

6. Salud y expectativas de futuro de estudiantes universitarios en el contexto de la pandemia

JESÚS ALBERTO GARCÍA GARCÍA*

JUAN JOSÉ MENDOZA RODRÍGUEZ**

DIANA LAURA ELIZONDO DE HOYOS***

DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.112.06>

Resumen

La pandemia por COVID-19 afectó la vida académica de todos los estudiantes a nivel mundial. Por lo anterior, el objetivo de este trabajo fue identificar la relación entre la salud y las dimensiones de las expectativas de futuro de estudiantes universitarios en el contexto de la pandemia. Se realizó una investigación cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional. Se utilizó la escala SF-12 para evaluar la salud mental y física, y el cuestionario de expectativas de futuro para medir las expectativas de los universitarios. Los resultados indicaron que el rol emocional, la salud general y el componente de salud física se correlacionan positivamente con las expectativas económico/laborales, expectativas de bienestar personal y las expectativas familiares. En conclusión, la salud física y mental son aspectos fundamentales para que los estudiantes universitarios puedan alcanzar sus objetivos escolares, siendo la salud física y mental un factor importante para el logro de las expectativas económicas, de bienestar personal y familiares.

Palabras clave: *Salud física, expectativas familiares, expectativas de bienestar y expectativas laborales.*

* Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor investigador de tiempo completo en la Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1369-311X>

** Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor de asignatura en la Facultad de Educación, Ciencia y Humanidades en la Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8027-3911>

*** Estudiante de 7° semestre de la Licenciatura en Ciencias de la Educación en de la Universidad Autónoma de Coahuila. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1970-199X>

Introducción

El estudio de la salud en población juvenil es fundamental para atender de forma preventiva su deterioro y en consecuencia promover la adopción de hábitos saludables que permitan mejorar la calidad de vida de dicha población. Existen pocos estudios que analicen la relación de la salud con variables académicas, en este sentido, esta investigación buscó examinar cómo las expectativas de futuro se vinculan con la salud de los universitarios en el contexto de la pandemia.

Algunas de las preguntas que orientaron la investigación fueron: ¿Cuáles son las dimensiones de la salud con mejores puntuaciones? ¿Cuáles son las expectativas de futuro mejor evaluadas? ¿Cómo se relaciona la salud con las dimensiones de las expectativas de futuro? ¿Cómo se modificó la salud de los universitarios durante la pandemia?

En lo referente a la pandemia de COVID-19, se confirmó que a nivel nacional es alta la proporción de la población con diagnóstico médico de padecimientos crónicos, los cuales pueden aumentar la probabilidad de desarrollar COVID-19 grave. Tales cifras son de 10.6% para diabetes, 13.4% hipertensión, 1.7% enfermedad cardiovascular y 2.1% de enfermedad pulmonar crónica. De los integrantes de los hogares seleccionados entre 10 y 19 años, se reportó consumo de alcohol en 2.9%. De ellos, en 38.9% se identificó menor consumo de alcohol durante el confinamiento, 55.8% reportó que no hubo cambios en su consumo y 4.8% que su consumo fue mayor (Shamah-Levy *et al.*, 2022).

En el caso de la población adulta de 20 años o más, se reportó que 20.1% consumía bebidas alcohólicas: 31.4% en hombres y 9.8% en mujeres. En los consumidores se identificó que 43.1% disminuyó su consumo en el confinamiento, 50.7% no identificó cambios y 5.8% lo incrementó. En cuanto a cambios en la actividad física y alimentación en el confinamiento, se identificó que solo 31.8% de la población mayor de 10 años reportó realizar actividad física o practicar algún deporte. De esa fracción, en el grupo de adolescentes de 10 a 14 años, 68.8% disminuyó su actividad física y aumentó en 41.2% el tiempo que pasa sentado o reclinado. Estas cifras fueron de 60 y 35.3% en adolescentes de 15 a 19 años; mientras que 61.7% de los adultos

de 20 años y más disminuyó su actividad física, y 29.1% incrementó el tiempo sentado o reclinado (Shamah-Levy *et al.*, 2022).

