama, R., & Ramos Lira, L. E. (2013). Medición del Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) en universitarios mexicanos. *Salud Mental*, 36(6), 493–503.
- Monroe, M., Morse, E., & Price, J. M. (2020). The Relationship Between Critical Care Work Environment and Professional Quality of Life. *American Journal of Critical Care*, 29(2), 145–149. <https://doi.org/10.4037/AJCC2020406>
- Muñoz-Alonzo, H. M., González-Aguilar, D. W., Ponce, M. E., Samayoa, V., & Paniagua, W. O. (2018). Afrontamiento y resiliencia en el contexto de atención sanitaria oncológica de Guatemala. *Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(2), 09–18. <https://doi.org/10.36829/63CHS.v5i2.685>
- Muvdi, Y. M., Frías, E. M., Vásquez, M. B., Zambrano, K. M., Sánchez, X. M., & Moreno, C. B. (2021). Stress perceived by nursing students during the mandatory



Informe final de Proyecto de Investigación

COVID-19 lockdown. *Revista Cuidarte*, 12(2).

<https://doi.org/10.15649/cuidarte.1330>

Notario-Pacheco, B., Solera-Martínez, M., Serrano-Parra, M. D., Bartolomé-Gutiérrez, R., García-Campayo, J., & Martínez-Vizcaíno, V. (2011). Reliability and validity of the Spanish version of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (10-item CD-RISC) in young adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 1–6.

<https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-63/TABLES/3>

OECD. (2015). *Manual de Frascati 2015: Guía para la recopilación y presentación de información sobre la investigación y el desarrollo experimental*.

Olagoke Salami, M., Khan, R., Yusuf, M., Perveen, A., Mai, M. Y., & Penedikan Sultan Idris, U. (2021). Impact of Perceived Academic Stress and Depression on Self Efficacy Beliefs among University Students during Online Learning in Peninsula, Malaysia. *International Journal of Social Learning (IJSL)*, 1(3), 260–269. <https://doi.org/10.47134/IJSL.V1I3.53>

Ordoñez-Hernández, C. A., Parra Osorio, L., Torres López, T. M., López, Ó. A., Mosquera Navarro, R., & Bocanegra Acosta, H. (2024). La Salud Mental de Docentes Universitarios Durante el Confinamiento por COVID 19. Revisión Sistemática. *Verba Iuris*, 52. <https://doi.org/10.18041/0121-3474/VERBAIURIS.52.12125>

Pacella, M. L., Hruska, B., & Delahanty, D. L. (2013). The physical health consequences of PTSD and PTSD symptoms: A meta-analytic review. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(1), 33–46. <https://doi.org/10.1016/J.JANXDIS.2012.08.004>

Palencia, E. R. (2023). Afección en salud mental de los estudiantes por COVID-19 y su relación con el aprendizaje. *Revista Guatemalteca de Cultura*, 3(1), 18–26.

