

# Educación y Salud



Coordinadores:  
Rosa Isabel Garza Sánchez  
Juan Carlos Farías Bracamontes  
Julio Cu Farfán López



UADEC



**Coordinadores:**  
**Rosa Isabel Garza Sánchez**  
**Juan Carlos Farías Bracamontes**  
**Julio Cu Farfán López**



Reservados todos los derechos conforme a la ley.

Educación y Salud

© 2024

Todos los derechos reservados.

© Universidad Autónoma de Coahuila

Boulevard Venustiano Carranza S/N. Col. República Oriente.

Saltillo, Coahuila, México. C.P. 25280

www.uadec.mx | Teléfono: +52 844 438 1600

Coordinadores: Rosa Isabel Garza Sánchez, Juan Carlos Farías Bracamontes, Julio Cu Farfán López

Diseño del libro: Arianna Lucio Vanegas

Corrector de estilo: Zeferino Moreno Corrales

Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades

Edificio “N” Unidad Camporredondo, C.P. 25020, Saltillo, Coahuila, México.

Tel. 844 410 1685 | www.uadec.mx/fceyh

© Rosa Isabel Garza Sánchez / Coordinadora

© Juan Carlos Farías Bracamontes / Coordinador

© Julio Cu Farfán López / Coordinador

ISBN: 978-607-506-527-4

Primera Edición, 2024

Como parte de la política del Departamento Editorial de la Dirección de Investigación y Posgrado de la Universidad Autónoma de Coahuila, este libro, así como sus contenidos fueron sujetos al arbitraje científico de doble ciego y una prueba por similitud, garantizando así que el material es académicamente pertinente y conveniente para su publicación

## INDICE

- CAPITULO 1** **Pag. 12**  
**Uso de Simuladores de Negocios en la Industria 4.0 como Estrategia de Apoyo para el Aprendizaje Significativo en la Educación Superior**  
Martha Elena Rentería-Avilez, Sandra Lilia, Jasso-Ibarra, Nora Nidia Castellón-García, Juan Carlos Farías-Bracamontes, Julio Cu Farfán-López
- CAPITULO 2** **Pag. 27**  
**La Inteligencia Artificial en el diseño instruccional para promover la personalización del aprendizaje: Resultados de una revisión sistemática de estudios previos**  
Francisco Javier Tovar-Narváez
- CAPITULO 3** **Pag. 40**  
**Experiencias del Semillero de Investigación Educativa en el Programa de Educación Infantil**  
Teresa de Jesús Ramos-Murillo, Blanca Lía Parada-Padilla, Rosa Virginia Torres-Hernandez
- CAPITULO 4** **Pag. 56**  
**Orientaciones para la evaluación de los aprendizajes bajo el enfoque por competencias en educación superior**  
Lizeth Stephanya Cano-Lares, Salvador Ponce-Ceballos
- CAPITULO 5** **Pag. 74**  
**Educación y Arte: la fotografía como estrategia de aprendizaje**  
Ángel Gerardo Charles-Meza, Yolanda Cortés-Jiménez, Jaquelina Lizet Hernández-Cueto, María del Consuelo Salinas-Aguirre
- CAPITULO 6** **Pag. 93**  
**La Andragogía como método de inclusión educativa en salud para mejorar la calidad de vida**  
Nora Nidia Castellón-García, Julio Cu Farfán-López, Juan Carlos Farías-Bracamontes
- CAPITULO 7** **Pag. 114**  
**Percepción del bienestar de la obesidad en estudiantes de Posgrado Saltillo**  
Abosede Olatunde Nupo, Iris Rubí Monroy-Velasco, José González-Tovar

## **CAPITULO 8**

**Pag. 131**

### **Salud mental y afrontamiento de la violencia de pareja en mujeres**

María Carla Lara-Men, Alicia Hernández-Montaño, José González-Tovar

## **CAPITULO 9**

**Pag. 149**

### **Conocimiento y práctica del consumo de cannabis en pasantes de pregrado en Saltillo, Coahuila, México**

Sunday Sedodo Nupo, Viridiana Martínez-De la Fuente, Gabriela Ortiz-Cruz, José Lauro Cortés-Hernández

## **CAPITULO 10**

**Pag. 162**

### **Autoeficacia en adherencia a tratamientos nutricionales**

Laura Guerrero-Tecuanhuehue, Diana Cortes-Montelongo

## **CAPITULO 11**

**Pag. 175**

### **Estrés y bienestar psicológico entre hombres y mujeres que trabajan en el Estado de Coahuila**

Griselda de Jesús Granados-Udave, Rosa Isabel Garza-Sánchez, Alicia Hernández-Montaño

## **CAPITULO 12**

**Pag. 193**

### **Evolución y Bienestar Psicológico en Pacientes con Demencia y sus Cuidadores**

Daniel Emilio Garay-Leija, Bárbara de los Ángeles Pérez-Pedraza, Edgar Humberto Macías-Escobedo, Diana Isabel López-Rodríguez

## **CAPITULO 13**

**Pag. 210**

### **Estrategias de afrontamiento al estrés y su relación con el autocuidado de adultos trabajadores**

Rosa Aurelia Garza-Torres, Rosa Isabel Garza-Sánchez, Ana Laura Carrillo-Cervantes



## Introducción


En el vasto y cambiante panorama de la educación y la investigación en México, este libro reúne las valiosas contribuciones de especialistas que, desde sus disciplinas y experiencias, analizan los desafíos y avances más relevantes en los ámbitos académico, social y tecnológico. A través de enfoques innovadores y metodologías diversas, los autores nos invitan a reflexionar sobre cómo transformar nuestras prácticas educativas y sociales para generar un impacto positivo y duradero.

La estructura del libro responde a la necesidad de articular perspectivas interdisciplinarias que dialoguen y se complementen entre sí. En la primera sección, destacan los capítulos de Martha Jasso y Francisco Tovar, quienes abordan el uso de simuladores de negocios en la Industria 4.0, así como la aplicación de inteligencia artificial para el diseño instruccional personalizado. Estas investigaciones abordan el papel fundamental de las tecnologías emergentes en la construcción de aprendizajes significativos y el desarrollo de competencias clave para un mundo laboral en constante evolución.

Otros trabajos como los de Teresa Ramos, y Angel Charles, profundizan en el impacto de los semilleros de investigación educativa, las evaluaciones y el arte como estrategias de aprendizaje integral. Por su parte, Lizeth Cano analiza la evaluación por competencias como un medio eficaz para vincular teoría y práctica, fomentando valores esenciales como la empatía y la justicia social.

En la segunda sección, se incluyen investigaciones que abordan problemáticas cruciales desde distintas perspectivas. Olatunde Nupo analiza el vínculo entre la obesidad y las políticas públicas, María Carla explora las estrategias de afrontamiento en casos de violencia de pareja, y Rosa Garza propone un enfoque integral para promover la salud mental en el ámbito laboral. Estas contribuciones no solo identifican retos significativos, sino que también plantean soluciones inclusivas y prácticas que buscan mejorar la calidad de vida en diversos sectores de la sociedad.

Este libro está dirigido a un público amplio y diverso: investigadores, educadores, gestores educativos, estudiantes y profesionales interesados en la convergencia de innovación, educación y transformación social. Al vincular teoría y práctica, las reflexiones aquí compiladas pretenden inspirar tanto a académicos experimentados como a quienes inician su trayectoria en el ámbito de la investigación y la enseñanza. Asimismo, algunos capítulos forman parte de proyectos de investigación más amplios, creados con la intención de marcar una diferencia real en las



---

comunidades a nivel regional y estatal. Estas iniciativas reflejan el compromiso de generar conocimiento útil y aplicable, así como de proponer soluciones que respondan, de manera directa, a los retos y necesidades que enfrentan las personas en estos entornos.

Con esta obra, los autores nos recuerdan que la educación, la investigación y la innovación son pilares fundamentales para construir un futuro más equitativo, sostenible y pleno. Enfrentar los retos educativos y de investigación en México exige una visión colaborativa y comprometida que trascienda disciplinas y fronteras. Este compendio subraya que el conocimiento no es solo un fin en sí mismo, sino una herramienta poderosa para transformar nuestras realidades y construir un futuro más equitativo, sostenible y humano.

Al leer estas páginas, confiamos en que cada lector encontrará una chispa de inspiración que lo motive a convertirse en un agente de cambio en su comunidad y a contribuir al desarrollo de un porvenir más humano y justo para todos.

Dr. Pedro José Canto Herrera  
Profesor-Investigador, Facultad de Educación  
Universidad Autónoma de Yucatán



## Prólogo

José González Tovar  
Profesor-Investigador, Facultad de Psicología  
Universidad Autónoma de Coahuila

### Primera reflexión

La educación lleva consigo, además, ciertas habilidades socioemocionales, como la capacidad para recuperarse de situaciones drásticas y regularse a uno mismo; éstas son vitales para mantener la salud psicológica. Por lo tanto, la función de la educación: el conocimiento en sí y formas derivadas no es un conocimiento sin más; todo ello desempeña un papel principal en el desarrollo de habilidades vitales para la vida y el aprendizaje. Los estudiantes con una base académica sólida están más capacitados para poder tomar decisiones informadas acerca de su salud.

Educación y salud son dos aspectos de servicio conectados que implican salutogenia, sobre todo, pueden ejercer un impacto muy positivo en la salud de una comunidad. Las personas con más educación tienen una mejor calidad de vida y menos disparidades sociales. La integración de salud y educación es una estrategia fuerte para modificar sociedades. Escuelas y universidades podrían ser un entorno sano si se combina el servicio educativo de las y los jóvenes estudiantes con campañas de bienestar. Por ejemplo, programas interdisciplinarios que integren la psicología social con prácticas regulares de ejercicio físico son una muestra concreta de cómo estas dos dimensiones pueden unirse para mejorar la salud y el rendimiento académico de los estudiantes.

El estudiante necesita estar motivado, lo que influye en su desarrollo personal y en gran medida ejerce una influencia sobre sus habilidades y su bienestar emocional. Teorías como la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985) dan mucha importancia a la motivación intrínseca en el aprendizaje si realmente se quiere sentirlo y disfrutar de las actividades académicas. A esa clase de impulso que procede directa y sinceramente de la curiosidad se le relaciona con resultados universitarios o escolares más elevados, una mayor habilidad para hacer frente a los múltiples desafíos de la escuela y actividades extracurriculares, y un menor índice de abandono (Ryan y Deci, 2020). Este tipo de motivación, que procede de la mera curiosidad, asegura una enseñanza de más calidad y mayor capacidad para soslayar problemas problemáticos con ciertas formas de conducta

escolares y extraescolares, que puede tener un estudiante universitario, además de una tasa de deserción menor (Ryan y Deci, 2020).

Debemos reflexionar sobre la relación entre la salud y la educación en los contextos académicos: la salud es tan importante para el desarrollo integral de un estudiante como la educación. Numerosas investigaciones demuestran que el bienestar emocional y la salud mental son factores importantes para el éxito académico personal. El estrés educativo, la carencia de apoyo afectivo y orientaciones educativas que no sean inclusivas son condicionantes iniciales que pueden afectar a enfermedades de la salud mental y también a la capacidad de hacer frente al aprendizaje (Roa Rocha, 2021). Por el contrario, entornos educativos positivos que presten atención a la salud mental y física de los alumnos tienen un efecto muy perceptible (Chamorro et al., 2015) en la calidad de vida académica que experimentan sus estudiantes.

A partir de este punto de vista, la educación no es simplemente una forma de transmitir conocimientos técnicos, también es el espacio cuyo propósito final es fomentar tanto bienestar para las personas en general. Esto supone que las estrategias pedagógicas deben tomar en cuenta de manera conjunta a la vez los objetivos académicos y las necesidades anímicas y sociales de los estudiantes. Por ejemplo, si se acostumbra a trabajar en equipo a los alumnos, si se les proporciona la experiencia de la vida como un sujeto con vocación verdadera, referido a lo que verdaderamente es y puede llegar a hacer, cuando se les enseña que ellos son los mayores conocedores del tema, tiende a aumentar la percepción de validez y sentido de pertenencia. ¡Los dos pilares sobre los que se construye cualquier educación que tenga vida digna, otras veces objeto mantenido en él para siempre! La salud lleva en sí misma su propia recompensa.

Como argumenta la Organización Mundial de la Salud (OMS), escuelas y universidades han de desempeñar un papel crucial en el fomento de la salud y la adopción de hábitos saludables. Dentro del ámbito universitario, todo esto se plasma en medidas para el apoyo psicológico, programas de control de estrés y políticas destinadas a la actividad física y una dieta equilibrada como cimientos fundamentales de la enseñanza. En esta ocasión, entonces, lo que se busca es volver a sus orígenes, si bien la educación y la salud forman una unidad que no puede desligarse sin perjuicio mutuo ni el uno existir sin el otro. Este libro brinda no solo perspectivas para mejorar directamente el nivel académico de los universitarios, sino además valorar su bienestar emocional y en salud, entendidos ya no separadamente sino como constituyentes interrelacionados e interdependientes de la Universidad.

## Referencias bibliográficas

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.
- Díaz, R., García, A., & Neme, C. (2015). El simulador: la percepción de los estudiantes de la licenciatura en relaciones comerciales en la utilización del simulador de la plataforma a distancia. *European Scientific Journal*, 11(1), 321-335.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (1998). *Health-promoting schools: A healthy setting for living, learning and working*. Geneva: WHO.
- Roa Rocha, J. C. (2021). Importancia del aprendizaje significativo en la construcción de conocimientos. *Revista Científica FAREM Estelí*, 63-75.  
<https://doi.org/10.5377/farem.v0i0.11608>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). *Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions*. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.
- Chamorro, M., Miranda, G., & García, G. (2015). Los simuladores de empresa como instrumentos docentes: un análisis de su aplicación en el ámbito de la dirección de marketing. *REDU Revista de docencia Universitaria*, 13(3), 55-71

## **CAPITULO** **1** **Uso de Simuladores de Negocios en la Industria 4.0 como Estrategia de Apoyo para el Aprendizaje Significativo en la Educación Superior**

Martha Elena Rentería-Avilez<sup>1</sup>  
Sandra Lilia Jasso-Ibarra<sup>2</sup>  
Nora Nidia Castellón-García<sup>3</sup>  
Juan Carlos Farías-Bracamontes<sup>4</sup>  
Julio Cu Farfán-López<sup>5</sup>

### **Resumen**

La falta de formación de recurso humano en el manejo de nuevas tecnologías, la insuficiente conectividad y la baja inversión en tecnología, son desafíos que enfrenta México para desarrollar la industria 4.0. De aquí la importancia de buscar alternativas didácticas que coadyuven en la formación de los estudiantes en el manejo de nuevas tecnologías, por lo que la aplicación de herramientas de simulación empresarial constituye una estrategia de apoyo al aprendizaje significativo es necesario. Esta investigación tiene como objetivo analizar los efectos del empleo de simuladores de negocios en el aprendizaje significativo de estudiantes universitarios. Se realizó una encuesta sobre la simulación de negocios en la Industria 4.0 a ochenta y cinco alumnos de octavo semestre en el Instituto Tecnológico Superior de Monclova, de la carrera de Ingeniería en Gestión Empresarial con un enfoque en Calidad y Logística Global, bajo el diseño no experimental, utilizando un instrumento de elaboración propia, para medir la percepción de los estudiantes en el uso de los simuladores de negocios y su impacto en el desarrollo habilidades gerenciales y de liderazgo. Como resultados resaltan que la aplicación del simulador de negocios, es reconocido por los estudiantes como un recurso que apoya su aprendizaje autónomo y colaborativo, así mismo los estudiantes perciben que a través del uso del simulador empresarial pueden mejorar significativamente su experiencia de aprendizaje. En conclusión, para tomar decisiones optimas es

<sup>1</sup> Instituto Tecnológico Superior de Monclova. Monclova, Coahuila, México, [martha.ra@monclova.tecnm.mx](mailto:martha.ra@monclova.tecnm.mx)

<sup>2</sup> Instituto Tecnológico Superior de Monclova. Monclova, Coahuila, México

<sup>3</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC. Monclova, Coahuila, México

<sup>4</sup> Profesor-Investigador, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC, [carlos.farias@uadec.edu.mx](mailto:carlos.farias@uadec.edu.mx)

<sup>5</sup> Profesor-Investigador, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC, [jcufarfa@uadec.edu.mx](mailto:jcufarfa@uadec.edu.mx)

necesario desarrollar habilidades gerenciales que integren tanto los conceptos teóricos como aplicaciones prácticas, haciendo y esto se puede lograr a través del aprendizaje significativo.

*Palabras clave;* estrategias de aprendizaje, simulación de negocios, aprendizaje significativo, industria 4.0, educación superior.

## **Introducción**

Al hablar de la cuarta revolución industrial nos referimos a la industria 4.0, este término fue presentado por primera vez en el año 2011 en la Feria de Hannover, derivado como respuesta a la necesidad de política industrial ante una nueva etapa en la revolución de las tecnologías de la información y comunicación ahora llamadas TIC's. Los medios de producción basados en tecnologías de información y digitalización responden cada vez más a procesos complejos. Y es precisamente la falta de formación de recurso humano en el manejo de nuevas tecnologías, la insuficiente conectividad y la baja inversión en tecnología, los tres de los desafíos a los que se enfrenta México para desarrollar la industria 4.0, es aquí donde radica la importancia de la necesidad de buscar alternativas didácticas que coadyuven en la formación de los estudiantes en el uso y manejo de estas nuevas tecnologías, es precisamente aquí cuando entran los simuladores de negocios como estrategia de apoyo al aprendizaje significativo.

El uso de los simuladores es llevado al mundo de los negocios, dada la complejidad de los entornos empresariales, cada vez estas tecnologías de información son empleadas para el desarrollo del talento humano tanto en el contexto empresarial como universitario, en donde a través de un ambiente virtual simulado se analiza, interpreta y se toman decisiones, generando información que retroalimenta, enseña, y alienta a un aprendizaje significativo y continuo.

El papel de la educación superior universitaria, es fundamental dado que se convierte en una mentora de habilidades profesionales, para lo que es indispensable incorporar las tecnologías digitales en sus procesos educativos con el objetivo de potenciar su aprendizaje profundo y sustancial, que traiga consigo una comprensión que perdure y sea significativa incorporando los elementos que conecten la teoría con la práctica, mejorando su aprendizaje mediante la adquisición

de conocimientos y habilidades, que estén enfocados a la solución innovadora de problemas reales y complejos en situaciones cada vez más dinámicas.

La Industria 4.0 requiere de profesionistas que además de sus competencias profesionales, estén dispuestos y tengan la habilidad de colaborar en equipos de trabajo, incorporarse rápidamente a las innovaciones tecnológica, generar un pensamiento reflexivo y proactivo que este encaminado al desarrollo de propuestas que produzcan resultados positivos y tangibles.

Este estudio<sup>6</sup> evalúa cómo el uso de aplicaciones de simulación en el ámbito empresarial, influyen en el aprendizaje significativo de estudiantes universitarios, y las competencias que estas desarrollan en su formación académica (Renteria & De Leon, 2023).

### **La tecnología en la educación**

La educación se puede considerar como un medio para alcanzar tanto los objetivos como metas en cualquier ámbito. Actualmente con el desarrollo tecnológico y para permitir el desarrollo de la tecnología de la comunicación también llamadas TIC, la educación ha tenido que adaptarse, a través de la llegada de lo que se conoce como sistemas de generación de conocimiento, promoviendo la permanencia de la educación (Díaz et al., 2015). En el ámbito de la docencia se logra tener más interés y captar más la atención de los estudiantes al momento de desarrollar actividades, fomentando un ambiente autónomo y al mismo tiempo practico, al hacer uso de las nuevas tecnologías en la educación, donde se incluye el uso de simuladores como herramienta de aprendizaje (Contreras y Carreño, 2012). Es de gran importancia el considerar y reconocer el apoyo que las TIC pueden proporcionar a la educación, al ser usadas como recurso didáctico y así como un medio para la transmisión del conocimiento (Contreras et al., 2010).

Si hablamos de la relación entre la educación y las TIC estaremos ante una disyuntiva ya que representa todo un reto, por una parte, la tecnología cuyo uso en muchas ocasiones va dirigido más hacia un objetivo recreativo extraescolar, y por la otra tenemos a la educación estructurada de manera formal por una currícula y presentada de forma reglamentada por instancias oficiales.

---

<sup>6</sup> Este capítulo forma parte integral de un estudio más amplio que busca explorar la aplicación de los simuladores de negocios en la Industria 4.0. que se encuentra en el Anuario del Verano de la Ciencia Region Centro 2023. En este contexto se examinan las aportaciones de esta herramienta tecnológica en el aprendizaje significativo, al integrar la teoría y práctica de forma efectiva, lo que contribuirá a la formación de los futuros profesionistas, quienes tendrán que hacer frente a los desafíos de los entornos actuales.