La adolescencia es una etapa de cambio que todo ser humano atraviesa para transitar de la niñez a la adultez, en donde las decisiones que se toman influyen de forma significativa en la etapa adulta y en la consolidación de la identidad (Navarro, 2014). Esta preparación para el futuro está basada en metas y objetivos que los menores proponen y planifican para obtener prosperidad en la vida adulta (Snyder, 2002). No obstante, en los últimos años se ha observado que los jóvenes presentan una visión no muy alentadora de su futuro, debido a los factores externos como internos de la situación por la cual atraviesan. Esto se debe a que su desarrollo integral se encuentra sujeto a las condiciones de vida que ellos poseen. De tal modo, la violencia y la pobreza constituyen los principales factores de riesgo para los jóvenes afectando su futuro (Zavala, 2017).

Los adolescentes son un grupo vulnerable, debido a la debilidad emocional y preocupaciones propias de la etapa, en donde deben tomar decisiones de alto impacto. Dichas preocupaciones generan problemas en la salud mental de los adolescentes (González, 2017).

El sentido del futuro está determinado por cuatro factores que en su mayoría son sociales: el aspecto económico-social, factores internos de la persona, segmentación social y escolar, y por último el género.

Esto sucede ya que los jóvenes configuran sus expectativas de acuerdo con las posibilidades que su condición le provee, destacando diferencias entre los sectores altos, medios y pobres (Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología, 2006). Por ello se puede observar que los jóvenes con bajos recursos no suelen tener expectativas altas y positivas, realizando trabajos inestables y en condiciones precarias, evidenciando así la desigualdad social (Correa *et al.*, 2018).

La adolescencia empieza con algunos cambios que resultan de la interacción entre variables individuales, interpersonales y familiares, que pueden augurar el éxito o el fracaso. Aunque la habilidad para imaginarse en un futuro se evidencia desde la niñez, su verdadero objetivo varía según la edad y será determinante para autodirigirse en la adolescencia (Lewin, 1939). Por tanto, se infiere que la forma en la que los adolescentes se imaginan en los próximos años guía la planificación de objetivos y metas que puedan esta-

blecerse. En otras palabras, la preparación para la vida adulta no es otra cosa que una responsabilidad evolutiva que manifiesta la notable importancia de orientarse al futuro (Dreher y Oerter, 1986).

Asimismo, las repercusiones que devienen del proceso de desarrollo en la sociedad traen consigo cambios, nuevos desafíos que apertura la competencia y ocasiona una inestabilidad en el campo laboral (Zabaleta, 2005). Al respecto, la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020) determinó que 23 millones de jóvenes entre 18 y 24 años en América Latina no cuentan con un empleo y tampoco estudian luego de haber culminado los estudios en la escuela. De hecho, algunos expertos aseguran que es el sector que más repercusiones desfavorables experimenta, caracterizadas por la falta de empleo, salarios bajos, informalidad y una casi nula estabilidad laboral (Castro y Sánchez, 2000).

Adicionalmente, D'Alessandre (2014) plantea que los jóvenes que no laboran y tampoco se encuentran en la universidad evidencian una falta de oportunidades para su desarrollo; además, la doble inactividad de este grupo etario es un reflejo de la crisis socioeducativa y laboral que en los últimos años se ha ido dos agravando, además, el escenario de desempleo juvenil se ha ido complicando mucho más con el impacto de la pandemia sobre la economía internacional (Turián y Ávila, 2012; OIT, 2020). Anteriormente se ha mencionado que contar con expectativas positivas ayuda al progreso en el futuro y son un medio que es indispensable para tener una vida adulta apacible (Layza, 2021).

Antecedentes

El tema de la calidad de vida es de gran relevancia en el contexto actual, debido a que la crisis de salud mundial ha cambiado las formas de convivencia escolar, los estilos de vida y las expectativas de futuro de los jóvenes universitarios. Estudios previos han sugerido que las expectativas que los adolescentes tienen sobre su futuro están relacionadas con comportamientos de salud y, en consecuencia, con condiciones de salud en la adolescencia y la edad adulta, sin embargo, existen pocas investigaciones que evalúen la relación de la calidad de vida relacionada con la salud y las expectativas

de futuro de los estudiantes universitarios. En este sentido, hay un estudio de Lara *et al.* (2015) que mostró que algunos aspectos favorables del entorno universitario repercuten positivamente en la percepción de la calidad de vida de los estudiantes.

