



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Ciencias Sociales

Escuela Profesional de Trabajo Social

Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social

AUTOR

Patricia Lorena YAUSIN CHIPANA

ASESOR

Mg. Rocio MALDONADO ALARCÓN

Lima, Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Yausin, P. (2026). *Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021*. [Trabajo de suficiencia profesional de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Trabajo Social]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Patricia Lorena Yausin Chipana
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	72884972
URL de ORCID	opcional
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Mg. Rocio Maldonado Alarcón
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	43134022
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-6489-9743
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Mg. Cesar Augusto Chía Ramírez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	09846881
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Mg. Norma Concepción Verastegui Gonzales
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	07248571
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Mg. Joselyn Lisbeth Villa Caveró
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	45114626
Datos de investigación	
Línea de investigación	ODS X: Prácticas educativas

Grupo de investigación	NO APLICA
Agencia de financiamiento	NO APLICA
Ubicación geográfica de la investigación	País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Puente Piedra Calle: Ca. 9 de Junio 151, Puente Piedra 15118 4WMC+6X Puente Piedra
Año o rango de años en que se realizó la investigación	2021 - 2026
URL de disciplinas OCDE	Otras ciencias sociales: https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.09.00



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA)
FACULTAD DE CIENCIA SOCIALES
VICEDECANATO ACADÉMICO

ACTA DE SUSTENTACION DEL TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

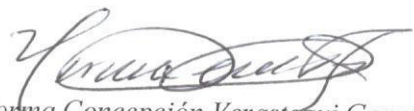
En Lima, siendo el día nueve de mayo del dos mil veintiséis se reunieron los Miembros del jurado calificador integrado por los profesores: Mg. Cesar Augusto Chía Ramírez (Presidente), Mg. Norma Concepción Verastegui Gonzales (Miembro) y Mg. Joselyn Lisbeth Villa Caverio (Miembro).

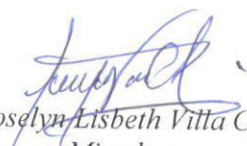
Verificado el Trabajo de Suficiencia Profesional "**Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021**", presentado por la bachiller PATRICIA LORENA YAUSIN CHIPANA. Una vez concluida la sustentación, el Jurado procedió a la calificación con el siguiente resultado:

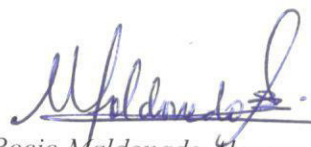
Dieciséis (16)

Luego del proceso de sustentación, calificación y comunicación del resultado a la graduanda, el Jurado, de conformidad con el Reglamento General de Grados y Títulos de la Facultad, acordó otorgar a la bachiller PATRICIA LORENA YAUSIN CHIPANA el **TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL** y, para dejar constancia, se extendió la presente acta y firmaron:


Mg. Cesar Augusto Chía Ramírez
Presidente


Mg. Norma Concepción Verastegui Gonzales
Miembro


Mg. Joselyn Lisbeth Villa Caverio
Miembro


Mg. Rocio Maldonado Alarcon
Asesora



Firmado digitalmente por MELENDEZ
DE LA CRUZ Juan Felipe FAU
20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11.05.2026 09:56:46 -05:00

Dr. Juan Felipe Meléndez De la cruz
Vicedecano Académico



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE
SAN MARCOS
Universidad del Perú, Decana de América

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo **Rocio Maldonado Alarcón** en mi condición de profesora acreditada con el **DICTAMEN N°04-2026-EPTS-FCCSS/UNMSM** sobre el Trabajo de Suficiencia Profesional, cuyo título es ***“Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021”*** presentado por la Bachiller **Patricia Lorena Yausin Chipana** para optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social.

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el **15% de similitud**, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su publicación en el repositorio institucional.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social.

Lima, 2 de mayo de 2026

Rocio Maldonado Alarcón
DNI: 43134022

La vigencia del presente certificado corresponde a un período de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.

Dedicatoria

A mi hermana quien con sus bromas y
pequeños detalles me alegraba cuando sentía que el
cansancio me superaba

A mis padres, por creer en mi desde el inicio e
incluso acompañarme en alguna amanecida mientras
redactaba

A mis amigas Astrid y Ashley por sus palabras
de aliento y ser mi mayor apoyo emocional durante
estos meses.

Agradecimientos

A mi querida Universidad por
acogerme e ilustrarme durante todo
este proceso de vida universitaria

A la Magister Rocío Maldonado
Alarcón, quién con su
asesoramiento y herramientas
brindadas junto a su calidez como
docente posibilitó la culminación
del presente trabajo de
investigación.

INDICE

Dedicatoria	2
Agradecimientos	3
INTRODUCCION.....	5
I PARTE. PROBLEMÁTICA DE LA SISTEMATIZACIÓN	6
1.1. Situación Problemática a nivel internacional	6
1.2. Situación problemática en el Perú (2021).....	9
1.3. Objetivos de la sistematización	12
1.4. Preguntas de la sistematización	13
1.5. Matriz de planteamiento problemático para la sistematización	14
II PARTE. JUSTIFICACIÓN Y PROPUESTA METODOLÓGICA.....	15
2.1. Viabilidad de la sistematización.....	18
2.2. Vigencia de la importancia de la salud mental en la población universitaria	19
2.3. Propuesta metodológica.....	21
III PARTE. PRINCIPALES VARIABLES Y CONCEPTOS	23
3.1. Conceptos básicos para considerar en la sistematización.....	24
3.2. Análisis de la vinculación de la salud mental con el rendimiento académico	30
IV PARTE: RESULTADOS Y HALLAZGOS	33
4.1. Análisis de los resultados desde las variables de análisis.....	50
CONCLUSIONES.....	56
RECOMENDACIONES	58
ANEXOS.....	65
Anexo 1: Aplicación del cuestionario (prueba piloto)	65
Anexo 2: Consentimiento informado	66
Anexo 3: Compromiso de confidencialidad	67
Anexo 4: Cuestionario	68
Anexo 5: Operacionalización de variables	71
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	73

INTRODUCCION

El presente trabajo de sistematización tiene como objetivo conocer la relevancia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del décimo ciclo de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, ubicada en el distrito de Cercado de Lima, provincia y departamento de Lima. Se eligió el tema por intereses personales y lo relevante que resulta en la actualidad, profundizando cada vez más en las causas y consecuencias de no considerar importante y prioridad la salud mental de cada individuo.

El estudio está dividido en cuatro partes, los cuales se detalla a continuación:

- I parte: Problemática a abordar en el presente estudio, así como los objetivos y preguntas que guían las reflexiones que se presentan en este documento.
- II parte: Se presenta la justificación de la pertinencia e importancia de la problemática que se aborda, así como se presentan estudios que abordan esta temática que explica la viabilidad y veracidad de la investigación, además de presentar la propuesta metodológica.
- III parte: Se presenta las principales variables e indicadores, y los conceptos clave que se desarrollan para comprender la problemática.
- IV parte: Resultados, en este capítulo final se sintetiza los resultados de la investigación, las conclusiones y las recomendaciones para una mejora futura desde la intervención del Trabajo social para la atención de la salud mental en la Universidad sobre todo pensando en las poblaciones vulnerables.

La finalidad de este trabajo es conocer la vinculación de la salud mental con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios y así concientizar que existe una relevancia y gran impacto no solo a nivel personal sino también colectivo y para la sociedad.

I PARTE. PROBLEMÁTICA DE LA SISTEMATIZACIÓN

1.1. Situación Problemática a nivel internacional

A nivel mundial acorde a la Organización Mundial de la Salud, 450 millones de personas son afectadas por un problema de salud mental que dificulta gravemente su día a día y se calcula que uno de cada cuatro personas tendrá un trastorno mental a lo largo de su vida. Sin embargo, hablar de ello o apoyarse en un profesional aun es un tabú, lo cual impide el facilitar ayuda a la persona afectada.

De igual manera, la OMS prevé que en el año 2030 la primera causa de enfermedad en el mundo será la salud mental, por lo cual es indispensable que los países destinen un porcentaje de sus presupuestos sanitarios para atender esta problemática.

Se notificó que durante el 2021 y 2022 los casos atendidos de problemas de salud mental aumentaron en un 19% y hasta el periodo actual de este año continúa aumentando. De igual manera, estudios realizados por el Ministerio de Salud (Minsa), reporta que durante el primer semestre del presente año se atendieron 434 mil 731 casos. Respecto a la información otorgada por el Ministerio de Salud en el 2022 se atendieron, 439,053 casos de ansiedad y 272,432 casos de depresión. Eso sin tener en cuenta que existen miles de personas que no son diagnosticadas por falta de atención médica o estigmatización.

Acorde al estudio epidemiológico realizado por el Instituto Especializado de Salud Mental Honorio Delgado- Hideyo Noguchi, la prevalencia de depresión en Lima Metropolitana es de 18,2%, en la sierra peruana de 16,2% mientras que en la selva es de 21,4%. Asimismo, según el Informe Nacional de Juventudes de 2021 se estima que el 33,9% de jóvenes en el país tienen problemas asociados a su salud mental, siendo el 24,9 % hombres y 31,8 % en el caso de las mujeres, siendo el estudiantado universitario quien representa una población de riesgo más o menos alto para la ocurrencia de problemas de salud mental.

A nivel de la educación superior, diversos estudios han evidenciado que los estudiantes universitarios presentan altos niveles de estrés académico debido a la exigencia de los cursos, las evaluaciones constantes y la presión por el rendimiento. Esta situación se intensifica en los ciclos finales de formación, donde los estudiantes no solo deben cumplir con las exigencias curriculares, sino también enfrentar la elaboración de trabajos de investigación, prácticas pre profesionales y la proyección hacia su inserción laboral. Todo ello incrementa la vulnerabilidad a presentar síntomas de ansiedad, agotamiento emocional y dificultades de concentración.

En este contexto, la salud mental se convierte en un factor determinante para el rendimiento académico, ya que influye directamente en la motivación, la capacidad de aprendizaje y la toma de decisiones de los estudiantes. La presencia de problemas como la depresión o el estrés sostenido puede generar ausentismo, bajo desempeño en evaluaciones y, en casos más graves, el abandono de los estudios. Por ello, resulta fundamental comprender la salud mental no solo como un aspecto individual, sino como un elemento que impacta en el desarrollo académico y profesional de los universitarios.

Asimismo, se evidencia que existe una limitada cultura de prevención y búsqueda de ayuda dentro del entorno universitario, lo cual se ve reforzado por el estigma asociado a los problemas de salud mental. Muchos estudiantes evitan acudir a servicios especializados por temor a ser juzgados o por desconocimiento de los recursos disponibles. Esta situación dificulta la intervención oportuna y agrava los cuadros emocionales, afectando progresivamente el desempeño académico y la calidad de vida del estudiante.

Por otro lado, es importante considerar que los factores socioeconómicos también influyen significativamente en la salud mental de los estudiantes universitarios. La necesidad de trabajar mientras se estudia, las dificultades económicas y la falta de apoyo familiar pueden incrementar los niveles de estrés y ansiedad. Estos factores externos se suman a las exigencias académicas, generando una carga múltiple que repercute negativamente en el equilibrio emocional del estudiante y en su capacidad de responder adecuadamente a las demandas universitarias.

Finalmente, se hace necesario reconocer que la problemática de la salud mental en el ámbito universitario requiere un abordaje integral e interdisciplinario, en el que no solo participen los servicios de psicología, sino también el trabajo social, la tutoría académica y las autoridades universitarias. La implementación de políticas institucionales orientadas al bienestar estudiantil permitirá reducir los riesgos asociados a la salud mental y favorecer un mejor desempeño académico, especialmente en poblaciones vulnerables como los estudiantes de los últimos ciclos de formación.

1.2. Situación problemática en el Perú (2021)

El presente estudio se encuentra realizada en un contexto en el cual diversos organismos internacionales contemplan que el producto interno bruto (PBI) del país es cercano al 2% en el presente año, sin embargo todo se inclina hacia abajo debido a los posibles efectos que genera la incertidumbre luego de la escalada de crisis que derivó una cantidad significativa de muertos por la represión policial en las manifestaciones y sucede que en los últimos meses del año 2021 se ha presenciado diversas manifestaciones debido a la inestabilidad política, una respuesta precaria a la solicitud de peruanos de diversas regiones respecto a alimentos, seguridad ciudadana, transporte y otros , lo cual condujo a una serie de renuncia de congresistas e investigaciones policiales a diversas personas pertenecientes al parlamento.

Por otro lado, mientras el contexto sociopolítico continúa, los ecosistemas peruanos enfrentan sus propios desafíos que al pasar de los últimos tres años han sido más complicados tanto aquí como en otros países. Por su lado, la amazonia está perdiendo bosque debido al efecto de actividades ilícitas como lo son la minería ilegal, el tráfico de madera, las invasiones de tierras o los cultivos ilegales de coca.

Asimismo, el derrame de petróleo ocurrido a inicios del año 2022 continúa teniendo efectos, siendo visible la desprotección y desamparo del mar frente a este tipo de desastres; presentando animales como pelícanos y aves muertas en las orillas de las playas del sur. Agregando a ello, en los últimos meses se promulgó una prohibición de pesca a algunos peces debido a que en el litoral solo hay pequeños y no los adultos por lo cual no favorece a la producción, lo cual genera que empresas que se vinculan con este tipo de producto, sean afectadas. Todo lo mencionado anteriormente, afecta de diversas maneras a los individuos en su vida personal y por ende en su salud mental.

En este contexto, es importante considerar que la población universitaria no es ajena a los efectos de la coyuntura social, política y ambiental que atraviesa el país. Los estudiantes, al encontrarse en una etapa de formación académica y desarrollo personal, son particularmente vulnerables a factores externos que generan estrés, ansiedad e incertidumbre.

La inestabilidad política, las crisis sociales y los problemas económicos no solo impactan a nivel macro, sino que también repercuten directamente en las condiciones de vida de los estudiantes, afectando su concentración, motivación y desempeño académico.

Asimismo, la presión por cumplir con las exigencias académicas, sumada a las preocupaciones familiares y económicas derivadas del contexto nacional, puede desencadenar alteraciones en la salud mental, tales como cuadros de ansiedad, depresión o agotamiento emocional. En muchos casos, estas situaciones no son identificadas a tiempo, lo que agrava sus efectos y dificulta la implementación de medidas de apoyo oportunas.

Por otro lado, es relevante destacar que, pese a los esfuerzos institucionales, aún existen brechas en el acceso a servicios de salud mental dentro de las universidades, lo cual limita la atención integral de los estudiantes. En este sentido, resulta fundamental fortalecer las estrategias de acompañamiento psicológico, así como promover espacios de diálogo, contención emocional y prevención, que permitan a los estudiantes afrontar de manera adecuada las dificultades del entorno.

De esta manera, el análisis del contexto no solo permite comprender la realidad en la que se desarrolla la investigación, sino también evidenciar la necesidad de abordar la salud mental como un eje prioritario dentro del ámbito educativo y social.

Ante este panorama, resulta fundamental fortalecer de manera urgente las estrategias de prevención, promoción y atención en salud mental, especialmente en poblaciones vulnerables como los estudiantes universitarios, quienes se encuentran en una etapa de alta exigencia académica, emocional y social.

La implementación de programas de acompañamiento psicológico dentro de las instituciones educativas es una necesidad prioritaria, ya que permite brindar soporte oportuno a los estudiantes que atraviesan situaciones de estrés, ansiedad o depresión, contribuyendo así a la mejora de su bienestar integral. Asimismo, es importante desarrollar talleres orientados al fortalecimiento de habilidades socioemocionales, tales como la gestión del estrés, la regulación emocional, la autoestima y la resiliencia, las cuales son herramientas clave para enfrentar las demandas del entorno académico y personal.