Debido a esto la educación a través de las instituciones, busca alternativas didácticas para aprovechar y potenciar lo que ofrecen las nuevas tecnologías y así tratar de cerrar la brecha existente entre ambas (Campos et al., 2000).

Hablando del desarrollo tradicional de los sistemas de enseñanza, podemos concluir que estos no pueden absorber todo el conocimiento y mucho menos transmitirlo, de ahí radica la imperiosa necesidad del uso de nuevos modelos de educación, de la transmisión del aprendizaje y la generación del conocimiento (Campos et al., 2000). Para Chamorro et al., (2015) el aprendizaje visto de manera cognitiva debe de estar complementado no solo por los conocimientos sino también por 2 competencias no cognitivas como menciona:

“El aprendizaje no es sólo acumulación de conocimientos, sino que esta competencia cognitiva (o competencia de saber) debe completarse con otras dos competencias no cognitivas como son las destrezas (o saber hacer) habilidades para saber aplicar los conocimientos, comprenderlos y evaluar o emitir juicios críticos a partir de una determinada información o situación dada. Además, las actitudes (o saber ser y estar) valores y hábitos relativos al compromiso, la iniciativa, el esfuerzo, etc.” (pp. 55-71).

### **Aplicaciones en la educación de los simuladores**

Hoy en día, gracias a el desarrollo y evolución de las nuevas TICs el uso de los simuladores en diferentes áreas disciplinares se ha ido difundiendo, fomentando el desarrollo de habilidades tanto intelectuales como sociales a través de la competencia, implementando los conocimientos y habilidades de gestión (Arias et al., 2010). Para aprender o de evaluar los métodos empleados en la gestión de sistemas, la simulación representa la mejor opción en el procedimiento de elaboración de modelos, que se basen en un sistema real para poder ser llevada o a la práctica con él (Shannon, 1988).

En la formación educativa la implementación del uso de simuladores a fomentado el proceso de aprendizaje, puesto que se aprende mediante la propia experiencia; creando la simulación, una emulando de la realidad, planteando situaciones semejantes a las que el estudiante se enfrentará y desarrollará en su práctica profesional, apoyando a la toma de decisiones en escenarios sin riesgos (Díaz et al., 2015).



Históricamente hablando, una de las mejoras que aportan las nuevas tecnologías de la comunicación es la simulación, lo cual es posible debido a los importantes avances en recursos de hardware y software, esto permite una gran flexibilidad en las prácticas y laboratorios de ámbito educativo (Contreras y Carreño, 2012). Cuando un experimento se lleva a cabo utilizando un modelo, se habla de simulación. Al considera que se ha logrado la optimización si se puede elegir la mejor opción durante la fase de diseño del plan de experimentación. Y esta experimentación se denomina formación si se realiza únicamente para aprender a utilizar el propio sistema (Tarifa, 2020).

Los simuladores educativos contribuyen a eficientizar el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que favorecen la motivación del alumno hacia su aprendizaje, al presentar recreaciones de situaciones semejantes a las que el estudiante llevará a cabo en su práctica profesional a través de la simulación (Osorio et al., 2012). El uso de simuladores dentro de las aulas, propicia que los alumnos participen activamente en el proceso de transferencia de conocimientos utilizando medios interactivos, ya que los simuladores poseen un componente lúdico, contribuyendo a mantener el interés, e involucrando al estudiante en su aprendizaje, donde tendrá que observar los resultados y actuar acorde a ellos (Contreras y Carreño, 2012).

En resumen, el software de simulación proporciona a educadores y alumnos un recurso que facilita la educación práctica centrada en la resolución de problemas. Se trata de recursos que apoyan el aprendizaje con un enfoque original, fomentando la comprensión activa centradas en la práctica. A través de la simulación se muestra un mundo empresarial virtual, en un entorno dinámico que conjuga distintas variables (Matute y Melero, 2016).

## **Marco Teórico**

### **Aprendizaje significativo: Una alternativa de aprendizaje**

El aprendizaje que se adquiere por excelencia para desarrollar y preservar los conocimientos, es el que se consigue a través del aprendizaje receptivo significativo, no solo en el aula, sino también en la vida cotidiana, Ausubel (1976, 2002).

El aprendizaje desde una perspectiva constructivista tenemos que para Piaget es en base a esquemas de asimilación; lo que se podría traducir entonces que el sujeto aprende elaborando nuevos esquemas, a partir de aquellos con los que ya contaba y utilizaba. En tanto la teoría de Kelly (1963) el constructo personal forma parte del elemento fundamental para el aprendizaje, donde el individuo aprende, o genera nuevos constructos, desde sus constructos existentes. Si hablamos de la teoría de Johnson-Laird (1983), el constructo base es el que utiliza modelos mentales, por lo que el sujeto construye nuevos desde los recursos existentes de modelos anteriores. Por lo anterior, podemos decir que el aprendizaje significativo subyace a otras teorías, derivado a que los nuevos conocimientos adquieren significados a través de su relación con conocimientos relevantes ya existentes en el sujeto aprendiz. Y los conocimientos previos puede, ser interpretado mediante de esquemas de asimilación, constructos personales, modelos mentales e invariantes operatorios (Moreira, 2012).

El constructo central de la concepción original de Ausubel es el aprendizaje significativo, que describe el proceso mediante el cual se atribuyen significados en entornos formales de aula y que requiere unas condiciones y requisitos específicos para su realización. Representa la incorporación constructiva de pensamientos, acciones y entidades, lo que representa el desarrollo humano. Para conseguir un aprendizaje significativo, es necesario un procedimiento más complejo donde la información nueva que se busca obtener genere una modificación tanto de dicha información como de la estructura cognitiva con la que se relaciona.

### **Elementos estructurales del Aprendizaje Significativo y el uso del simulador de negocios**

Al tratar de lograr un aprendizaje significativo en los estudiantes al hacer uso de un simulador de negocios se busca que: Encuentre la conexión entre los conocimientos anteriores y los nuevos conocimientos; que vincule conceptos y experiencias anteriores, facilitándole una comprensión más profunda y perdurable. Una relevancia personal, donde el saber obtenido se perciba como valioso y significativo para el alumno. Una participación activa, ya que un aprendizaje relevante demanda una implicación activa del alumno, ya sea mediante la solución de problemas, el debate o la implementación práctica como el uso del simulador de negocios. La integración en una estructura cognitiva, que el nuevo saber se incorpore en una estructura cognitiva consistente,

facilitando un entendimiento detallado y un recuerdo perdurable. Una comprensión profunda ya que el aprendizaje significativo se distingue por ello y un saber perdurable en vez de un mero recuerdo superficial (Delgado Cobeña et al., 2023).

Cuando se refiere a la importancia del aprendizaje significativo en la construcción de conocimiento en la actualidad, Roa (2021) investigador en temas de educativos en la UNAM, nos comenta “la educación evoluciona, y se tiene la expectativa que el estudiante no solo memorice la información, sino que sea un aprendiz consiente, comprometido, constructor de su propio conocimiento. De igual manera que el docente, no solo reproduzca información, si no que sea un facilitador y guía, que garantice que el estudiante pueda generar nuevos conocimientos”, Por ende, la utilización de simuladores será enormemente beneficiosa para potenciar el aprendizaje universitario en el campo de los negocios.

El empleo del simulador de negocios en estudios a nivel superior y cursos de especialización, es una práctica cada vez más utilizada. Este tipo de herramientas, además de dar la oportunidad a los estudiantes de poder elegir entre distintas alternativas de decisión en ambientes controlados, también recrea espacios donde el aprendizaje es desafiante, permitiendo a los estudiantes pensar de forma diferente e identificar sus habilidades, retos e intereses (Universia, 2020).

Dentro de las ventajas que un simulador de negocios aporta se pueden enumerar a continuación (TendenciasFX, 2020):

- Practican sus conocimientos adquiridos
- La competencia forma parte del aprendizaje
- Aprendizaje orientado a la toma de decisiones
- Ayuda a la atracción de talento a las organizaciones

## Metodología

Hipótesis: Se plantea la hipótesis de investigación la cual declara lo siguiente:

H1= Los estudiantes evalúan en su gran mayoría niveles altos de aceptación, respecto a que el simulador de negocios ha contribuido a su formación profesional, a través del aprendizaje significativo y colaborativo.

### *Metodología:*

A partir de un diseño no experimental según Hernández et al., (2006) y para la obtención de datos y la comprobación de la hipótesis de investigación, se utilizó un instrumento de elaboración propia con escalamiento de tipo Likert el cual consta de 16 preguntas, con una escala de valoración de tipo Likert de la siguiente manera: 1 al 4 (1= nada de acuerdo, 2= algo de acuerdo, 3= bastante de acuerdo, 4 = totalmente de acuerdo) la cual se utilizó para medir la percepción de los estudiantes en relación al uso del simulador de negocios y su impacto en el desarrollo habilidades gerenciales y de liderazgo.

Este capítulo forma parte integral de un estudio más amplio que busca explorar la aplicación de los simuladores de negocios en la Industria 4.0. En este contexto se examinan las aportaciones de esta herramienta tecnológica en el aprendizaje significativo, al integrar la teoría y práctica de forma efectiva, lo que contribuirá a la formación de los futuros profesionistas, quienes tendrán que hacer frente a los desafíos de los entornos actuales.

### *Delimitación:*

La muestra utilizada de manera electiva fueron 85 alumnos encuestados, que pertenecen al octavo semestre de la carrera de Ingeniera en Gestión Empresarial, en la especialidad en Calidad y Logística Global, del Instituto Tecnológico Superior de Monclova, Coahuila en un periodo determinado que corresponde al semestre de febrero a Julio 2023, quienes cursaron la materia de Simulación de Negocios en la Industria 4.0 (Rentería Avilez y De León Espinoza, 2023). El simulador de negocios que se utilizó en el estudio fue SimVenture de British Chambers of Commerce, este simulador abarca cuatro funciones básicas; recursos humanos, producción,

finanzas y mercadotecnia, también comprende el todo el proceso administrativo desde planeación hasta control (SimVenture, 2012).

## Resultados

### *Análisis Descriptivo por Frecuencias y Porcentajes*

Para la lectura que conforman los datos generales, la muestra extractada de la población con un  $n = 85$  sujetos integrada por estudiantes del Instituto Tecnológico Superior de Monclova, a través del cual se realizó un estudio de distribución y proporciones con los alumnos del octavo semestre de la carrera de Ingeniería en Gestión Empresarial con Especialidad en Calidad y Logística Global, durante el semestre de febrero a julio del 2023, quienes realizaron la asignatura de Simulación de Negocios en la Industria 4.0.

### *Resultados de la Investigación, Respecto al Aprendizaje e Interés del Uso de Simuladores*

En dicho análisis (Tabla 1.1) se encontró en lo referente a la pregunta La simulación fue útil en mi proceso de aprendizaje significativo, que el 42% está totalmente de acuerdo ( $n = 36$ ), mientras que el 24% bastante de acuerdo ( $n = 20$ ), el 34% algo de acuerdo ( $n = 29$ ), y por último el 0% que corresponde a nada de acuerdo ( $n = 0$ ).

**Tabla 1.1**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta La simulación fue útil en mi proceso de aprendizaje significativo*

<i>Aprendizaje significativo</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	0	0	0	0
2 Algo de acuerdo	29	29	34	34
3 Bastante de acuerdo	20	49	24	58
4 Totalmente de acuerdo	36	85	42	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

Los participantes encuestados en la variable *el uso del simulador de negocios me pareció interesante* (Tabla 1.2), se encuentran divididos de la siguiente manera el 47% está totalmente de

acuerdo (n = 40), de igual modo en 47% bastante de acuerdo (n = 40), mientras que el 05% algo de acuerdo (n = 05), y por último el 0% que corresponde a nada de acuerdo (n = 0).

**Tabla 1.2**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta El uso del simulador de negocios me pareció interesante*

<i>Me parece interesante</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	0	0	0	0
2 Algo de acuerdo	5	5	6	6
3 Bastante de acuerdo	40	46	47	53
4 Totalmente de acuerdo	40	85	47	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

Así también indicaron que el *trabajar en equipo con el simulador es favorable para mi aprendizaje colaborativo* (Tabla 1.3), de los cuales mencionaron el 34% está totalmente de acuerdo (n = 29), de igual modo en 40% bastante de acuerdo (n = 34), mientras que el 24% algo de acuerdo (n = 20), y por último el 2% que corresponde a nada de acuerdo (n = 2).

**Tabla 1.3**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta trabajar en equipo con el simulador es favorable para mi aprendizaje colaborativo*

<i>Aprendizaje colaborativo</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	2	2	2	2
2 Algo de acuerdo	20	22	24	28
3 Bastante de acuerdo	34	56	40	66
4 Totalmente de acuerdo	29	85	34	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

Lo anterior nos refiere que una parte significativa de los encuestados señalan que los simuladores empresariales, estimulan el aprendizaje significativo y colaborativo, lo cual resuelto ser eficaz en su proceso de enseñanza aprendizaje.

*Resultados de la Investigación, Respecto de resultados de la investigación, relacionados con el uso del simulador SimVenture*

En lo que respecta a la variable *el uso del simulador SimVenture fue útil en mi proceso de aprendizaje significativo* (Tabla 1.4) una gran proporción mencionó están totalmente de acuerdo con un 32% (n = 27) que es útil usar el simulador de negocios en el proceso de aprendizaje significativo, un 45% (n = 38) está bastante de acuerdo, un 21% (n = 18) está algo de acuerdo y por último un 2% (n = 2) nada de acuerdo.

**Tabla 1.4**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta Uso de simulador SimVenture fue útil en mi proceso de aprendizaje significativo*

<i>Simulador SimVenture fue útil</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	2	2	2	2
2 Algo de acuerdo	18	20	21	23
3 Bastante de acuerdo	38	58	45	68
4 Totalmente de acuerdo	27	85	32	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

En lo referente a los participantes encuestados en la variable *el Software de SimVenture fue apropiado para su proceso de aprendizaje* (Tabla 1.5), las respuestas se encuentran divididas de la siguiente manera, con un 53% menciona que está totalmente de acuerdo (n = 45), de igual modo un 32% de los estudiantes (n = 27) refieren estar bastante de acuerdo, sin embargo, el 13% de los estudiantes (n = 11) lo valora en algo de acuerdo, y por ultimo solo un 2% de los estudiantes encuestados mencionan estar nada de acuerdo el (n = 2).

**Tabla 1.5**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta el Software de Simventure fue apropiado para su proceso de aprendizaje*

<i>Simulador SimVenture fue apropiado</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	2	2	2	2
2 Algo de acuerdo	11	13	13	15
3 Bastante de acuerdo	27	40	32	47
4 Totalmente de acuerdo	45	85	53	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*



De igual modo la percepción de los estudiantes, con respecto a la variable *si se representan situaciones reales a través del SimVenture* (Tabla 1.6), se obtuvieron los siguientes resultados, en primer término, con el más alto valor obtenido con un 45% de estudiantes (n = 38) que mencionan estar totalmente de acuerdo en que sí se representan situaciones reales en el uso del software SimVenture, así como el 42 % (n = 36) refiere estar bastante de acuerdo con esta afirmación, un 13% de los estudiantes (n = 11) manifiestan estar algo de acuerdo y por ultimo con 0% (n = 0) el estar nada de acuerdo.

**Tabla 1.6**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta si se representan situaciones reales a través del simulador SimVenture*

<i>Simulador SimVenture/situaciones reales</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	0	0	0	0
2 Algo de acuerdo	11	11	13	13
3 Bastante de acuerdo	36	47	42	55
4 Totalmente de acuerdo	38	85	45	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

*Resultados de la Investigación Relacionados con interpretación del entorno empresarial*

Por ultimo al cuestionar sobre *si la simulación de negocios ayuda al estudiante a interpretar mejor los entornos de negocio* (Tabla 1.7), los encuestados respondieron ante la pregunta con un 42% (n = 36) estar totalmente de acuerdo, mientras un 45 % (n = 38) de los participantes menciona estar bastante de acuerdo, así también un 13% (n = 11) refieren estar algo de acuerdo y por ultimo un 0% (n = 0) nada de acuerdo.

**Tabla 1.7**

*Análisis de Frecuencia y porcentaje de la pregunta si la simulación de negocios ayuda al estudiante a interpretar mejor los entornos de negocios*

<i>Mejor interpretación de los entornos de negocios</i>	<i>f</i>	<i>fa</i>	<i>%</i>	<i>%a</i>
1 Nada de acuerdo	0	0	0	0
2 Algo de acuerdo	11	11	13	13
3 Bastante de acuerdo	38	49	45	58
4 Totalmente de acuerdo	36	85	42	100

*Nota: f = frecuencia, fa = frecuencia acumulada, % = porcentaje, %a = porcentaje acumulado*

Es evidente en los resultados que el aprendizaje significativo estuvo presente en el proceso educativo a través de las prácticas de simulación empresarial, donde los estudiantes asumieron el reto de diseñar estrategias de juegos, aplicando sus conocimientos asimilados en sus distintas asignaturas de forma integral, trabajando en equipos colaborativos, lo que les permitió generar ideas creativas e innovadoras para la resolución de problemas en el ámbito económico, financiero y empresarial, dentro de un entorno virtual algunas veces impredecible. Al incorporar componentes educativos y lúdicos, los estudiantes pudieron construir su propio conocimiento, asimilar y comprender tanto conceptos previos como nuevos, anclar información relevante y mejorar la interacción en grupo.

## Conclusiones

Los simuladores no solo proporcionan a los estudiantes competencias tecnológicas y digitales, sino también la oportunidad de observar, estudiar, analizar e interpretar diversas situaciones recreadas de un mundo empresarial. Esto requiere la aplicación de competencias y habilidades que el aprendizaje significativo refuerza y consolida. El estudio indicó que el proceso de enseñanza fue percibido por los alumnos de manera satisfactoria, y consideran que fortaleció su preparación profesional, enriqueciendo sus conocimientos y mejorando sus capacidades para el entorno laboral.

Los estudiantes deben resolver problemas, emitir juicios y comprobar distintas tácticas cuando utilizan simuladores, por lo cual se promueve un conocimiento más profundo y duradero, clave fundamental en el aprendizaje significativo, que favorece un enfoque de enseñanza comprometido y dinámico. Los simuladores ofrecen información en tiempo real sobre las decisiones tomadas y muestran el impacto de los resultados, por lo que lo que les permite a los estudiantes realizar las correcciones y continuar mejorando su desempeño, esta retroalimentación es indispensable para un aprendizaje significativo.

Mediante modelos de simulación empresarial, los estudiantes son capaces de vivenciar situaciones difíciles de replicar en aulas convencionales, este tipo de aprendizaje experimental es muy significativo porque brinda a los participantes la posibilidad de actuar sin riesgos. El desarrollo de habilidades gerenciales, es parte fundamental en el perfil de egreso del estudiante en Ingeniería en Gestión Empresarial, favorecer su desarrollo involucra la aplicación de herramientas

tecnológicas educativas, que integren fundamentos teóricos de negocios, en un ambiente empresarial simulado con distintos escenarios, esto permitirá aprender sin riesgos, y otorgar confianza al estudiante, al comprender que lo aprendido tiene una implementación práctica, y demostrar como las decisiones condicionan los resultados operativos y financieros de las organizaciones, por lo tanto formarse en la experiencia implica un aprendizaje significativo.