Algunas investigaciones afirman que en la medida en que aumenten las expectativas de futuro de los jóvenes, mayor será su autoestima, lo que no solo se refleja en su autoconcepto, sino también en la calidad de sus relaciones interpersonales y en su capacidad de vincularse con la sociedad. Los jóvenes que tienen mayor número de expectativas a futuro aprovecharán de mejor forma las oportunidades que les ofrece el contexto escolar para elevar su calidad de vida (Badillo, 2020).

Leitón-Espinoza *et al.* (2022) compararon la calidad de vida de estudiantes universitarios antes y durante la pandemia de COVID-19. Sus resultados indicaron que las puntuaciones promedio de la calidad de vida y sus dimensiones disminuyeron con diferencias estadísticas significativas, a excepción del bienestar físico y apoyo social-emocional. También se observó la disminución de la calidad de vida en las variables ocupación, forma de convivencia y carrera.

Se pudo verificar que existen relaciones significativas entre autopercepciones y expectativas a futuro en países como España y Portugal. Cuando los adolescentes expresan niveles elevados de autoestima, satisfacción vital y autoeficacia, también expresan tener mayores expectativas futuras (Verdugo y Sánchez, 2018).

Otro estudio encontró que el grupo con mayores expectativas de futuro presenta diferencias estadísticas con respecto al grupo con menores expectativas de futuro y expectativas medias en cuanto a motivación autónoma, satisfacción de necesidades psicológicas, clima escolar y docente, y responsabilidad social y personal (Verduzco, 2016).

Por otra parte, las expectativas institucionales de los jóvenes universitarios variaron entre buenas a regulares en relación con los diversos servicios que debería proporcionarles la universidad. Con respecto a las motivaciones, los estudiantes universitarios consideraron que sus motivaciones familiares son decisivas junto con los antecedentes médicos personales para la elección de la carrera; sin embargo, gran parte de estos estudiantes no considera relevante las motivaciones económicas (León *et al.*, 2018).

Por otro lado, existió desconocimiento de lo que significa la salud pública en este grupo de estudiantes.

En cuanto a las expectativas de futuro en determinados ámbitos económicos, laborales, sociales y culturales, los resultados revelan que priman los aspectos de carácter expresivo y vocacional por encima de la utilización que puedan hacer en el mercado laboral de los estudios que cursan, ya sea para obtener unos buenos ingresos o para conseguir una posición social alta. Las expectativas más elevadas de los estudiantes residen en el enriquecimiento personal que obtienen tras su paso por la universidad. Le siguen sus expectativas sobre obtener un trabajo interesante, y a mucha distancia se encuentran las expectativas sobre tener unos buenos ingresos y una posición social alta.

Las expectativas futuras corresponden a un cimientto para la constitución de metas, exploración, planeación y toma de decisiones. Son fundamentales para prosperar a través de la adolescencia y se forjan como un camino positivo hacia la edad adulta (Seginer, 2000). En definitiva, durante este curso de vida se asigna una gran importancia al futuro, en relación con el logro de las aspiraciones y proyectos. Como se ha señalado, la perspectiva de tiempo puede tener influencias en las acciones y decisiones de las personas y, como tales, puede ser un requerimiento previo para comenzar a edificar la identidad de uno, sobre todo durante la adolescencia.

En este camino de construcción de planes laborales y educativos al culminar la secundaria es de esencial importancia la consideración de numerosos aspectos que intervienen en la toma de decisiones, tales como los determinantes que incurren en dicho proceso, la información, los recursos individuales y sociales y las dificultades posibles, así como la identificación de los intereses y su vinculación con el mundo laboral y las múltiples posibilidades de formación. Así, las expectativas de futuro no solo son fruto de un proceso cognitivo personal, sino que se encuentran influenciadas por la familia, la sociedad y la institución educativa (Quattrocchi *et al.*, 2018). Por otro lado, la actitud hacia la vida hace alusión a la motivación para comenzar una acción y para continuar las vías hacia las metas deseadas. Las personas con alta actitud hacia la vida inician esfuerzos que les permiten lograr sus objetivos (Snyder *et al.*, 2002). Se puede definir la actitud hacia la vida como un sentimiento, dimensión, virtud o constitución de la naturaleza

humana asociada con la confianza en que suceda o en alcanzar cierta cosa que se desea (Barrionuevo *et al.*, 2021).