De igual manera, la creación de espacios de contención emocional dentro de las universidades puede favorecer la expresión libre de sentimientos y dificultades, reduciendo la sensación de aislamiento que muchas veces experimentan los estudiantes. Estos espacios deben estar acompañados de profesionales capacitados en salud mental que puedan orientar y brindar intervenciones adecuadas según cada caso.

Por otro lado, es indispensable promover una cultura de sensibilización y educación en salud mental que permita disminuir el estigma social asociado a los trastornos mentales, ya que este constituye una de las principales barreras para que las personas busquen ayuda profesional de manera oportuna.

Asimismo, las instituciones educativas y el Estado deben trabajar de manera articulada para garantizar el acceso a servicios de salud mental de calidad, accesibles y continuos. De esta manera, no solo se contribuirá a la prevención de trastornos mentales, sino también al fortalecimiento del rendimiento académico, la convivencia estudiantil y el desarrollo personal de los jóvenes. En consecuencia, invertir en salud mental no solo representa una necesidad social, sino también una estrategia fundamental para el desarrollo sostenible de la sociedad.

Según lo explicado anteriormente, se presenta la siguiente pregunta para la presente sistematización ¿Cómo influyó la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021

1.3. Objetivos de la sistematización

Objetivo General

- Conocer la influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021

Objetivos Específicos

- Identificar las determinantes de salud mental que influyen en la de los estudiantes.
- Identificar los factores que influyen en el desarrollo del rendimiento académico de los estudiantes.
- Identificar la intervención del trabajador social respecto a la salud mental de los estudiantes.
- Identificar la intervención del trabajador social con relación al rendimiento académico de los estudiantes.

El presente estudio se propone analizar la incidencia de la salud mental en la cotidianidad del estudiante universitario, examinando su impacto tanto en el ámbito personal como académico. Para ello, se plantea la siguiente interrogante: ¿De qué manera influyó la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de la Escuela Profesional de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante el año 2021?

Esta sistematización se desarrolla bajo un enfoque cuantitativo, empleando cuestionarios de preguntas cerradas como instrumento de recolección de datos para su posterior análisis estadístico. Este estudio permitirá visibilizar el rol del Trabajo Social en la salud mental universitaria, un campo de intervención que requiere mayor exploración académica.

1.4. Preguntas de la sistematización

Pregunta General

- Cómo influye la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021.

Preguntas Específicas

- ¿Qué determinantes de la salud mental influyen en la de los estudiantes?
- ¿Qué factores influyen en el desarrollo del rendimiento académico de los estudiantes universitarios?
- ¿De qué manera interviene el trabajador social respecto a la salud mental de los estudiantes universitarios?
- ¿De qué manera interviene el trabajador social con relación al rendimiento académico de los estudiantes universitarios?

1.5. Matriz de planteamiento problemático para la sistematización

PREGUNTA GENERAL	GENERAL	PRINCIPAL
Cómo influye la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021.	Conocer la influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021	La salud mental influye de manera significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de trabajo social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2021.
PREGUNTAS ESPECÍFICAS	ESPECÍFICO	SECUNDARIO
- ¿Qué determinantes de la salud mental influyen en los estudiantes?	-Identificar los determinantes de la salud mental influyen en los estudiantes	-Los determinantes biológicos, ambientales, sociales, económicos y culturales influyen en la salud mental de los estudiantes.
¿Qué factores influyen en el desarrollo del rendimiento académico de los estudiantes universitarios?	-Conocer los factores influyen en el desarrollo del rendimiento académico de los estudiantes universitarios	Diversos factores, internos y externos influyen en el rendimiento académico de los estudiantes
¿De qué manera interviene el trabajador social respecto a la salud mental de los estudiantes universitarios?	-Identificar la intervención del trabajador social respecto a la salud mental de los estudiantes.	El trabajador social interviene en los estudiantes mediante la prevención y de salud mental.
¿De qué manera interviene el trabajador social con relación al rendimiento académico de los estudiantes universitarios?	-Identificar la intervención del trabajador social con relación al rendimiento académico de los estudiantes.	El trabajador social interviene junto a sus aliados en UNAYOE y el área de bienestar respecto al rendimiento académico.

II PARTE. JUSTIFICACIÓN Y PROPUESTA METODOLÓGICA

El presente trabajo de sistematización se justifica en la importancia de la salud mental en la vida de toda persona, ya que esta es vital para el desenvolvimiento del individuo en su entorno social, siendo este uno de los pilares para el bienestar de todo ser humano, debido a que de ello depende el manejo de emociones de toda persona; sin embargo, es un aspecto que no es tomado con la urgencia debida.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud mental como “un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad”, así también es parte del bienestar que sustenta las capacidades individuales y colectivas de las personas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo.

Asimismo, se ha demostrado que los trastornos asociados a la salud mental pueden aumentar el riesgo de contraer otras enfermedades físicas, afectando así su desarrollo en los distintos ámbitos de su vida; como por ejemplo en la etapa universitaria donde el estudiante debe rendir académicamente, y está expuesto a las expectativas ajenas y propias lo cual lo aflige durante el proceso estudiantil, cuando el propósito es disfrutar cada etapa de la mejor manera, afrontando los retos y adversidades de una manera saludable; por lo cual es importante que sea detectado oportunamente para tratarse.

De igual manera, el Ministerio de Educación del Perú (MINEDU) realizó una publicación mediante una Resolución Viceministerial RVM. N° 277-2020-MINEDU- Aprueban actualización de los Lineamientos para el cuidado integral de la salud mental en las universidades (22 de diciembre 2020), documento que expone la necesidad de reforzar el cuidado integral de la salud mental en estudiantes a consecuencia de la pandemia del COVID-19, señalando la importancia de las acciones de prevención, promoción y el desarrollo de estrategias necesarias para atender la salud mental.

Este documento técnico subrayó la necesidad imperativa de robustecer los servicios de bienestar universitario, reconociendo que las secuelas inmediatas de la pandemia del COVID-19 demandaban una transición desde modelos puramente asistenciales hacia estrategias de prevención y promoción.

Así, la normativa estableció que las universidades debían asumir un rol activo en el desarrollo de entornos saludables, garantizando que el cuidado emocional fuera un eje transversal en la formación del estudiante peruano.

Sobre esto es importante resaltar que antes de la crisis sanitaria, el panorama de la salud mental en el Perú ya presentaba desafíos críticos para la comunidad universitaria. Según los indicadores del INEI (2019), se estimaba que aproximadamente el 20% de la población mayor de 15 años padecía algún trastorno mental, con una prevalencia marcada en zonas urbanas donde se concentra la mayor población universitaria. Por su parte, datos del Ministerio de Salud (MINSA) reportaron que, solo en 2019, se atendieron más de un millón de casos por problemas de salud mental a nivel nacional, siendo la depresión el diagnóstico principal en jóvenes de 18 a 24 años. Estas cifras evidencian que los estudiantes universitarios ya enfrentaban una vulnerabilidad estructural antes de que la presión académica se viera exacerbada por el confinamiento.

Es así que, en ese periodo se registró una prevalencia del 20% de trastornos mentales en población general (base de la crisis) según datos del INEI (2019) y según información del MINSA (2019) registraron un récord de atenciones (1.3 millones aprox.) con foco en depresión y ansiedad en jóvenes, ante esto el MINEDU (2020) realiza la publicación de los lineamientos para el cuidado integral de la salud mental en las universidades a través de la R.V.M. N° 007-2020-MINEDU, que como se ha mencionado es un documento fundamental que ofrece una norma técnica para universidades en el marco de la emergencia sanitaria.

Por todo lo mencionado anteriormente, es importante identificar los factores que conllevan a que una persona no se encuentre bien emocionalmente, y provoquen el descuido de su salud mental y como consecuencia existan personas que sufren en silencio, siendo víctimas de vulneración de sus derechos o afectadas negativamente en su vida diaria, lo que puede generar aislamiento social o el desarrollo de trastornos mentales.

En este sentido, resulta fundamental promover espacios de orientación y acompañamiento psicológico dentro del ámbito universitario, así como fomentar una cultura de sensibilización respecto a la salud mental. La educación emocional, el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y la implementación de programas de apoyo contribuirán significativamente a mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

Además, es necesario que las instituciones educativas asuman un rol activo en la detección temprana de posibles dificultades emocionales, brindando recursos accesibles y oportunos. De esta manera, se podrá no solo prevenir problemáticas mayores, sino también potenciar el desarrollo integral de los estudiantes, favoreciendo su desempeño académico y bienestar general.

Asimismo, es necesario considerar que la intervención desde el trabajo social en el ámbito universitario debe orientarse a un enfoque integral, que no solo atienda las problemáticas ya existentes, sino que también actúe de manera preventiva. Esto implica la implementación de diagnósticos sociales periódicos que permitan identificar factores de riesgo psicosocial en la población estudiantil, tales como la sobrecarga académica, la inestabilidad económica o la falta de redes de apoyo, los cuales influyen directamente en el equilibrio emocional de los estudiantes.

En este sentido, la articulación entre el área de bienestar universitario, el servicio de psicología y el trabajo social resulta fundamental para el diseño de estrategias de intervención más efectivas. La creación de protocolos de atención temprana permitirá canalizar adecuadamente los casos identificados, evitando su agravamiento y facilitando una respuesta oportuna. Asimismo, la coordinación interinstitucional contribuirá a fortalecer una red de apoyo sólida dentro de la universidad.

Por otro lado, se recomienda promover campañas permanentes de sensibilización sobre la importancia de la salud mental, dirigidas a toda la comunidad universitaria. Estas campañas deben buscar reducir el estigma asociado a los trastornos mentales y fomentar una mayor apertura hacia la búsqueda de ayuda profesional. El uso de talleres, charlas informativas y espacios participativos puede contribuir significativamente a generar una cultura institucional más empática y consciente de estas problemáticas.

De igual forma, es pertinente fortalecer el desarrollo de habilidades socioemocionales en los estudiantes, tales como la resiliencia, la gestión del estrés y la toma de decisiones. Estas competencias no solo contribuyen a mejorar el bienestar emocional, sino que también impactan positivamente en el rendimiento académico y en la adaptación a las exigencias del entorno universitario. El trabajo social puede desempeñar un rol clave en la promoción de estas habilidades mediante intervenciones grupales y programas formativos.

Asimismo, se sugiere que las instituciones de educación superior incorporen de manera formal políticas de salud mental dentro de su gestión institucional, garantizando la sostenibilidad de las acciones implementadas. Estas políticas deben contemplar recursos humanos capacitados, infraestructura adecuada y mecanismos de evaluación continua. De esta manera, se asegurará una atención integral y sostenida que contribuya al bienestar de los estudiantes y al cumplimiento de sus objetivos académicos y personales.

2.1. Viabilidad de la sistematización

El presente estudio exploratorio tiene acceso a información primaria, como tesis, artículos, internet, bases de datos académicas y otras fuentes confiables que permitirán fortalecer el desarrollo del estudio. De la misma manera, se resalta que con la ejecución de la investigación no se causará ningún daño a los individuos participantes, y por el contrario será de carácter confidencial, ético y de uso exclusivo para fines académicos y de investigación, puesto que la finalidad es determinar la influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, y así intervenir de una manera apropiada a favor de ellos, promoviendo posibles estrategias de mejora.

Por lo cual, se recaudará información que será factible obtener, ya que los participantes son compañeros de la universidad, lo que facilita el acceso y aplicación de los instrumentos de recolección de datos. Asimismo, se garantizará el respeto por la privacidad de cada encuestado, asegurando que sus respuestas no serán divulgadas ni utilizadas para otros fines ajenos a la investigación.

Para ello, la unidad de análisis del presente estudio exploratorio fueron los estudiantes que cursaron el décimo ciclo del semestre académico 2021-2 de la carrera de trabajo social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes como todo estudiante tiene el objetivo de aprobar satisfactoriamente el semestre; sin embargo, en el transcurso de curso cada persona atraviesa por momentos personales, factores internos y externos que afectan de manera distinta a cada uno, proyectándose en la salud mental.

En el presente estudio, la población universal es conformada por los alumnos matriculados de la carrera de trabajo social quienes cursan el décimo ciclo en el primer semestre de año 2021 de la universidad Nacional Mayor de San Marcos, siendo un total de 60 estudiantes.

La población de estudio está conformada por los estudiantes de la carrera de trabajo social, quienes cursaron el décimo ciclo en segundo semestre del año 2021 de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Asimismo, señalo que la selección de la muestra se realizó debido a la viabilidad de acceso a los entrevistados siendo estos compañeros del mismo ciclo.

2.2. Vigencia de la importancia de la salud mental en la población universitaria

La salud mental en el ámbito universitario peruano ha dejado de ser un tema secundario para convertirse en un pilar del desarrollo académico y social. Según datos recientes del Ministerio de Salud (MINSA) para el periodo 2025-2026, aproximadamente el 32.3% de los jóvenes peruanos reportan problemas de salud mental, siendo la depresión y la ansiedad los trastornos más recurrentes. Esta situación se agrava en el entorno universitario, donde la presión por el rendimiento y las dificultades económicas actúan como detonantes. De hecho, el INEI ha señalado en sus indicadores sociales que la transición a la vida adulta y la carga académica son factores críticos que afectan la estabilidad emocional de los estudiantes, impactando directamente en las tasas de deserción y en su futura inserción laboral.

La salud mental en el Perú sigue requiriendo mayor atención, ya que según datos del INEI 32.3% de la población nacional presenta algún problema de salud mental, siendo las mujeres concentran más del 77% de los casos de depresión diagnosticados; esto tiene un impacto académico ya que existe una correlación directa entre el estrés no tratado y el bajo rendimiento o abandono de estudios.

En este sentido, la importancia de abordar esta problemática radica en que un estudiante con bienestar emocional no solo obtiene mejores calificaciones, sino que desarrolla las habilidades socioemocionales necesarias para el siglo XXI. El MINSA resalta que la atención temprana a través de los Centros de Salud Mental Comunitarios y planes como "Salud Mental en tu Cole" (extensibles a la educación superior) es vital, pues las mujeres jóvenes representan el grupo con mayor vulnerabilidad, registrando un 77.22% de los casos de depresión reportados en inicios de 2026. Por ello, la inversión en salud mental universitaria no es solo una medida asistencial, sino una estrategia país para garantizar que el capital humano del Perú sea resiliente, productivo y capaz de liderar el progreso nacional.

La salud mental en el ámbito universitario peruano ha pasado de ser un tema tabú por consolidarse como un pilar estratégico para el desarrollo del país. Según cifras actualizadas del Ministerio de Salud (MINSA), aproximadamente el 32.3% de los jóvenes peruanos atraviesa algún problema de salud mental, con la ansiedad y la depresión como los diagnósticos predominantes. Esta vulnerabilidad se intensifica en el entorno académico, donde la presión por el éxito profesional y las brechas socioeconómicas identificadas por el INEI actúan como catalizadores de estrés. La importancia de priorizar el bienestar emocional radica en que no solo previene la deserción estudiantil, sino que asegura que el futuro capital humano del Perú posea la resiliencia necesaria para afrontar los desafíos del mercado laboral.

Esto se refleja en los datos actuales sobre la salud mental en la población universitaria, según datos del INEI hay una prevalencia de 1 de cada 3 jóvenes presenta dificultades emocionales, además se evidencia un efecto diferenciado desde la perspectiva de género ya que hay una alta incidencia de cuadros depresivos en mujeres jóvenes; esta situación trae consecuencias directas en el bienestar psicológico es el principal predictor de la retención académica.