<https://doi.org/10.46954/REVISTAGUATECULTURA.V3I1.28>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Palma-Gómez, A., Herrero, R., Banõs, R., Garcíá-Palacios, A., Castañeiras, C., Fernandez, G. L., Llull, D. M., Torres, L. C., Barranco, L. A., Cárdenas-Gómez, L., & Botella, C. (2020). Efficacy of a self-applied online program to promote resilience and coping skills in university students in four Spanish-speaking countries: Study protocol for a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02536-w>
- Park, K., Moon, S. H., & Oh, J. (2022). Predictors of academic achievement in distance learning for nursing students. *Nurse Education Today*, 108, 105162. <https://doi.org/10.1016/J.NEDT.2021.105162>
- Patel, V., Saxena, S., Lund, C., Thornicroft, G., Baingana, F., Bolton, P., Chisholm, D., Collins, P. Y., Cooper, J. L., Eaton, J., Herrman, H., Herzallah, M. M., Huang, Y., Jordans, M. J. D., Kleinman, A., Medina-Mora, M. E., Morgan, E., Niaz, U., Omigbodun, O., ... Unützer, J. (2018). The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. En *The Lancet* (Vol. 392, Número 10157). [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31612-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31612-X)
- Pedraza, P., De Los Angeles, B., Valdés-García, ;, Patricia, K., Madrueño-Chávez, ;, Fernanda, T., Gualajara-Valdés, ;, Pablo, J., Rodríguez, L., & Isabel, D. (2023). Salud mental en estudiantes durante la contingencia por COVID-19. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 14(1), 51–63. <https://doi.org/10.29059/RPCC.20230615-157>
- Pereira, M. M., Soares, E. de M., Fonseca, J. G. A., Moreira, J. de O., & Santos, L. P. R. (2021). Saúde Mental dos Estudantes Universitários Brasileiros Durante a Pandemia de COVID-19. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 23(3), ePTPPE13941. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/ePTPPE13941>
- Querido, A., Aissaoui, D., Dixe, M. D. A., Schwander-Maire, F., Cara-Nova, T., Charepe, Z., & Laranjeira, C. (2021). Psychological Impacts of the COVID-19



Informe final de Proyecto de Investigación

Pandemic Among Portuguese and Swiss Higher-Education Students: Protocol for a Mixed Methods Study. *JMIR Research Protocols*, 10(6).

<https://doi.org/10.2196/28757>

Rania, N., Coppola, I., & Brucci, M. (2023). Mental Health and Quality of Professional Life of Healthcare Workers: One Year after the Outbreak of the COVID-19 Pandemic. *Sustainability* 2023, Vol. 15, Page 2977, 15(4), 2977.

<https://doi.org/10.3390/SU15042977>

Rothenberger, D. A. (2017). Physician Burnout and Well-Being: A Systematic Review and Framework for Action. *Diseases of the Colon and Rectum*, 60(6), 567–576.

<https://doi.org/10.1097/DCR.0000000000000844>

Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 3(57). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>

Rutter, M. (2012). Resilience: Causal pathways and social ecology. *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice*, 33–42.

https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0586-3_3

Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. En *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 57, Número 6). <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Sáez-Ruiz, I. M., Márquez-Hernández, V. V., Granados-Gámez, G., Corral-Granados, A., Artero-López, C., & Gutiérrez-Puertas, L. (2024). Therapeutic Relational Communication and Resilience among Nursing Professionals in a Pandemic Situation. *Nursing Reports* 2024, Vol. 14, Pages 2130-2139, 14(3), 2130–2139.

<https://doi.org/10.3390/NURSREP14030159>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Sahu, M., Gandhi, S., Sharma, M. K., & Marimuthu, P. (2019). Perceived stress and resilience and their relation with the use of the mobile phone among nursing students. *Investigacion y Educacion en Enfermeria*, 37(3).
<https://doi.org/10.17533/UDEA.IEE.V37N3E05>
- Sanders, L., Budd, G., Carter, L., Dave, U., & Kemp, A. H. (2025). Enhanced Stress-Resilience Training (ESRT) for graduate-entry medical students: a randomised-controlled, mixed-method investigation. *BMC Medical Education*, 25(1).
<https://doi.org/10.1186/s12909-025-07768-6>
- Santos, A. P., Heider, K., Gresse Junior, S., & Rodriguez Lopez, J. M. (2024). The uneven burden of COVID-19 in the metropolitan region of São Paulo, Brazil – Risk analysis from a bottom-up perspective. *Applied Geography*, 162, 103146.
<https://doi.org/10.1016/J.APGEOG.2023.103146>
- Saracci, R. (1997). The world health organisation needs to reconsider its definition of health. *BMJ*, 314(7091), 1409–1409. <https://doi.org/10.1136/bmj.314.7091.1409>
- Scali, J., Gandubert, C., Ritchie, K., Soulier, M., Ancelin, M.-L., & Chaudieu, I. (2012). Measuring Resilience in Adult Women Using the 10-Items Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Role of Trauma Exposure and Anxiety Disorders. *PLoS ONE*, 7(6), e39879.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0039879>
- Scheier, M., & Weintraub, J. K. and C. C. S. (1986). *Coping with stress: Divergent Strategies of Optimismts and Pessimists*. 51(6), 1257–1264.
- Sirgy, M. J., Efraty, D., Siegel, P., & Lee, D. J. (2001). A new measure of quality of work life (QWL) based on need satisfaction and spillover theories. *Social Indicators Research*, 55(3). <https://doi.org/10.1023/A:1010986923468>