### Referencias Bibliográficas

- Arias, A., Haro, D., y Romerosa, M. (2010). Un enfoque innovador del proceso de enseñanza-aprendizaje en la dirección de empresas: el uso de simuladores en el ámbito universitario. *Revista de Educación*, 707-721.  
<https://www.educacionfpydeportes.gob.es/dam/jcr:18084460-3bdd-4825-ab7d-97d58f5d0cf1/re35327-pdf.pdf>
- Ausubel, D. P. (1976). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. México: Ed. Trillas.
- Ausubel, D. P. (2002). *Adquisición y retención del conocimiento. Una perspectiva cognitiva*. Barcelona: Ed. Paidós.
- Campos, A. A., Lignan, C. L., González, N. Y., Medina, S. A., & González, G. C. (2000). Actitudes de los docentes hacia la computadora y los medios para el aprendizaje. Reporte de resultados generales, *Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa*, Unidad de Investigación y Modelos Educativo.  
[https://www.academia.edu/79766609/Actitudes\\_de\\_los\\_docentes\\_hacia\\_la\\_computadora\\_y\\_los\\_medios\\_para\\_el\\_aprendizaje?hb-sb-sw=81551251](https://www.academia.edu/79766609/Actitudes_de_los_docentes_hacia_la_computadora_y_los_medios_para_el_aprendizaje?hb-sb-sw=81551251)
- Chamorro, M., Miranda, G., y García, G. (2015). Los simuladores de empresa como instrumentos docentes: un análisis de su aplicación en el ámbito de la dirección de marketing. *REDU Revista de docencia Universitaria*, 13(3), 55-71.  
<https://polipapers.upv.es/index.php/REDU/article/view/5419/5399>
- Contreras, G., y Carreño, M. (2012). Simuladores en el ámbito educativo: un recurso didáctico para la enseñanza. *Ingenium*, 13(25), 107-119.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5038479.pdf>
- Delgado Cobeña, E. I., Briones Ponce, M. E., Moreira, S. J., Zambrano Dueñas, G. L., & Menéndez Solórzano, F. A. (2023). Metodología educativa basada en recursos didácticos digitales para desarrollar el aprendizaje significativo. *MQRInvestigar*, 7(1).  
<https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.94-110>
- Díaz, R., García, A., y Neme, C. (Enero de 2015). El simulador: la percepción de los estudiantes de la licenciatura en relaciones comerciales en la utilización del simulador de la plataforma a distancia. *European Scientific Journal*, 11(1), 321-335  
<https://ejournal.org/index.php/esj/article/view/4956/4718>

- Hernández, Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). Metodología de la investigación (Cuarta). *McGraw Hill Interamericana*.  
<http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>
- Johnson-Laird, P.N. (1983). *Mental models*. Cambridge: Harvard University Press.
- Kelly, G. (1963). *A theory of personality - The psychology of personal constructs*. New York: W.W. Norton & Co.
- Matute, J., y Melero, I. (2016). Game-based learning: using business simulators in the university classroom. *Universia Business Review*, 13(3), 72-111.  
[https://zaguan.unizar.es/record/70897/files/texto\\_completo.pdf](https://zaguan.unizar.es/record/70897/files/texto_completo.pdf)
- Moreira, M. A. (2012). ¿Al final, qué es aprendizaje significativo? *Qurriculum*, nº 25, Tenerife: Universidad de La Laguna. *Servicio de Publicaciones*. (En prensa).  
[https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/10652/Q\\_25\\_%282012%29\\_02.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/10652/Q_25_%282012%29_02.pdf?sequence=5&isAllowed=y)
- Osorio, V. P., Ángel, F. M., y Franco, J. A. (2012). El uso de simuladores educativos para el desarrollo de competencias en la formación universitaria de pregrado. *Revista Q*, 7. (U. p. Bolivariana, Ed.) ,7(13), 1-20. <http://hdl.handle.net/20.500.11912/6775>
- Renteria Avilez, M. E., & De León Espinoza, A. (2023). Uso de simuladores de negocios en la industria 4.0 como estrategia de apoyo para el aprendizaje significativo en la educación superior. *Verano de la Ciencia Región Centro. Anuario de Proyectos de Investigación*. Pp 1468- 1473 <https://www.veranoregional.org/issn/2023.pdf>
- Roa Rocha, J. C. (2021). Importancia del aprendizaje significativo en la construcción de conocimientos. *Revista Científica FAREM Estelí*, 63-75.  
<https://doi.org/10.5377/farem.v0i0.11608>
- Shannon, R. (1988). *Simulación de sistemas: diseño, desarrollo e implantación* (reimpresión ed.). (F. A. Bernal, Trad.) Trillas
- SimVenture. (2012). *Simuladores On Line, British Chambers of Commerce*.  
<https://www.simulaciondenegocios.mx/Simventure.html>
- Tarifa, E. E. (2020). Teoría de Modelos y Simulación. *Facultad de Ingeniería-Universidad Nacional de Jujuy*. <https://ucreanop.com/wp-content/uploads/2020/08/Lectura-complementaria-8.-Teoria-de-Modelos-y-Simulacion.pdf>
- TendenciasFX. (2020). *4 razones para utilizar un simulador de negocios*. TendenciasFX.  
<https://tendenciasfx.com/claves-crear-negocio-rentable-desde-casa/4-razones-para-utilizar-un-simulador-de-negocios/>
- Universia. (2020, 16 octubre). *Simulador de negocios: qué es, para que sirve y herramientas*. *Universia*. <https://www.universia.net/pe/actualidad/orientacion-academica/simulador-de-negocios-que-es-para-que-sirve-y-herramientas.html>
- Vergnaud, G. (1990). La théorie des champs conceptuels. *Récherches en Didactique des Mathématiques*, 10(23): 133-170.

## CAPITULO 2

### La Inteligencia Artificial en el Diseño Instruccional para Promover la Personalización del Aprendizaje: Resultados de una Revisión Sistemática de Estudios Previos

Francisco Javier Tovar-Narváez<sup>7</sup>

#### Resumen

Diversos autores han contribuido con aportaciones referentes a la Inteligencia Artificial, ya sea para conceptualizar, explicar su evolución o incluso para describir el rol que ocupa en la educación en la actualidad y cómo se está generando la visión hacia el futuro, con la idea de personalizar el aprendizaje. Entre las ideas generales que se han construido están que la IA es un área del conocimiento y de la investigación que cuenta con mucho potencial, pues ha favorecido la sistematización de diversos procedimientos que en su momento sólo podían realizar los seres humanos. Se llevó a cabo una investigación documental mediante el enfoque PRISMA para analizar el impacto de la inteligencia artificial (IA) en la personalización del aprendizaje en el ámbito educativo, a través de una revisión de estudios existentes que permita desarrollar estrategias innovadoras para optimizar los procesos de enseñanza. A partir de una revisión sistemática de publicaciones entre 2018 y 2023, se seleccionaron 14 estudios relevantes. Los resultados destacaron el uso de herramientas como los *chatbots*, que facilitan el aprendizaje personalizado mediante retroalimentación en tiempo real, y su implementación en procesos administrativos para reducir la deserción escolar. Sin embargo, se identificaron retos técnicos, éticos y sociales, como limitaciones en la gestión de herramientas, habilidades tecnológicas requeridas y problemas de privacidad y equidad. Se concluyó que la IA tiene un gran potencial transformador en la educación, siempre que se integre de forma estratégica, inclusiva y ética.

*Palabras clave:* Inteligencia artificial, personalización del aprendizaje, revisión sistemática, diseño instruccional, Chatbot

---

<sup>7</sup> UVP Universidad del Valle de Puebla, [diseño.virtual@uvp.edu.mx](mailto:diseño.virtual@uvp.edu.mx)

## Introducción

La tecnología ha evolucionado a pasos agigantados en los últimos años. Como parte de su historia, se han identificado varias fases por las que ha transitado: la era de la informática, la del internet, la de las redes sociales y, recientemente, la era de la inteligencia artificial (Macías, 2021). Diferentes ámbitos de la sociedad han sido impactados por esta evolución, incluyendo la educación.

En este sentido, a partir de ahora utilizaremos la abreviatura IA para referirnos a la inteligencia artificial, la cual tiene un amplio campo de utilidad en la educación. Salas-Pilco y Yang (2022), por ejemplo, señalan que su integración puede contribuir con el abordaje de problemas educativos particulares tales como la identificación de alumnos en riesgo de abandono escolar. Por su parte, Macías (2021) destaca la personalización de la enseñanza, la detección de obstáculos en el proceso de aprendizaje, la adaptación de los recursos pedagógicos disponibles, la mejora del razonamiento analítico, la promoción de la colaboración entre estudiantes en proyectos grupales, el fomento del pensamiento independiente y la entrega de información en tiempo real. De este modo, se reconoce que su integración no solo se queda como un apoyo en el salón de clases, sino que adquiere un fin pedagógico importante en la formación de los estudiantes.

Por esta razón, se requiere fortalecer las estrategias educativas dirigidas a los estudiantes, dado que las competencias que adquieran serán relevantes en el ámbito laboral que habrán de enfrentar. En las opiniones de Guzmán et al., (2023), destaca la importancia de mantenerse al día con las herramientas disponibles y las que se encuentran en desarrollo, con el fin de potenciar las habilidades de los estudiantes. Específicamente, se resalta la relevancia de la IA en la evolución de estrategias de enseñanza y aprendizaje. Al implementar nuevas estrategias basadas en inteligencia artificial, se impulsan las experiencias de aprendizaje y se mejora la personalización del proceso de enseñanza.

La IA tiene un impacto en la personalización del aprendizaje, lo que resulta beneficioso tanto para los docentes como para los alumnos en el ámbito educativo. Como expresan Rivas et al., (2023) la IA trae consigo un futuro prometedor en la evaluación del rendimiento, ya que proporciona retroalimentación de manera automática. Como resultado, esta automatización fomenta la experiencia de resolución de problemas y al mismo tiempo enriquece los procesos de aprendizaje.

Una herramienta beneficiosa para el seguimiento de los estudiantes son los chatbots, ya que desempeñan un papel fundamental en la resolución de dudas y proporcionan retroalimentación continua las 24 horas del día. Esto asegura que los alumnos tengan acceso a la información que necesitan y se sientan respaldados, incluso cuando el profesor no está disponible. Tal como Medrano et al., (2018) destacan, un chatbot eficaz no solo ofrece respuestas precisas, sino que también contribuye de manera significativa al proceso de aprendizaje. Por lo tanto, resulta crucial incorporar la IA en la experiencia educativa.

La incorporación de la IA en el ámbito educativo implica procesos políticos y administrativos que varían según cada nación. Como subraya la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura es fundamental garantizar una equitativa distribución de los recursos tecnológicos para la integración de la IA en la educación, al mismo tiempo que se fomenta el respeto, la ética y la transparencia en el acceso a la información (UNESCO, 2019). Por tanto, resulta esencial la conceptualización de los procedimientos para su implementación en el entorno educativo.

Aunado a lo anterior, se sabe que hoy en día, los estudiantes buscan un apoyo educativo más eficaz y de respuesta inmediata. En este sentido, Medrano et al., (2018) argumentan que la educación debe adoptar enfoques que hagan uso de asistentes virtuales, inteligencia artificial, aprendizaje automático y procesamiento de lenguaje natural. La integración de estas tecnologías en la personalización del aprendizaje no solo beneficia a los estudiantes, sino que también aporta mejoras a los medios de comunicación convencionales.

A partir de lo anterior, se tiene que los chatbots tienen el potencial de aportar mejoras significativas al ámbito educativo. Estas ventajas se manifiestan a través de la prestación de apoyo personalizado en entornos de aprendizaje masivos, la facilitación de la interacción asincrónica para un mayor control del proceso de aprendizaje, la solución de desafíos relacionados con la asistencia a grandes grupos de estudiantes, el incremento de la satisfacción y el desempeño estudiantil, la reducción de la carga de trabajo de los profesores al abordar preguntas, identificar errores y orientar la búsqueda de recursos (Fernández-Ferrer, 2023). La incorporación de chatbots en el diseño instruccional puede, en consecuencia, transformar de manera significativa el entorno educativo, con beneficios que abarcan desde la personalización del aprendizaje hasta la facilitación de la interacción asincrónica, alivio de la carga de trabajo docente y la realización eficaz de evaluaciones formativas.



Derivado de lo anterior, el objetivo de este trabajo fue identificar los conocimientos existentes acerca de la IA y su impacto en la personalización del aprendizaje. La finalidad de lo anterior es construir un marco de referencia que permita la estructuración de las características con las que se deben cumplir a fin de personalizar el aprendizaje mediante la IA.

## Método

Derivado del objetivo de la investigación, se buscó realizar una revisión sistemática de estudios publicados en bases de datos. Para ello, se estableció como criterio de selección principal que los reportes de investigación, capítulos de libro o tesis publicadas hubieran sido publicados entre 2018 y 2023. En total, se encontraron 20 publicaciones, de las cuales se analizaron únicamente 14 de ellas, debido a que los otros no se relacionaron directamente con el tema central de la revisión. No se consideró como criterio de selección el lugar donde se realizó la investigación, dado que se buscó construir un marco general de los avances correspondientes.

Como parte de la revisión y análisis, se construyó una matriz en Microsoft EXCEL en la que se detallaron los elementos del artículo, desde los generales: nombre, autor, año de publicación, palabras clave, país; hasta los específicos: objetivo, participantes, método, resultados, discusión y conclusiones. Con ello, se procedió a elaborar los diferentes apartados del informe de investigación.

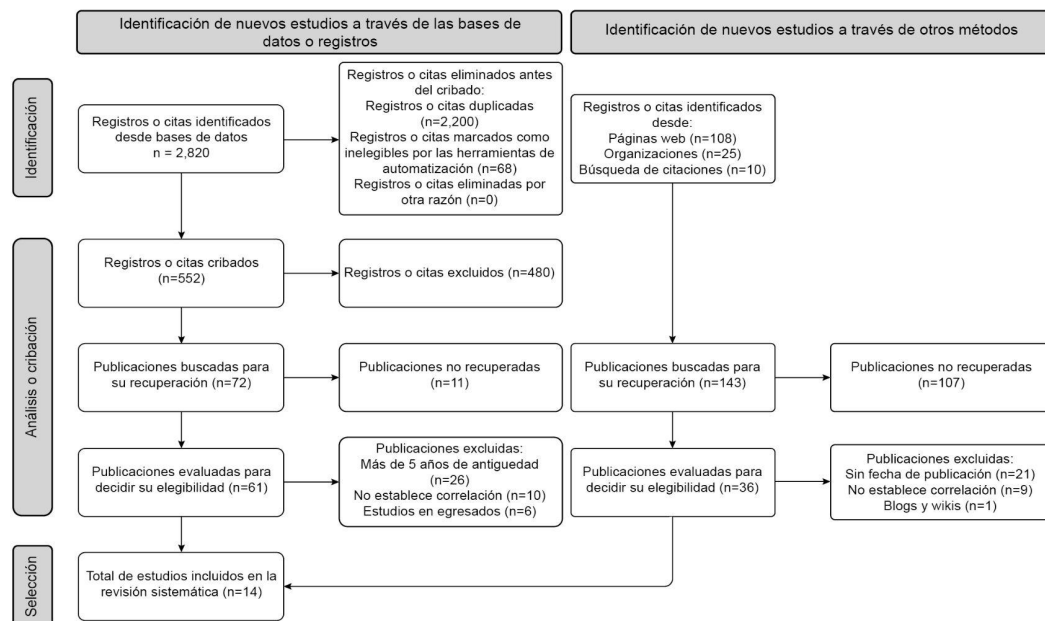
La revisión sistemática y recolección de documentos se realizó mediante el método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para organizar y documentar el proceso de selección de estudios. PRISMA 2020 beneficia en la transparencia y la precisión en los informes de revisiones sistemáticas. Al presentar características y la certeza de los estudios incluidos, facilita en evaluar su aplicabilidad y utilidad, optimizando la toma de decisiones y permitiendo recomendaciones más informadas (Page et al., 2021).

Se realizó una búsqueda en bases de datos académicas, la búsqueda se limitó a estudios publicados entre 2018 y 2023, tomando como referencia palabras clave como “inteligencia artificial,” “personalización del aprendizaje,” “diseño instruccional,” y “educación.” Se eliminaron los estudios duplicados y se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para asegurar que los estudios seleccionados se centran en la intersección entre IA y personalización del aprendizaje en contextos educativos.

Se realizó una revisión de los textos completos de los estudios seleccionados. Esta revisión garantizó que cada estudio incluyera información relevante sobre la inteligencia artificial en el contexto de la personalización del aprendizaje, tanto desde un enfoque metodológico como en términos de resultados y propuestas significativas para el ámbito educativo. Se consideraron estudios con diseños experimentales, descriptivos y mixtos, así como una minoría de estudios cualitativos, para obtener una visión comprensiva del tema.

Finalmente, en la fase de inclusión, se seleccionaron estudios que cumplieran con todos los criterios de la revisión sistemática. El diagrama de flujo PRISMA (Ver Figura 2.1) complementa la documentación de este proceso, representando visualmente cada etapa de selección y el número de estudios en cada fase: identificación, eliminación de duplicados, selección y elegibilidad.

**Figura 2.1**  
*Diagrama de flujo sobre la selección de documentos mediante PRISMA 2020*



En la figura 2.1 se presenta el proceso de filtrado y selección de documentos para la investigación documental realizada mediante el método planteado por la declaración PRISMA 2020, mismo que se hizo en tres fases: una de identificación en la que se buscaron los documentos en bases de datos

(encontrando originalmente 2,820) y en otros medios como páginas web, organizaciones y búsqueda de citas (encontrando 143); una segunda fase de análisis o cribación en la que se revisaron los registros y publicaciones encontrados para, posteriormente, ir excluyendo aquellos que no se pudieron recuperar o que no cubrieron con una serie de requisitos; y finalmente una última fase de selección, donde se acotaron catorce estudios recientes que relacionan un análisis integral de la contribución de la IA al diseño instruccional y a la personalización del aprendizaje con los que se trabajó la revisión sistemática.

## **Resultados y discusión**

De acuerdo con la información recabada, se encontró que los estudios que se han realizado respecto a la inteligencia artificial y sus implicaciones en la educación han tenido un enfoque cuantitativo o mixto. En la misma línea, los diseños que se presentan tienen características específicas, puesto que fueron principalmente descriptivos, algunos otros fueron experimentales y otros más no experimentales.

Este estudio se basa en la creciente demanda de los estudiantes de contar con apoyo en su experiencia de aprendizaje a través de la IA. Mediante la observación y la realización de encuestas, se recolectaron datos que permitieron la identificación y el análisis de estrategias destinadas a mejorar los procesos y la calidad del aprendizaje. Entre las propuestas destacadas de este estudio, se resalta la importancia de herramientas de IA, particularmente en el uso de chatbots, que desempeñan un papel fundamental en la resolución de dudas y proporcionan retroalimentación continua a lo largo de las 24 horas del día.

### *La Inteligencia Artificial en la administración y gestión escolar*

Tal es el caso por parte de Ortega de Ávila (2021), en el cual identifica que una necesidad que requiere seguimiento constante es la provisión de retroalimentación en los procesos administrativos que gestionan información para los estudiantes, como la solicitud de calificaciones, el servicio social, la documentación, entre otros. Es esencial que los alumnos tengan acceso inmediato a esta información para reducir los índices de deserción escolar, que a menudo se deben a la falta de seguimiento por parte de la institución.

Para contribuir a la resolución de problemas, Rubio et al., (2022) enfatizan que la inteligencia artificial, en forma de asistentes virtuales, desempeña un papel fundamental al agilizar la resolución de las inquietudes planteadas por los usuarios. Estos asistentes virtuales se distinguen por su habilidad para abordar preguntas frecuentes y facilitar el acceso a la información. En el estudio que realizaron, se observaron las interacciones de un total de 994 usuarios, de quienes recopilamos datos sobre su comportamiento. Estas interacciones abarcan no solo consultas de carácter administrativo, para las cuales originalmente se diseñó el asistente, sino también preguntas y dudas de diversa naturaleza, así como reclamaciones relacionadas con diversos aspectos. Los resultados del estudio indican que las interacciones de los usuarios a través de un asistente virtual son eficaces para mejorar la comunicación entre los usuarios y las áreas que los rodean. Esto subraya la viabilidad y utilidad de esta herramienta con respecto a dicho propósito.

La consideración de la percepción del usuario al interactuar con un asistente virtual es determinante para medir su eficacia y aceptación. Según la investigación de Ayuso-del Puerto (2022), los alumnos encuestados muestran una preferencia por la incorporación de la inteligencia artificial en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este enfoque se traduce en la percepción de un contenido más atractivo y envolvente. En consecuencia, la adaptabilidad de materiales educativos a través de la IA aumenta el interés de los alumnos y contribuye a la retención de conocimientos.

#### *Desafíos en la integración de la IA en la educación*

A pesar de los beneficios que los asistentes virtuales aportan al acompañamiento del alumno, Paredes (2021) destaca que se debe poseer un conocimiento exhaustivo del tema a construir. Esto se debe a que se requiere realizar una estructuración temática, que a su vez implica la comprensión y la conexión coherente entre los temas, con el propósito de establecer una ruta de programación eficiente en la plataforma. El autor subraya la importancia de contar tanto con habilidades técnicas como con experiencia en el campo temático al configurar y poner en funcionamiento esta herramienta.

La presencia creciente de IA en la educación se refleja en el estudio de Guzmán et al., (2023), en la cual identificaron que el Machine Learning se aplica en vehículos autónomos y robots, lo que generó interés en utilizar robots móviles como recursos pedagógicos en la enseñanza. Los resultados de su investigación fueron favorables, lo que les permite elegir la técnica adecuada para desarrollar Competencias Profesionales en el ámbito laboral. Como docentes, valoran la

importancia de la innovación y la aplicación de estrategias de enseñanza-aprendizaje. Sin lugar a dudas, esto resulta en un desafío para las instituciones educativas, debido a que requieren del planteamiento y construcción de situaciones que ameriten el uso de la IA.

### *El Chatbot como ejemplo principal de la integración de la Inteligencia Artificial*

Los chatbots desempeñan la función virtual de asesoramiento de manera inmediata, cumpliendo tanto el papel de estudiante como el de profesor. Moreno (2019) concluye que si se implementa la IA, se tiene beneficios significativos, como la reducción del tiempo dedicado a la elaboración y revisión de exámenes, así como el respaldo en los procesos de aprendizaje individuales. Estos agentes, respaldados por Machine Learning, se convierten en compañeros digitales que facilitan la personalización del aprendizaje. Destaca que la IA conlleva una conciencia ética, el desarrollo de habilidades tecnológicas y alfabetización digital. Este enfoque, combinado con el fortalecimiento de habilidades pedagógicas, posibilita la integración de la IA como una herramienta de apoyo que enriquece, en lugar de disminuir, el valor del trabajo de los profesores.