Objetivos

El objetivo de este trabajo es identificar la relación entre la salud y las dimensiones de las expectativas de futuro de los jóvenes universitarios mexicanos.

Metodología

En este estudio participaron 407 jóvenes universitarios (51.8% hombres y 47.8% mujeres). La forma de selección de la muestra fue por conveniencia. Se aplicó una batería de instrumentos con un apartado sobre datos demográficos, el cuestionario SF-12 y la escala de Expectativas de Futuro.

La calidad de vida relacionada con la salud, se midió a través del cuestionario SF-12 (Alonso *et al.*, 1995). Compuesto por 12 ítems, con la finalidad de definir un estado positivo y negativo de la salud física y mental para proporcionar un perfil del estado de salud, por medio de ocho dimensiones: función física, rol físico, dolor corporal, salud mental, salud general, vitalidad, función social y rol emocional, y dos componentes sumarios: salud física y mental.

Las opciones de respuesta son mediante una escala Likert, donde el número de opciones varía de tres a seis puntos. Cada pregunta recibe un valor que posteriormente se transforma en una escala de 0 a 100. Las puntuaciones tienen una media de 50 con una desviación estándar de 10, por lo que valores superiores o inferiores a 50 indican un mejor o peor estado de salud. En el presente estudio, el α de Cronbach fue de 0.88.

La variable expectativa de futuro evaluada mediante la Escala de Expectativas de Futuro en la Adolescencia (Sánchez y Verdugo, 2016) mide las expectativas de futuro que tienen los adolescentes, y a su vez permite identificar cómo creen que será su futuro al imaginarse a sí mismos dentro de unos años. Se trata de un autoinforme compuesto por 14 ítems, a responder con una escala Likert de cinco puntos, que forman cuatro dimensiones:

expectativas económicas, expectativas académicas, expectativas de bienestar personal y expectativas familiares. Los puntajes más altos indican expectativas positivas respecto a su futuro, mientras que las puntuaciones más bajas reflejan aspectos negativos de estas. En nuestro estudio se obtuvo una confiabilidad aceptable de 0.90 al calcular el alfa de Cronbach.

Resultados

Los resultados indican que el rol emocional, la salud general y el componente de salud física, que se correlacionan positivamente con las expectativas de bienestar personal y las expectativas familiares. Además, se observó una correlación inversa entre las dimensiones vitalidad, dolor corporal y función física y las dimensiones de expectativas de futuro.

Tabla 1. *Análisis correlacional de la salud y las dimensiones de las expectativas de futuro*

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Expectativas económico/laborales	1												
2. Expectativas de Bienestar personal	.68**	1											
3. Expectativas Familiares	.60**	.67**	1										
4. Función Física	0.07	0.02	0.06	1									
5. Rol Físico	.10*	0.09	0.03	.24**	1								
6. Rol Emocional	.11*	.18**	.14**	0.09	.18**	1							
7. Vitalidad	-.10*	-.23**	-.25**	-.14**	-.22**	-.35**	1						
8. Salud General	.21**	.24**	.23**	.23**	0.06	.18**	-.32**	1					
9. Salud Mental	-0.03	-0.03	-0.02	0.04	-0.09	.11*	.14**	0.07	1				
10. Dolor Corporal	-.12**	-.14**	-.09*	-.19**	-.40**	-.21**	.24**	-.18**	.10*	1			
11. Función Social	-.12**	-.14**	-.09*	-.19**	-.40**	-.21**	.24**	-.18**	.10*	0.10**	1		
12.CSF	.14**	.12*	.12*	.60**	.50**	.12*	-.24**	.60**	0.06	.14**	.14**	1	
13. CSM	-0.04	-0.06	-0.07	-0.06	-.20**	.42**	.37**	-0.06	.72**	.46**	.46**	0.08	1

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

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

Nota: CSF = Componente salud física, CSM = Componente salud mental

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del estudio.

En el análisis de las puntuaciones de cvrs por dimensión se pudo observar que la función física, el rol físico, y la salud general obtienen los puntajes más altos, por último, el dolor corporal, la vitalidad, el rol emocional y la función social obtuvieron la evaluación más baja. En cuanto a los componentes de salud física y mental se observó que la salud física tiene puntajes altos, contrario a la salud mental, que presentó puntajes bajos. En cuanto a las expectativas de futuro se pudo observar que los jóvenes universitarios tienen altas expectativas económico/laborales y de bienestar personal, no obstante, sus expectativas familiares presentaron puntajes moderados.

