

el desempeño académico; y que los estudiantes que recién ingresan a formar parte de la comunidad universitaria tengan una mejor adaptación dentro de la universidad.

tendrán un menor estrés académico y ansiedad relacionados con las tareas y los periodos de exámenes.

- Que los docentes universitarios motiven a los estudiantes dentro de las aulas e implementando actividades extracurriculares para fortalecer el proceso enseñanza-aprendizaje, lo cual mejorará la percepción de su rendimiento académico, por consiguiente, los estudiantes

- Hacer conciencia en los estudiantes en solicitar ayuda profesional si presentan síntomas que afecten su salud física y mental, para que reciban atención inmediata y mejoren su salud general, para que continúen con los menores inconvenientes posibles sus estudios universitarios.

BREVE HOJA DE VIDA DE LOS INVESTIGADORES

Edgardo René Chacón Andrade. Máster en Educación Universitaria y licenciado en Psicología; director de la escuela de Psicología y docente investigador de la Utec.

José Ricardo Gutiérrez Quintanilla. Doctor en Psicología Social (Ph.D.), máster en Educación Universitaria y licenciado en Psicología. Investigador Utec.

Robert David MacQuaid Ángel. Licenciado en Psicología, máster en Docencia e Investigación Educativa. Docente investigador Utec.

Marlon Elías Lobos Rivera. Licenciado en Psicología. Actualmente, cursando Maestría en Docencia Universitaria. Docente e investigador Utec.

Marvin Josué Flamenco Cortez. Licenciado en Psicología. Coinvestigador en estudios en el área de la Psicología, ejecutados por la Escuela de Psicología de la Universidad Tecnológica de El Salvador.

Autoridades Utec

Dr. José Mauricio Loucel
Presidente

Lic. Carlos Reynaldo López Nuila
Vicepresidente

Ing. Nelson Zárate
Rector Utec

Licda. Noris Isabel López Guevara
Vicerrectora de Investigación y Proyección Social

Dra. Camila Calles Minero
Directora de Investigaciones

OTRAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN UTEC

- Turismo
- Comunicación Social
- Psicología Social
- Desarrollo e innovación tecnológica

INVESTIGACIÓN EN BREVE

Es una colección de fascículos que resumen los resultados de las investigaciones realizadas por la Vicerrectoría de Investigación y Proyección Social.

No hay enseñanza sin investigación ni investigación sin enseñanza
Pablo Freire

VICERRECTORÍA DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN SOCIAL

Calle Arce y 19ª avenida Sur n.º 1045, edificio *Dr. José Adolfo Araujo Romagoza*.
San Salvador, El Salvador, (503) 2275-1013 / 2275-1011



www.utec.edu.sv

Centro de llamadas: 2275-8888
Maestrías: 2275-2700



HAGAMOS LA DIFERENCIA. SEAMOS MEJORES.