Es necesario la información actualizada y de acceso rápido; en investigaciones realizadas por Guzmán (2023) se menciona que los resultados subrayan la urgencia de proponer la implementación de Técnicas de Inteligencia Artificial en el Proceso Enseñanza-Aprendizaje, específicamente mediante la aplicación de Machine Learning en robótica móvil. A lo largo de su investigación, los estudiantes evidenciaron un pensamiento crítico al decidir la técnica más apropiada para abordar en el campo de la IA. Se destaca la posibilidad de considerar en el futuro otras técnicas analizadas, las cuales también contribuirían al fortalecimiento de sus competencias profesionales.

En este contexto, IA juega un papel en áreas como el modelado predictivo, análisis inteligente, tecnología de asistencia, análisis automático de contenido y análisis de imágenes. Salas-Pilco y Yang (2022) identifican que la IA se presenta como una herramienta que aborda diversos desafíos en aprendizaje, enseñanza y administración dentro de las instituciones de educación superior. Se reconoce que las aplicaciones tienen el potencial de elevar la calidad de la educación superior.

En última instancia, se enfatiza la importancia de la participación activa de diversas partes interesadas y tomadores de decisiones en el sistema educativo para comprender y capitalizar los beneficios que las tecnologías de IA pueden ofrecer. Ayuso-del Puerto et al., (2022) también

señalan que, además de potenciar la motivación, impulsa el desarrollo de habilidades relacionadas con la resolución de problemas y fomento a la creatividad. En el ámbito de la Educación Superior, la IA enriquece los entornos de aprendizaje, generando un interés tangible en los estudiantes y cultivando un gusto por la aplicación de tecnologías en su futura práctica docente.

Rivas et al., (2023) mencionan que estos avances permiten la creación de herramientas diseñadas para abordar las dificultades de aprendizaje de los estudiantes, lo que a su vez se traduce en beneficios como una menor tasa de deserción y una optimización general de las experiencias de aprendizaje. La transformación de los procesos de aprendizaje de los alumnos ha evolucionado, basándose en la comprensión de que el aprendizaje es una actividad intrínseca al ser humano y se adapta en conjunto con él.

En consecuencia, los autores determinan que los chatbots son una herramienta de inteligencia artificial fundamentada y destacan su relevancia en el ámbito educativo. Estas herramientas versátiles abarcan diversas aplicaciones, como suministrar información, orientar en la elección de cursos, administrar procesos administrativos y promover el bienestar estudiantil. Moreno (2019) destaca la importancia de un diseño efectivo, el cual debe garantizar fácil accesibilidad, privacidad y confianza, facilitar la comunicación entre estudiantes, proporcionar contenido relevante para objetivos de aprendizaje y adaptarse a las preferencias de los usuarios, tomando en cuenta aspectos de lenguaje e interacción. Estos atributos fundamentales tienen la posibilidad de potenciar significativamente la utilidad de los chatbots en el entorno educativo.

Los chatbots se implementan principalmente en el nivel superior de la educación, debido principalmente a los costos elevados y a la necesidad de conocimientos y habilidades específicas para su configuración y desarrollo. Por tanto, contar con un perfil técnico puede ayudar a mitigar las dificultades asociadas con su implementación. Según Paredes Rizo (2022), en relación con la experiencia de los estudiantes con el chatbot, los hallazgos destacan la importancia de la naturaleza informal de las conversaciones. Este aspecto debe ser considerado durante la configuración del chatbot, ya que debe estar preparado para recibir mensajes entrecortados o expresiones reducidas.

Una opción a considerar para abordar la problemática identificada es Dialogflow. Santacruz (2022) destaca su eficacia en facilitar la transmisión eficiente de información a los usuarios de manera rápida y concisa. Además, se subraya que esta herramienta se considera una plataforma idónea para la creación de chatbots y se enfatiza que la información se vuelve más confiable cuando se presenta en espacios institucionales específicos.

Con base en lo anterior, la implementación de asistentes virtuales desempeña un papel fundamental en la optimización de respuestas a preguntas frecuentes de los usuarios, actuando como un vínculo eficiente para acceder a la información y abordar consultas específicas de manera directa. En un estudio realizado por Rubio (2022), se destaca la valiosa utilidad de un asistente virtual en contextos de aprendizaje en línea. Este sistema permite abordar interrogantes cruciales, como la identificación de áreas de debilidad en la información institucional, el análisis de las consultas más recurrentes de los estudiantes y la identificación de áreas de mejora para garantizar un servicio educativo más efectivo en el futuro. Esto coincide con Casazola et al., (2021) en cuanto a que mencionan que el uso de la tecnología de chatbots en las organizaciones supone importantes mejoras para la atención al cliente.

Existen investigaciones que exploran el uso de asistentes virtuales para mejorar continuamente la experiencia educativa de los estudiantes. Una de ellas es la Investigación realizada por Paredes (2021), en la que pone a prueba UBOT, una herramienta innovadora que funciona como un asistente virtual integrable y adaptable a entornos virtuales. Esta herramienta desempeña un papel crucial al proporcionar información institucional confiable, lo cual refuerza la percepción de los estudiantes sobre la calidad del servicio y su sentido de pertinencia. En síntesis, la implementación de asistentes virtuales como UBOT no solo optimiza los procesos, sino que también aporta de manera significativa a la mejora continua y a la satisfacción tanto de usuarios como de estudiantes. Se determina que implementar esta tecnología potencia la experiencia de aprendizaje de forma positiva en la resolución de problemas.

La implementación de tecnología en procesos educativos, según señalan Medrano et al., (2018) resulta en la optimización de los procesos y en una mejora en la experiencia del usuario a través de respuestas automáticas. Invertir en estas tecnologías no solo aligera la carga laboral de los docentes, sino que también proporciona un respaldo continuo al alumno durante su proceso de aprendizaje. Aunque los prototipos implementados son susceptibles de mejoras, se deben realizar ajustes futuros para minimizar los márgenes de error del agente, con el objetivo de lograr un acceso más eficiente conforme al perfil de usuario.



## Conclusiones

La evolución acelerada de la tecnología, especialmente en el ámbito de la IA, ha dejado una marcada huella en la educación. La IA se vislumbra como un recurso con potencial para personalizar el aprendizaje, abordar problemas educativos específicos y transformar la manera en que los estudiantes y docentes interactúan con la información. A pesar de los beneficios evidentes, aún existen amplias áreas por descubrir y comprender en cuanto a la aplicación de la inteligencia artificial en la educación.

La personalización del aprendizaje emerge como un tema central, subrayando la capacidad de la IA para adaptar recursos pedagógicos, identificar obstáculos en el proceso de aprendizaje y proporcionar información en tiempo real. La implementación de chatbots se destaca como una herramienta valiosa para ofrecer un apoyo personalizado a los estudiantes, contribuyendo así con una educación más adaptada a las necesidades individuales. No obstante, la introducción de la IA en el ámbito educativo no está exenta de desafíos. La distribución equitativa de recursos tecnológicos, así como la consideración de aspectos éticos y transparentes en el acceso a la información, son puntos cruciales que requieren atención.

La formación docente y las habilidades técnicas se presentan como aspectos esenciales para una integración exitosa de la IA en la educación. No solo se trata de adoptar herramientas tecnológicas, sino de comprender profundamente su funcionamiento y su potencial impacto en la enseñanza y el aprendizaje. La percepción positiva de los estudiantes hacia la integración de la IA destaca la preferencia por un contenido educativo más atractivo y envolvente.

En este contexto de rápida evolución tecnológica, la necesidad de actualización y adaptación continua se vuelve evidente. Las instituciones educativas y los docentes deben mantenerse al tanto de las herramientas disponibles y en desarrollo para potenciar las habilidades de los estudiantes y mejorar las estrategias de enseñanza. Además, la IA plantea no solo desafíos técnicos, sino también dilemas éticos. La conciencia ética, el respeto y la consideración de aspectos como la privacidad son elementos cruciales en la implementación en la educación. La participación de diversas partes interesadas y tomadores de decisiones se destaca como fundamental para comprender y capitalizar los beneficios de estas tecnologías.

Derivado de lo anterior, se tiene que la IA abre oportunidades emocionantes para transformar la educación, pero su implementación efectiva requiere un enfoque equilibrado que considere no solo los aspectos técnicos, sino también los éticos y humanos. La formación continua, la adaptabilidad y la atención a las necesidades específicas de los estudiantes son claves en este proceso de integración tecnológica en el ámbito educativo.

### Referencias Bibliográficas

- Ayuso-del Puerto, D., & Gutiérrez-Esteban, P. (2022). La Inteligencia Artificial como recurso educativo durante la formación inicial del profesorado. *RIED: Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 25(2), 347–362. <https://doi.org/10.5944/ried.25.2.32332>
- Casazola, O. D., Alfaro, G., Burgos, J., & Ramos, O. A. (2021). La usabilidad percibida de los chatbots sobre la atención al cliente en las organizaciones: una revisión de la literatura. *Interfases*, (014), 184-204. <https://doi.org/10.26439/interfases2021.n014.5401>
- Fernández, M. (ed.) (2023). Chatbots en educación. Tendencias actuales y desafíos futuros. Barcelona: LMI. (Colección Transmedia XXI) <http://www.lmi.ub.es/transmedia21/>
- Guzmán, S. M., Martínez, I. T., Oyosa, G. J., Castellanos, M. E. R., Nolasco, R. D., Martínez, Y. S. de la C., Martínez, S. de la C., & Tovar, I. D. D. (2023). Propuesta de Implementación de Técnicas de Inteligencia Artificial en el Proceso Enseñanza-Aprendizaje para Fortalecer las Competencias Profesionales en los Estudiantes de la Carrera de Ingeniería en Sistemas Computacionales del TecNM Campus Minatitlán. *Brazilian Journal of Development*, 9(1), 5290–5304. <https://doi.org/10.34117/bjdv9n1-361>
- Macías, Y. (2021). *La tecnología y la inteligencia Artificial en el sistema educativo*. [Tesis para obtener el Master en profesor de ESO y Bachiller, FP y Enseñanza de idiomas]. Repositorio Universitat Jaume I <http://hdl.handle.net/10234/195263>
- Medrano, J., F., Alejandro, C. & Tejerina, M., A. (2018). Empleo de un ChatBot en el aula como herramienta de apoyo al proceso de enseñanza-aprendizaje. *V Jornadas de Innovación Educativa. Facultad de Ingeniería*. Sv(Sn) pp. 1-7.
- Moreno, R. D. (2019). La llegada de la inteligencia artificial a la educación. *Revista De Investigación En Tecnologías De La Información*, 7(14), 260–270. <https://doi.org/10.36825/RITI.07.14.022>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [UNESCO] (2019, 25 de junio). Beijing Consensus on Artificial Intelligence and Education. [Conferencia]. Beijing, China. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000368303>
- Ortega de Ávila, E., Ortiz M., Alvarado de la Torre, B. V., Barajas, J. M., & Bautista, J. O. (2021). Propuesta de Chat Bot en la Tutoría del Tecnológico Nacional de México. *Congreso Internacional de Investigacion Academia Journals*, 13(8), 393–398. <https://easychair.org/publications/preprint/P392>

- Page M J, McKenzie J E, Bossuyt P M, Boutron I, Hoffmann T C, Mulrow C D et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews *BMJ* 2021; <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Paredes, C. (2021). *Chatbots en educación secundaria: retos y propuestas para su aplicación en el aula*. [Tesis para optar por el Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas]. Universidad de Valladolid (UVa) <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/50989>
- Rivas, A., Buchbinder N., Barrenechea, I. (2023). *El futuro de la inteligencia artificial en educación en América Latina*. Profuturo y OEI. ISBN 978-84-86025-22-9
- Rubio, J. M., Neira, T., Molina, D., Vidal-Silva, C. (2022). Proyecto UBOT: asistente virtual para entornos virtuales de aprendizaje. *Información Tecnológica*. 33(4), pp. 85-92. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642022000400085>
- Salas-Pilco, S. Z., & Yang, Y. (2022). Artificial intelligence applications in Latin American higher education: a systematic review. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*. 19(21) pp. 2-20. <https://rdcu.be/dgM3H>
- Santacruz, A., J. (2022). *Implementación de un Chatbot basado en IA para automatizar la información y comunicación en la Unidad de Titulación de la carrera de Pedagogía de las Ciencias Experimentales Informática de la UCE, en el período lectivo 2021 2022*. [Tesis para obtener el grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Informática]. Repositorio Digital de la Universidad de la Universidad central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/28053>

## CAPITULO

# 3

## Experiencias del Semillero de Investigación Educativa en el Programa de Educación Infantil

Teresa de Jesús Ramos-Murillo<sup>8</sup>  
Blanca Lía Parada-Padilla<sup>9</sup>  
Rosa Virginia Torres-Hernández<sup>10</sup>

### Resumen

El presente trabajo describe y da a conocer las acciones realizadas en el proyecto Semillero de Investigación Educativa (SIE) del Programa de Licenciatura en Educación Infantil (LEI), de la Unidad Académica Educación y Humanidades de la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN). En principio se explica qué son los semilleros de investigación educativa y la política de investigación que los sustentan; tiene como objetivo reconocer el impacto y desarrollo de los SIE en la formación de investigadores semilla dentro del programa de LEI de la UAN, destacando sus logros, desafíos y perspectivas de crecimiento; en un segundo momento, se describe la metodología utilizada y los proyectos de investigación llevados a cabo; posteriormente, se explican los avances en la construcción de un programa de investigación. Se han publicado artículos, con la colaboración de estudiantes en eventos de impacto científico, como el verano de investigación científica (DELFÍN) y el Congreso Nacional de Estudios en Atención a la Primera Infancia. La metodología utilizada para el abordaje del presente trabajo es de estudio de investigación acción participativa (IAP) con técnicas de observación y aplicación de práctica en los distintos proyectos de investigación. Actualmente, se impulsa la formación de nuevas semillas. Un semillero de investigación educativa se caracteriza por su enfoque formativo, colaborativo, orientado a la producción de conocimiento científico, con un fuerte componente de mentoría y una infraestructura de apoyo que facilita el desarrollo de proyectos relevantes y de calidad.

*Palabras clave:* Educación superior, semillero de investigación educativa, habilidades investigativas, proyectos de investigación, Investigación acción participativa (IAP)

<sup>8</sup> Universidad Autónoma de Nayarit

<sup>9</sup> Universidad Autónoma de Nayarit

<sup>10</sup> Universidad Autónoma de Nayarit

## Introducción

La generación de los SIE pretende desarrollar las habilidades investigativas en los estudiantes semilla, así como en los docentes que integran el programa académico LEI de la UAN a través de esta iniciativa. A través de esta iniciativa se busca el desafío de proporcionar espacios que cultiven el interés por la cultura de la investigación.

El alcance de este trabajo radica en recabar las experiencias registradas mediante la intervención de los estudiantes investigadores en el ámbito de la educación, lo cual ha proporcionado un enriquecimiento en torno a la investigación y las diversas formas de aproximación que esta brinda. Esto se puede apreciar en la variedad de proyectos de investigación tanto nivel nacional como internacional realizados a partir del año 2019.

A través del trabajo realizado el núcleo de profesores que participan en el SIE, se ha percatado de la importancia de la participación del estudiantado en procesos de investigación, los cuales deben sistematizarse ya que estos son la base para la realización de proyectos que logren impactar significativamente en los entornos educativos. Se pretende compartir el trabajo del SIE realizado por el estudiantado y docentes del programa LEI de la UAN, sus logros y retos. La característica principal de este trabajo es la promoción hacia la investigación a través del SIE, siendo este un proceso dinámico, creativo, acorde a los contextos educativos y sus tensiones.

### **Fundamentación teórica de los semilleros de investigación educativa**

En los últimos años han surgido distintas concepciones teóricas sobre la importancia de crear Semilleros de Investigación Educativa (SIE), como una propuesta académica de formación que potencializa a los jóvenes estudiantes hacia la investigación. Distintas universidades en México ofrecen espacios para que los estudiantes y docentes se integren a los SIE. como lo menciona Gallardo-Cerón y Duque-Castaño (2022) definen al Semillero de Investigación como el sitio en el que se le reconoce a los estudiantes como individuos con capacidad en donde se permite cimentar la identidad a través de actividades enfocadas a su comunidad realizando proyectos investigativos (pp 3-4).

Castro-Rodríguez (2022 como se citó en Morales-Santillán y Peralta-Herrera, 2023) indica que “Los semilleros de investigación son una estrategia de investigación formativa, toda vez que constituyen el lugar donde el estudiante aprende no solo elementos, sino también, procesos de la

investigación a partir del mismo acto investigativo; es decir, se aprende a investigar, investigando” (p 54).

Martínez-Daza et al., (2021, como se citó en Castro-Rodríguez, 2022) afirma que “en un SI, la investigación presenta un carácter formativo que es de aproximación, iniciación de despertar el ‘espíritu investigativo’ y ‘motivación’ hacia la investigación”. Cantos-Figueroa et al. (2020) explican que “los semilleros de investigación se han convertido en una opción para dar respuesta a la demanda de formación de los futuros investigadores desde el pregrado universitario” (p. 987 ).

Algunas instituciones universitarias están observando la necesidad de crear un SIE como actividad investigativa, de manera que se puedan aplicar proyectos que atiendan problemáticas o bien aporten de manera significativa a sus contextos. La Benemérita Escuela Normal del Estado de Sonora “Profr. Jesús Manuel Bustamante Mungarro crea un Semillero Ambiental que para septiembre de 2022 cuenta con 53 miembros, quienes enfocan su trabajo principalmente a ecosistemas marinos y terrestres. Como producto tuvieron la publicación de un libro titulado *Sonora, mi casa de mar y tierra*, el cual se utiliza como texto educativo dentro de la misma institución evidenciando temas investigativos realizados dentro de su SI (CONAHCYT, 2022).

La Universidad CNCI virtual junto con la Fundación Universitaria del Área Andina, lanzó en el año 2022 una convocatoria invitando a participar en un SIE con la finalidad de desarrollar habilidades para el análisis de fenómenos de tipo social como empresarial local, nacional e internacionalmente. Los beneficios que esta institución menciona a sus estudiantes incluyen el desarrollo de las habilidades investigativas, acompañamiento de especialistas nacionales como internacionales así como los espacios digitales de investigación. Esta institución se interesa en realizar publicaciones con los resultados obtenidos de sus proyectos de investigación.

### **Estudios que argumentan el desarrollo de los semilleros de Investigación Educativa**

Podemos decir que Lara (2022), en su estudio titulado Conformación de Semilleros de Investigación, una alternativa pedagógica para fortalecer procesos educativos enfocados en el estudiante como centro de su aprendizaje, indica que el SIE constituye una práctica pedagógica e investigativa que debe ser fortalecida en las instituciones públicas de educación básica y media, para brindarle a los estudiantes experiencias investigativas reales que favorezcan sus habilidades críticas y su capacidad de liderazgo. En el contexto de las IES, los SIE son espacios o programas que están diseñados para promover el ingreso y participación de estudiantes y docentes en

actividades propias de la investigación. De acuerdo con Moreno (2005) se considera que la formación académica de estudiantes de licenciatura deben desarrollar habilidades investigativas, que se refieren a todas aquellas destrezas que potencian al estudiantado para que pueda realizar una investigación de calidad. Asimismo, son consideradas como un conjunto de acciones que regulan y guían el proceso de investigación determinando cinco las habilidades investigativas básicas que se desarrollaron: observar, describir, analizar, sintetizar e interpretar (Martínez & Márquez, 2014).

### **Marco Normativo**

La investigación en la IES se fundamenta en un marco jurídico nacional que parte desde la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en su última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación (DOF) el 28 de mayo de 2021 en el Artículos 3.º, apartado V, atribuye que el Estado apoyará la investigación e innovación científica, humanística y tecnológica.

Por otro lado, en la Ley General de Educación en su artículo 49, se reconoce a las universidades la facultad para ejercer la libertad de cátedra e investigación, bajo su propio marco normativo. Ahora bien, en el capítulo V de esta misma ley, que se titula Del fomento de la investigación, la ciencia, las humanidades, la tecnología y la innovación, comprendidos desde los artículos 52 al 55, enuncia que las IES promoverán, a través de sus ordenamientos internos, que sus docentes e investigadores participen en actividades de enseñanza, tutoría, investigación y aplicación innovadora del conocimiento. El Estado apoyará la difusión e investigación científica, humanística y tecnológica que contribuya a la formación de investigadores y profesionistas altamente calificados (LGE, 2019).

Así como también, en la Ley General de Educación Superior, en su Capítulo II Del fortalecimiento a la ciencia, tecnología e innovación en las Instituciones de Educación Superior, menciona que debe existir una articulación entre el Sistema Nacional de Educación Superior y el Sistema Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación, cuyo propósito de las autoridades y de las IES es promover las vocaciones científicas, tecnológicas y humanísticas e innovadoras, consolidar los procesos de enseñanza y aprendizaje de la investigación; estos propósitos son afines al de los SIE y además, el de desarrollar el fomento de investigadoras e investigadores.