Asimismo, la atención a la salud mental universitaria es una cuestión de equidad y prevención social. Datos del MINSA revelan una brecha de género significativa, donde las mujeres jóvenes representan el 77.22% de los casos de depresión reportados a inicios de 2026. Ante este panorama, el fortalecimiento de los Centros de Salud Mental Comunitarios y la implementación de redes de apoyo dentro de las facultades son vitales. Un estudiante con equilibrio emocional no solo alcanza un mejor rendimiento académico, sino que se convierte en un ciudadano capaz de contribuir de manera productiva y saludable a la sociedad, rompiendo el ciclo de precariedad emocional que afecta a gran parte de la población joven en el Perú.

2.3. Propuesta metodológica

La presente investigación es de tipo exploratoria y correlacional debido a que de esta manera se describe cómo se relacionan las variables de manera natural. Asimismo, es de diseño no experimental y transversal ya que no existe alteración o manipulación de las variables, sino es mediante la observación e interpretación que se llega a una conclusión, recolectando las variables un solo tiempo y espacio.

En el presente estudio, la unidad de análisis son los estudiantes que cursaron el décimo ciclo del semestre académico 2021-2 de la carrera de trabajo social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, quienes como todo estudiante tiene el objetivo de aprobar satisfactoriamente el semestre; sin embargo, en el transcurso de curso cada persona atraviesa por momentos personales, factores internos y externos que afectan de manera distinta a cada uno, proyectándose en la salud mental.

Por lo anterior, se va a considerar como la población universal está conformada por los alumnos matriculados de la carrera de trabajo social quienes cursan el décimo ciclo en el primer semestre del año 2021 de la universidad Nacional Mayor de San Marcos, siendo un total de 30 estudiantes. Y la población de estudio está conformada por los estudiantes de la carrera de Trabajo social, quienes cursaron el décimo ciclo en el segundo semestre del año 2021 de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

En este sentido, la selección de la muestra se realizó considerando principalmente la viabilidad de acceso a los participantes, los cuales están conformados por compañeros del mismo ciclo académico. Esta decisión facilita la aplicación de los instrumentos de recolección de datos, ya que se cuenta con un entorno cercano y accesible, lo que permite una mayor disposición de los estudiantes para participar en el estudio.

Asimismo, la elección de esta muestra responde a criterios de conveniencia, debido a que los participantes comparten características similares en cuanto a nivel académico, carga universitaria y contexto educativo, lo cual resulta pertinente para los objetivos de la investigación. Esto permite obtener información más homogénea y relevante respecto a la relación entre la salud mental y el rendimiento académico.

➤ **Consideraciones éticas para la investigación social**

Por otro lado, se garantiza que la participación de los estudiantes será voluntaria, respetando en todo momento los principios éticos de confidencialidad y anonimato. De esta manera, se busca asegurar la veracidad de las respuestas, minimizando posibles sesgos y promoviendo la confianza de los participantes durante el proceso de recolección de datos. Finalmente, esta estrategia de selección permite optimizar el tiempo de aplicación de encuestas y facilita el análisis posterior de la información obtenida, contribuyendo así al desarrollo eficiente del estudio.

Principales planteamientos hipotéticos para el presente estudio

- Hipótesis General
 - La salud mental influye de manera significativa en el rendimiento académico de los estudiantes de trabajo social del décimo ciclo de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2021.
- Hipótesis Específicas
 - Diversos factores como los individuales, sociales y estructurales influyen en la salud mental de los estudiantes.
 - Los factores, internos y externos influyen en el rendimiento académico de los estudiantes.
 - El trabajador social interviene mediante la prevención y promoción sobre la salud mental.
 - El trabajador social interviene junto a sus aliados en UNAYOE y el área de bienestar respecto al rendimiento académico.

III PARTE. PRINCIPALES VARIABLES Y CONCEPTOS

A partir del siguiente cuadro a continuación se desarrollarán los principales conceptos para dar sustento teórico y metodológico a la presente sistematización

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES
Salud Mental	Habilidades sociales	Relaciones interpersonales (familiares, amigos)
	Calidad de Vida	a) Satisfacción personal b) Situación económica c) Nivel de conocimiento y educativo d) Estado de salud física y emocional
Rendimiento académico	-Promedio de asignatura	Niveles de rendimiento académico
	-Orden de mérito	- Categorización: Tercio, quinto superior
Determinantes de la salud mental	Determinantes biológicos	- Condiciones médicas
	Determinantes ambientales	- Tipo de vivienda: Apartamento, Casa propia
	Determinantes sociales, económicos y culturales	- Estilo de vida - Violencia social - Prácticas religiosas - Ingresos económicos
Prevención de la salud	Tipos de prevención	Prevención Primaria Prevención Secundaria Prevención Terciaria
Intervención del trabajador Social Promoción de la salud	-Participación social Organización social	i. Participación ii. Participación pasiva iii. Participación proactiva iv. No participa v. Participa en comité de salud vi. Participa como agente de salud vii. No participa en ninguno

3.1. Conceptos básicos para considerar en la sistematización

A continuación, se presentan las variables y conceptos que serán claves para la presente sistematización:

Tipo de variable	Temática / conceptos a considerar
<i>Variable central</i>	La salud mental
	Determinantes biológicos, ambientales, sociales, económicos y culturales
<i>Subvariables explicativas</i>	Factores internos y externos
	Prevención de la salud
	Área de Bienestar (UNAYOE)

En la presente sistematización se aborda como enfoque teórico desde los lineamientos de política sectorial en salud mental, sustentado por el Ministerio de Salud en el 2018. En primer lugar, se menciona al enfoque de derechos humanos, los cuales constituyen el reconocimiento social, innato, universal, inviolable e inalienable de la condición de dignidad del ser humano, por el hecho de existir como persona.

Este se basa en valores como la igualdad, libertad y solidaridad respecto a todas las categorías de derechos (civiles, políticos y sociales) desarrolladas en un marco ético-moral y dirigidas a garantizar la condición de dignidad humana de toda persona, más allá de las diferencias. El enfoque exige la incorporación del concepto de ciudadanía y derechos como parte de la práctica preventiva y recuperativa en salud mental.

Por un lado, se orienta a proteger los derechos individuales de las personas afectadas por problemas psicosociales y trastornos mentales y del comportamiento, que incluye a quienes viven en una situación de reclusión debido a estos. Por otro lado, estos lineamientos de política se fundamentan en los derechos colectivos orientados a la universalidad del acceso y cobertura en salud; buscando incluir, en condiciones de igualdad,

a grupos de personas que, por su condición de vulnerabilidad, encaran mayores desventajas en salud mental.

En segundo lugar, se menciona al enfoque de interculturalidad, el cual se interpreta en la salud como la manera de hacer y ver, de relacionarse y concretar en derechos de salud permitiendo un diálogo entre iguales, armonizando las diferencias que existen entre distintos grupos étnicos y culturalmente diversos. Este enfoque trasciende los proyectos que cubren las necesidades y diversas características de las poblaciones peruanas; por el contrario, otorga a las comunidades étnicas espacios de participación para innovar aquellos de acuerdo con su propia identidad.

Es decir, se realizan esfuerzos para proveer atención de todo tipo en el idioma originario por el personal del mismo territorio, que exista formas de manejar los problemas psicosociales y trastornos mentales y del comportamiento que incluyan prácticas de la medicina tradicional. Esto origina que la cosmovisión de los pueblos y comunidades se constituyan en el espacio de diálogo para reducir las contradicciones e identificar los puntos de encuentro entre lo que hacen en sus comunidades y la propuesta de los servicios en salud mental. Esto es importante, ya que la salud mental está estrechamente ligada a la preservación de la identidad y la estima propia a nivel individual y colectivo.

➤ **Salud Mental**

La Organización Mundial de la Salud (2018) define la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo desarrolla sus habilidades, permitiéndole afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad. No obstante, a pesar de esta base, se reconoce como un concepto abstracto y de alta complejidad conceptual.

En sintonía con esto, Veit y Ware (1983) plantean que la salud mental es el resultado de un equilibrio dinámico: por un lado, el bienestar determinado por fortalezas e influencias positivas en relaciones significativas y, por otro, el estrés manifestado a través de síntomas de ansiedad o depresión. Bajo esta premisa, la medición de la salud mental requiere comprender cómo interactúa el bienestar psicológico con el entorno y la sintomatología emocional. En este sentido, el modelo multidimensional de Carol Ryff resulta fundamental, ya que precisa las dimensiones necesarias para evaluar este constructo de manera integral.

➤ Rendimiento académico

El rendimiento académico constituye el principal indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, razón por la cual ocupa un lugar central en el sistema educativo. Al respecto, Gimeno (2014) señala que este funciona como una "tabla imaginaria de medida" del aprendizaje logrado en el aula, siendo el objetivo medular del proceso pedagógico. Este concepto puede abordarse desde diversas perspectivas. Asimismo, según Pizarro (1985, citado por Reyes, 2003), el rendimiento académico es una medida estimativa de las capacidades que un individuo manifiesta como resultado de un proceso de instrucción. Desde la óptica del estudiante, se define como su capacidad de respuesta frente a los estímulos educativos, la cual es evaluada en función de objetivos y propósitos previamente establecidos.

Sobre el equilibrio dinámico para la salud mental sobre lo que proponen Veit y Ware (1983), la salud mental no es la ausencia de estrés, sino la capacidad de usar alguna estrategia para "amortiguar" el impacto de la sintomatología ansiosa y depresiva. Asimismo, aplicándolo al rendimiento académico se pueden considerar algunos datos específicos que suelen aparecer en investigaciones educativas:

- i. **Dominio del entorno:** Los estudiantes con alto dominio del entorno suelen tener mejores estrategias de estudio y gestión del tiempo, lo que se traduce en mejores notas.
- ii. **Autonomía:** Estudiantes autónomos no dependen de la motivación externa (premios o castigos) para estudiar, sino que lo hacen por convicción propia.
- iii. **Propósito de vida:** Es el predictor más fuerte de la persistencia. Un estudiante que sabe por qué y para qué estudia tiene menos probabilidades de abandonar la carrera o el fracaso académico.

Esto último ligado a lo desarrollado por Pérez et al. (2003) sugieren que un rendimiento académico adecuado en el ámbito universitario trasciende la calificación numérica e involucra la trayectoria del estudiante. Esto incluye hitos como la aprobación de todas las asignaturas del semestre, la continuidad académica (evitando la repetición o el abandono) y la suficiencia en las evaluaciones curriculares.

➤ **Determinantes de salud mental**

La salud mental no es un fenómeno aislado de la biología individual, sino que está profundamente influenciada por los determinantes sociales de la salud. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), estos se definen como el conjunto de condiciones y circunstancias en las que las personas nacen, crecen, se desarrollan, trabajan, viven y envejecen. Este marco conceptual sugiere que el bienestar psicológico está supeditado a una red compleja de fuerzas sociales, económicas, culturales, políticas y ambientales que moldean la vida cotidiana y determinan la equidad en salud dentro de las poblaciones.

Estos determinantes abarcan factores estructurales y contextuales que operan de manera directa o indirecta sobre el psiquismo humano. Entre los elementos más críticos se encuentran el nivel de ingresos, el acceso a una educación de calidad, la estabilidad de las condiciones laborales y la disponibilidad de servicios de salud integrales. Asimismo, el entorno familiar, las redes de apoyo social y las oportunidades de desarrollo personal configuran el escenario donde se despliega la salud mental. Sobre esto, dependiendo de su naturaleza y presencia, estos factores pueden actuar como mecanismos de riesgo, que incrementan la vulnerabilidad ante trastornos mentales, o como factores de protección, que fortalecen la resiliencia y el bienestar psicológico del individuo.

➤ **Prevención de salud**

De acuerdo con las directrices del Instituto Nacional de Salud (MINSA), la prevención se define como un conjunto de intervenciones escalonadas que buscan salvaguardar la integridad de la población. Este modelo se organiza en tres niveles críticos: la prevención primaria, enfocada en evitar la aparición de enfermedades; la prevención secundaria, centrada en la detección precoz y el tratamiento oportuno; y la prevención terciaria, que se ocupa de la contención y rehabilitación de las secuelas derivadas de daños en las funciones físicas, psíquicas o sociales.

En lo que respecta a la prevención terciaria, su objetivo medular es la rehabilitación integral de las personas que ya conviven con una patología instaurada. Estas estrategias buscan mitigar discapacidades permanentes, gestionar cronicidades y facilitar la reinserción social y laboral del individuo. En el ámbito de la salud mental, este nivel de

intervención adquiere una relevancia estratégica, ya que permite abordar problemas emocionales complejos, reducir el estigma asociado a los trastornos mentales y potenciar la autonomía del paciente, mejorando significativamente su calidad de vida y bienestar general.

Finalmente, la prevención en salud se constituye como un eje fundamental para el desarrollo sostenible de los sistemas sanitarios. Al promover una atención integral, accesible y estrictamente centrada en la persona, no solo se optimizan los recursos del Estado, sino que se garantiza un enfoque humanizado que prioriza la dignidad y el desarrollo pleno de las capacidades individuales y colectivas.

➤ **Promoción de salud**

En la actualidad, la promoción de la salud mental en las universidades peruanas ha dejado de ser un servicio complementario para convertirse en una prioridad estratégica de salud pública. El entorno académico representa un periodo de vulnerabilidad crítica, donde los estudiantes enfrentan altos niveles de estrés, ansiedad por el desempeño y cambios en sus estructuras de apoyo social. Promover la salud mental en este espacio implica no solo prevenir trastornos, sino fortalecer factores protectores como la resiliencia, la inteligencia emocional y el manejo del tiempo, permitiendo que el estudiante mantenga un equilibrio entre su bienestar subjetivo y las demandas del aprendizaje.

En el contexto peruano, bajo el marco de la Ley de Salud Mental (Ley N° 30947) y las normativas de la SUNEDU, las instituciones de educación superior tienen la responsabilidad de implementar programas de bienestar que garanticen entornos saludables. La promoción efectiva permite una detección temprana de conductas de riesgo y reduce significativamente la deserción estudiantil. Al fomentar una cultura de cuidado mutuo y desmitificar la búsqueda de ayuda profesional, las universidades no solo forman profesionales competentes, sino ciudadanos emocionalmente sólidos, capaces de contribuir positivamente al desarrollo social y económico del país en un entorno de bienestar integral.

Lo desarrollado en los párrafos arriba muestran la importancia de la salud mental en la población universitaria por lo que se resalta la urgencia de promover la salud mental en las universidades peruanas se sustenta en cifras alarmantes. Según estudios recientes y reportes del Ministerio de Salud (MINSA), se estima que aproximadamente el 30% de los estudiantes universitarios en el Perú presentan síntomas significativos de ansiedad o depresión, cifras que se han intensificado en la etapa de post-pandemia. Factores como la carga académica excesiva, la

presión económica y la incertidumbre laboral actúan como estresores constantes. Estos datos sugieren que una proporción considerable de la población estudiantil se encuentra en una situación de vulnerabilidad emocional que, de no ser atendida mediante estrategias de promoción y prevención primaria, puede derivar en trastornos crónicos que comprometan su integridad y su proyecto de vida.

Este panorama epidemiológico tiene una repercusión directa en los indicadores de éxito académico. La evidencia local indica una correlación significativa entre el deterioro de la salud mental y el incremento de la tasa de deserción estudiantil, la cual en el Perú ha mostrado picos preocupantes en los primeros ciclos de carrera. Un estudiante que experimenta sintomatología depresiva o ansiedad no gestionada tiende a presentar dificultades en procesos cognitivos básicos como la memoria, la concentración y la toma de decisiones, lo que se traduce inevitablemente en un bajo rendimiento académico y la pérdida de asignaturas. Por ello, la intervención institucional y del Trabajo social no sólo es un imperativo ético, sino una necesidad operativa para garantizar la calidad educativa y la sostenibilidad del capital humano que accede a educación universitaria en el país que además no supera el 40% y solo un tercio llega a las universidades públicas.