**Universidad Tecnológica
de El Salvador**



n.º 20

OCTUBRE 2018

INVESTIGACIÓN EN BREVE

**Universidad Tecnológica
de El Salvador**



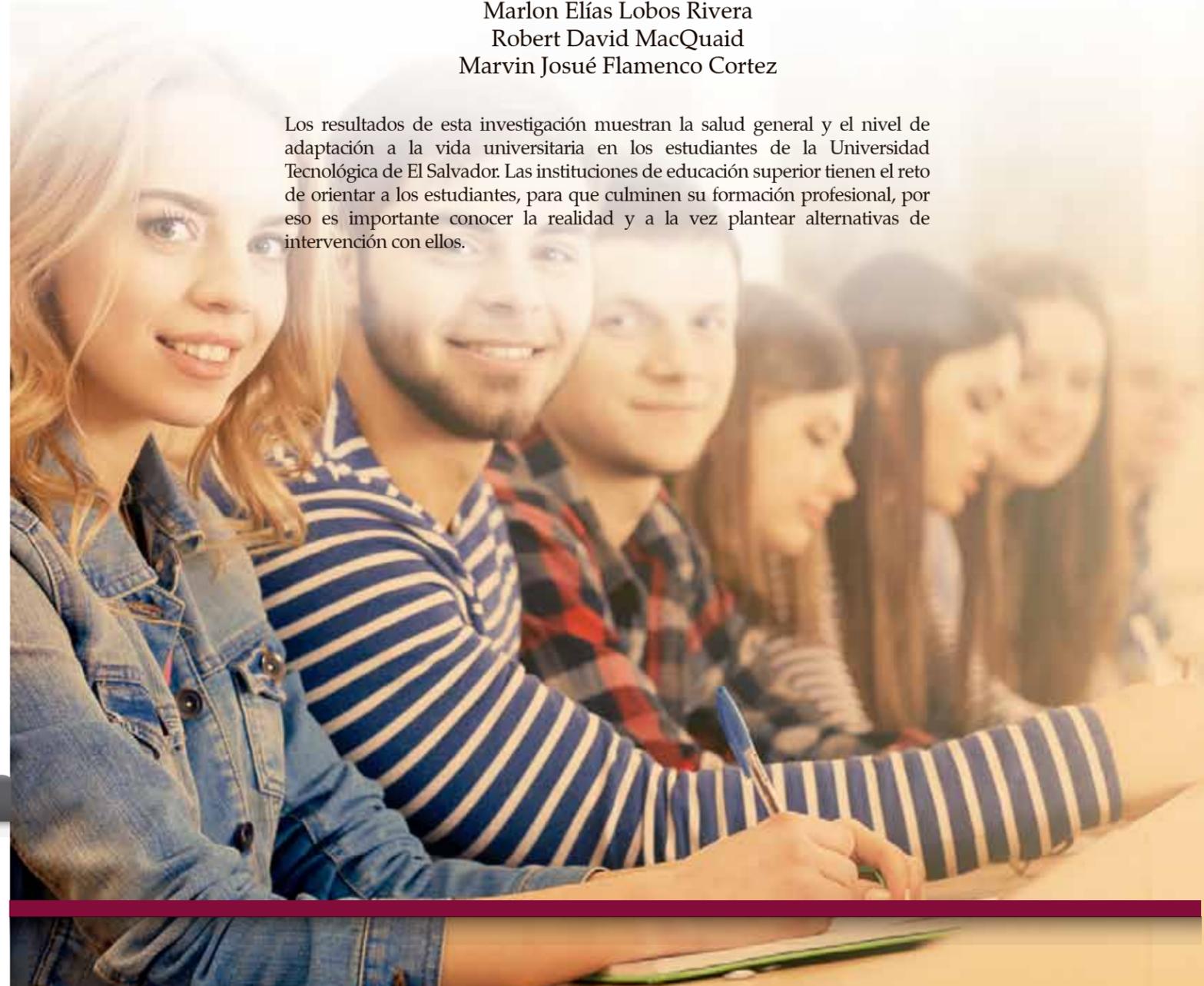
Vicerrectoría de Investigación y Proyección Social

La salud general relacionada con la adaptación a la vida universitaria. Análisis de factores asociados

Investigadores:

Edgardo René Chacón Andrade
José Ricardo Gutiérrez Quintanilla
Marlon Elías Lobos Rivera
Robert David MacQuaid
Marvin Josué Flamenco Cortez

Los resultados de esta investigación muestran la salud general y el nivel de adaptación a la vida universitaria en los estudiantes de la Universidad Tecnológica de El Salvador. Las instituciones de educación superior tienen el reto de orientar a los estudiantes, para que culminen su formación profesional, por eso es importante conocer la realidad y a la vez plantear alternativas de intervención con ellos.



La salud general relacionada con la adaptación a la vida universitaria.

Análisis de factores asociados



Foto: www.shutterstock.com

INTRODUCCIÓN

Este estudio tiene como objetivo analizar las dimensiones de la salud general y adaptación a la vida universitaria en los estudiantes de la Universidad Tecnológica de El Salvador (Utec). El ingreso a la universidad, cada vez más a temprana edad, implica un reto importante para las instituciones de educación superior, ya que de la orientación que se ofrezca al estudiante depende, en gran medida, que el joven alcance el nivel de ajuste necesario para lograr el éxito académico y la culminación satisfactoria de su carrera. El proceso de adaptación a la vida universitaria no es fácil; puede ser que la edad, la salud, los compromisos laborales, los hábitos y estilos de vida, la alimentación, el cuidado y control médico y en algunos casos los compromisos de pareja afecten en la finalización exitosa de su formación profesional. También existen factores económicos, familiares, laborales y sociales que influyen altamente en que un número importante de estudiantes se vea obligado a abandonar temporal o definitivamente sus estudios. Es muy común que durante los tres primeros ciclos de estudios universitarios se presente un alto índice de deserción asociado con diversos factores, como desorientación en relación con la

carrera, bajo rendimiento, embarazo adolescente y dificultades familiares.