De este Marco jurídico, se desprenden las iniciativas de políticas en México en investigación, que están articuladas a la agenda internacional 2030, que ha llevado a implementar estrategias que promuevan la cooperación entre países como lo establece la propia UNESCO en

sus indicadores de Investigación y Desarrollo. Por ello, las autoridades definen, articulan y coordinan las estrategias que impulsan la investigación humanística y científica tales como El Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT), en congruencia con los Programas Nacionales Estratégicos, Pronaces.

Ahora bien, en casos muy específicos de programas ya conocidos que permiten incentivos en investigación dentro de los IES, como el Sistema Nacional de Investigadoras e Investigadores (SNII) y el Programa para el Desarrollo Profesional Docente (PRODEP), se basan en proceso de evaluación de la productividad dentro de la investigación y la docencia, es decir, estos programas también promueven la investigación a través de grupos de investigación, cuerpos académicos y grupos colegiados, como los SIE.

### **Las políticas de Investigación en la UAN**

La Universidad Autónoma de Nayarit (UAN) en su Plan de Desarrollo Institucional (PDI) 2022-2028 en su eje 2 innovación social: investigación y participación, menciona que es preciso producir conocimiento a través de la investigación e innovación; educar profesionales completos y actuar con un sentido de responsabilidad social. En este mismo documento que surge de un diagnóstico previo, determina problemáticas en torno a la investigación, como el poco trabajo en redes académicas, la promoción en los grupos de investigación y cuerpos académicos de los proyectos de investigación y la incorporación de estudiantes y docentes a esos proyectos. Además, de fortalecer la política al interior de la UAN en promover proyectos y programas como el programa EXPLORA, Verano Delfín de Investigación Científica.

Particularmente, la Unidad Académica de Educación y Humanidades en su plan de Desarrollo 2019-2025 tiene como meta la construcción de redes de trabajo académico a partir de la movilidad y estancias de investigación, tanto para estudiantes como para docentes y hacer más accesible a los estudiantes los proyectos y que permiten comprender la metodología a través de la praxis misma.

Dentro del programa de Licenciatura en Educación Infantil (LEI), se organizan por medio de grupos colegiados como las academias, los cuerpos académicos, grupos de investigación y el comité curricular; en el interior de estos, es donde se decide emprender los proyectos de investigación, las líneas de generación o aplicación del conocimiento, ahí es donde se gesta la convocatoria semestral para promover el SIE, cuyo objetivo es estructurar un semillero de



investigación conformado por estudiantes de la Licenciatura en Educación Infantil y por el profesorado que tengan inquietudes en formarse como investigadores, además, teniendo como objetivos específico el de fomentar la investigación educativa específica la educación infantil, definir propiedades de investigación sobre temas y problemas relacionados a la Educación Infantil y el realizar estudios sistemáticos que permitan analizar y comprender la realidad local, regional, nacional e internacional respecto a las problemáticas presentadas en la educación infantil.

### **Metodología**

El SIE, espacio extracurricular y voluntario con un enfoque en la formación y el aprendizaje, proporciona una formación práctica en métodos y técnicas de investigación de acción participativa, dado que pretende que el estudiantado desarrolle habilidades para reflexionar y pensar de forma autónoma al diseñar e intervenir en cada proyecto de investigación, se fomentan las habilidades críticas como el análisis, la síntesis, la redacción científica. Las técnicas que se utilizan corresponden a la observación sistemática y participativa, por su involucramiento en el diseño y ejecución de los diferentes proyectos, así como en la presentación de resultados de los proyectos de investigación que se trabajan en conjunto con los profesores investigadores y estudiantes. Es interdisciplinario, conformado por investigaciones de distintas disciplinas, promoviendo enfoques multifacéticos y colaborativos. Fomenta el trabajo en equipo, donde cada miembro aporta su conocimiento y habilidades al proyecto común.

Las categorías de análisis del presente trabajo son Formación en investigación, entendiéndose estas como el desarrollo de competencias investigativas, los procesos de capacitación recibidos, las estrategias de enseñanza y aprendizaje. Otra es la Gestión del Semillero de Investigación Educativa, revisando la organización y estructura, los recursos humanos y financieros, así como las políticas institucionales que hacen que el SIE sea factible. Por último, Producción y vinculación académica son aquellos proyectos de investigación realizados, la generación de conocimientos, la participación en eventos nacionales e internacionales de impacto, la colaboración en redes de investigación y la alianzas interinstitucionales.

Su operatividad permite la guía de uno o varios docentes que actúan como facilitadores proporcionando orientación y supervisión constante, así como retroalimentación continua donde las y los estudiantes reciben *feedback* regular sobre su desempeño y avances en la investigación.

El horario de encuentro de las semillas con sus profesores investigadores son todos los viernes de 12:00 a 14:00 hrs.

En relación a los proyectos, cada uno cuenta con los registros institucionales ante la Secretaría de Investigación y Posgrado (SIP) de la UAN, con objetivos, hipótesis y metodología claramente definidos, orientados a temas relevantes y actuales de la educación infantil, buscando contribuir al conocimiento científico y/o a la solución de problemas específicos. Para el desarrollo de competencias científicas en las y los estudiantes y profesores, se desarrollan metodologías para la investigación, así como las técnicas e instrumentos para el manejo y análisis de los datos tanto cualitativos como cuantitativos. Para la comunicación de los resultados se preparan a los estudiantes para presentar los informes o hallazgos en congresos, foros o en la construcción de artículos científicos. Con ello, se fomenta el pensamiento crítico, la capacidad para cuestionar y analizar de manera objetiva y creativa.

De la infraestructura y los recursos, el SIE se implementa en los espacios académicos, cubículos de los profesores en lo particular y en lo colectivo en sala de juntas, en aulas regulares; es decir; se hace uso de las instalaciones de la Unidad Académica de Educación y Humanidades. Los recursos que se utilizan van acorde a los proyectos de investigación, ya que la mayoría opera por medio de recursos propios tales como papelería y equipo tecnológico. Otros proyectos han sido beneficiados a través de convocatorias que promueve la SIP.

Una de las funciones sustantivas del SIE es la evaluación y seguimiento a los proyectos de investigación, analizar avances, valorar cambios y replantear acciones; es una tarea que se realiza entre los equipos conformados por profesores y sus semillas (estudiantes), y la toma de decisiones se determina en colectivo; además, se fomenta la ética y responsabilidad social en beneficio de una comunidad y su entorno. En resumen, un semillero de investigación se caracteriza por su enfoque formativo, colaborativo, y orientado a la producción de conocimiento científico, con un fuerte componente de mentoría y una infraestructura de apoyo que facilita el desarrollo de proyectos relevantes y de calidad.

El propósito de un semillero de investigación tiene varias perspectivas; para el SIE de la Licenciatura en Educación Infantil va de acuerdo con los planteamientos del autor Mario Bunge, el cual anuncia que uno de los objetivos fundamentales de los semilleros de investigación es la formación integral de los estudiantes como futuros investigadores. Bunge resalta la importancia de desarrollar no solo habilidades técnicas y metodológicas, sino también competencias críticas y

éticas en la investigación. Los semilleros ofrecen un entorno donde los estudiantes pueden experimentar el proceso completo de investigación, desde la formulación de hipótesis hasta la divulgación de resultados (Bunge, 2012).

En el mismo sentido, José Joaquín Brunner destaca que los semilleros de investigación tienen como propósito fomentar una cultura de investigación dentro de las instituciones educativas. Para Brunner, es crucial que las universidades y centros educativos no solo se dediquen a la enseñanza, sino que también se conviertan en generadores de conocimiento (Brunner, 2007). Por lo antes mencionado, el SIE ofrece grandes ventajas para las y los estudiantes de la Licenciatura en Educación Infantil, porque desarrolla habilidades de Investigación, aprenden distintas metodologías de investigación, técnicas de recolección y análisis de datos, así como afinar las habilidades críticas para la elaboración de informes científicos. Una vez que se encuentren en el campo laboral, podrán visibilizar las problemáticas del entorno escolar y los factores que influyen en el aprendizaje y desarrollo de las infancias y sus familias que atiende, porque los y las estudiantes aprenden a formular preguntas, diseñar estudios y pensar de manera crítica y creativa para resolver problemas.

Participar en un semillero permite a las y los estudiantes profundizar en temas específicos de su área de estudio, en este caso aquellos relacionados al desarrollo y aprendizaje de la infancia de 0 a 6 años, ampliando su conocimiento más allá de lo cubierto en clase. También desarrollan habilidades para trabajar en grupo, lo cual es esencial para la socialización de los saberes y la construcción de comunidades de aprendizaje. La participación en proyectos de investigación facilita la creación de redes de contactos con otros estudiantes, docentes e investigadores; estos pueden ser beneficiados para futuras oportunidades académicas y laborales. La experiencia en investigación puede ser un diferenciador clave en el currículum de un estudiante al momento de buscar empleo o aplicar a programas de posgrado.

Existen ventajas para el profesorado, principalmente en la actualización y enriquecimiento profesional. La colaboración con estudiantes en proyectos de investigación mantiene a los docentes actualizados en su campo y en contacto con nuevas ideas y enfoques. En cuanto a la producción académica, la investigación conjunta puede resultar en publicaciones académicas, aumentando la producción científica del docente y de la UAN. Innovación en la enseñanza, la experiencia investigativa puede traducirse en mejoras en los métodos de enseñanza y en la actualización de los contenidos curriculares.

Para la institución el SIE, representa una mejora de la calidad educativa, ya que la participación contribuye a elevar el nivel académico de la institución, haciendo que los programas de estudio sean más atractivos para futuros estudiantes. En el mismo propósito aumenta el prestigio y reconocimiento. Las publicaciones y los proyectos de investigación exitosos pueden incrementar el prestigio de la institución tanto a nivel nacional como internacional; es decir, fortalece la comunidad académica, y como resultado de las investigaciones exitosas pueden atraer financiamiento externo y colaboraciones con otras instituciones y organizaciones.

De tal manera que los SIE, para la sociedad, sean también un beneficio en la solución de problemas reales, donde los proyectos de investigación pueden enfocarse en problemas locales, regionales o globales, contribuyendo a la solución de estos. De la misma forma se transfiere al conocimiento, la investigación académica puede derivar en innovaciones y mejoras prácticas que beneficien a la sociedad en general. Su contribución es amplia en la formación de ciudadanos, fomenta una ciudadanía más crítica, informada y comprometida con el desarrollo y bienestar de su entorno.

En resumen, el semillero de investigación es una herramienta clave para el desarrollo integral de las y los estudiantes de la licenciatura en educación infantil, el fortalecimiento del cuerpo docente, la mejora continua de la calidad institucional y la contribución significativa al bienestar de la sociedad.

### **Objetivo General del Semillero de Investigación LEI**

Fomentar la investigación educativa con énfasis en la educación inicial y preescolar en las estudiantes de la Licenciatura en Educación Infantil (Figura 3.1).

### **Objetivos Específicos**

- Realizar una convocatoria semestral invitando a la participación y pertenencia al SIE.
- Programar actividades formativas y de carácter metodológico sobre la aplicación del método científico.
- Presentar al menos tres proyectos semestrales a realizar, en los que puedan participar docentes y estudiantes involucrados en todo el proceso de investigación.

**Figura 3.1**  
*Semillero de Investigación LEI*



### **Líneas de investigación**

- 1 El desarrollo infantil temprano
  - 1.1 Participación de los padres y madres en la educación infantil
  - 1.2 Nutrición y salud en la educación infantil
  - 1.3 Diferencias de género en la educación
2. Problemáticas en torno a la educación de los infantes
  - 2.1 Efectos de la tecnología en la infancia
  - 2.2 Estrategias para promover la alfabetización temprana
  - 2.3 Inclusión de niños con discapacidades
  - 2.4 Desarrollo emocional y social
  - 2.5 Impacto de la música y el arte en el aprendizaje
  - 2.6 Evaluación y seguimiento del progreso
  - 2.7 Desarrollo del lenguaje en contextos multilingües.
  - 2.8 Educación y prevención de la violencia infantil

2.9 Impacto de la educación preescolar en el éxito académico a largo plazo

2.10 Procesos formativos, didácticos y pedagógicos; gamificación, gestión escolar

2.11 Evaluación e innovación en educación inicial y preescolar

Las actividades internas del Semillero de Investigación facilitan la participación de profesores y estudiantes en diversas modalidades de capacitación y formación académica, tales como talleres, foros, diplomados, congresos, encuentros académicos y seminarios. Estas actividades se centran en temáticas fundamentales para la formación investigativa, que incluyen metodologías de investigación, técnicas de recolección y análisis de datos, redacción científica, ética en la investigación, entre otros aspectos relevantes. Cabe destacar que una de las actividades principales son las lecturas dirigidas, las cuales promueven la discusión crítica de artículos científicos y textos especializados directamente relacionados con los proyectos de investigación del semillero. Este ejercicio académico permite a los participantes desarrollar habilidades de comprensión, análisis crítico y argumentación científica.

Desarrollo de Proyectos de Investigación dentro de los cuales se definen preguntas de investigación, hipótesis, objetivos, y diseño metodológico, revisión bibliográfica, búsqueda y análisis de literatura científica relacionada con el tema de estudio, recolección de base de datos, diseño y aplicación de instrumentos de recolección de datos de diversos instrumentos (encuestas, entrevistas, experimentos, etcétera.), análisis y síntesis de información, interpretación de resultados, elaboración de informes.

Las actividades externas están relacionadas con la presentación de resultados de investigación, en congresos, conferencias, eventos académicos. Con la misma perspectiva se elaboran artículos para publicaciones de libro o capítulos de libro. En las actividades interinstitucionales, es importante resaltar que algunos de las y los profesores del SIE, participan en el Programa Nacional de Formación e innovación para Atender a la primera infancia desde la universidad pública, lo que demuestra la colaboración en redes y grupos de investigación.

## Resultados

En la Licenciatura en Educación Infantil se tienen 20 proyectos registrados ante la SIP en el periodo de 2018 a 2023 (Tabla 3.1). Las investigaciones realizadas por docentes y estudiantes permiten innovar la práctica en la Educación Infantil. Se participa en proyectos de investigación con y sin financiamiento a partir de programas federales; a continuación, se presenta una tabla de los proyectos registrados.

**Tabla 3.1**

*Proyectos registrados ante la SIP*

No.	Título	Tipo de Financiamiento		Categoría	
		Con	Sin Financiamiento	En proceso	Concluido
		Financiamiento			
1	El uso de herramientas web 2.0, plataformas digitales y la tutoría en la Licenciatura de Educación Infantil		X		X
2	Diseño y producción de medios comunicativos para la enseñanza		X		X
3	Fomento a la lectura con padres de familia y niños en edad preescolar y primaria en contextos vulnerables y multiculturales	X			X
4	La estructura familiar y el desempeño académico de los estudiantes de quinto grado de la Licenciatura en Educación Infantil		X		X
5	La docencia del inglés en el nivel básico	X			X
6	Retos de los estudiantes de Educación Infantil ante el COVID-19		X		X
7	Actuación de los padres de familia en la formación de hábitos de lectura en sus hijos		X		X
8	Diagnóstico de necesidades de formación de los profesionales en educación		X	X	
9	Educación comunitaria y tradiciones en la región sureste del estado de Nayarit		X		X
10	Competencias emocionales y actitudes igualitarias en educación básica		X	X	
11	Desarticulando la violencia juvenil y de género en universidades mexicanas	X		X	
12	El docente y los procesos de interacción lingüística con estudiantes indígenas en la escuela monolítica: el caso de la Universidad Autónoma de Nayarit		X	X	
13	Aprendizajes y desaprendizajes de la educación universitaria durante la pandemia y los efectos del confinamiento en población universitaria con perspectiva de género	X			X

No.	Título	Tipo de Financiamiento		Categoría	
		Con	Sin Financiamiento	En proceso	Concluido
		Financiamiento			
14	Estrategias para el desarrollo de investigación inter, multi y transdisciplinar por parte de los docentes de la Universidad Autónoma de Nayarit	X			X
15	Condiciones actuales de la educación infantil y la formación de los estudiantes del programa académico de Licenciatura en Educación Infantil		X	X	
16	Apropiación tecnológica de los docentes y estudiantes de nivel superior de la UAN post COVID-19: los retos de la educación en la práctica docente y el aprendizaje	X			X
17	Género y emprendimiento para el desarrollo rural. Formación para mujeres empresarias	X			X
18	Siguiendo la huella de la violencia de género. Activación del Observatorio de Violencia Social y de Género UAN-NAY (OVSG-UAN-NAY)	X			X
19	Inclusión educativa en el Nivel Superior de la Universidad Autónoma de Nayarit		X		X
20	El orgasmo femenino desde un enfoque multidisciplinar	X			X

Fuente: Base de datos de Concentrado de la Producción de Cuerpo Académico.

En el año 2020, se participó con el proyecto titulado “Los retos de los estudiantes de Educación Infantil ante el COVID-19” sin financiamiento, de este se escribió un artículo y un capítulo de libro. En esta ocasión participaron cinco estudiantes en su mayoría de nuevo ingreso. La pandemia en el año 2021 y 2022 no permitió continuar con las actividades del SIE; sin embargo, en este año 2023 sí se realizó una convocatoria con cinco proyectos. En mayo del año 2024, estudiantes y docentes participaron en la Semana Pedagógica de la Universidad de Pamplona, Colombia, donde presentaron las experiencias del semillero en el desarrollo de las habilidades investigativas como herramienta para la enseñanza y el aprendizaje.

Como parte de la evaluación de las categorías de análisis, se realiza un cuestionario dirigido a los 20 investigadores semilla en el cual los resultados refieren en un porcentaje del 85% que sus habilidades investigativas se ven fortalecidas en la técnica de recolección de datos y en el diseño instrumentos que conlleva a la adquisición de nuevos conceptos. Así se cuestiona sobre la medida en que contribuyen las habilidades investigativas en su formación profesional, siendo el porcentaje de 72.9 reconocidos como altamente importante y 21% moderadamente importante.



Dentro de las sugerencias hechas por los investigadores semilla para continuar con el trabajo de investigación, se rescatan las siguientes: Mayor compromiso de los estudiantes investigadores semilla, que las sesiones sean más duraderas, que continúen las convocatorias cada semestre, las reuniones presenciales son esenciales para el trabajo, el trabajo de campo es esencial para la parte práctica, que sea más colaborativo ya sea que vengan otros colaboradores de otras IES, colaboración de proyectos interinstitucionales.

### **Conclusiones**

Al contar con un SIE se abre un abanico de oportunidades que invitan a la transformación educativa a través de la investigación, ya que se modifica el ambiente educativo propiciando a la construcción de nuevos aprendizajes de manera dinámica y participativa, lo cual contribuye a la mejora del programa académico. Existe un beneficio para estudiantes y docentes ya que se promueve el pensamiento crítico donde además los licenciados en educación infantil en formación, llevan estas habilidades a la práctica a los centros educativos de educación infantil donde realizan sus prácticas profesionales y servicio social propiciando que los niños y niñas menores de 6 años realicen procesos investigativos.

Al adquirir habilidades investigativas mediante los SIE, los estudiantes aprenden a autogestionar su aprendizaje ampliando su panorama formativo y construyendo aprendizajes nuevos que a su vez compartirán con docentes y pares propiciando una construcción de conocimiento que abona a su compromiso por la educación. La participación de estudiantes en proyectos de investigación con la colaboración de docentes desarrolla su motivación, además de proporcionar un mayor sentido de pertenencia hacia el programa e institución educativa.

Cada estudiante es libre de compartir sus hallazgos dentro del equipo de semillero, generando discusiones que les permite aterrizar ideas y llegar a conclusiones propias sobre los temas que se estén investigando. El trabajo en equipo es una habilidad que debe tener un Licenciado en Educación Infantil. El SIE proporciona oportunidades para trabajar con otros estudiantes y docentes de manera colaborativa donde se permite la exploración y la experimentación de una forma en que se fomente el compromiso, el respeto, orden, mediante una participación activa orientada a un bien común. Se fomenta la mentalidad científica que les permitirá a cada uno de los

estudiantes semillas a enfrentar desafíos tanto en la práctica e intervención docente como en futuros estudios de posgrado.

Por otro lado, el trabajo en los SIE permite a los docentes observar nuevas propuestas realizadas desde la visión de los estudiantes que propician el trabajo innovador y creativo, enriqueciendo el proceso de enseñanza-aprendizaje, los contenidos de las unidades de aprendizaje, las estrategias de enseñanza y el trabajo de equipo para la mejora de la calidad educativa.