En este sentido, a partir de los avances legislativos que se han implementado postpandemia, es importante considerar que para mejorar el sistema universitario peruano bajo el marco normativo vigente, es imperativo que las instituciones de educación superior trasciendan el cumplimiento administrativo y ejecuten de manera efectiva lo estipulado en la Ley de Salud Mental (Ley N° 30947) y las condiciones básicas de calidad exigidas por la SUNEDU. Esto implica la transformación de las oficinas de bienestar universitario en centros de atención primaria resolutivos, que no solo brinden acompañamiento psicológico, sino que articulen redes de referencia directa con los Centros de Salud Mental Comunitaria (CSMC) del MINSA.

Asimismo, la normativa actual permite la adecuación de los reglamentos académicos para incluir ajustes razonables y protocolos de flexibilidad ante casos de vulnerabilidad emocional debidamente certificados, garantizando que el sistema proteja el derecho a la educación sin penalizar al estudiante por su estado de salud, convirtiendo la norma en una herramienta de inclusión y soporte real dentro del campus.

3.2. Análisis de la vinculación de la salud mental con el rendimiento académico

La salud mental debe entenderse como un fenómeno integral que abarca tanto la mitigación del malestar como la promoción del florecimiento humano. Bajo la perspectiva de Veit y Ware (1983), esta se concibe como un equilibrio dinámico donde coexisten el bienestar psicológico —impulsado por fortalezas personales y vínculos afectivos sólidos— y el malestar psicológico, manifestado a través de la sintomatología ansiosa y depresiva. En este modelo, el equilibrio resultante determina la capacidad del individuo para funcionar en su entorno. Para profundizar en la naturaleza de ese bienestar, el modelo multidimensional de Carol Ryff (1989) ofrece una estructura operativa fundamental. Ryff propone que el bienestar no es un estado estático de felicidad, sino el desarrollo de seis capacidades clave: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal.

En el contexto universitario, la interconexión de estas teorías resulta determinante para el rendimiento académico. Mientras que el eje de Veit y Ware permite identificar cómo el estrés y la ansiedad pueden socavar la atención y persistencia del estudiante, las dimensiones de Ryff actúan como recursos mediadores. Por ejemplo, un estudiante con un alto "propósito de vida" y "dominio del entorno" posee una mayor resiliencia ante la carga académica, logrando mantener la estabilidad emocional y, en consecuencia, un desempeño óptimo que se refleja en la aprobación de asignaturas y la permanencia en el sistema educativo.

Por lo anterior retomando lo propuesto y desarrollado por el modelo de Carol Ryff (1989) es uno de los pilares de la Psicología Positiva. A diferencia de los modelos clínicos que miden la salud mental según la ausencia de enfermedad (depresión o ansiedad), Ryff se enfoca en el bienestar eudaimónico, que se refiere al desarrollo del potencial humano y al propósito de vida. Este modelo propone que el bienestar psicológico se compone de 6 dimensiones específicas:

Dimensión 1. Autoaceptación (Self-acceptance).

- Es la característica más importante del bienestar. No se trata solo de tener una "alta autoestima", sino de poseer una actitud positiva hacia uno mismo en su totalidad.
- Esto consiste en reconocer y aceptar los múltiples aspectos de la personalidad, incluyendo las propias limitaciones y los errores del pasado. Sentirse bien con quien uno es.

Dimensión 2. Relaciones positivas con los demás (Positive relations with others)

- Mide la capacidad de mantener vínculos humanos de calidad.
- Esto consiste en tener relaciones de confianza, cálidas y satisfactorias. La persona es capaz de mostrar empatía, afecto e intimidad, y entiende que las relaciones humanas se basan en el "dar y recibir".

Dimensión 3. Autonomía (Autonomy)

- Evalúa la capacidad de mantener la individualidad en diferentes contextos sociales.
- Esto consiste en la capacidad de ser independiente y autodeterminado. La persona puede resistir la presión social para pensar o actuar de determinada manera, regula su comportamiento desde dentro y se evalúa a sí misma según sus propios estándares, no por lo que digan los demás.

Dimensión 4. Dominio del entorno (Environmental mastery)

- Se refiere a la habilidad para manejar las oportunidades y desafíos del mundo exterior.
- Esto consiste en que la persona tiene una sensación de competencia para gestionar el entorno y elegir o crear contextos adecuados a sus necesidades y valores. Sabe aprovechar las oportunidades que se le presentan.

Dimensión 5. Propósito de vida (Purpose in life)

- Es la dimensión existencial del modelo.
- Esto consiste en tener metas, objetivos y un sentido de dirección. La persona siente que su vida tiene significado, tanto en el presente como en el pasado. Es lo que nos da una razón para levantarnos cada mañana.

El modelo de Carol Ryff (1989), es fundamental entender que su propuesta surge como una crítica a la visión tradicional de la psicología, que solía medir el bienestar únicamente por la "felicidad" o el "placer" (bienestar hedónico). Es así como Ryff propone el concepto de Bienestar Psicológico.

En este sentido el bienestar psicológico, se fundamenta en la perspectiva eudaimónica, la cual desplaza el foco de la simple obtención de placer o felicidad inmediata (hedonismo) hacia el desarrollo pleno del potencial humano. La autora sostiene que el bienestar no es un estado afectivo transitorio, sino un proceso dinámico de autorrealización y crecimiento. Este constructo se define a través de un modelo multidimensional que evalúa cómo los individuos enfrentan los desafíos de la vida, encuentran un propósito significativo y mantienen una visión positiva de sí mismos a pesar de sus limitaciones.

Lo más relevante de la propuesta del bienestar psicológico se operativiza en seis dimensiones que han sido desarrolladas líneas arriba:

- i. Autoaceptación
- ii. relaciones positivas con los demás
- iii. autonomía
- iv. dominio del entorno
- v. propósito en la vida
- vi. crecimiento personal

Finalmente para la autora Ryff (1989), la salud mental óptima se alcanza cuando existe un equilibrio entre estas dimensiones, permitiendo que el sujeto no solo funcione de manera efectiva en su entorno social y profesional, sino que experimente una evolución constante de su identidad. Así, el modelo eudaimónico ofrece una estructura robusta para comprender la resiliencia y el éxito personal como resultados de una vida con sentido y dirección.

IV PARTE: RESULTADOS Y HALLAZGOS

Los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento de recolección de datos proporcionan conocer la dirección de la variable planteada la cual es la salud mental.

Se aplicó el instrumento (cuestionario) a un total de 60 estudiantes a modo de piloto para validar la pertinencia de la temática propuesta y la metodología. Obteniendo estos datos exploratorios sobre la relevancia de la salud mental y su vinculación con el rendimiento académico en la Universidad, evidenciando así que la salud mental es un tema prioritario para los estudiantes encuestados.

Cuadro N°1

¿Considero que, influye en mí el pertenecer a un sector social y tener soporte emocional?

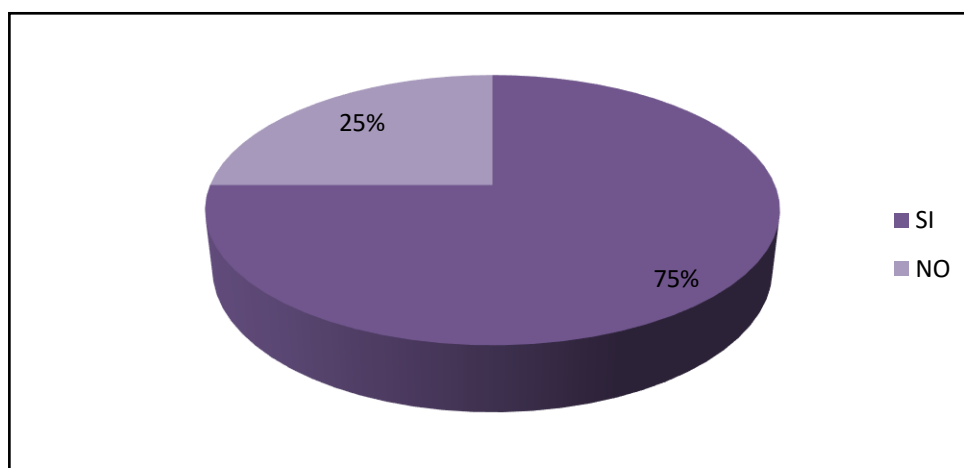
(familiares, amigos)

Opciones	Nº	%
Si	45	75
No	15	25
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°1

RELACIONES INTERPERSONALES



Elaboración propia

Respecto a las relaciones sociales de los estudiantes, observamos según el gráfico que el 75% de la población total encuestada afirma que considera que influye en ellos el pertenecer y tener un soporte social, ya sea, involucrando amistades o familiares. Por otro lado, el 25 % considera que no influye en ellos; sin embargo, acorde a la teoría mencionada anteriormente, las relaciones interpersonales son fundamentales para el desarrollo de una persona.

Cuadro N°2

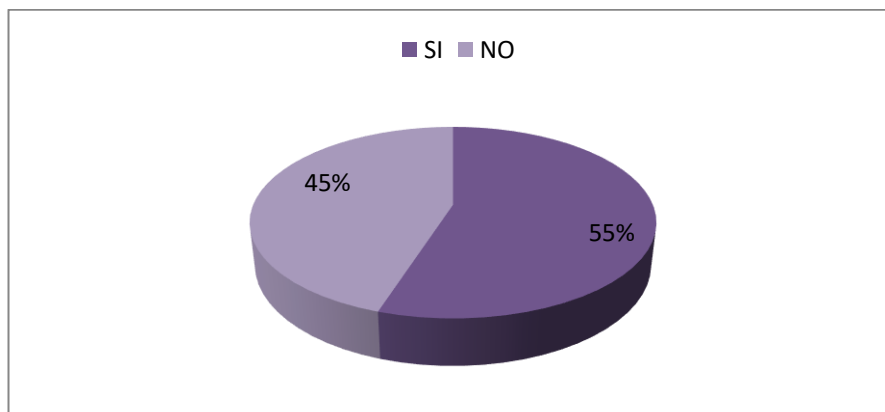
Considero que, disfruto de cada etapa de mi vida y no vivo en piloto automático

Opciones	Nº	%
Si	33	80
No	27	20
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°2

Estado de salud emocional



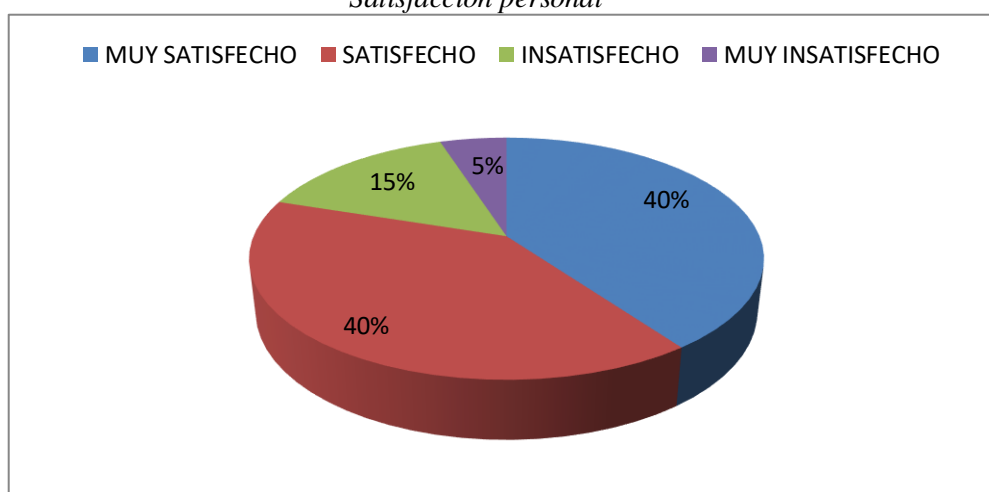
En el presente gráfico se visualiza que el 55% de la población siente que tiene el control de su vida, mientras que el 45% percibe que solo se deja llevar por la rutina y lo monótono. Esto involucra al estado de salud emocional, ya que evidencia el cómo se siente cada persona respecto a su vida.

Cuadro N°3
Satisfacción respecto a mis logros alcanzados hasta el momento

Nivel de satisfacción	N°	%
Muy satisfecho	24	40
Satisfecho	24	40
Insatisfecho	9	15
Muy insatisfecho	3	5
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N° 3
Satisfacción personal



Elaboración propia.

En el presente gráfico se visualiza que los dos porcentajes más altos e iguales se consideran satisfechos con sus logros alcanzados hasta el momento, sin embargo, un considerable 15% del número total de estudiantes encuestados mencionan que no lo están. Esto es importante de considerar ya que influye directamente en el sentir de cada persona y en el peor de los casos podría desencadenarse un trastorno mental como la depresión.

Cuadro N°4

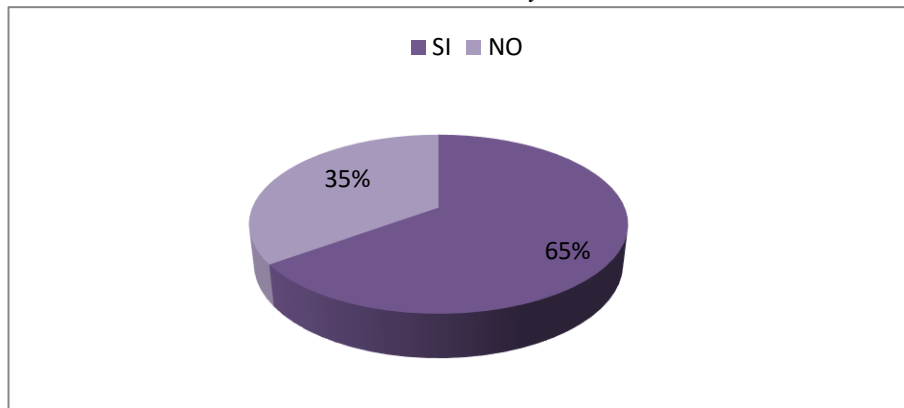
Considero que, el estado de mi salud mental influye en mi rendimiento académico

Opciones	Nº	%
Si	39	65
No	21	35
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°4

Nivel de conocimiento y educativo



Elaboración propia.

Respecto al aspecto educativo, se señala que el 65% de la población estudiantil encuestada menciona que considera que la salud mental por la cual atraviesa influye en su rendimiento educativo, mientras que un 35% menciona que no es así.

Cuadro N° 5

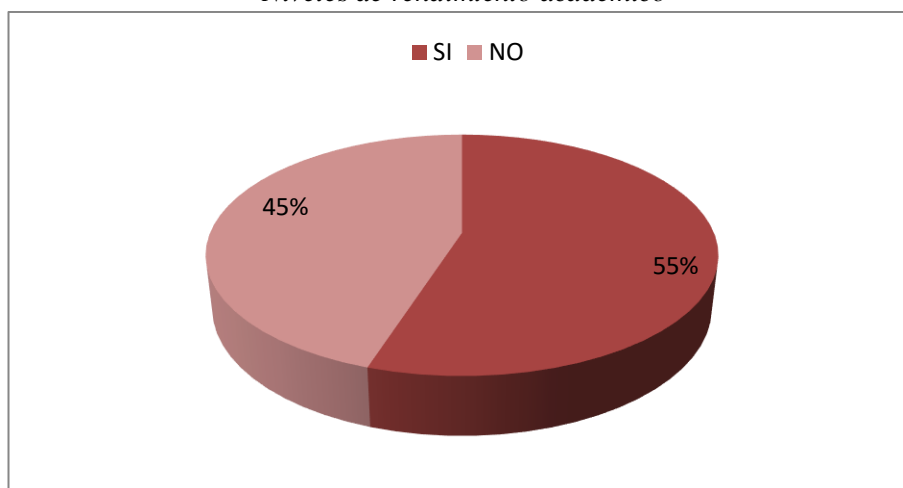
Considero que, cuando obtengo resultados negativos en lo académico es debido que no me encuentro bien personalmente

Opciones	Nº	%
Si	33	55
No	27	45
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°5

Niveles de rendimiento académico



Elaboración propia.