Tabla 2. *Estadística descriptiva de las dimensiones sobre salud y expectativas de futuro.*

Dimensiones	n	Media	DE	Asimetría	Curtosis
Función Física	407	89.49	17.84	-2.85	11.39
Rol Físico	407	79.58	23.39	-1.09	0.92
Rol Emocional	407	39.85	30.83	1.40	0.11
Vitalidad	407	33.74	20.45	0.41	-0.02
Salud General	407	62.22	22.60	-0.09	-0.49
Salud Mental	407	52.21	28.55	0.37	-0.89
Dolor Corporal	407	17.97	23.04	1.27	1.25
Función Social	407	17.97	23.04	1.27	1.25
Componente Salud física	407	62.32	9.92	-0.28	1.28
Componente Salud mental	407	35.94	12.99	0.47	-0.12
Expectativas Económico/Laborales	407	21.98	3.26	-1.29	2.22
Expectativas de Bienestar personal	407	12.64	2.19	-0.88	0.76
Expectativas Familiares	407	11.86	2.77	-0.67	-0.18

Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del estudio.

Discusión

El propósito de este trabajo fue identificar la relación entre la salud y las dimensiones de las expectativas académicas de futuro de una muestra de estudiantes en el contexto de la pandemia por COVID-19. La hipótesis que orientó la investigación parte de que la salud (física o mental) tiene una relación con las dimensiones de las expectativas económicas, académicas, de bienestar personal y familiares, y que se agudizó su asociación por el contexto adverso que se vivió en la pandemia.

De acuerdo con Leitón-Espinoza *et al.* (2022), la calidad de vida de los estudiantes universitarios en la pandemia de COVID-19 se vio afectada en su vida personal y en su preparación como futuros profesionales, enfrentando grandes retos de adaptación; siendo las mujeres las más afectadas. Un resultado de nuestro estudio encontró que en la medida que aumenta la percepción de salud general también aumentan las expectativas económico/laborales, familiares y de bienestar personal.

Los hallazgos más relevantes de la investigación indican que la salud física sí se correlacionó con las expectativas económicas, de bienestar personal y familiares. Mientras que la salud mental no obtuvo relación con ninguna de las dimensiones de las expectativas de futuro. Lo anterior es coherente con la evidencia que señala que los jóvenes que tienen mayor número de expectativas aprovecharán de mejor forma las oportunidades del contexto escolar para elevar su calidad de vida (Badillo, 2020).

De acuerdo a los resultados de esta investigación la salud mental de los jóvenes obtuvo valores bajos, lo cual coincide con el estudio de Montecinos-Guiñez y Leiva-Bahamondes (2023) quienes encontraron que los universitarios evalúan negativamente su salud mental y la asocian al éxito académico.

Otro hallazgo del estudio fue que la salud mental de los universitarios fue la más afectada en el contexto de la pandemia y coincide con lo reportado por otras investigaciones (Reyes y Trujillo, 2021; Carvacho *et al.*, 2021). La salud mental de los jóvenes es un tema cada vez más relevante y preocupante. En el entorno universitario es común que se enfrenten a condiciones socioambientales que afectan su bienestar mental (Regalado *et al.*, 2023, p. 1).

Dentro de las implicaciones prácticas de este estudio se enfatiza en la necesidad de reflexionar en la formación integral de los jóvenes, debido a que en las instituciones de educación superior no se logra eficientemente la promoción de la salud y la detección de las expectativas de futuro de los estudiantes y próximos profesionistas. Es fundamental que las universidades logren la formación integral de los jóvenes, mediante una sólida formación académica y con conocimiento y sentido de responsabilidad sobre el cuidado de su salud física y mental. Lo cual contribuirá a mejorar su calidad de vida.

Conclusiones

En conclusión, la salud física y mental son aspectos fundamentales para que los estudiantes universitarios puedan alcanzar sus objetivos escolares, siendo un factor importante para el logro de las expectativas académicas, económicas, de bienestar personal y familiares.

La pandemia por COVID-19 dejó grandes cambios y enseñanzas en la vida de las personas. La educación se transformó, las clases tuvieron que ser completamente virtuales y estudiantes como profesores tuvieron que adaptarse. Todos estos cambios pusieron de manifiesto la necesidad de priorizar la salud física y mental de estudiantes y profesores.