Esta investigación pretende, desde una visión de promoción de la salud, identificar los factores psicosociales que favorecen y afectan negativamente la adaptación del joven a la vida universitaria. La Psicología, como disciplina científica, se ha centrado tradicionalmente en estudiar constructos como depresión, ansiedad y autoestima, entre otros. En el presente estudio, desde esa ciencia, se contempla analizar aspectos relacionados con el bienestar, que algunos autores denominan *psicología positiva*. Desde esta perspectiva, la Psicología debe trabajar por el bienestar y la salud de los individuos y de las comunidades, por lo que es necesario explorar aquellas variables que pueden intervenir en el bienestar de las personas en los distintos ámbitos en que estas se desarrollan; y el entorno educativo universitario es uno de ellos. Otro constructo importante es la satisfacción con la vida, que es un indicador general del bienestar psicológico y de la calidad de vida de las personas. Una alta satisfacción con la vida se relaciona con un menor número de enfermedades físicas y mentales, una mayor felicidad y calidad de vida. El modelo de la psicología positiva pone el énfasis en la visión positiva de la vida y no en el modelo tradicional de la

enfermedad. El estilo y calidad de vida de una persona interfieren en sus condiciones de salud, teniendo un gran impacto en sus aspectos personales, en los que influyen muchos factores, entre ellos la pobreza, la calidad de la vivienda y la ubicación geográfica, el tipo de alimentación, el nivel educativo y la vulnerabilidad haciéndolas propensas a la depresión, ansiedad, agresividad, impactando ampliamente en la salud (Arévalo, 2009).

MÉTODO

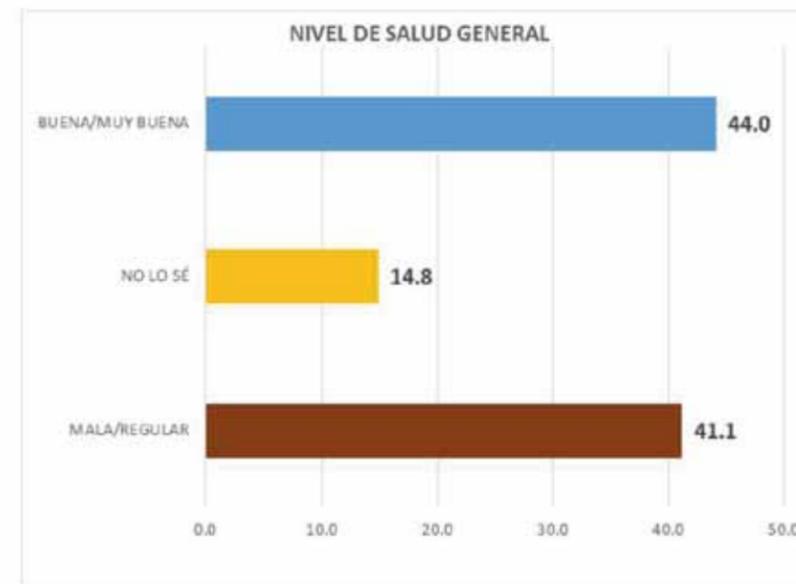
En el presente estudio, de tipo *ex post facto*, se aplicó un diseño retrospectivo y transversal; se utilizó un muestreo no probabilístico de tipo intencionado en estudiantes que cursan desde el primer ciclo hasta los que realizan el décimo ciclo de sus respectivas carreras, distribuidos en las cuatro facultades de la Utec. La muestra está conformada por 831 estudiantes de diferentes carreras. La técnica de recolección de datos fue la encuesta. La media de edad total es de 24.84 años, con una DT de 6.36. En los hombres, la media de edad es de 25.01 años, con DT de 6.26; y en las mujeres, de 24.64 años, con DT de 6.47. Referente a las variables sociodemográficas, 356 (42,8 %) son hombres y 475 (57,2 %) son mujeres. De acuerdo con la Facultad a la que pertenecen, se tiene que 359 (43,7 %) son de la Facultad de Ciencias Sociales, 151 (18,4 %) de la Facultad de Derecho, 189 (23%) de Facultad de Ciencias Empresariales y 122 (14,9 %) de la Facultad de Informática y Ciencias Aplicadas.