Respecto a los niveles de rendimiento académico, se señala según el gráfico que mayor a la mitad de la población afirma que al no sentirse bien anímicamente, afecta en su desarrollo académico y por ende obtienen notas negativas.

Cuadro N°6

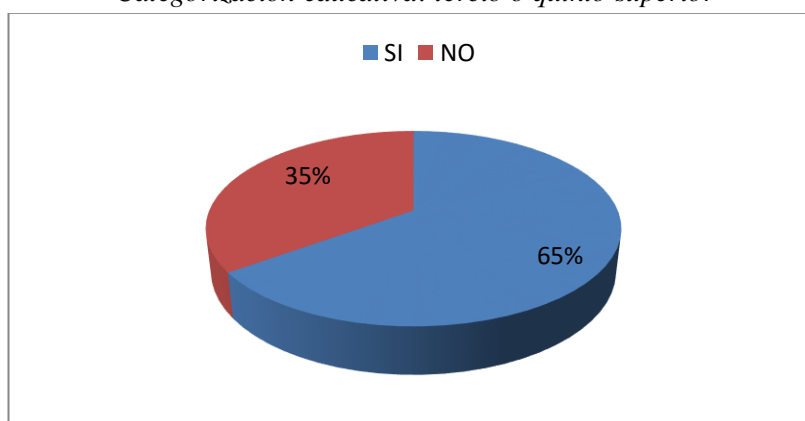
Considero que afecta negativamente en mí las comparaciones al pertenecer o no al quinto o tercio superior

Opciones	Nº	%
Si	39	65
No	21	35
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°6

Categorización educativa: tercio o quinto superior



Elaboración propia.

Respecto a la categorización educativa, el 65 % de la población estudiantil encuestada señala que le afecta negativamente las comparaciones realizadas por el hecho de pertenecer o no al tercer o quinto superior. Esto genera expectativa en el estudiante y una responsabilidad, la cual al no ser lograda puede generar en los estudiantes distintos sentimientos negativos.

Cuadro N°7

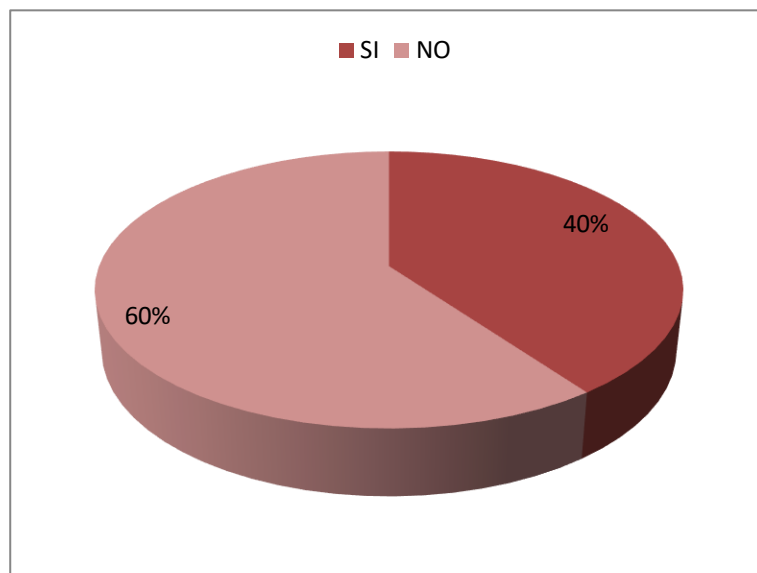
Considero que, el tener alguna enfermedad física influye en cómo me perciben los demás

Opciones	N°	%
Si	24	40
No	36	60
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°7

Condición física



Elaboración propia.

Respecto al indicador de condición física color de piel, se menciona que el 60% de la población estudiantil encuestada considera el tener alguna enfermedad o condición física influye en cómo lo perciben los demás y como consiguiente esto lo afecta a él.

Cuadro N°8

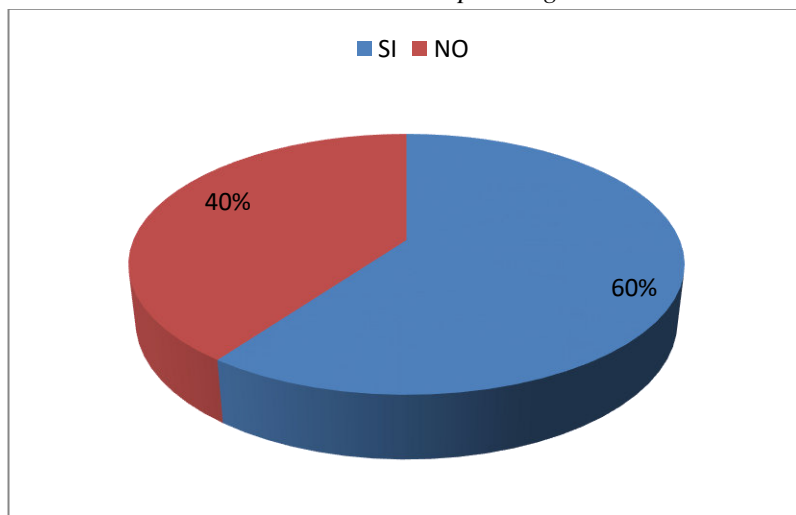
Considero que, el tener alguna enfermedad mental influye en la relación con los demás

Opciones	Nº	%
Si	36	60
No	24	40
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°8

Condición de salud psicológica



Elaboración propia.

Respecto al indicador de salud psicológica, se menciona que el 60% de la población estudiantil encuestada considera el tener alguna enfermedad mental influye en la relación que pueda tener con las demás personas, es decir la percepción de los demás cambia cuando se tiene una enfermedad mental y así la interacción social.

Cuadro N°9

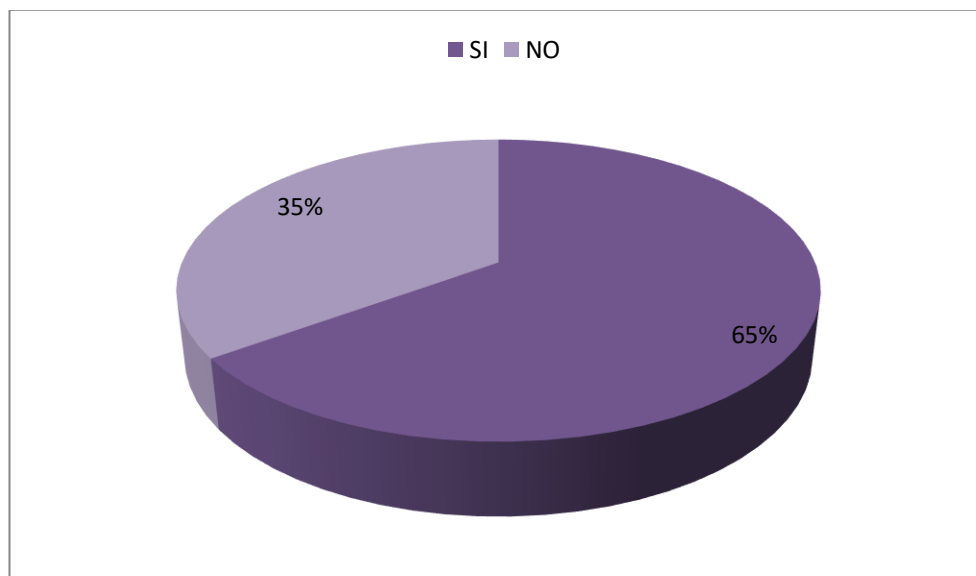
Considero que, la zona y el tipo de vivienda donde resido influyen en mi interacción social con los demás

Opciones	Nº	%
Si	39	65
No	21	35
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°9

Influencia de la condición de vivienda en la interacción social



Respecto al indicador de influencia de la condición de vivienda en la interacción social, el 65% de la población estudiantil encuestada que equivale a 39 de los estudiantes, señalan que sí influye el tipo de vivienda en el que residen en su interacción con los demás.

Cuadro N°10

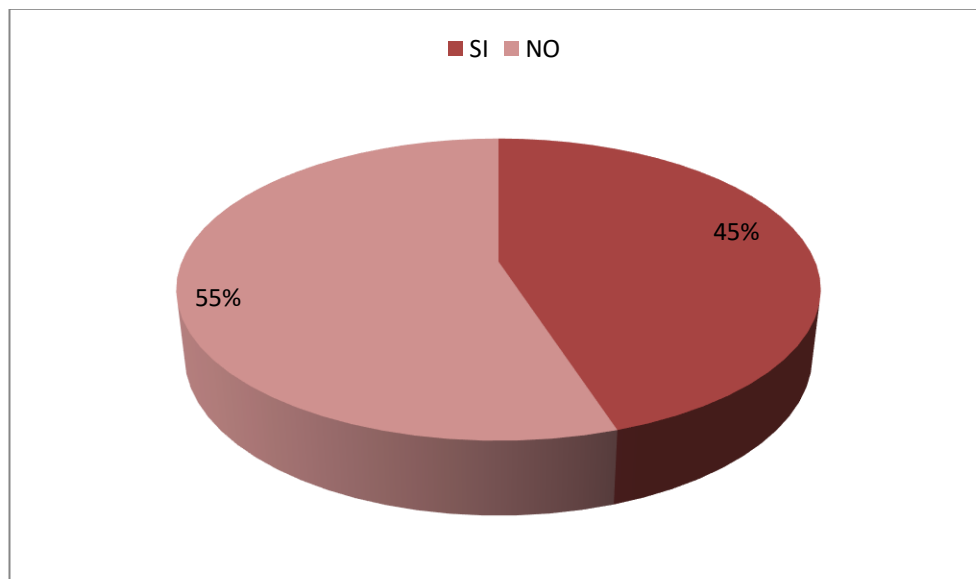
Considero que, influye en mí la percepción de los demás sobre el estilo de vida que llevo?

Opciones	N°	%
Si	27	20
No	33	80
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°10

Estilo de vida



Elaboración propia.

Acorde al indicador de estilo de vida, el 55% de la población estudiantil encuestada afirma que influye en ellos la percepción que tienen los demás sobre el estilo de vida que llevan, afectando así su sentir. A diferencia del 45 % que señala que no influye en ellos el pensar de otros sobre algo suyo.

Cuadro N° 11

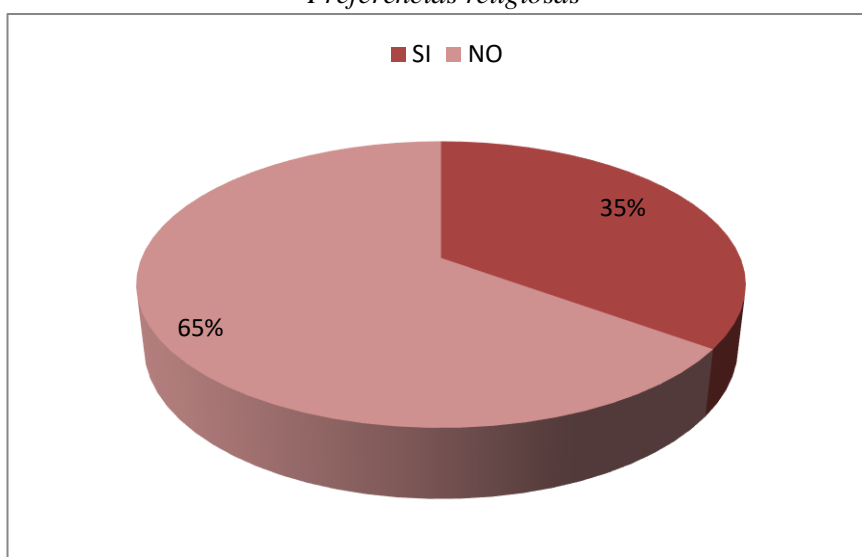
Considero que, el pertenecer a una religión en específico afecta mi relación con los demás

Opciones	N°	%
Si	21	35
No	39	65
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°11

Preferencias religiosas



Elaboración propia.

Respecto al indicador de preferencias religiosas, el 65% de la población estudiantil encuestada que equivale a 39 de los estudiantes, señalan que sí influye el tipo de vivienda en el que residen en su interacción con los demás.

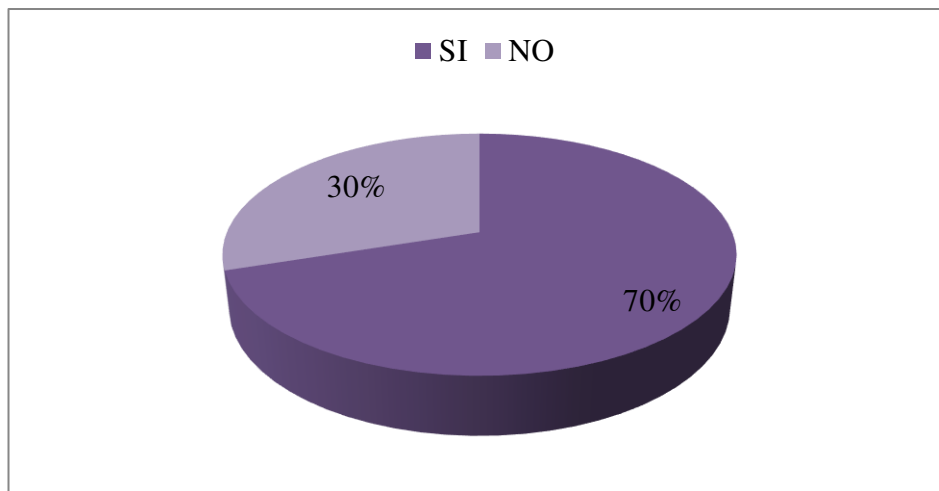
Cuadro N°12

Considero que, el hecho que mis ingresos económicos satisfacen o no todas mis necesidades afectan mi ánimo

Opciones	N°	%
Si	42	70
No	18	30
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°12



Elaboración propia.

Respecto al indicador de ingresos económicos, el 70% de la población estudiantil encuestada que equivale a 42 de los estudiantes, señalan que sí influye el tipo de vivienda en el que residen en su interacción con los demás., mientras que 18 de ellos comentan que no es así.

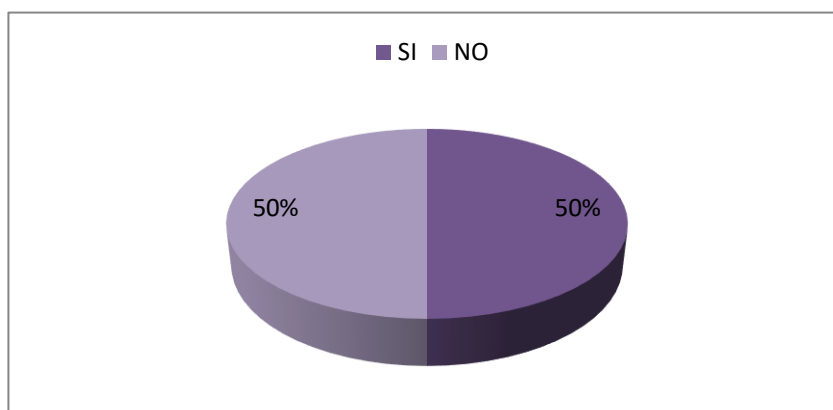
Cuadro N° 13

¿Conoces las actividades o acciones que realizan a favor de la salud mental? (UNAYOE o Unidad de Bienestar)

Opciones	N°	%
Si	30	50
No	30	50
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°13



Respecto a la prevención primaria de salud desde la institución, lo cual implica brindar actividades que brinden información, el 50 % de la población estudiantil entrevistada señala que conoce sobre las actividades; sin embargo, el otro 50 % señala que no lo hace, lo cual evidencia una falla en la difusión de información ya que no lo reciben.