Lo anterior permite identificar la necesidad de implementar políticas institucionales que promuevan estilos de vida saludables para mejorar el rendimiento, satisfacción y bienestar emocional de los universitarios, para que con ello puedan lograr y alcanzar en mayor medida cada una de sus expectativas a futuro y derivado de esto poder trascender a una mejor calidad de vida.

Bibliografía

- Alonso, J., Prieto, L., y Anto, J. (1995). La versión española del SF-36 Health Survey (Cuestionario de Salud SF-36): un instrumento para la medida de los resultados clínicos. *Medicina Clínica*, 104. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7783470/>.
- Badillo, L. I. B. (2020). Percepción de los jóvenes acerca de sus expectativas a futuro en cuatro instituciones educativas del municipio de Soacha (Cundinamarca, Colombia). *PAPELES*, 12(23), 86-97. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7789099>.
- Barrionuevo Torres, C. N., Portocarrero Merino, E., Rojas Bravo, V. B., y Sánchez Infantas, R. E. (2021). Actitud hacia la vida y expectativa de futuro en estudiantes de educación secundaria. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(4), 567- 575. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2205/2179>.
- Carvacho, R., Morán-Kneer, J., Miranda-Castillo, C., Fernández-Fernández, V., Mora, B., Moya, Y., Pinilla, V., Toro, I., y Valdivia, C. (2021). Efectos del confinamiento por COVID-19 en la salud mental de estudiantes de educación superior en Chile. *Revista médica de Chile*, 149(3), 339-347. <https://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872021000300339>

- Castro-Solano, A., y Sánchez-López, M. P. (2000). Objetivos de vida y satisfacción autopercebida en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 12(1), 87-92.
- Correa Aquino, B., Naydes, J., Alvarado, D. A., Adriana, K., Aliaga, M. B., y Exequiel, O. (2018). *Evidencias de validez de la escala de expectativas de futuro en la adolescencia (EEFA) en estudiantes del distrito de Trujillo*. Universidad César Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/11264>.
- D'Alessandre, V. (2014). *El desafío de universalizar el nivel medio. Trayectorias escolares y curso de vida de los adolescentes y jóvenes latinoamericanos*. IIFE-UNESCO, Sede Regional Buenos Aires. Organización de Estados Iberoamericanos Para la Educación, la Ciencia y la Cultura (OEI).
- Dreher, E., y Oerter, R. (1986). Concepciones de la edad adulta en niños y adolescentes. La visión cambiante de una tarea crucial para el desarrollo. En Silbereisen, R. K., Eyferth, K. y Rudinger, G. (eds.), *El desarrollo como acción en contexto* (109-120). Springer.
- González, A. (2017). *Salud mental en estudiantes del quinto grado de secundaria del I.E. Francisco Lizarzaburu* (Tesis de Licenciatura). Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41980>.
- Lara Flores, N., Saldaña Balmori, Y., Fernández Vera, N., y Delgadillo Gutiérrez, H. J. (2015). Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. *Hacia la Promoción de la Salud*, 20(2), 102-117. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v20n2/v20n2a08.pdf>.
- Layza Aponte, D. V. (2021). Escala de expectativas de futuro en la adolescencia (EEFA): adaptación, validación y datos normativos en estudiantes de secundaria, Lima Metropolitana. *Repositorio Institucional-UCV*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/74888>.
- Leitón Espinoza, Z., Cáceda Ñazco, G. S., Pérez-Valdez, C. L., Gómez-Luján, M. del P., González y González, V. F., y Villanueva-Benites, M. E. (2022). Calidad de vida del estudiante universitario antes y durante la pandemia de COVID-19. *Revista Científica Salud Uninorte*, 38(3), 675-692. <https://doi.org/10.14482/sun.38.3.614.59>
- León, A. Y. C., Rimachi, V. A. V., Condorena, A. L. B., y Vasquez, A. E. D. (2018). Expectativas institucionales y motivaciones en estudiantes que comienzan su educación universitaria en una Facultad de Medicina, Lima (Perú). *Ciencia e Investigación Médico Estudiantil Latinoamericana*, 23(2). <http://www.cimel.felsocem.net/index.php/CIMEL/article/view/1165>.
- Lewin, K. (1939). Teoría de campo y experimentos en psicología social: conceptos y métodos. *Soy. J. Sociol*, 44, 868-896. <https://doi.org/10.1086/218177>.
- Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología (2006). *Educación y desigualdad social*. Argentina. <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL005384.pdf>.
- Montecinos-Guiñez, D., y Leiva-Bahamondes, L. (2023). Salud mental universitaria: desde la percepción de estudiante de enfermería de una universidad chilena. *Cultura de los Cuidados* 27(65). <https://dx.doi.org/10.14198/cuid.2023.65.03>
- Navarro, F. (2014). Socialización familiar y adaptación escolar en adolescentes (Tesis de Doctorado). Universidad de Castilla. <https://ruidera.uclm.es/server/api/core/bitstreams/9e7bbe2a-0e3a-40c3-ab2c-e3d0b3131a91/content>.