Informe final de Proyecto de Investigación

- Sirois, F. M. (2023). Procrastination and Stress: A Conceptual Review of Why Context Matters. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5031. <https://doi.org/10.3390/IJERPH20065031>
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(9). <https://doi.org/10.2196/21279>
- Stamm, B. H. (2010). *The Concise ProQOL Manual*.
- Szabo, S., Tache, Y., & Somogyi, A. (2012). The legacy of Hans Selye and the origins of stress research: A retrospective 75 years after his landmark brief "letter" to the Editor# of Nature. *Stress*, 15(5), 472–478.
<https://doi.org/10.3109/10253890.2012.710919>
- Tobin, D. L., Holroyd, K. A., Reynolds, R. V., & Wigal, J. K. (1989). The hierarchical factor structure of the Coping StrategiesInventory. *Cognitive Therapy & Research*, 13(4), 343–361.
<http://ezproxy.lib.utexas.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psyhref&AN=CTR.AC.CDC.TOBIN.HFSCS>
- Torres Salazar, Y. M., Mejía Jaimes, L., Conde Cotes, C. A., & Botelho de Oliveira, S. (2021). Víctimas del desplazamiento forzado: comorbilidad entre trastorno por estrés postraumático (TEPT) y depresivo mayor (TDM). *Informes Psicológicos*, ISSN-e 2422-3271, ISSN 2145-3535, Vol. 21, N°. 1, 2021 (Ejemplar dedicado a: Jan-Jun), págs. 133-149, 21(1), 133–149.
<https://doi.org/10.18566/infpsic.v21n1a09>
- Tran, N. T., Franzen, J., Jermann, F., Rudaz, S., Bondolfi, G., & Ghisletta, P. (2022). Psychological distress and well-being among students of health disciplines in Geneva, Switzerland: The importance of academic satisfaction in the context of



Informe final de Proyecto de Investigación

academic year-end and COVID-19 stress on their learning experience. *PloS one*, *17*(4). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0266612>

Wampold, B. E., Imel, Z. E., Laska, K. M., Benish, S., Miller, S. D., Fluckiger, C., Del Re, A. C., Baardseth, T. P., & Budge, S. (2010). Determining what works in the treatment of PTSD. *Clinical Psychology Review*, *30*(8), 923–933.
<https://doi.org/10.1016/J.CPR.2010.06.005>

Werner, E. E., & Smith, R. S. (1979). A Report from the Kauai Longitudinal Study. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, *18*(2), 292–306.
[https://doi.org/10.1016/S0002-7138\(09\)61044-X](https://doi.org/10.1016/S0002-7138(09)61044-X)

Yates, S. W. (2020). Physician Stress and Burnout. *The American Journal of Medicine*, *133*(2), 160–164. <https://doi.org/10.1016/J.AMJMED.2019.08.034>

Yeo, Z. Z., & Suárez, L. (2022). Validation of the mental health continuum-short form: The bifactor model of emotional, social, and psychological well-being. *PLOS ONE*, *17*(5), e0268232. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0268232>

Yousefi Afrashteh, M., & Janjani, P. (2023). Psychometric properties of the mental health continuum-short form in Iranian adolescents. *Frontiers in Psychology*, *14*, 1096218. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2023.1096218/BIBTEX>