Cuadro N°14

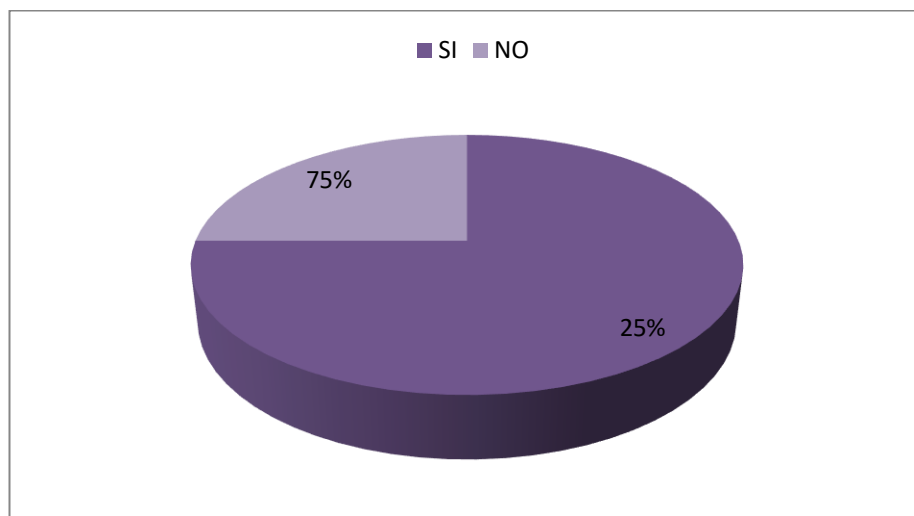
¿Consideras que existe una red de apoyo en la universidad a la cual acudir en busca de información o apoyo respecto a la salud mental?

Frecuencia	N°	%
Si	15	25
No	45	75
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N° 14

Prevención Secundaria



Elaboración propia.

Respecto al indicador de prevención secundaria de salud desde la institución, lo cual implica brindar un diagnóstico precoz, el 75 % de la población estudiantil entrevistada señala que considera que no existe una red de apoyo en la cual acudir si desea descartar un diagnóstico sobre algún trastorno de salud mental.

Cuadro N°15

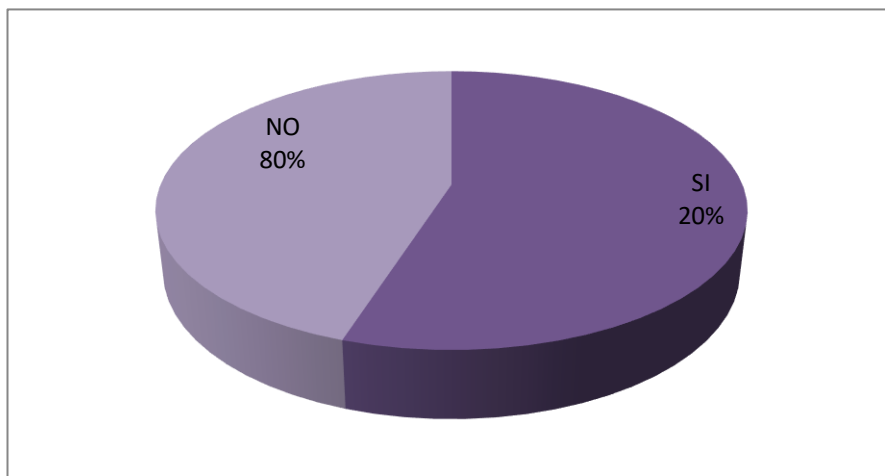
¿Consideras que la institución brinda el apoyo oportuno cuando un estudiante lo necesita respecto a su salud mental?

Opciones	N°	%
Si	27	20
No	33	80
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°15

Prevención Terciaria



Elaboración propia.

Respecto a la intervención terciaria de salud desde la institución, lo cual implica un accionar al identificar alguna enfermedad, el 80 % considera que la institución no actúa de manera oportuna, auxiliando al estudiante.

Cuadro N°16

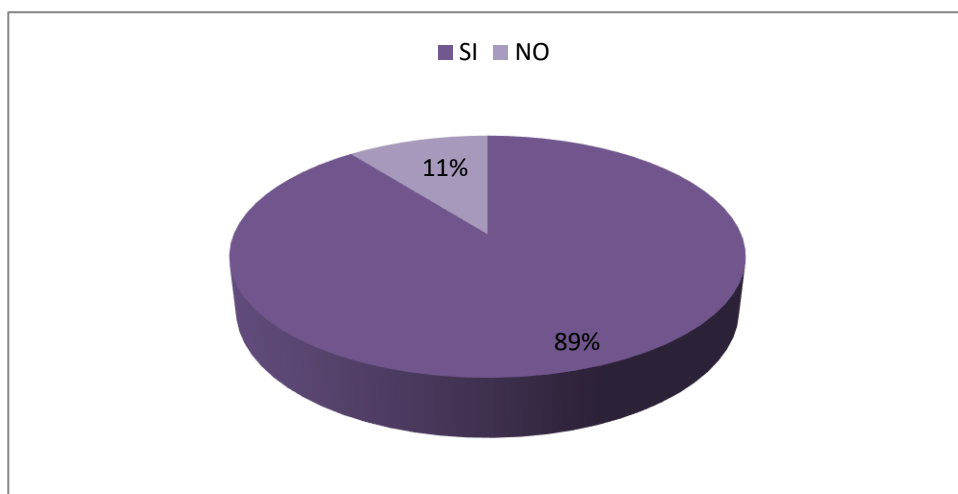
¿Considera que influye de qué manera la unidad de apoyo o UNAYOE realizan las actividades; si son virtuales o presenciales?

Opciones	N°	%
Si	27	20
No	33	80
TOTAL	60	100

Elaboración propia

Gráfico N°16

Modalidad de Intervención



Elaboración propia.

Respecto a la modalidad de intervención, se sabe que se realiza actividades de manera virtual y presencial siendo en la mayoría de manera online, de lo cual el 20% de la población estudiantil encuestada argumenta que influye que modalidad se emplea.

CUADRO 17

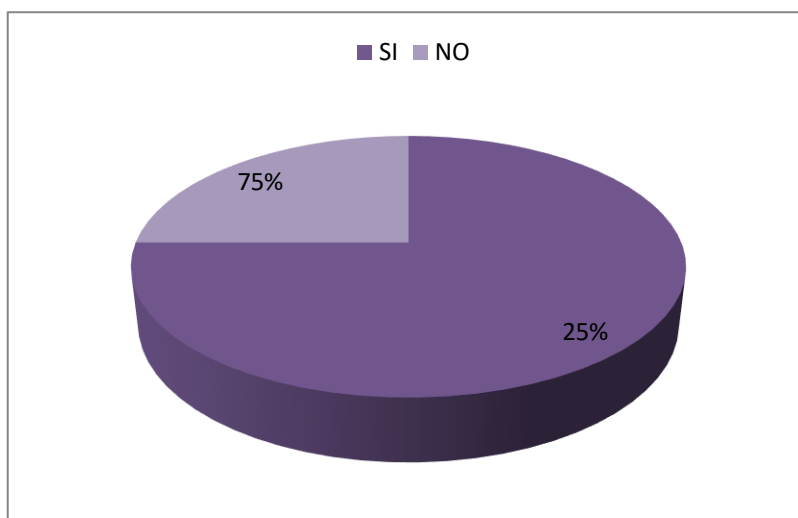
¿Considera que el existe un seguimiento brindado por esta unidad respecto al rendimiento académico del estudiante?

Opciones	Nº	%
Si	15	15
No	45	75
TOTAL	60	100

Elaboración propia

GRAFICO 17

Frecuencia con la que se interviene



Respecto a la frecuencia con la cual se interviene o se realiza un seguimiento del rendimiento académico del estudiante, el 75% de la población señala que considera que no existe una continuidad, siendo esto un total de 45 personas que piensan ello y por lo tanto no siento un respaldo institucional.

4.1. Análisis de los resultados desde las variables de análisis

Para finalizar la investigación, mencionaré las conclusiones respecto a los objetivos logrados y proporciona recomendaciones sobre la intervención del Trabajo social. A continuación, se brindan recomendaciones desde el trabajo social para intervenir en la salud mental y así mejorar el rendimiento académico.

➤ Identificación oportuna y acompañamiento sostenido

Es clave crear mecanismos para reconocer de manera temprana a los estudiantes que muestran señales de alerta sobre su bienestar emocional. Estas señales pueden incluir la baja en el rendimiento, faltas repetidas, desinterés en las actividades académicas o cambios en su comportamiento habitual. En este sentido, el área de Trabajo Social debe trabajar en estrecha colaboración con docentes y tutores, quienes suelen ser los primeros en notar estas situaciones. También es necesario fomentar espacios seguros donde el estudiante se sienta escuchado. El seguimiento constante permitirá monitorear la evolución del caso y actuar antes de que las dificultades se agraven.

➤ Análisis integral de la situación del estudiante

Desde el Trabajo Social, es fundamental entender al estudiante en su entorno global. Por eso, se necesita una evaluación que incluya no solo lo académico, sino también factores familiares, económicos, sociales y emocionales. Este enfoque ayuda a identificar factores que podrían estar afectando su desempeño, como conflictos en el hogar, limitaciones económicas o falta de apoyo. Con base en este diagnóstico, se pueden crear intervenciones más adecuadas y ajustadas a la realidad de cada estudiante, evitando soluciones generales que no atiendan sus necesidades específicas.

➤ Intervención individual y acompañamiento psicosocial

El acompañamiento psicosocial es una herramienta clave en el trabajo con estudiantes que enfrentan dificultades en su salud mental. A través de entrevistas individuales, el profesional de Trabajo Social puede brindar orientación, contención emocional y estrategias prácticas para

afrontar situaciones estresantes. Es importante fomentar habilidades socioemocionales como la gestión del tiempo, el manejo del estrés, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos. Este proceso no solo contribuye a mejorar el bienestar emocional del estudiante, sino que también impacta positivamente en su desempeño académico, al fortalecer su capacidad para enfrentar los retos cotidianos.

➤ **Articulación interdisciplinaria**

La intervención en salud mental requiere un enfoque colaborativo. En este sentido, el Trabajo Social debe articular acciones con otras áreas como psicología, orientación educativa, docentes y personal administrativo. La coordinación interdisciplinaria permite compartir información relevante, diseñar estrategias conjuntas y brindar una atención más completa al estudiante. Por ejemplo, mientras el área de psicología puede abordar aspectos clínicos o emocionales, el Trabajo Social puede enfocarse en el contexto familiar y social. Esta sinergia facilita la construcción de planes de intervención más sólidos y efectivos, evitando duplicidad de esfuerzos y asegurando un acompañamiento integral.

➤ **Fortalecimiento del entorno familiar**

La familia cumple un rol fundamental en el bienestar emocional y el rendimiento académico del estudiante. Por ello, es importante involucrarla en el proceso de intervención, siempre respetando la confidencialidad y el consentimiento del estudiante. Desde Trabajo Social, se pueden realizar sesiones de orientación familiar para sensibilizar sobre la importancia de la salud mental, promover la comunicación asertiva y fortalecer las dinámicas familiares. Asimismo, se puede brindar herramientas para que los familiares identifiquen señales de alerta y apoyen de manera adecuada al estudiante. Un entorno familiar positivo puede convertirse en un factor protector clave.

➤ **Promoción de la salud mental**

Más allá de la intervención en casos específicos, es necesario promover una cultura institucional orientada al bienestar emocional. Esto puede lograrse a través de talleres, charlas, campañas y actividades que aborden temas como el autocuidado, la gestión del estrés, la prevención de la ansiedad y la depresión, y el desarrollo de habilidades socioemocionales. Estas acciones no solo benefician a estudiantes en riesgo, sino a toda la comunidad educativa, al

generar mayor conciencia y reducir el estigma asociado a la salud mental. La prevención es una herramienta poderosa que contribuye a mejorar el clima institucional y el rendimiento académico general.

➤ **Adaptaciones y flexibilización académica**

En algunos casos, los estudiantes pueden requerir ajustes en sus condiciones académicas debido a situaciones relacionadas con su salud mental. Desde Trabajo Social, se puede gestionar, en coordinación con el área académica, la implementación de medidas como ampliación de plazos, reprogramación de evaluaciones o reducción temporal de la carga académica. Estas adaptaciones deben ser evaluadas cuidadosamente para garantizar que respondan a las necesidades del estudiante sin comprometer los objetivos formativos. La flexibilidad académica, cuando se aplica de manera adecuada, puede prevenir la deserción y favorecer la continuidad educativa.

➤ **Derivación a servicios especializados**

Existen situaciones en las que el estudiante requiere una atención más especializada, como terapia psicológica o tratamiento psiquiátrico. En estos casos, el Trabajo Social cumple un rol clave en la derivación a servicios adecuados, ya sea dentro o fuera de la institución. Es importante orientar al estudiante y su familia sobre las opciones disponibles, considerando factores como accesibilidad, costos y calidad del servicio. Además, se debe realizar un seguimiento posterior a la derivación para asegurar la continuidad del tratamiento y evaluar su impacto en el bienestar del estudiante.

➤ **Fomento de redes de apoyo**

Las redes de apoyo son fundamentales para el bienestar emocional de los estudiantes. Desde Trabajo Social, se pueden promover espacios de integración como grupos de apoyo, actividades culturales, deportivas o recreativas, que fomenten la interacción social y el sentido de pertenencia. Estas iniciativas ayudan a reducir el aislamiento, fortalecer habilidades sociales y generar vínculos positivos entre pares. Asimismo, se puede incentivar la participación en programas de tutoría entre estudiantes, donde aquellos con mayor experiencia puedan brindar orientación y apoyo a sus compañeros.

➤ **Evaluación y monitoreo de resultados**

Finalmente, es importante establecer mecanismos de evaluación que permitan medir la efectividad de las intervenciones realizadas. Esto puede incluir indicadores como mejoras en el rendimiento académico, reducción del ausentismo, mayor participación en clase y bienestar emocional reportado por el estudiante. El monitoreo constante permite identificar avances, detectar dificultades y realizar ajustes en las estrategias de intervención. Desde Trabajo Social, se debe mantener un enfoque reflexivo y basado en evidencia, que garantice la mejora continua de las acciones implementadas y el logro de resultados sostenibles.

➤ **Capacitación docente en detección y manejo básico de salud mental**

Se recomienda implementar programas de formación dirigidos a docentes para fortalecer sus capacidades en la identificación de señales tempranas de afectación en la salud mental de los estudiantes. Esta capacitación puede incluir herramientas básicas de contención emocional, estrategias de comunicación empática y pautas claras de derivación a las áreas correspondientes. Dado que los docentes mantienen contacto directo y constante con los estudiantes, su rol es clave como primer filtro de detección. Fortalecer sus competencias no solo permite una intervención más oportuna, sino que también contribuye a generar un entorno educativo más sensible y preparado frente a las necesidades emocionales del alumnado.

➤ **Implementación de espacios de escucha activa y bienestar dentro de la institución**

Desde Trabajo Social, se sugiere promover la creación de espacios permanentes de escucha y orientación, como módulos de atención, horarios de consejería abierta o “puntos de bienestar”. Estos espacios deben ser accesibles, confidenciales y libres de juicio, permitiendo que los estudiantes puedan expresar sus preocupaciones sin temor. Además, pueden complementarse con actividades breves de relajación, mindfulness o pausas activas que ayuden a reducir el estrés académico. La disponibilidad de estos espacios favorece la prevención de problemáticas mayores, fortalece el vínculo entre el estudiante y la institución, y contribuye a un mejor equilibrio entre la salud mental y el desempeño académico.