RESULTADOS

A continuación se presentan análisis descriptivos mediante frecuencias y porcentajes, representados en tablas y figuras.

Con respecto a los niveles de salud general, se encontró que el 44,0 % de los estudiantes considera que su salud es buena o muy buena; el 14,8 % indica que no tiene idea de cómo está su salud; y el 41,1 % restante indica que su salud es mala o regular (ver la siguiente figura).

Figura 1. Porcentajes de los niveles de salud general del estudiantado de la Utec



Fuente: Elaboración propia

Con respecto a la adaptación a la universidad, se tiene que del total de estudiantes evaluados, un 45,3 % no tiene una adecuada adaptación académica; un 34,7 % no tiene una buena adaptación

institucional; un 45,1 % tiene dificultad con respecto a la adaptación social; y un 44,8 % no logra tener una adaptación personal a la universidad (ver la siguiente tabla).

Tabla 1. Frecuencias y porcentajes de los niveles de adaptación a la universidad del estudiantado de la Utec

Niveles de adaptación	SIN ADAPTACION		CON ADAPTACION		Total
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje	
Adaptación académica	326	45,3	394	54,7	720
Adaptación institucional	260	34,7	490	65,3	750
Adaptación social	311	45,1	378	54,9	689
Adaptación personal	323	44,8	398	55,2	721

Fuente: Elaboración propia

CONCLUSIONES

- Los hallazgos permiten concluir que 4 de cada 10 estudiantes presentan dificultades de salud general y dificultades para adaptarse a la universidad, lo cual es un grupo afectado relativamente alto, indicando que la universidad debe realizar acciones que logren resolver este fenómeno, encontrado mediante el presente estudio.
- Asimismo, los resultados indican que el sexo está asociado con la salud general, siendo las mujeres las más afectadas, pero son estas las que presentan un mejor autocuidado y cuidado médico que los hombres.

- En cuanto a la edad, es el grupo de 17 a 23 años el más afectado en su salud general. Por otra parte, los estudiantes universitarios que tienen una buena percepción de su rendimiento académico tienen mejor salud que quienes tienen baja percepción de rendimiento. Aquellos estudiantes que tienen mayor motivación para estudiar, tienen mejor salud general.
- En la comparación de la adaptación académica, adaptación social y adaptación institucional en función de la edad, no existen diferencias entre los grupos (de 18 a 23 y de 24 a 57 años), indicando que ambos grupos poseen la misma habilidad para adaptarse.

- En adaptación académica y adaptación institucional no existen diferencias entre los grupos, pero sí existen diferencias en adaptación social y adaptación personal, presentando mejor adaptación social el grupo que no trabaja y mejor adaptación personal el grupo que trabaja.
- Los estudiantes que presentan mayores problemas de salud general con efecto pequeño son los que no realizan actividad física en comparación con los que sí realizan. En vitalidad, salud mental y estresores académicos, el grupo que no realiza actividad física es el que presenta mayores problemas de vitalidad y salud, con efectos pequeños y medios en comparación con los que no realizan. En adaptación académica universitaria y adaptación social no existen diferencias, indicando que tanto los que realizan actividad como los que no realizan tienen las mismas capacidades de adaptación.
- En salud general, estresores académicos y síntomas de estrés académico, existen diferencias entre los estudiantes que duermen como máximo 6 horas y los que duermen más de 7 horas, presentando más problemas de salud y estrés académico con efectos pequeños el primer grupo de estudiantes universitarios.

RECOMENDACIONES

- Diseñar y desarrollar programas enfocados en la promoción y educación de salud general (física y mental), autocuidado y control médico, hábitos alimenticios, estilos de vida saludables, manejo de estrés académico, educación y adaptación al entorno universitario para brindar ayuda a los estudiantes que tengan problemas en las áreas anteriormente mencionadas, contribuyendo de esta forma, para que los estudiantes tengan un mejor desempeño en sus actividades académicas.
- Realizar evaluaciones psicológicas a los estudiantes que presentan baja percepción de su rendimiento académico, baja motivación y síntomas de ansiedad para identificar los factores que interfieren en su rendimiento y motivación, y si es necesario, remitir a la escuela de Psicología para que se les brinde la ayuda psicológica correspondiente.
- Desarrollar talleres motivacionales dirigidos a los estudiantes para mejorar