Yu, X., & Zhang, J. (2007a). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC) with Chinese people. *Social Behavior and Personality: an international journal*, *35*(1), 19–30.
<https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.19>

Yu, X., & Zhang, J. (2007b). Factor analysis and psychometric evaluation of the connor-davidson resilience scale (CD-RISC) with chinese people. *Social Behavior and Personality: an international journal*, *35*(1), 19–30.
<https://doi.org/10.2224/sbp.2007.35.1.19>



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

DG Dirección General
de Investigación
Universidad de San Carlos de Guatemala

Informe final de Proyecto de Investigación

Zarowski, B., Giokaris, D., & Green, O. (2024). Effects of the COVID-19 Pandemic on University Students' Mental Health: A Literature Review. *Cureus*, 16(2).
<https://doi.org/10.7759/CUREUS.54032>



Informe final de Proyecto de Investigación

Apéndice

A1

Aval de comité de bioética



Ref. adcobiusac- 001-2025
Guatemala 4 de febrero 2025.

Respetable.
M.Sc. Donald W. González-Aguilar
Investigador
Unidad de investigación profesional
Escuela de Ciencias Psicológicas
Universidad de San Carlos de Guatemala.

Reciba un afectuoso saludo de parte del Comité de Bioética en Investigación en Salud de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

Por este medio, le informo que su proyecto de investigación enviado al comité titulado: "Indicadores de salud mental en universitarios que desarrollan trabajo con personas en el departamento de Guatemala" ha sido aprobado en segunda revisión, por lo que informo a usted que este comité emite **DICTAMEN FAVORABLE** para que pueda continuar con la ejecución del mismo. Así mismo, agradezco la nota enviada al Dr. Walter Paniagua, coordinador de Investigación en Educación de la Dirección General de Investigación DIGI indicando que su proyecto fue recibido, revisado y aprobado por este comité.

No está de más indicarle que este comité está a bien atenderle si fuera necesario en el futuro.

Atentamente,
"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Lic. Marco Antonio García Enríquez
Administrador Comité de Bioética
Investigación en Salud. -USASAC-





Dr. Luis Manuel López Dávila
Coordinador Comité de Bioética en
Investigación en Salud. -USAC-

cc- archivo COBIUSAC

Nota. Aval con dictamen favorable por parte del Comité de Bioética de la Universidad de San Carlos de Guatemala.



Informe final de Proyecto de Investigación

A2

Reuniones de organización y planificación de proyecto



Nota. Reuniones mensuales de planificación para ejecución de recolección de datos



Informe final de Proyecto de Investigación

A3

Vinculación con Facultad de Medicina



Nota. Reuniones llevadas a cabo con autoridades del área de posgrado de la Facultad de Medicina y autoridades del Hospital San Juan De Dios



Informe final de Proyecto de Investigación

A4

Vinculación con Facultad de Odontología





Informe final de Proyecto de Investigación

A5

Recolección de datos en Escuela de Enfermería



Nota. Recolección realizada en la Escuela de Enfermería en el mes de agosto del 2025 con estudiantes de semestres que realizan práctica clínica



Informe final de Proyecto de Investigación

A6

Recolección de datos en Escuela de Nutrición



Nota. Recolección de datos en Escuela de Nutrición realizada en mayo y septiembre del 2025 con grupos de estudiantes finalizando su Ejercicio Profesional Supervisado.



Informe final de Proyecto de Investigación

A7

Recolección de datos en Escuela de Trabajo Social



Nota. Recolección de datos realizada en el mes de octubre con grupo de estudiantes que están realizando su Ejercicio Profesional Supervisado