➤ **Fortalecimiento de programas de orientación vocacional y académica**

Se recomienda implementar o reforzar programas de orientación vocacional y académica que permitan a los estudiantes reafirmar sus metas profesionales y gestionar de manera adecuada sus expectativas. La incertidumbre respecto a la carrera elegida o la presión por el rendimiento puede generar altos niveles de estrés y afectar la salud mental. En este sentido, brindar acompañamiento en la toma de decisiones académicas contribuye a reducir la ansiedad, mejorar la motivación y fortalecer el compromiso con el proceso formativo.

➤ **Uso de herramientas digitales para el seguimiento del bienestar estudiantil**

Se sugiere la incorporación de plataformas digitales o sistemas de monitoreo que permitan identificar de manera temprana cambios en el rendimiento académico y en la participación estudiantil. Estas herramientas pueden facilitar el registro de asistencia, calificaciones y alertas de bajo desempeño, lo que permitiría una intervención más rápida por parte del área de Trabajo Social. Asimismo, pueden incluir encuestas breves de bienestar emocional que ayuden a detectar posibles riesgos en la salud mental de los estudiantes.

➤ **Promoción del autocuidado y estilos de vida saludables**

Es importante fomentar hábitos de autocuidado en los estudiantes, promoviendo estilos de vida saludables que incluyan una adecuada alimentación, actividad física regular, descanso suficiente y manejo equilibrado del tiempo. Estas prácticas contribuyen significativamente a la reducción del estrés y al fortalecimiento del bienestar emocional. Desde la institución, se pueden desarrollar campañas y actividades que sensibilicen sobre la importancia del autocuidado como un factor protector de la salud mental y del rendimiento académico.

➤ **Fortalecimiento de la comunicación institucional**

Se recomienda mejorar los canales de comunicación entre la institución educativa y los estudiantes, con el fin de asegurar que la información relevante sobre servicios de apoyo psicológico, bienestar estudiantil y actividades institucionales sea difundida de manera clara, oportuna y accesible. Una comunicación efectiva permite que los estudiantes conozcan los recursos disponibles para el cuidado de su salud mental y puedan acceder a ellos sin

dificultades. Asimismo, contribuye a reducir la desinformación y a fomentar una mayor participación en programas de apoyo.

➤ **Implementación de programas de mentoría estudiantil**

Se sugiere la creación de programas de mentoría entre estudiantes, donde alumnos de ciclos superiores brindan acompañamiento y orientación a estudiantes de ciclos iniciales. Este tipo de estrategia favorece la adaptación a la vida universitaria, reduce la sensación de aislamiento y fortalece el sentido de pertenencia. Además, la mentoría permite compartir experiencias académicas y personales que pueden servir como guía para afrontar las exigencias del entorno universitario, contribuyendo así al bienestar emocional y al rendimiento académico.

CONCLUSIONES

- Se identificó que para los estudiantes del décimo ciclo del año 2021 de la carrera de trabajo social los factores mencionados en el presente estudio exploratorio influyen en el rendimiento académico, siendo el más predominante el factor social.
- Se identificó que, si bien existe unidades de apoyo como lo es UNAYOE o la Unidad de Bienestar, velan por la salud mental de los estudiantes, no implica que ellos estén empleando estas herramientas proporcionadas, es decir la mayoría no concurre o es partícipe de estas actividades, como si no fuera prioridad.
- Se identificó que tanto los factores individuales, sociales y estructurales influyen en la salud mental de los estudiantes, demostrando la importancia de cada uno de ellos en el sentir del estudiante y por consiguiente en su accionar en los distintos ámbitos de su vida. Asimismo, se evidenció que el social es el más influyente y necesario para los alumnos.
- Se identificó que la salud mental constituye un elemento fundamental en la formación académica y personal de los estudiantes, debido a que influye directamente en su capacidad de adaptación, desempeño y relaciones interpersonales dentro del entorno universitario.
- Se evidenció que muchos estudiantes priorizan las exigencias académicas sobre su bienestar emocional, dejando de lado el cuidado de su salud mental y la búsqueda de apoyo profesional, pese a contar con servicios institucionales disponibles.
- Se identificó que los factores sociales, especialmente las relaciones familiares, amicales y académicas, tienen un impacto considerable en el estado emocional de los estudiantes, influyendo positiva o negativamente en su rendimiento académico.
- Se concluyó que existe la necesidad de implementar estrategias más dinámicas y accesibles de promoción y prevención en salud mental dentro de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, a fin de incentivar una mayor participación estudiantil en los programas de apoyo existentes.

- Se evidenció, se evidenció que el acompañamiento interdisciplinario entre profesionales de salud mental y trabajo social puede contribuir significativamente al fortalecimiento del bienestar integral de los estudiantes, favoreciendo así su permanencia y éxito académico.
- Se evidenció que si bien se reconoce que el trabajador social pertenece a la red de profesionales que ofrece apoyo respecto a la salud mental, los estudiantes no encuentran una presencia clara de intervención del profesional en este ámbito.
- Se evidenció que, mediante las unidades de apoyo mencionadas anteriormente, los estudiantes encuentran respaldo respecto al rendimiento académico; si bien no de una manera tan contundente como les gustaría.
- Se identificó que el fortalecimiento de las redes de apoyo dentro del entorno universitario, tanto formales como informales, influye significativamente en la estabilidad emocional de los estudiantes, contribuyendo de manera indirecta a la mejora de su rendimiento académico. Sin embargo, se evidenció que dichas redes aún no son plenamente aprovechadas por la población estudiantil.
- Se evidenció la necesidad de una mayor visibilidad del rol del/a trabajadora social dentro de la institución educativa, ya que su intervención en temas de salud mental y acompañamiento socioemocional resulta clave para la prevención de situaciones de riesgo y la promoción del bienestar integral de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

La importancia de la intervención del Trabajo Social en salud mental universitaria

- El entorno universitario representa una etapa de transición crítica donde las exigencias académicas, las presiones socioeconómicas y los cambios en los roles familiares pueden vulnerar la estabilidad emocional del estudiante. En este escenario, la intervención del Trabajo Social resulta imperativa, ya que su enfoque trasciende la visión clínica tradicional para abordar la salud mental desde una perspectiva sistémica y situada. El profesional de Trabajo Social identifica los factores sociales, económicos y culturales que actúan como determinantes en el bienestar del alumnado, permitiendo una comprensión integral del padecimiento subjetivo en relación con su entorno educativo.
- Asimismo, el rol del trabajador social es clave para la detección temprana y el acompañamiento preventivo. A diferencia de otros enfoques, esta disciplina promueve el fortalecimiento de las redes de apoyo y el diseño de estrategias que mitigan la deserción escolar derivada de crisis emocionales. Al intervenir en la salud mental, el Trabajo Social garantiza que la universidad no sea solo un espacio de formación técnica, sino un entorno de protección donde se reconozca al estudiante como un sujeto integral. Esto permite institucionalizar respuestas que promuevan la equidad, la inclusión y el ejercicio pleno de los derechos humanos dentro de la comunidad universitaria.
- Sobre todo hay que impulsar el Enfoque preventivo-promocional: El Trabajo Social no espera a que aparezca la patología; actúa sobre el clima institucional. Para abordar el enfoque preventivo con jóvenes en situación de vulnerabilidad, es necesario resaltar que el Trabajo Social no solo mitiga riesgos, sino que potencia la resiliencia y la autonomía.

Recomendaciones para la salud mental de la población universitaria desde la Ley universitaria

El marco normativo peruano, a través del Artículo 126 de la Ley Universitaria N° 30220, establece el carácter imperativo de los servicios de bienestar en la educación superior, integrando la salud como un derecho fundamental del estudiante. No obstante, la eficacia de este mandato en la UNMSM depende de la transición de un modelo asistencialista hacia uno de Salud Mental Universitaria Integral. Esto implica que la obligatoriedad legal se traduzca en estrategias interdisciplinarias que consideren las determinantes sociales —como el nivel socioeconómico y el entorno familiar—, alineándose con las directrices de la R.V.M. 007-2020-MINEDU para mitigar los riesgos detectados en la etapa pre-pandémica por el MINSA e INEI."

La Ley Universitaria (N° 30220), en su Artículo 126 brinda un mandato jurídico que obliga a instituciones como la UNMSM a garantizar la atención en salud mental. El Artículo 126 de la Ley 30220 establece que las universidades deben proveer servicios básicos que aseguren el bienestar de los miembros de su comunidad.

En términos de salud mental, esto se interpreta bajo los siguientes pilares:

- **Obligatoriedad de los Servicios de Salud.** La ley no sugiere, sino que obliga a la universidad a ofrecer servicios de salud. Esto implica que la UNMSM debe contar con una infraestructura (clínicas universitarias) y personal especializado (psicólogos, psiquiatras, trabajadores sociales). Para un artículo académico, puedes argumentar que este artículo es el "paraguas" legal que justifica la asignación presupuestaria para programas de prevención del suicidio, ansiedad y depresión.
- **Alcance Interdisciplinario (Salud, Psicopedagogía y Social).** Aunque el artículo menciona "Salud", este se lee en conjunto con el bienestar social y la orientación psicopedagógica. Esto fundamenta la intervención interdisciplinaria: Médico/Psiquiátrico: Atención directa de patologías, Psicológico: Terapia y soporte emocional, Social: Evaluación de las condiciones de vida (vivienda, alimentación) que podrían estar deteriorando la salud mental.
- **El Rol de la SUNEDU en la Supervisión.** La Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria (SUNEDU), a través de las Condiciones Básicas de Calidad (CBC), supervisa que el Artículo 126 se cumpla. Específicamente, el "Componente de Bienestar Universitario" exige que la universidad demuestre documentalmente la existencia de planes de salud mental y personal contratado para tal fin.

Además si considera la conexión con los lineamiento propuestos por el MINEDU R.V.M.

007-2020-MINEDU es vital mencionar que el Artículo 126 de la Ley 30220 se "operativiza" a través de la Resolución Viceministerial 007-2020-MINEDU. Mientras la ley da el mandato general, esta resolución técnica define cómo debe ser la atención:

- Enfoque Comunitario: La universidad no debe ser una isla; debe conectarse con la red de salud pública (MINSA).
- Prevención y Promoción: Antes que curar, la universidad debe realizar campañas que reduzcan el estigma y fomenten el autocuidado.
- Detección de Riesgo: Implementación de tamizajes anuales para identificar estudiantes con alta carga de estrés o síntomas depresivos.

Finalmente considerando el Modelo de Licenciamiento de la SUNEDU (2015)¹ marcó un antes y un después en la educación superior en el Perú, al establecer que la salud mental no es un servicio opcional, sino una Condición Básica de Calidad (CBC). Bajo este marco, para que una universidad como la UNMSM obtuviera o mantuviera su licencia, debió demostrar la existencia y sostenibilidad de servicios de bienestar que incluyeran de forma explícita la atención psicológica. Este modelo transformó la visión de las universidades: de ser centros enfocados exclusivamente en la instrucción académica, pasaron a ser instituciones responsables de la integridad física y mental de sus estudiantes, reconociendo que sin equilibrio emocional el aprendizaje es inviable.

La implementación de este modelo obligó a las universidades a profesionalizar sus servicios de salud. Ya no bastaba con tener un consultorio aislado; la SUNEDU exigió que el bienestar universitario contara con presupuesto propio, personal calificado y planes de prevención. En el ámbito de la salud mental, esto significó la creación de protocolos de atención para casos de depresión, ansiedad y riesgo suicida, además de la promoción de estilos de vida saludables.

Por lo que es vital destacar que el Modelo de Licenciamiento actuó como el mecanismo de control que garantizó que el Artículo 126 de la Ley Universitaria se hiciera operativo, sentando las bases institucionales necesarias para enfrentar los desafíos críticos de salud mental identificados por el MINSA e INEI en los años posteriores los cuales han sido mencionados en este documento. Sobre el proceso que generó la pandemia hay que resaltar que:

- Antes de 2015, el soporte psicológico en muchas universidades era precario o inexistente. El Modelo de Licenciamiento obligó a uniformizar la calidad de estos servicios a nivel nacional.
- El nuevo modelo reconoce que los problemas de salud mental son una de las principales causas de deserción. Por ello, vincula la permanencia académica con la disponibilidad de soporte emocional.

¹ Superintendencia Nacional de Educación Superior Universitaria. (2015). *Modelo de Licenciamiento y su implementación en el Sistema Universitario Peruano*. Lima: SUNEDU. Recuperado de <https://www.sunedu.gob.pe/>

- Se implementó la supervisión y cumplimiento: A diferencia de normas anteriores, el modelo de la SUNEDU incluyó mecanismos de verificación *in situ*, asegurando que los planes de salud mental no fueran solo documentos teóricos, sino servicios reales con horarios y especialistas disponibles.

El Enfoque Preventivo del Trabajo Social con Jóvenes Vulnerables

- La intervención preventiva en el ámbito universitario adquiere una relevancia crítica cuando se trabaja con poblaciones vulnerables, quienes enfrentan barreras estructurales — como la precariedad económica, la exclusión social o la falta de redes de soporte familiar— que exacerban los riesgos en salud mental. En este contexto, el Trabajo Social despliega una estrategia de prevención primaria, actuando antes de que las tensiones del entorno se traduzcan en trastornos severos o deserción académica. Esta labor implica el diseño de entornos seguros que validen la identidad del estudiante y reduzcan el estigma asociado al malestar emocional, transformando la universidad en un espacio de contención y oportunidad.
- La importancia de esta intervención radica en su capacidad para fortalecer los factores protectores del joven. El trabajador social no solo identifica situaciones de riesgo, sino que moviliza recursos institucionales y comunitarios para garantizar que la vulnerabilidad no se convierta en una condena al fracaso académico. Mediante el acompañamiento socioeducativo y la promoción de habilidades para la vida, se busca que el estudiante desarrolle mecanismos de afrontamiento frente a las crisis. Así, la intervención preventiva se constituye como un acto de justicia social, asegurando que los jóvenes con menos privilegios cuenten con el soporte necesario para alcanzar una trayectoria universitaria exitosa y saludable.
- Asimismo, es sumamente importante considerar los determinantes sociales en la salud mental universitaria, la intervención debe transitar de un enfoque puramente asistencial o paliativo hacia uno de incidencia estructural y gestión de entornos habilitadores. La meta es transformar las condiciones materiales y sociales que generan el malestar, no solo tratar los síntomas una vez que el estudiante ha entrado en crisis.

Recomendaciones para la Intervención desde el Trabajo Social

- Ante la influencia directa de los determinantes sociales en la salud mental del estudiantado, es imperativo que el Trabajo Social reoriente su práctica hacia la gestión de entornos institucionales equitativos. La recomendación fundamental es implementar un modelo de intervención multidimensional que trascienda el acompañamiento individual, enfocándose en la identificación y mitigación de las barreras socioeconómicas —tales como la inseguridad alimentaria, las carencias en vivienda y la precariedad laboral— que actúan como factores de riesgo subyacentes.
- El profesional de trabajo social debe actuar como un agente articulador que movilice redes de apoyo externas e internas, transformando la política institucional universitaria en una herramienta de protección social. Esto implica no solo derivar casos, sino incidir en el diseño de protocolos que reconozcan las trayectorias de vida diversas de los estudiantes, garantizando que el acceso al bienestar emocional sea un derecho institucionalizado y no una respuesta reactiva ante la crisis.
- Se recomienda que desde la intervención del trabajo social se implemente un enfoque preventivo y promocional de la salud mental dentro de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, especialmente dirigido a los estudiantes de décimo ciclo, quienes suelen enfrentar mayores niveles de presión académica, preocupación por el egreso y transición al ámbito laboral. En este sentido, resulta pertinente fortalecer programas permanentes de acompañamiento psicosocial que permitan identificar tempranamente factores de riesgo como el estrés crónico, la ansiedad o la sobrecarga académica, los cuales inciden directamente en el rendimiento académico.
- Asimismo, se recomienda promover espacios de intervención grupal liderados por el área de trabajo social, orientados al desarrollo de habilidades de afrontamiento, manejo del tiempo y regulación emocional. Estos espacios pueden contribuir a reducir el impacto negativo de los problemas de salud mental en el desempeño académico, favoreciendo además la cohesión entre pares y la construcción de redes de apoyo. La articulación con servicios de psicología y bienestar universitario es clave para garantizar una atención integral y oportuna.