### Referencias bibliográficas

- Bunge, M. (2012). *La investigación científica: su estrategia y su filosofía*.  
<https://ia600604.us.archive.org/20/items/BungeMarioLaInvestigacionCientificaSuEstrategiaYSuFilosofia/Bunge%20Mario%20-%20La%20Investigacion%20Cientifica%20-%20Su%20Estrategia%20Y%20Su%20Filosofia%20.pdf>
- Brunner, J. J. (2007). Educación superior en Iberoamérica: Informe 2007  
[https://www.researchgate.net/publication/26522338\\_Educacion\\_superior\\_en\\_Iberoamerica\\_Informe\\_2007\\_CINDA](https://www.researchgate.net/publication/26522338_Educacion_superior_en_Iberoamerica_Informe_2007_CINDA)
- Cantos-Figueroa, M. de L., Cañarte-Quimis, L. . T., Baque-Cantos, M. A., & Plusas-Barcia, J. J. (2020). Los semilleros de investigación y su aporte a las universidades públicas del Ecuador. *Dominio de las Ciencias*, 6(3), 981–944. <https://doi.org/10.23857/dc.v6i3.1639>
- Castro-Rodríguez, Y. A. (2022). Prácticas y retos de una Sociedad Científica de Estudiantes de Odontología como semillero de investigación. *Revista Cubana de Estomatología*, 59(1).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75072022000100006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75072022000100006)
- Castro-Rodríguez, Yuri. (2022). Revisión sistemática sobre los semilleros de investigación universitarios como intervención formativa. *Propósitos y Representaciones*, 10(2).  
<https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.873>
- Colina Colina, L., (2007). La investigación en la educación superior y su aplicabilidad social. *Lauro*, 13 (25), 330-353. <https://www.redalyc.org/pdf/761/76111479016.pdf>
- CONAHCYT “Crean Semilleros de Investigación en Educación Ambiental” (2022)  
<https://www.ciad.mx/crean-semillero-de-investigacion-en-educacion-ambiental/>
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.[Const.] (2021, 28 de Mayo). Artículo 3 [Título I]. Diario Oficial de la Federación.  
<http://www.ordenjuridico.gob.mx/Constitucion/articulos/3.pdf>
- Gallardo-Cerón, B. N., & Duque-Castaño, D. S. (2022). Semilleros de investigación como espacio de reconocimiento de personas con altas capacidades. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 20(2), 1-22.  
<https://dx.doi.org/10.11600/rlesnj.20.1.4962>
- Lara Paez, M.Y. (2022). Conformación de Semilleros de Investigación, una alternativa pedagógica para fortalecer procesos educativos enfocados en el estudiante como centro de

- su aprendizaje. *Panorama*. 16(31)  
<https://www.redalyc.org/journal/3439/343971615018/html/>
- La Universidad CNCI ( 2022) <https://universidadvirtualcnci.mx/semillero-de-investigacion/>
- LGE. Ley General de Educación (30 de septiembre de 2019). Diario Oficial de la Federación.  
[https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lge/LGE\\_orig\\_30sep19.pdf](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lge/LGE_orig_30sep19.pdf)
- LGES. Ley General de Educación Superior (20 de abril 2021). Diario Oficial de la Federación.  
[https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lges/LGES\\_orig\\_20abr21.pdf](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lges/LGES_orig_20abr21.pdf)
- Martínez Rodríguez, D., & Márquez Delgado, D.L. (2014). Las Habilidades Investigativas como Eje Transversal de la Formación para la Investigación. *Tendencias Pedagógicas*, 347–360. <https://doi.org/10.15366/tp2014.24.022>
- Morales-Santillán, S.R., y Peralta Herrera, T.K. (2023). Los semilleros de investigación como estrategia formativa en las Universidades de Sudamérica: Una revisión sistemática *INNOVA Research Journal*, 8(2), 52-66.  
<https://doi.org/10.33890/innova.v8.n2.2023.2241>
- Moreno Bayardo, M.G. (2005). Un Currículum Transversal de Formación para la Investigación. *Revisita Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 3(1) 520-540. <https://www.redalyc.org/pdf/551/55130152.pdf>
- Ollarves Levinson, Y. y Salguero, L.A. (2010). Investigación, Ciudadanía y Educación Superior. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 11(2), 17-37.  
<https://www.redalyc.org/pdf/410/41028422003.pdf>
- Pinos Vélez, E., (2013). La educación universitaria: exigencias y desafíos. *Alteridad. Revista de Educación*, 8(1), 97-104 <https://www.redalyc.org/pdf/4677/467746090007.pdf>
- Quintero-Corzo, J., Munévar-Molina, RA, & Munévar-Quintero, FI (2008). Semilleros de investigación: una estrategia para la formación de investigadores. *Educación y Educadores*, 11(1), 31-42. <https://www.redalyc.org/pdf/834/83411103.pdf>
- Villalba Cuéllar, JC, & González Serrano, A. (2017). La importancia de los semilleros de investigación. *Prolegómenos. Derechos y Valores*, XX (39), 9-10.  
<https://www.redalyc.org/pdf/876/87650862001.pdf>

## CAPITULO

# 4

## Orientaciones para la Evaluación de los Aprendizajes bajo el Enfoque por Competencias

Lizeth Stephanya Cano-Lares<sup>11</sup>  
Salvador Ponce- Ceballos<sup>12</sup>

### Resumen

El presente capítulo documenta el proceso investigativo seguido para el diseño de un conjunto de orientaciones didácticas para promover desde la práctica de la docencia universitaria la incorporación de la evaluación del aprendizaje por competencias. Se trata de un estudio cualitativo con alcance descriptivo inscrito en la investigación evaluativa, desarrollado en la Universidad Autónoma de Baja California, con el que se busca dar respuesta en parte, a las dificultades que vive la docencia universitaria al intentar incorporar el enfoque de competencias en los procesos de enseñanza aprendizaje, dado que la mayoría de los modelos educativos establecen este paradigma como un ideal para la promoción de los distintos tipos de aprendizajes. Si bien el ejercicio se desarrolla a partir de la práctica de la docencia universitaria de una institución en particular, estas orientaciones pueden ser utilizadas en diferentes contextos, ya que fueron diseñadas mediante la revisión de la literatura nacional e internacional, así como de la validación de especialistas en el campo de la evaluación del aprendizaje y la educación superior.

*Palabras clave:* educación superior, evaluación del aprendizaje, enfoque de competencias, marco analítico

---

<sup>11</sup> Universidad Autónoma de Baja California, [lizeth.cano@uabc.edu.mx](mailto:lizeth.cano@uabc.edu.mx)

<sup>12</sup> Universidad Autónoma de Baja California, [ponce@uabc.edu.mx](mailto:ponce@uabc.edu.mx)

## Introducción

La evaluación debe considerarse una herramienta esencial para identificar el nivel de logro en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, al entender la educación como un proceso orientado hacia aprendizajes significativos, transferibles y enfocados en la resolución de problemas mediante un papel activo del estudiante, es necesario replantear las formas tradicionales de evaluación. Desde el enfoque por competencias, la evaluación debe ser integral, abarcando no solo los aspectos cognitivos (saber), sino también los técnicos (saber hacer) y metacognitivos (saber por qué lo hace), tal como lo plantean Morales, et al., (2020).

El proceso de evaluación debe considerar tanto los aspectos cuantitativos como cualitativos (Zabalza, 2001; McDonald et al., 2000), ya que durante el proceso debe existir variedad de formas de evaluar para identificar los avances de los estudiantes conforme a los distintos momentos del proceso de enseñanza aprendizaje, acompañada de una constante retroalimentación de acuerdo con los logros establecidos, en cuanto a lo cuantitativo esto se logra al brindar el valor numérico. El trabajar con ambos permite identificar las dificultades que se presenten durante el proceso, buscar distintas formas de evaluación que permitan mejorar, con la intención de lograr resultados de aprendizaje holísticos e integrales.

Para definir una evaluación por competencias es necesario realizar una planeación donde se indique qué hay que evaluar, para qué, cómo, con qué actividades, bajo qué criterios y con base en qué evidencias (Bellocchio, 2010; Díaz-Barriga y Hernández, 2002; Gonczi, 1994; Loredó, García, y Cobo, 2017; y Carriazo, Pérez, y Garaviria, 2020) además de definir las prácticas durante todo el proceso de enseñanza aprendizaje con la intención de lograr una evaluación integral y continua; lo anterior permitirá al docente identificar conforme al proceso qué necesidades tiene el estudiante y adecuar el tipo de acciones a desarrollar, haciendo énfasis en que no solo se evaluará en la etapa final, sino que se implementará una evaluación continua que consiste “en cortes que se realizarán y permitirán, tanto al docente como al alumno, identificar los logros alcanzados” (Lafourcade, 1972).

Por ende se debe plantear en los diferentes momentos de la evaluación, tomando en cuenta que en la diagnóstica, se definan y organicen las consideraciones que se relacionan con las acciones que ayudan al alcance de la competencia del curso durante la intervención de la práctica docente en función de las características del grupo y de los aprendizajes que buscan desarrollar; se establecen

estrategias que permitan identificar las necesidades de los estudiantes y con base en los resultados se realice la planeación, durante la evaluación formativa –que es el momento más extenso del proceso de enseñanza aprendizaje– se deben desarrollar las estrategias definidas en la planeación, pero es primordial implementar de forma oportuna distintos recursos, materiales, acciones o actividades de autoevaluación, coevaluación, de evaluación auténtica o evaluación para el aprendizaje que permitan el desarrollo de la competencia del curso, y por último la evaluación sumativa que debe valorar si las actividades desarrolladas lograron la competencia establecida (Zavalza y Lodeiro, 2019; Tejada 2005; Perreound, 2007; y Díaz, 2019).

Más que ser un dato final, debe permitir identificar el logro o progreso de los aprendizajes durante el proceso tanto del docente como de los estudiantes. Para lograrlo la evaluación debe ser variada, flexible, participativa, continua y planificada con base en las competencias deseadas en la formación de conocimientos, habilidades y actitudes (García y García, 2022). El proceso de la evaluación debe ser adaptada y contextualizada, y tiene como finalidad fomentar el desarrollo de las capacidades o competencias (Moreno, 2016; y Gerard y Bief, 2008).

La finalidad de este proceso es apoyar al desarrollo de las capacidades y competencias de los estudiantes para enfrentar el mundo cotidiano, aplicar los recursos educativos en diferentes espacios centrados en la toma de decisiones; la evaluación por competencias se vincula a la sociedad del conocimiento, donde lo central es aprender a buscar, procesar, sistematizar y evaluar la información para aplicarla de manera contextualizada (Tobón, 2005; Heritage, 2018; Cano, 2008) y tiene como meta reconocer a todos los actores que intervienen de acuerdo con su propósito para saber cómo se están adquiriendo los logros establecidos durante el proceso de aprendizaje, y adecuar las estrategias para lograr la competencia establecida.

Por último, en la evaluación por competencias, los componentes primordiales son el contexto que refleja las condiciones bajo las cuales operará el desempeño; los estudiantes deben actuar de forma activa en el proceso; la autenticidad de la actividad debe implicar que el estudiante aplica de forma crítica, analítica y autónoma las acciones que reflejan la existencia de aprendizaje (Herrington y Herrington, 1998; Cano, 2008; y Sadler, 1989).

El Modelo Educativo de la UABC, contexto en el que se desarrolló esta investigación, establece la enseñanza basada en el enfoque por competencias, implementado a través de planes de estudio flexibles que promueven la formación integral de los estudiantes. Este enfoque busca no solo la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de habilidades y actitudes que

permitan a los estudiantes desempeñarse eficazmente en diversos contextos profesionales. En este sentido, la evaluación por competencias se presenta como una estrategia clave dentro de los modelos educativos actuales.

Esta breve introducción teórica sobre la evaluación por competencias sirve como preámbulo para situar este proceso dentro de la agenda de los sistemas de educación superior, donde la mayoría de las instituciones –al menos en México– han asumido este tipo de estrategias evaluativas. Sin embargo, a pesar de su inclusión en los modelos educativos, poco se sabe sobre los resultados obtenidos, y se reconoce ampliamente la complejidad de su implementación. Tal como lo señalan Henríquez et al., (2020) y Aceves et al., (2017), distanciarse de enfoques memorísticos y tradicionales en los procesos de evaluación del aprendizaje resulta un desafío considerable en el contexto de la educación superior. El presente capítulo documenta la segunda etapa de un proyecto de investigación cuyo objetivo fue diseñar orientaciones para promover la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias desde la perspectiva de docentes y estudiantes de la Universidad Autónoma de Baja California (UABC). Dicho proyecto se estructuró en tres etapas: 1) Diagnóstico sobre las prácticas de la evaluación del aprendizaje en UABC; 2) Diseño de orientaciones para la evaluación del aprendizaje por competencias, y 3) Valoración de las orientaciones.

El diagnóstico se desarrolló con la metodología de enfoque mixto mediante análisis de documentos, aplicación de cuestionarios y entrevistas a docentes, estudiantes y funcionarios. Los resultados evidenciaron la necesidad de sumar más prácticas relacionadas con evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias.

El diseño de orientaciones para la evaluación del aprendizaje por competencias se documenta en el presente capítulo. A partir de los resultados del diagnóstico se establecieron un conjunto de orientaciones para promover la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias en la UABC; dichas orientaciones pasaron por diversos procesos de validación tanto de especialistas como de usuarios, lo que permitió una versión mejorada de las mismas.

Para la tercera y última etapa denominada valoración de las orientaciones, se diseñó un cuestionario dirigido a docentes compuesto de 16 ítems en escala de Likert basado en tres dimensiones: 1) aportación para el profesorado en la instrumentación de la evaluación por competencias; 2) aportación al desarrollo del alumnado desde los postulados de la evaluación por competencias, y 3) aportación al desarrollo profesional del profesorado.

## Método

Se trata de un estudio descriptivo, que se circunscribe en la investigación evaluativa (Alvira, 1985), en donde el consenso intersubjetivo de los diversos participantes (Jornet, Such, Suarez y Perales, 2011; Krueger y Casey, 2015) fungió como elemento esencial durante todo el desarrollo.

El proceso de trabajo se desarrolló en tres momentos 1) diseño inicial de las orientaciones, 2) validación de las orientaciones por especialistas y 3) validación de las orientaciones por usuarios docentes.

### *1) Diseño inicial de las orientaciones:*

El diseño de las orientaciones se basó en una amplia revisión de literatura internacional y nacional, así como de referentes institucionales, destacando el modelo educativo (UABC, 2018), el estatuto escolar vigente (UABC, 2021) y el Plan de Desarrollo Institucional UABC (2019). La tabla 4.1 muestra los autores que sustentan el constructo teórico de acuerdo con las categorías y subcategorías definidas.

**Tabla 4.1**

*Sustento teórico de las orientaciones*

<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Autores</b>
1. Planeación de la evaluación	1.1. Evaluación diagnóstica	(Aceves et al., 2017) (Domínguez-Rodríguez, 2022) (Mendoza, 2021)
	1.2. Planificación	(Loredo, García, y Cobo, 2017) (Carriazo, Pérez, y Gaviria, 2020) (Díaz-Barriga y Hernández, 2002) (Gonczi, 1994)
2. Conducción de la evaluación	2.1. Evaluación formativa	(Aceves et at., 2017) (Domínguez-Rodríguez, 2022) (Mendoza, 2021) (Herritage, y Heritage, 2013) (Heritage, 2007) (Sadler, 1989) (Cano, 2008)
	2.2. Actividades de autoevaluación y coevaluación	(Perrenoud, 2007) (Díaz, 2019) (Zavalza, y Lodeiro, 2019) (Brown y Glasner, 2003)
	2.3. Actividades de evaluación auténtica	(Moreno, 2016) (Perrenoud, 2007)



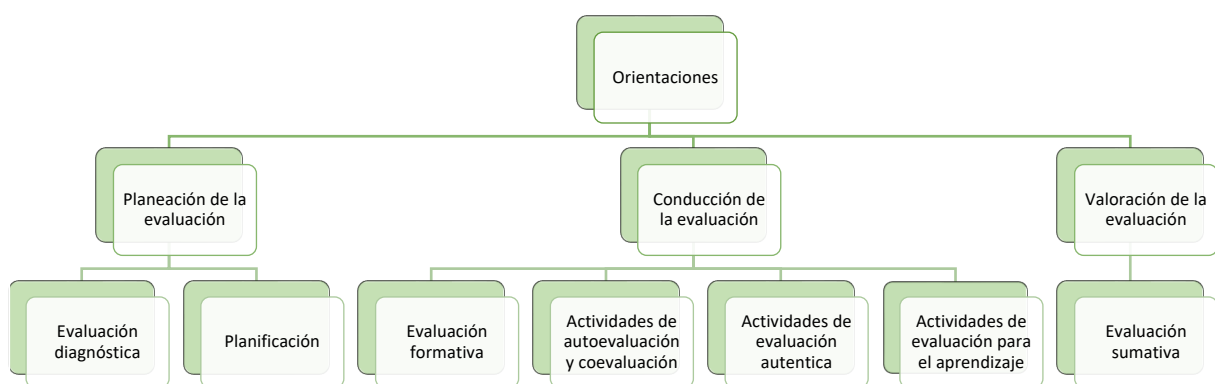
Categoría	Subcategoría	Autores
		(Díaz, 2019) (Zavalza, y Lodeiro, 2019) (Tejada, 2005)
	2.4. Actividades de evaluación para el aprendizaje	(Moreno, 2016) (Heritage, 2018) (Sadler, 1989) (Gerard y Bief, 2008) (Cano, 2008)
3. Valoración de la evaluación	3.1. Evaluación sumativa	(Aceves et al., 2017) (Domínguez-Rodríguez, 2022) (Mendoza, 2021) (Gonczi, 1994)

La primera versión se estructuró de 49 orientaciones distribuidas en tres categorías o dimensiones: planeación de la evaluación (10), conducción de la evaluación (32), y valoración de la evaluación (7), estas categorías de acuerdo con los momentos de la práctica docente definida por García, et al. (2008).

En cada una de las categorías se definieron subcategorías que permitieran ubicar con más claridad los procesos asociados a la evaluación por competencias. La figura 1 muestra dicha desagregación.

**Figura 4.1**

*Categorías y subcategorías de las orientaciones que promueven la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias.*



2) *Validación de las orientaciones por especialistas:*

Para este proceso se invitó a tres destacados especialistas en temas de evaluación del aprendizaje por competencias, evaluación del aprendizaje y educación superior, todos mexicanos y miembros del Sistema Nacional de Investigadora e Investigadores (SNII) en el área de ciencias de la conducta y la educación.

Para la validación se utilizó un formato electrónico que permitía a los jueces calificar con una puntuación de 1 a 4 cada una de las orientaciones bajo los criterios: a) claridad de la orientación; b) pertinencia de la orientación con la realidad de la práctica docente, y c) coherencia de la orientación con la subcategoría. Las categorías se basaron en una adaptación de Escobar-Pérez & Cuervo-Martínez (2008). También el formato contenía un espacio en blanco en cada orientación para observaciones.

La validación se desarrolló en dos semanas, de forma individual, enviada y recibida vía correo electrónico. A partir de las valoraciones de cada uno de los especialistas, se calculó el Índice de Aiken (Tabla 4.2) para identificar el nivel de coincidencia positiva, con lo establecido por Merino y Livia (2009), mientras el resultado se acerque más a la unidad mejor es la coincidencia.

**Tabla 4.2**  
*Resultados de validación entre especialistas*

Categorías	Orientaciones	IVC	IVC	IVC	IVC
		Claridad	Pertinencia	Coherencia	Global
Planeación de la evaluación	10	0.88	1	1	0.96
Conducción de la evaluación	32	0.80	0.91	0.91	0.87
Valoración de la evaluación	7	0.80	0.88	0.90	0.86

Nota: IVC: Índice de Validez de Contenido

Si bien los resultados del Índice de Aiken, son altos, tomando en cuenta las observaciones emitidas en los formatos, se eliminaron dos orientaciones de la categoría conducción de la evaluación dado que se identificaron como repetitivas; además, se ajustaron siete orientaciones para mejorar la claridad. La tabla 4.3 da cuenta de los ajustes a las orientaciones.

**Tabla 4.3***Especificación de los cambios por la validación de especialistas*

Categorías	Orientaciones Originales	Orientaciones ajustadas	Orientaciones eliminadas	Orientaciones versión final
Planeación de la evaluación	10	2	--	10
Conducción de la evaluación	32	4	2	30
Valoración de la evaluación	7	1	--	7

*3) Validación de las orientaciones por usuarios docentes:*

Para este proceso se invitó a 225 docentes de UABC pertenecientes a los ocho programas educativos seleccionados; para este ejercicio, se obtuvo respuesta de 51, destacando las participaciones de las ocho áreas de conocimiento en las cuales se distribuyen los programas educativos de licenciatura (Tabla 4.4).