- Organización Internacional del Trabajo. (2020). *Desempleo, informalidad e inactividad asedian a los jóvenes en América Latina y el Caribe*. Informe Mundial sobre el Empleo Juvenil 2020. https://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_738631/lang-es/index.htm.
- Quattrocchi, P., Flores, C., Cassullo, G. L., Siniuk, D., Moulia, L. y De Marco, M. (2018). La autonomía de los estudiantes del último año de la escuela secundaria: Un estudio sobre las actividades de orientación que realizan. *Orientación y Sociedad*, 18(2), 235-249.
- Regalado, M., Baltazar, H., Pineda, F y Medina, A. (2023). La salud mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones. *Atención Primaria Práctica*. 3(4). 10.1016/j.appr.2023.100182
- Reyes, N., y Trujillo, P. (2021). Ansiedad, estrés e ira: el impacto del COVID-19 en la salud mental de estudiantes universitarios. *Investigación y Desarrollo*, 13(1), 6-14. <https://doi.org/10.31243/id.v13.2020.999>
- Sánchez-Sandoval, Y., y Verdugo, L. (2016). Desarrollo y validación de la Escala de Expectativas de Futuro en la Adolescencia (EEFA). *Anales de Psicología*, 32(2), 545-554.
- Sánchez-Sandoval, Y., Verdugo, L., y Freire, T., (2018). Las relaciones entre autopercepciones y expectativas futuras: un estudio con preadolescentes españoles y portugueses. *Revista de Psicodidáctica*, 23(1), 39-47. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1136103417301934>.
- Seginer, R. (2000). El pesimismo defensivo y el optimismo se correlacionan con la orientación futura de los adolescentes: Un análisis de dominio específico. *Journal of Adolescent Research*, 15(3), 307-326. <https://doi.org/10.1177/07435584001530>.
- Shamah-Levy, T., Romero-Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., Bautista-Arredondo, S., Colchero, M. A., Gaona-Pineda, E. B., Lazcano-Ponce, E., Martínez-Barnetche, J., Alpuche-Arana, C., Rivera-Dommarco, J. (2022). Ensanut. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021 sobre COVID-19. Resultados nacionales. Cuernavaca, México: Instituto Nacional de Salud Pública. https://www.insp.mx/resources/images/stories/2022/docs/220801_Ensa21_digital_29julio.pdf.
- Snyder, C. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-276. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01.
- Tuirán, R., y Ávila, J. L. (2012), La educación superior: escenarios y desafíos futuros, SEP, Subsecretaría de Educación Superior (en red). Disponible en http://www.ses.sep.gob.mx/wb/ses/la_educacion_superior_escenarios_y_desafios_futuro.
- Verdugo, L., Freire, T., y Sánchez-Sandoval, Y. (2018). Las relaciones entre autopercepciones y expectativas futuras: un estudio con preadolescentes españoles y portugueses. *Revista de psicodidáctica*, 23(1), 39-47. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2017.07.005>.
- Zabaleta, A., (2005). Agenciación humana en la teoría cognitiva social: Definición y posibilidades de aplicación. *Pensamiento Psicológico*, 1(5), 117-123.
- Zavala, J. (mayo de 2017). Afectado, desarrollo integral de la niñez y adolescencia en Oaxaca. NVI Noticias. <https://www.nvinoticias.com/comunidad/nacional/afectado-desarrollo-integral-de-la-ninez-y-adolescencia-en-oaxaca/11822>.