Informe final de Proyecto de Investigación

A8

Recolección de datos en Escuela de Psicología



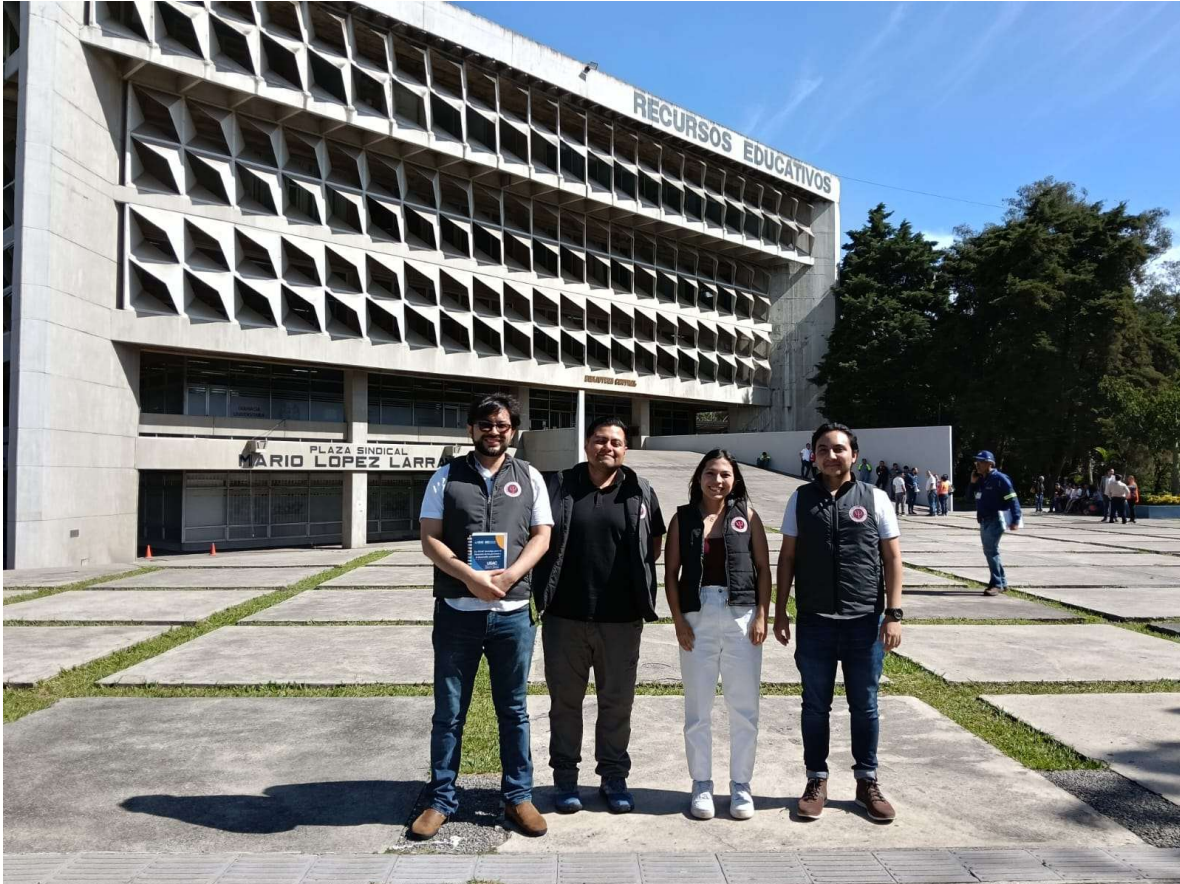
Nota. Recolección de datos en la Escuela de Ciencias Psicológicas durante el mes de octubre con estudiantes a partir del sexto semestre que están realizando práctica clínica psicológica.



Informe final de Proyecto de Investigación

A9

Participación en jornadas de capacitación



Nota. Jornada de capacitación en bioinformática y redes complejas con los cursos: Bash, Phyton, Machine Learning y Deep Learning, brindado por la Dirección General de Investigación de la Universidad de San Carlos de Guatemala y el Centro de Investigación y Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional, México.



Informe final de Proyecto de Investigación

A10

Presentación de libro y divulgación del libro “Psicología Positiva y Aprendizaje”



Nota. Parte del equipo de investigación participó en la redacción y edición del libro *Psicología Positiva y Aprendizaje*