**Tabla 4.4***Respuesta de validación de usuarios de las orientaciones*

No.	Área de conocimiento	Respuesta
1.	Artes	6
2.	Ingeniería, arquitectura y diseño	5
3.	Económico-políticas y derecho	4
4.	Gastronomía-enología	3
5.	Ciencias de la salud	14
6.	Ciencias sociales, humanidades y pedagogía	9
7.	Ciencias naturales y exactas	4
8.	Contable-administrativa	6
Total		51

Para la validación se utilizó un formato electrónico que permitía a los docentes calificar con una puntuación de 1 a 4 cada una de las orientaciones bajo los criterios: a) claridad de la orientación, y b) aplicabilidad de la orientación en la práctica docente. También el formato contenía un espacio en blanco en cada orientación para observaciones.

La validación se desarrolló en tres semanas, de forma individual, enviada y recibida vía correo electrónico.

A partir de las valoraciones de cada uno de los docentes, se calculó el Índice de Aiken (Tabla 4.5) para identificar el acuerdo positivo.

**Tabla 4.5**  
*Resultados de valoración entre usuarios*

Categorías	Orientaciones	IVC Claridad	IVC Aplicabilidad	IVC Global
Planeación de la evaluación	10	0.84	0.86	0.85
Conducción de la evaluación	30	0.85	0.82	0.83
Valoración de la evaluación	7	0.92	0.83	0.87

Nota: IVC: Índice de Validez de Contenido

Dado que dos orientaciones obtuvieron baja puntuación en el criterio de aplicabilidad, y una vez analizadas, junto a los comentarios de los usuarios, se optó por eliminarlas. También se ajustó la redacción de 24 orientaciones en relación con la claridad y la comunicación incluyente. La tabla 4.6 da cuenta de los ajustes a las orientaciones.

**Tabla 4.6**  
*Especificación de los cambios a las orientaciones*

Categorías	Orientaciones Originales	Orientaciones ajustadas	Orientaciones eliminadas	Orientaciones versión final
Planeación de la evaluación	10	5	--	10
Conducción de la evaluación	30	17	2	28
Valoración de la evaluación	7	2	--	7

De acuerdo con los ajustes realizados con la validación de especialistas y de usuarios se establecieron un total de 45 orientaciones.

## Resultados

A continuación, se presentan los resultados con base en las categorías que se definieron como estructura de las orientaciones para promover desde la docencia la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias en la UABC.

Dichas orientaciones se basaron en un perfil general de docencia y se agrupan de acuerdo a tres momentos del ejercicio docente: el primero denominado “planeación de la evaluación” es en donde se definen y organizan las consideraciones de evaluación relacionadas con el alcance de la competencia del curso durante la intervención en el proceso de enseñanza-aprendizaje, esto en función de las características del estudiantado. El segundo, “conducción de la evaluación”, abarca la implementación de los distintos recursos, materiales, acciones o actividades durante el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten el desarrollo de la competencia del curso desde un enfoque de evaluación, seguimiento y acompañamiento para el aprendizaje. El tercer momento se refiere a la “valoración de la evaluación”, donde se identifica al final del proceso de enseñanza-aprendizaje el alcance de la competencia del curso, de acuerdo con los resultados obtenidos durante el desarrollo de las actividades de evaluación implementadas.

***Categoría. Planeación de la evaluación:***

Se definen y organizan las consideraciones de evaluación relacionadas con el alcance de la competencia del curso durante la intervención en el proceso de enseñanza aprendizaje, esto en función de las características del estudiantado.

1. Realizar algún tipo de estrategia de evaluación diagnóstica al inicio del semestre.
2. Identificar las necesidades prioritarias de formación del alumnado que se trabajarán durante el semestre.
3. Utilizar los resultados de evaluación diagnóstica para ajustar la planeación didáctica del semestre.
4. Planear la evaluación del aprendizaje en función de las competencias definidas en el programa de unidad de aprendizaje.
5. Ajustar la evaluación del aprendizaje en función de las necesidades del alumnado.
6. Establecer los tiempos para el desarrollo de cada actividad de evaluación.
7. Establecer los criterios de calificación para cada una de las actividades propuestas en el plan de evaluación.
8. Asignar un porcentaje de la evaluación a la demostración de actitudes y valores del alumnado.
9. Poner a consideración del alumnado la propuesta de plan de evaluación al inicio del semestre.
10. Realizar ajustes al plan de evaluación a partir de la opinión del alumnado.

***Categoría. Conducción de la evaluación:***

Abarca la implementación de los distintos recursos, materiales, acciones o actividades durante el proceso de enseñanza aprendizaje que permiten el desarrollo de la competencia del curso desde un enfoque de evaluación, seguimiento y acompañamiento para el aprendizaje.

1. Implementar criterios previamente establecidos para la evaluación de las actividades del alumnado.
2. Implementar actividades de evaluación que permitan identificar el desarrollo gradual de la competencia del curso.
3. Implementar actividades de evaluación que permitan valorar de forma integral los conocimientos, habilidades, actitudes y valores.
4. Implementar actividades de evaluación que impliquen diferentes niveles de complejidad de acuerdo con el desarrollo de las competencias del curso.
5. Implementar diversas actividades de evaluación para evitar la monotonía en las prácticas evaluativas.
6. Emplear en la evaluación instrumentos que permitan registrar con claridad el nivel cumplimiento de los criterios de evaluación.
7. Implementar actividades de evaluación con base en productos o procesos que evidencian el desarrollo de las competencias del curso.
8. Implementar un registro continuo de los avances del alumnado con base en el plan de evaluación.
9. Implementar acciones que permitan informar de forma continua sobre su avance de acuerdo con el plan de evaluación.
10. Implementar retroalimentación de forma clara y puntual de las actividades de evaluación.
11. Implementar varias oportunidades para mejorar los resultados de las actividades de evaluación del alumnado.
12. Implementar orientación para mejorar los resultados de las actividades de evaluación del alumnado.
13. Implementar actividades de evaluación con apoyo de herramientas tecnológicas.
14. Implementar actividades de autoevaluación de los aprendizajes entre alumnado.
15. Implementar actividades de evaluación que promuevan la participación activa del alumnado.
16. Implementar actividades de evaluación que promuevan el trabajo colaborativo del alumnado.

17. Implementar actividades de evaluación que promuevan el aprendizaje significativo del alumnado.
18. Implementar actividades de evaluación que permitan identificar posibles errores del alumnado y aprender de estos.
19. Implementar actividades de evaluación que promuevan la reflexión del alumnado sobre sus procesos y progreso de aprendizaje.
20. Implementar actividades de evaluación que promuevan la supervisión y control de los procesos y progreso de aprendizaje del alumnado.
21. Implementar actividades de evaluación que permita al alumnado reconocer la importancia de adquirir conocimientos durante el curso.
22. Implementar actividades de evaluación que permita al alumnado resolver o proponer solución a problemas reales.
23. Implementar actividades de evaluación que impliquen al alumnado aplicar sus conocimientos en escenarios simulados dentro de la institución.
24. Implementar actividades de evaluación que impliquen al alumnado aplique sus conocimientos en escenarios reales fuera de la institución.
25. Implementar actividades de evaluación que promuevan el pensamiento crítico del alumnado.
26. Implementar actividades de evaluación que motiven los procesos de aprendizaje del alumnado.
27. Implementar actividades de evaluación que permitan el monitoreo del aprendizaje del alumnado durante el curso.
28. Implementar actividades de evaluación que permitan incluir las diferentes formas de aprendizaje y necesidades del alumnado.

***Categoría. Valoración de la evaluación:***

Se identifica al final del proceso de enseñanza aprendizaje el alcance de la competencia del curso, de acuerdo con los resultados obtenidos durante el desarrollo de las actividades de evaluación implementadas.

1. Respetar los criterios de evaluación establecidos al inicio del semestre.
2. Adecuar los criterios de evaluación del alumnado de acuerdo con las necesidades extraordinarias que pudiera presentar al cierre del semestre.

3. Valorar actividades de evaluación sumativa o final que permitan identificar el logro de las competencias del curso.
4. Informar en tiempo y forma sobre los resultados finales de sus evaluaciones.
5. Promover espacios de reflexión entre alumnos y docente para valorar los resultados de evaluación final y su relación con los aprendizajes.
6. Implementar estrategias para documentar las evidencias de aprendizaje del alumnado a lo largo del semestre y hacer una integración de estas al fin del semestre.
7. Valorar el funcionamiento de las actividades de evaluación con la intención de replantearse en la práctica docente.

## Conclusiones

Ante los resultados del diagnóstico, se consideró primordial y relevante proponer como proyecto de intervención el diseño de un conjunto de orientaciones didácticas para promover la evaluación bajo el enfoque de competencias, que atendiera tanto lo identificado como área de oportunidad en el diagnóstico, como lo ideal para el desarrollo de este tipo de prácticas.

El ejercicio investigativo presentado en este capítulo dio como resultado un conjunto de orientaciones para guiar las prácticas evaluativas de la docencia bajo el enfoque de competencias. Dichas orientaciones fueron definidas a partir de un proceso sólido de investigación e intervención que implicó una amplia revisión de literatura nacional e internacional, así como referentes institucionales, de igual forma la validación por parte de destacados especialistas en la materia, además de un segundo proceso de validación con un número importante de docentes de todas las áreas de conocimiento de la institución en donde se desarrolló el estudio.

Estas orientaciones no pretenden ser una guía rígida para la docencia, sino un apoyo para que tanto docentes noveles como experimentados a partir de sus necesidades, fortalezcan sus prácticas de la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque de competencias, el cual predomina en el discurso de los modelos educativos, pero que sigue presentando complejidad en cuanto a su instrumentación.

Las orientaciones son relevantes, ya que pueden ser un punto de partida para establecer criterios de implementación de la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias,



como lo mencionan González-Segura, García-García y Menéndez-Domínguez (2018), al destacar la importancia de establecer guías para el desarrollo de este tipo de prácticas.

En este mismo sentido, la Ley de Educación Superior (Diario Oficial de la Federación [DOF], 2021), establece la necesidad de desarrollar una educación que fomente el pensamiento crítico y la vinculación entre la escuela y la comunidad, los cuales puedan reflejarse en las prácticas de evaluación por competencias que deben implementarse por los docentes de acuerdo con el propósito de la educación superior; que es el desarrollo integral de los educandos (DOF, 2021). Ante las exigencias implícitas de esta forma de enseñanza y del sector laboral actual, se busca formar seres capaces de resolver problemas y proponer acciones de mejora que se vinculen con la aplicación de los conocimientos; lo cual es el propósito de la educación a nivel superior como la responsable de formar estudiantes integrales y se define la propuesta de orientaciones para promover la evaluación del aprendizaje bajo el enfoque por competencias.

Algo sumamente importante que se identificó en el proceso para el diseño de las orientaciones, es la necesidad de trabajar desde las distintas aristas de la práctica docente y sus condiciones para promover una evaluación formativa y para el aprendizaje, que desde la óptica de Moreno (2016) debe ser variada en actividades, y desde una participación activa del estudiante, que implique su autorregulación y claridad sobre sus obstáculos y logros para emprender mejoras en sus aprendizajes de forma continua.

Por otro lado, desde los procesos de acreditación, tanto nacionales como internacionales, que se llevan a cabo en la institución; la evaluación del aprendizaje es un indicador donde se consideran elementos relacionados con prácticas en escenarios reales. Estos indicadores pretenden evidenciar que los estudiantes aplican el conocimiento en su contexto a través de la solución de problemas o acciones de mejora desde su práctica. Además, solicitan como complemento, el desarrollo de evaluaciones mediante exámenes. Sin embargo, en la práctica docente es importante considerar que se deben aplicar diversas maneras de evaluación que permitan demostrar que los conocimientos adquiridos no son solo teóricos sino también prácticos en la vida cotidiana (Zabalza, 2003).

## Referencias bibliográficas

- Aceves, Y., Ponce, S. y Alcantar, V. (2017). Teachers' Perceptions of Learning Evaluation in Higher Education: The Case of the Autonomous University of Baja California. *The International Journal of Assessment and Evaluation* 24 (1): 13-23. <https://doi.org/10.18848/2386-7787/CGP/v01i02/43-55>
- Alvira, F. (1985). La investigación evaluativa: una perspectiva experimentalista. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 29(85), 129-141. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=250536>
- Bellochio, M. (2010). *Educación basada en competencias y constructivismo. Un enfoque y un modelo para la formación pedagógica del siglo XXI*. ANUIES. <https://profeinfo.files.wordpress.com/2018/10/ecc-libro.pdf>
- Brown, S., y Glasner, A. (2003). *Evaluar en la universidad: problemas y nuevos enfoques* (vol. 5). Narcea Ediciones.
- Cano, M. (2008). La evaluación por competencias en la educación superior. *Revista de Curriculum y Formación del Profesorado*, 12(3), 1-16. <https://www.redalyc.org/pdf/567/56712875011.pdf>
- Carriazo, C., Pérez, M, y Gaviria, K.(2020). Planificación educativa como herramienta fundamental para una educación con calidad. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 25(3), 87-95. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3907048>
- Domínguez-Rodríguez, Y. (2022). Instrumentos y tipos de evaluación. *Con-Ciencia Serrana, Boletín científico de la escuela preparatoria Ixtlahuaco*, 4(7), 37-39. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/8460>
- Díaz-Barriga, F. y Hernández, G. (2002). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: una interpretación constructivista*. McGraw Hill. [https://dfa.edomex.gob.mx/sites/dfa.edomex.gob.mx/files/files/2\\_%20estrategias-docentes-para-un-aprendizaje-significativo.pdf](https://dfa.edomex.gob.mx/sites/dfa.edomex.gob.mx/files/files/2_%20estrategias-docentes-para-un-aprendizaje-significativo.pdf)
- Diario Oficial de la Federación [DOF]. (2021). Ley General de Educación Superior DOF-20-04-2021. Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGES\\_200421.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGES_200421.pdf)
- Díaz, F. (2019). Evaluación de competencias en educación superior: experiencias en el contexto mexicano. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 12(2), 49-66. <https://doi.org/10.15366/riee2019.12.2.003>
- Escobar-Pérez, J. & Cuervo-Martínez. A. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en Medición*, 6, 27-36
- García, J., y García, M. (2022). La evaluación por competencias en el proceso de formación. *Revista Cubana de Educación Superior*, 41(2), [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0257-43142022000200022](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142022000200022)

- García-Cabrero, B., Luna, Ponce-Ceballos, S., E., Cisneros-Cohernour, Cordero, G., Espinoza, Y., y García, M. H. (2018). Las competencias docentes en entornos virtuales: un modelo para su evaluación. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 21(1), 343-365. <http://dx.doi.org/10.5944/ried.21.1.18816>
- García, B., Loredó, J., y Carranza, G. (2008). Análisis de la práctica educativa de los docentes: pensamiento, interacción y reflexión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 10. <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/200>
- González-Segura, M., García-García, M., y Menéndez-Domínguez, V. (2018). Análisis de la evaluación de competencias y su aplicación en un sistema de gestión del aprendizaje. Un caso de estudio. *Revista de Educación a Distancia*, 58(3), 2-20. [https://www.um.es/ead/red/58/gonzalez\\_et\\_al.pdf](https://www.um.es/ead/red/58/gonzalez_et_al.pdf)
- Gonzi, A. (1994). Competency based assessment in the professions in Australia. *Assessment in Education: Principles, Policy and Practice*, 1(1), pp. 27-41 [https://www.researchgate.net/publication/232913290\\_Competency\\_Based\\_Assessment\\_in\\_the\\_Professions\\_in\\_Australia](https://www.researchgate.net/publication/232913290_Competency_Based_Assessment_in_the_Professions_in_Australia)
- Gerard, F., Bief, (2008). *Évaluer des compétences*. Guide pratique, De Boeck. ISBN: 978-2804107666
- Henríquez, P., Boroel, B., y Arámburo, V. (2020). Percepciones docentes en torno a la evaluación del aprendizaje en el nivel educativo superior: el caso de la UABC (México) y la UCM (España). *Actualidades Investigativas en Educación*, 20(1), 23. <https://doi.org/10.15517/aie.v20i1.40122>
- Herrington, J. y Herrington, A. (1998). Evaluación auténtica y multimedia ¿De qué manera los estudiantes responden a un modelo de evaluación auténtica?”. *Higher Education. Research and Development*, 17(3) 305-322 [https://web.fceia.unr.edu.ar/images/PDF/Eva\\_autentca\\_multime.pdf](https://web.fceia.unr.edu.ar/images/PDF/Eva_autentca_multime.pdf)
- Herritage, M., Heritage, J. (2013). Teacher questioning: The epicenter of instruction and assessment. *Applied measurement in education*, 26(3), 176-190. <https://doi.org/10.1080/08957347.2013.793190>
- Heritage, M. (2018). Assessment for learning as support for student self-regulation. *Aust. Educ. Res.* 45, 51–63. <https://doi.org/10.1007/s13384-018-0261-3>
- Heritage, M. (2007). Formative assessment: what do teachers need to know and do?. *Phi Delta Kappan*, 89(2), 140-145. <https://kappanonline.org/formative-assessment-heritage/>
- Jornet, J. M., González-Such, J., Suárez, J. M. y Perales, M. J. (2011). Diseño de procesos de evaluación de competencias: consideraciones acerca de los estándares en el dominio de las competencias. Bordón. *Revista de Pedagogía*, 63(1), 125-145. <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/43767/077871.pdf?sequence=1&iAllowed=y>
- Krueger, R. A. y Casey, M. A. (2015). *Focus groups: A practical guide for applied research* (5ª ed.). Estados Unidos: SAGE.
- Lafourcade, P. (1972). *Evaluación de los aprendizajes*. Cincel.

- Loredo, J., García, B., y Cobo K. (2017). Estilos de enseñanza de los profesores, un estudio sobre la planeación, conducción y evaluación que realizan en el aula. *Tendencias Pedagógicas*, 30(5), 17-36.  
[https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/678879/TP\\_30\\_5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/678879/TP_30_5.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mendoza, L. (2021). Evaluación educativa, una forma de comenzar por concretar la educación inclusiva. *Revista Peruana de Investigación e Innovación Educativa*, 1(2), 1-8.  
<https://dx.doi.org/10.15381/rpiiedu.v1i2.20758>
- Merino, C., y Livia, J. (2009). Intervalos de confianza asimétricos para el índice la validez de contenido: Un programa Visual Basic para la V de Aiken. *Anales de Psicología*, 25(1), 159-161. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16711594019.pdf>
- Morales, S., Hershberger del Arena, R., Acosta, E. (2020). Evaluación por competencias: ¿cómo se hace? *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(3), 46-56.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0026-17422020000300046](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0026-17422020000300046)
- Murillo, J., Martínez, C., y Hernández, R. (2011). Decálogo para una enseñanza eficaz. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 9(1), 7-27.  
<https://www.redalyc.org/pdf/551/55118790002.pdf>
- McDonald, R., Boud, D., Francis, J., y Gonczi, A. (2000). *Nuevas perspectivas sobre la evaluación*. Boletín Cintefor. [https://www.uv.mx/dgdaie/files/2013/09/mc-donald\\_-\\_nuevas-perspectivas-sobre-evaluacion.pdf](https://www.uv.mx/dgdaie/files/2013/09/mc-donald_-_nuevas-perspectivas-sobre-evaluacion.pdf)
- Moreno Olivos, T. (2016). Evaluación del aprendizaje y para el aprendizaje. Reinventar la evaluación en el aula. *Universidad Autónoma Metropolitana*.  
[https://casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/Evaluacion\\_d\\_el\\_aprendizaje\\_.pdf](https://casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronico/Evaluacion_d_el_aprendizaje_.pdf)
- Perrenoud, P. (2007). *Diez nuevas competencias para enseñar*. Invitación al viaje.  
<https://www.uv.mx/dgdaie/files/2013/09/philippe-perrenoud-diez-nuevas-competencias-para-ensenar.pdf>
- Sadrel, R. (1989). Formative assessment and the design of instructional systems. *Instructional science*, 18, 119-144.
- Tobón, S. (2013). *Formación integral y competencias. Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación* (4<sup>ta</sup> ed.). ECOE.
- Tobón, S. (2005). *Formación basada en competencias. Pensamiento complejo, diseño curricular y didáctica*. Ecoe Ediciones
- Tejada, J. (2005). El trabajo por competencias en el prácticum: cómo organizarlo y cómo evaluarlo. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 7(2)  
<http://redie.uabc.mx/vo7no2/contenido-tejada.html>
- Universidad Autónoma de Baja California (2019). Plan de Desarrollo Institucional 2019-2023.  
[http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI\\_2019-2023.pdf](http://www.uabc.mx/planeacion/pdi/2019-2023/PDI_2019-2023.pdf)

- Universidad Autónoma de Baja California. (2021). *Metodología de diseño curricular para la creación, modificación y actualización de programas educativos de licenciatura*.
- Universidad Autónoma de Baja California. (2018). *Modelo educativo de la UABC*. Autor. <http://www.uabc.mx/formacionbasica/documentos/ModeloEducativodelaUABC2018.pdf>
- Zabalza, M. (2001). *Competencias personales y profesionales en el prácticum*. Universidad de Santiago de Compostela. <https://www.escuelamagisterioceuvigo.es/documentos/practicum/documentos-alumnos/Art.%202.pdf>
- Zavalza, M., y Lodeiro, L. (2019). El Desafío de Evaluar por Competencias en la Universidad. Reflexiones y Experiencias Prácticas. *Revista Iberoamericana de Evaluación Educativa*, 2(2), 29-47. <https://doi.org/10.15366/riee2019.12.2.002>
- Zavalza, M. (2003). *Competencias docentes del profesorado universitario: calidad y desarrollo profesional*. Narcea

## CAPITULO 5

### Educación y Arte: la Fotografía como Estrategia de Aprendizaje

Ángel Gerardo Charles-Meza<sup>13</sup>

Yolanda Cortés-Jiménez<sup>14</sup>

Jaquelina Lizet Hernández-Cueto<sup>15</sup>

María del Consuelo Salinas-Aguirre<sup>16</sup>

#### Resumen

El objetivo del estudio fue explorar el uso del arte en la educación mediante el empleo de la fotografía como herramienta de aprendizaje en estudiantes de la Licenciatura en Educación, para visibilizar y generar empatía reflexiva con grupos en condiciones de vulnerabilidad, conocer la relación de la fotografía de personas migrantes con las materias que estudian y su profesión educativa. Se diseñó una investigación cualitativa, con un muestreo por conveniencia a estudiantes de licenciatura en educación, mayores de edad y voluntarios, siendo 25 participantes, 21 mujeres y cuatro hombres de 20 a 25 años, y como unidad de análisis, las respuestas de una entrevista sobre una fotografía que muestra a personas migrantes. Los resultados muestran que se establecieron cinco categorías: visibilización, reflexión, empatía, formación y profesión, el grupo de estudiantes logró visualizar la movilidad de una familia migrante; se observó empatía reflexiva con las personas de la imagen; además de relacionar la fotografía con sus asignaturas de políticas educativas y educación para la diversidad, y en su futuro profesional con los problemas contextuales educativos y el derecho a la educación. Se concluye que el arte, específicamente la fotografía, es una opción adecuada como herramienta de aprendizaje para estudiantes de la Licenciatura en Educación, toda vez que permitió una mirada al entorno social, a los problemas contextuales educativos y laborales que van a enfrentar en su futuro profesional, generando empatía reflexiva hacia las personas migrantes haciéndolas visibles en la realidad local, relacionando la importancia de políticas educativas y educación para la diversidad.