- Finalmente, es importante incorporar estrategias de sensibilización dirigidas a docentes y personal administrativo, con el fin de fomentar una comprensión más amplia sobre la relación entre salud mental y rendimiento académico. El trabajo social puede desempeñar un rol mediador en la generación de entornos educativos más empáticos y flexibles, promoviendo ajustes razonables en casos necesarios y contribuyendo a disminuir el estigma asociado a los problemas de salud mental, lo cual repercute positivamente en la permanencia y éxito académico de los estudiantes.

Acciones estratégicas recomendadas:

- ✓ Mapeo de Vulnerabilidad Socioeconómica: Implementar instrumentos (fichas socioeconómicas) al inicio de cada ciclo para identificar tempranamente estudiantes en riesgo por factores externos (distancia, horas de trabajo, cargas de cuidado), permitiendo una intervención preventiva antes del deterioro de la salud mental.
- ✓ Articulación de Redes Institucionales: Crear convenios o rutas de atención con servicios externos (salud pública, programas de alimentación, albergues) que permitan resolver las necesidades materiales que generan el estrés, en lugar de solo ofrecer soporte psicológico.
- ✓ Abogacía e Incidencia en Políticas Universitarias: Proponer mecanismos de flexibilidad académica (ajustes de horario, facilidades para estudiantes trabajadores o padres/madres) que reduzcan la carga de estrés derivado de la conciliación entre la vida académica y las responsabilidades sociales/familiares.
- ✓ Desestigmatización a través de la Educación Popular: Desarrollar talleres de psicoeducación que validen la realidad social del estudiante, ayudándoles a distinguir entre un problema de salud mental y un problema de precariedad material, empoderándolos para exigir entornos dignos.
- ✓ Implementación de Programas de Acompañamiento entre Pares: Diseñar espacios de mentoría y acompañamiento estudiantil donde alumnos de ciclos superiores, previamente capacitados, puedan brindar orientación emocional y académica a estudiantes en situación de vulnerabilidad. Esta estrategia fortalece las redes de soporte social, disminuye el aislamiento y favorece la construcción de comunidades universitarias más solidarias y empáticas.

- ✓ Fortalecimiento de la Participación Familiar y Comunitaria: Promover acciones de integración con las familias y comunidades de origen del estudiantado mediante jornadas informativas, escuelas para familias o espacios de diálogo, con el objetivo de generar entornos de apoyo que contribuyan a la estabilidad emocional y permanencia académica del estudiante.
- ✓ Monitoreo Integral y Seguimiento Continuo: Establecer un sistema permanente de seguimiento interdisciplinario para estudiantes identificados con factores de riesgo psicosocial, permitiendo evaluar periódicamente su situación académica, emocional y socioeconómica. Esta medida facilitará intervenciones oportunas y evitará la cronificación de problemáticas que afecten la salud mental.
- ✓ Promoción de Espacios Universitarios Saludables e Inclusivos: Impulsar campañas y actividades institucionales orientadas a fomentar la convivencia respetuosa, la inclusión y la cultura del bienestar dentro del entorno universitario. Esto implica generar espacios seguros libres de discriminación, violencia o exclusión que fortalezcan el sentido de pertenencia y la salud emocional del alumnado.
- ✓ Capacitación Permanente del Personal Universitario: Desarrollar programas de formación dirigidos a docentes, administrativos y autoridades universitarias sobre salud mental, enfoque de derechos y determinantes sociales, con el propósito de fortalecer sus capacidades para detectar señales de alerta y brindar respuestas institucionales más humanas, inclusivas y preventivas.

ANEXOS

Anexo 1: Aplicación del cuestionario (prueba piloto)

- **Se aplico a un (1) informante a modo de prueba piloto**
- Nombre de la investigación
 - Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021
- Fecha de la aplicación de la prueba piloto
 - Se realizó el 06 de Octubre del presente año
- Lugar donde se aplicó la prueba piloto
 - Se realizó de manera virtual mediante google forms
- Cómo fue la presentación con el informante
 - Se lo comenté de manera amigable y con mucho respeto ya que el tema de la investigación es considerado personal
- Grado de receptividad (Cuál fue la reacción del informante: (Con desconfianza, buena actitud, etc.)
 - Su recepción fue de manera asertiva, emocionante y agradecida que se traten estos temas a considerar en una investigación
- Si el instrumento es de fácil entendimiento (Si/No)
 - Sí, lo es
- Si el informante marco las respuestas con ayuda del investigador o no / Le leyeron el instrumento y marcaron ustedes
 - Lo realizó ella misma y mencionó que fue sencillo de entender.
- ¿Qué cambios realizaron con el instrumento después de aplicar la PP o quedó tal cual? (Si en caso realizaron cambios mostrar el antes y como está ahora)
 - No se realizó cambios

Nombre de la / del investigador/ora.

Patricia Yausin Chipana

Anexo 2: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DE INVESTIGACIÓN:

“Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021”

BREVE DESCRIPCIÓN

El trabajo de investigación está siendo desarrollado por la alumna Patricia Yausin Chipana, estudiante del último ciclo de la carrera de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Mayor de San Marcos, el cual tiene por objetivo conocer la influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del noveno ciclo de la escuela profesional mencionada, así como la respectiva universidad. La aplicación del cuestionario tiene una duración aproximada de 7 minutos y los resultados serán empleados tan solo con fines de la investigación.

Yo _____ con N° DNI _____ expreso mi voluntad de participar en la investigación titulada “Influencia de la salud mental en el rendimiento académico de los estudiantes del décimo ciclo de Trabajo Social de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, 2021”

Habiendo sido informada de la misma, así como de los objetivos y teniendo la confianza plena de que la información que se vierte en el instrumento será única y exclusivamente para fines de investigación.

Fecha: / /

FIRMA

Anexo 3: Compromiso de confidencialidad

COMPROMISO DE CONFIDENCIALIDAD

Estimado informante:

La autora del presente estudio para el cual usted ha manifestado su deseo de participación, habiendo dado su consentimiento informado, se compromete con usted a guardar la máxima confidencialidad los datos e información obtenida, asegurándose que los hallazgos serán utilizados exclusivamente con fines de investigación.

Atte, Patricia Yausin Chipana

Anexo 4: Cuestionario

Instrucciones:

A continuación, encontrará una serie de preguntas relacionadas con su salud mental y rendimiento académico durante el presente semestre académico.

- Lea con atención y paciencia cada pregunta y responda con sinceridad.
- Recuerde que no hay respuestas correctas ni incorrectas.

Nombre.....

Código:

VARIABLE INDEPENDIENTE: SALUD MENTAL

DIMENSIÓN 1: RELACIONES INTERPERSONALES

¿Con qué entorno social comparte tiempo de calidad?

Familiares

Amigos

No tengo afinidad con amigos

¿Cuándo tienes problemas personales recurras a alguien de tu entorno?

No

Sí

Prefiero no incomodar

DIMENSIÓN 2: CALIDAD DE VIDA

¿Estás satisfecho con tus logros personales y profesionales?

Sí

No

¿Consideras que tienes las herramientas necesarias para desarrollarte como profesional?

Si

No

VARIABLE DEPENDIENTE: RENDIMIENTO ACADEMICO

DIMENSIÓN 1: PROMEDIO DE ASIGNATURA

¿Qué tan significativo es para usted el promedio de una asignatura?

Considero que es importante

Considero que no me define

¿Se siente autorrealizado cuando obtiene promedios altos?

Si

No

7. ¿Crees que tu salud mental influye en tu rendimiento académico?

Si

No

8. ¿Consideras que cuando obtienes resultados negativos en tu rendimiento académico es debido al estado de tu salud mental?

Si

No

DIMENSIÓN 2: ORDEN DE MÉRITO

9. ¿Qué tanto afecta en usted el ser reconocido cómo alguien que pertenece al tercio o quinto superior de su promoción?

Me afecta

No me afecta

VARIABLE DEPENDIENTE: DETERMINANTES DE LA SALUD

DIMENSIÓN 1: Determinantes biológicos

10. ¿Considera que su tipo de color de piel influye en su desarrollo personal y profesional?

Sí

No

11. ¿Considera que el tener alguna enfermedad física influye en cómo lo perciben los demás?

Sí

No

12. ¿Considera que el tener alguna enfermedad mental influye en su relación con los demás?

Sí

No

DIMENSIÓN 2: Determinantes ambientales

13. ¿Consideras que la zona y el tipo de vivienda donde resides actualmente influye en tu desarrollo académico?

Sí

No

14. ¿El entorno en el que vive tiene condiciones ambientales y sociales saludables y seguras?

Las tiene

No las tiene

DIMENSIÓN 3: Determinantes sociales, culturales

15. ¿Consideras que tratan diferente a las personas de distinto tipo de religión que los demás?

Sí

No

16. ¿Considera que sus ingresos económicos satisfacen sus necesidades?

Sí

No

VARIABLE DEPENDIENTE: PREVENCIÓN DE LA SALUD MENTAL DESDE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA

DIMENSIÓN 1: Intervención prevención

17. ¿Conoces las actividades o acciones que realizan a favor de la salud mental? (UNAYOE o Unidad de Bienestar)

Sí

No

18. ¿Con qué frecuencia interviene esta unidad de apoyo?

Una vez a la semana

Una vez al mes

Una vez al año

Más de una vez al año

19. ¿De qué manera se realizan las actividades?

Presencial

Virtual

Ambas

20. ¿Con qué frecuencia usted es partícipe de estas actividades?

Nunca

Casi nunca

Ocasionalmente

Casi todos los días

Todos los días

VARIABLE INDEPENDIENTE: PROMOCIÓN DE LA SALUD DESDE LA INSTITUCIÓN

DIMENSIÓN 1: Participación Social

21. ¿Qué tipo de participación realizas en las campañas de prevención de la salud?

Primaria

Secundaria

Terciaria

DIMENSIÓN 2: Organización Social

22. ¿De qué manera participa como organización social de prevención de la salud?

Participa en comité de salud

Participa como agente de salud

No participa en ninguno

Anexo 5: Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	PREGUNTA
Salud Mental	Es un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.	Habilidades sociales	Relaciones interpersonales (familiares, amigos)	¿Con qué entorno social compartes tiempo de calidad? ¿Cuándo tienes problemas personales recurras a alguien de tu entorno?
		Calidad de Vida	a) Satisfacción personal b) Situación económica c) Nivel de conocimiento y educativo d) Estado de salud física y emocional	¿Estás satisfecho con tus logros personales y profesionales? ¿Consideras que tienes las herramientas necesarias para desarrollarte como profesional?
Rendimiento académico	El rendimiento es un término multidimensional determinado por los diversos objetivos y logros que envuelve diferentes factores que intervienen en el proceso de aprendizaje.	-Promedio de asignatura	Niveles de rendimiento académico	¿Qué tan significativo es para usted el promedio de una asignatura? ¿Se siente autorrealizado cuando obtiene promedios altos?
		-Orden de mérito	e) Categorización: Tercio, quinto superior	¿Qué tanto afecta en usted el ser reconocido cómo alguien que pertenece al tercio o quinto superior de su promoción?

Determinantes de la salud mental	Son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana. (OMS)	Determinantes biológicos	f) Condiciones médicas	¿Considera que el tener alguna enfermedad física influye en cómo lo perciben los demás? ¿Considera que el tener alguna enfermedad mental influye en su relación con los demás?
		Determinantes ambientales	h) Tipo de vivienda: Apartamento, Casa propia	- ¿Consideras que la zona y el tipo de vivienda donde resides actualmente influye en tu desarrollo académico? - ¿El entorno en el que vive tiene condiciones ambientales y sociales saludables y seguras?
		Determinantes sociales, económicos y culturales	-estilo de vida -violencia social -prácticas religiosas -ingresos económicos	¿Consideras que tratan diferente a las personas de distinto tipo de religión que lo demás? -Considera que sus ingresos económicos satisfacen sus necesidades?
Prevención de la salud	Medidas orientadas a evitar la aparición de una enfermedad o problema de salud, mediante el control de los agentes causales y factores de riesgo.	Tipos de prevención	Prevención Primaria Prevención Secundaria Prevención Terciaria	¿Participas de charlas de prevención de la salud? ¿Consideras necesario asistir a chequeos regulares? ¿Consideras necesario el ir a un psicólogo?
Intervención del trabajador Social Promoción de la salud	Se describe como un proceso, cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud.	-Participación social Organización social	i) Participación j) Participación pasiva k) Participación proactiva l) No participa m) Participa en comité de salud n) Participa como agente de salud o) No participa en ninguno	¿Qué tipo de participación realizas? ¿De qué manera participas en la sociedad?

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguirre Rios, M.L. (2021). *Salud mental positiva y rendimiento académico en estudiantes de enfermería en tiempos de COVID-19*. Repositorio Institucional-Universidad Nacional de Trujillo.
- Br. Benites Navarro, G.M. (2019). *Salud mental y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de la institución educativa N° 006 “Mercedes Matilde Avalos de Herrera- Tumbes, 2018*. Repositorio Institucional- Universidad César Vallejo
- Cahuana Huamán, L.M. (2021). *Autoestima y Rendimiento Académico en estudiantes de 5to Año de Secundaria de la Gran Unidad Escolar Miguel Grau, Abancay, 2019. Perú*. Repositorio Institucional- Universidad Autónoma de Ica
- Casas Lugo, Roberto. (2023). La crisis política condiciona a la economía peruana este 2023. *INTERNATIONAL*
- Curichimba Dávila, P.M. (2023). *Problemas de salud mental y percepción de salud mental en estudiantes de enfermería durante la pandemia COVID-19 Iquitos 2021. Perú*. Repositorio Institucional - UNAP
- Gonzales Nieves, G.A. (2018-2019). *Depresión y salud mental en estudiantes de una universidad pública de Lima, durante la pandemia del Covid-19, 2022. Perú*. Repositorio Institucional- Universidad César Vallejo.
- Llauce Vasquez, D.J. *Salud mental por dimensiones en los estudiantes de psicología de una universidad privada, Chiclayo, octubre-diciembre 2019. Perú*. Repositorio Institucional -Universidad Santo Toribio de Mogrovejo
- Ministerio de Salud (2018). *Lineamientos de política sectorial en la salud mental, Perú 2018*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4629.pdf>

Ministerio de Salud (2018). *Fundamentos de Salud Pública*.
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4514.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (17 de junio del 2022). *Salud Mental: Fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Palacio, J. (2007). Relación del Rendimiento Académico con la salud mental en jóvenes universitarios.

Ryff, C. (1989) "*Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*"

Sierra, Y. (2023). Los desafíos ambientales de Perú en el 2023. nuevos gobernadores regionales, leyes ambientales en peligro y la deforestación imparable de la Amazonía. *Mongabay. Periodismo Ambiental Independiente en Latinoamérica*.

Veit, C. y Ware, J. (1983) The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(5), 730–742. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.51.5.730>