*Palabras clave:* aprendizaje, aprendizaje multimodal, arte, artes visuales, educación integral

---

<sup>13</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC

<sup>14</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC

<sup>15</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC

<sup>16</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC

## Introducción

En el presente capítulo se desarrolla una propuesta sobre la utilización de las artes en la educación, de manera específica el uso de la fotografía como estrategia de aprendizaje, como una forma de evidenciar, involucrar y llamar la atención sobre contextos sociales que viven las personas, y donde los propios estudiantes expongan lo que representa la imagen y su relación con el contexto educativo y laboral.

Se considera que el arte es un instrumento adecuado para la formación de seres humanos, ya que permite conectar con empatía el sentimiento y pensamiento sobre lo que otras personas están sufriendo, lo que puede fortalecer los lazos de solidaridad y respeto entre la comunidad, para que, mediante la aproximación artística, las aulas se transformen en recintos de discusión de los temas relevantes para la sociedad, pero, sobre todo, para lograr visualizar la dignidad de la persona en cada imagen observada.

Con el fundamento de que el arte es una de las manifestaciones más importantes para acercarnos a las demás personas y que la fotografía, de forma específica, puede ser un medio adecuado para crear figuras del lenguaje y traducirlas en un medio favorable dentro de los entornos de aprendizaje, y considerando en general que “la comunicación en el arte es una forma excepcional de expresar emociones, contar historias, comunicar ideas y desafiar las normas” (Universidad Isabel I, 2024), mientras que para De Botton y Armstrong (2018: 39) el arte puede conectarnos con los sentimientos como una forma de conocernos y de conocer a los demás. El arte ha resultado ser una de las expresiones más antiguas y de mayor trascendencia para comunicar al permitir construir puentes entre dos personas para lograr hacer común un mensaje, por lo que es una “manifestación de la actividad humana mediante la cual se interpreta lo real o se plasma lo imaginado con recursos plásticos, lingüísticos o sonoros” (RAE, 2024).

Gutierrez-Cassagne et al., (2023: 135) consideran que el arte puede influir de forma notable en los procesos de aprendizaje, pues es una herramienta que fortalece el desarrollo cognitivo y emocional necesarios para el rendimiento académico y la formación profesional de los estudiantes. Agregan que existe una fuerte relación transversal entre la educación y el arte, ya que este beneficia el desarrollo humano y profesional y dota a los estudiantes de las habilidades blandas que requieren para su desempeño. Por su parte, Vázquez Egea (2014: 790) afirma que los sentimientos suelen ser muy poderosos, a pesar de que se puedan contraponer a ellos alguna razón



lógica desde el punto de vista intelectual, ya que el arte “deja impreso su mensaje no sólo en el intelecto, sino también en el cuerpo”, por lo que se logra una conexión entre la razón y las sensaciones que produce una obra artística.

Respecto a la relación entre el arte y la educación, Errázuriz (2016) sostiene que ambos son los medios por los cuales los hombres pueden integrarse a los cambios de su sociedad, ya que al arte le corresponde un destacado papel como elemento formador, y recuerda su papel educador en las ideas de Platón, quien señalaba que debe ser la base de cualquier forma de educación y debe contemplar todas las formas de expresión (visuales, verbales, etc.).

Dissanayake (1984), citado por Graeme Chalmers (2003: 76-77) identifica ocho funciones generales del arte que pueden aplicarse en la educación en su intención de configurar las actitudes, creencias, valores y comportamientos de los estudiantes: 1) refleja o hace de caja de resonancia del mundo natural del que forma parte; 2) es terapéutico; 3) puede posibilitar la experiencia natural directa; 4) es esencial, porque ejercita y entrena nuestra percepción de la realidad; 5) atrae nuestra atención sobre algunos temas particulares; 6) ayuda a ordenar el mundo; 7) puede ejercer una función de deshabitación, porque puede optar por formas no habituales, y 8) es un medio de comunión y a la vez de comunicación.

### **Fotografía y educación**

En sus inicios, la humanidad utilizó herramientas rudimentarias en la representación gráfica, como la pintura rupestre, pasando a crear obras de exquisita belleza en las pinturas de la edad media, y luego evolucionó a otras formas de capturar hechos en la fotografía y el cine. Y en este siglo XXI, las imágenes vinieron a ser parte de la cotidianidad, mediante la posibilidad de grabar casi todo lo que nos rodea con los teléfonos móviles, ya sea en fotografía o video y compartirlo en tiempo real con un mundo virtual inagotable.

Lo habitual de la fotografía le permite ser un medio para visualizar y enfocar problemáticas contemporáneas, considerando el impacto de la imagen en el mundo actual. Esta oportunidad puede ser empleada de forma artística y educativa para captar el ambiente en que se encuentran inmersos los estudiantes, de modo que, mediante el arte, logren cuestionarse la realidad.

Es pues lo accesible del medio y la posibilidad de comunicación de la fotografía lo que permite desarrollar esta herramienta para la educación. Se considera idónea la utilización y apoyo del arte por su importancia para el desarrollo de las personas, particularmente de los jóvenes que



se forman en las instituciones de educación superior, pues al ser una obligación de las universidades el preparar no solo profesionales capacitados para el ejercicio de cualquier disciplina, sino también formar personas comprometidas con la sociedad y en general con el respeto a todas las personas, es que las artes, y en este caso especial la fotografía, nos permiten esa conexión necesaria para una formación integral y humanista de los estudiantes.

La fotografía puede ser parte integral en la socialización pues permite al estudiante entrar en contacto con otros, por ejemplo: debe de empatizar con los sujetos que observa en las imágenes y se convierte en una herramienta para explorar el mundo y observarlo con una mirada diferente. La fotografía “despierta una sensibilidad que va de lo visual a lo social, así que el fotógrafo se conecta con la realidad que lo rodea”, de forma que actualmente la captura de ambientes cotidianos es “construir la solidaridad, conocer a los demás, salir de la zona de confort y ponerse en los zapatos del otro, de conocer y comprender otras formas de ser y de vivir” (Canva, 2018). Por ello, sin duda la fotografía permite la reinención de la educación para ofrecer entornos de aprendizaje acordes a los estudiantes de nuestro siglo.

De acuerdo con lo anterior, Montilla et al., (2012) utilizaron la fotografía como herramienta de enseñanza-aprendizaje interdisciplinar, considerando a la imagen como parte de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) y observaron que para los estudiantes de educación secundaria obligatoria “se convirtió en un lenguaje que manejaban con una soltura considerable y con el que manifestaban sin reparos su visión sobre el mundo y sobre sí mismos, así como sus creencias y valores”. Destacaron, además, la obtención de logros significativos en los siguientes hechos: a) fomento del diálogo y la reflexión mediante el análisis de las obras escogidas de grandes fotógrafos e, indirectamente, se estimuló la educación en valores; b) mediante la fotografía se pudo motivar a los alumnos para estudiar y conocer su entorno (social, cultural, natural, etc.); c) La observación de fotografías sobre temas importantes para los alumnos generó la reflexión espontánea, facilitando el manejo de temas transversales incluidos en el currículo.

Por su parte, Zárate y Valencia (2015: 6) destacaron la importancia de la fotografía como herramienta para la reflexión y crítica social, y en su estudio desarrollado en Colombia mostraron que se puede entender como “un vehículo que optimice los ambientes de aprendizaje y se convierta para el estudiante en iniciativas que estimulen análisis críticos, reflexivos y oportunos y que generen acciones de transformación de sus contextos y sus realidades”. En sus resultados señalaron la identificación de competencias relacionadas con la capacidad de abstracción, el pensamiento

sistémico, además de la identificación de asuntos sociales que permitían observar alguna problemática del grupo (pp. 82-83).

Como señala Rabadán (2015: 36) en los últimos años se han desarrollado muchos estudios sobre la fotografía participativa, y “se ha convertido en una herramienta popular entre investigadores, educadores y otros profesionales, especialmente para quienes trabajan con grupos vulnerables y marginados, para promover la conciencia social y la justicia”. El autor se refiere a una fotografía participativa como una forma activa de alfabetización digital que permite a los jóvenes cuestionar las representaciones de forma que, como miembros de una comunidad, puedan expresarse, integrarse y hacer valer su voz, por lo que permite la alfabetización en indicadores como el análisis y valoración de los mensajes, apreciación de los mensajes provenientes de otras culturas, detección de ideologías, así como valores explícitos y latentes, o la interacción significativa con los medios.

En México, Messina (2024: 24) señala que desde 2020 se adoptó “un enfoque que valora el arte como presencia fundamental en el currículo y el cotidiano escolar, y como una orientación transversal común que abre nuevas maneras de hacer escuela”. Afirma que a partir de esta propuesta se diseñaron los talleres de formación docente de arte, educación y emociones con los que se buscaba integrar el arte con la vida, la escuela y los procesos de sanación individual y grupal.

Lo anterior fue implementado por la Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (2021: 9) para vincular el arte con la educación y las emociones como un proceso que “aspira a la creación de saberes desde la experiencia educativa”, pues como indican, el arte educa, lleva a descubrir algo de nosotros y de nuestro entorno, produce nuevo conocimiento, favorece un mayor compromiso emocional con los demás y hace posible el aprendizaje entre pares y entre diferentes. Además, otra función del arte es la comprensión de nosotros mismos y de los demás.

En consonancia con lo anterior, la mayoría de las instituciones de educación superior de México se han preocupado por incorporar a sus procesos educativos la adopción de herramientas que permitan a los estudiantes el desarrollo pleno de sus habilidades cognitivas, la adaptación de entornos nuevos y variados, la resolución de problemas complejos, así como el emprendimiento, la innovación y la creatividad (UAdeC, 2021: 25). Esto implica la necesidad de insertar modelos educativos que fomenten la participación de los estudiantes en el proceso de aprendizaje y que favorezcan el aprendizaje significativo.

Por ello, la consideración del arte y la fotografía como estrategias educativas se ubican en el llamado aprendizaje multimodal, mismo que se caracteriza por la utilización de diferentes recursos pedagógicos que permiten captar la atención del alumno a lo largo del proceso de aprendizaje. Al respecto, Regatto-Bonifaz y Viteri-Miranda (2022) señalan que esta metodología permite combinar herramientas tecnológicas, tanto modernas como tradicionales, de acuerdo con el contexto educativo, e indican que su relevancia radica en la integración de tecnologías y técnicas de enseñanza y aprendizaje y, sobre todo, fomenta la participación activa de los estudiantes en aspectos como la cognición, las emociones y la interacción con los demás; agregan que consiste en la combinación de distintos modos de comunicación, incorpora el uso de las TIC's y que responde a la necesidad de desarrollar la capacidad para leer y expresar ideas por medio de diferentes medios de comunicación. En su estudio con estudiantes universitarios, estos investigadores encontraron que la competencia que más se desarrollaba era el pensamiento crítico y creativo, permitía una mayor interacción entre docente y alumnos, y aumentaba la motivación para el aprendizaje.

Lozano Montero (2020) señala que en la multimodalidad educativa se conjugan varias formas de comunicación para crear significados: oral, imágenes, gráficos, música, gestos, entre otros, mientras que Nonato y Peña (2017) afirman que “un recurso multimodal es la implementación de más de un medio para recibir la información, los cuales le permiten al estudiante captar la información de manera más efectiva y completa, usando varios de los sentidos”. Por su parte, Alfonzo et al., (2024: 15) señalan que la multimodalidad se caracteriza por estar centrada en el estudiante, se orienta al aprendizaje significativo y es flexible al agrupar distintos modelos educativos, además que entre sus ventajas se encuentra la mejora de la motivación, favorece la comprensión del aprendizaje, promueve la participación de los estudiantes y favorece el desarrollo de habilidades transversales.

Todo lo antes expuesto da soporte a la propuesta planteada sobre el uso del arte en la educación como herramienta de aprendizaje, en el caso específico de la fotografía para generar empatía reflexiva con las personas en condiciones de vulnerabilidad.

## Método

Para cumplir con el objetivo, se diseñó una investigación de tipo cualitativa para explorar el tema de estudio “en sus escenarios naturales, tratando de entender o interpretar los fenómenos en función de los significados que las personas les dan” (Denzin y Lincoln, 2011: 49); es decir, para explorar un fenómeno social mediante el uso de la fotografía “desde la perspectiva de los participantes en su ambiente natural y en relación con el contexto” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018: 390).

Por lo tanto, se utilizó un diseño etnográfico, ya que su propósito era conseguir una imagen holística del problema de estudio retratando las experiencias cotidianas de las personas mediante entrevistas (Creswell, 2014: 192), al mismo tiempo que buscaba “describir, interpretar y analizar ideas, creencias, significados, conocimientos y prácticas” de los participantes (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2023: 56). Se retomaron herramientas de la etnografía digital para “aprovechar la interconectividad del internet” (Ruiz y Aguirre, 2015) al aplicar la entrevista en formato digital.

Se definió a la unidad de muestreo a los estudiantes de la Licenciatura en Educación, mayores de 18 años, y como unidad de análisis a las respuestas de una entrevista aplicada a los voluntarios que aceptaron responderla. El proceso de selección de los participantes fue que cumplieran con el perfil de estar inscritos en la licenciatura en educación de la Universidad Autónoma de Coahuila (UAdeC), mayores de 18 años, que aceptaran participar en el estudio. En total 25 personas aceptaron participar, 21 mujeres y 4 hombres, con un rango de edad de 20-25 años.

Se diseñó una entrevista estructurada, con 5 preguntas abiertas, siguiendo la clasificación de tipos de preguntas en las entrevistas de Martens (2020) citada por Hernández-Sampieri y Mendoza (2023: 470), en particular las de opinión y de expresión de sentimientos sobre una fotografía que muestra a personas migrantes caminando cerca de las vías del tren, publicada en la página oficial de UNICEF México (s.f.), con el propósito de conocer las percepciones de los estudiantes, qué ven, piensan y sienten, acerca de la imagen observada.

En el contexto social, cultural y económico, Coahuila es una región del norte de México, con desarrollo industrial, una zona fronteriza con Estados Unidos de América, por lo que es un territorio de tránsito para las personas en situación de movilidad que viajan para Norteamérica, situación en aumento a partir de los últimos años con caravanas que viajan caminando o en el techo

del tren hasta la frontera, lo que representa una situación compleja, necesaria de observar, analizar y atender desde diferentes contextos, ya que los egresados de la licenciatura en educación pueden contar con alumnos de otros países en su futura práctica profesional.

*Aspectos Éticos:* Se informó a los participantes sobre el objeto del estudio, con participación voluntaria y previo formato de consentimiento informado respetando las leyes aplicables en protección de datos personales y datos sensibles en investigación con personas humanas; se proporcionó un correo de contacto del investigador responsable para solicitar los resultados del estudio.

No se manifiestan conflictos de interés de los investigadores participantes. No se tuvo financiamiento para esta investigación.

## Resultados

Se obtuvieron 25 participantes voluntarios que respondieron a la entrevista, 21 mujeres y cuatro hombres, de 20 a 25 años y estudiantes de la Licenciatura en Educación de la Universidad Autónoma de Coahuila (UAdeC).

Se solicitó a los participantes observar la fotografía de migrantes, posteriormente respondieron a cinco preguntas estructuradas, numeradas, con secuencia previamente establecida, sobre qué ve, qué piensa, qué siente, qué relación tiene con sus estudios y qué relación tiene con su futuro trabajo como docente, resultando que las respuestas conformaban claramente categorías que se etiquetaron como: visibilización, reflexión, empatía, formación y profesión. De estas se desprendieron subcategorías y segmentos que se presentan a continuación.

Los participantes fueron numerados en sus respuestas como persona 1 (P1), persona 2 (P2), etcétera para su análisis en los resultados. La fotografía mostrada se obtuvo de la página oficial de UNICEF México (s.f.), Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, en el rubro de Protección a la infancia, tema de Migración, Programa sobre Migración de niñas, niños y adolescentes (Imagen 5.1).

**Imagen 5.1***Migración de niñas, niños y adolescentes.**Fuente: @UNICEF México*

Las preguntas de la entrevista muestran las cinco dimensiones del estudio: 1) Visibilización, qué logra ver el grupo de estudiantes respecto a la fotografía; 2) Reflexión, qué piensa o analiza al observar la imagen; 3) Empatía, qué sentimientos o identificación genera el retrato; 4) Formativo-educativo, cómo se relaciona con las materias que estudia, y 5) Profesional, de qué forma se relaciona con lo será su trabajo en educación. Las lecturas de los resultados se presentan con las cinco preguntas y sus categorías correspondientes, así como las subcategorías, segmentos y frecuencia de las respuestas expresadas por el grupo de estudiantes.

**1. ¿Qué ve en la fotografía?**

De las respuestas expresadas por los entrevistados a esta pregunta (Tabla 5.1), se clasificó la categoría de Visibilización, al identificar en la fotografía a personas migrantes, lo que significó una forma de hacerlas visibles ante los ojos de los estudiantes, como una realidad que se vive en el



estado de Coahuila, por ser un lugar de tránsito para las personas en situación de movilidad humana. Del análisis de las respuestas se encontró en esta categoría de Visibilización las siguientes subcategorías y segmentos:

**Tabla 5.1**  
*¿Qué ve en la fotografía?*

<i>Categoría: Visibilización</i>		
<i>Subcategoría</i>	<i>Segmento</i>	<i>Frecuencia</i>
Sujetos	Personas	8
	Familia	11
	Hijos	4
Estatus migratorio	Migrantes	10
	Inmigrantes	2
	Emigrantes	2
Condiciones	Dejando su casa	3
	Buscando futuro/oportunidades	4
	Van a la escuela	2
Transporte	Tren	5
Riesgos	Arriesgando su vida	1

La respuesta en general del estudiantado fue que ven a una familia de personas migrantes, y algunas respuestas específicas fueron: (P3): “Personas inmigrantes que buscan un futuro mejor para sus hijos”; (P6): “Una familia de migrantes, buscando mejores oportunidades, arriesgando su vida para poder tomar el tren”.

También deducen un estatus migratorio que, si bien no logran identificar las diferencias entre migrantes, inmigrantes o emigrantes, sí imaginaron que son foráneos de la entidad. Asimismo, identificaron que las personas quieren subir al tren para transportarse y llegar a otro lugar. Les atribuyen a las personas condiciones e intenciones al pensar que están dejando su casa, buscando un mejor futuro y mejores oportunidades. Y también logran visualizar que están corriendo riesgos, como perder su vida al viajar en un tren, recordando que probablemente lo hacen en el techo, que es lo usual en las personas en situación de movilidad humana en su trayecto por México.

De los resultados dos estudiantes no ven a personas migrantes; en cambio ven a familias que se dirigen a la escuela, al señalar: “Una mamá que lleva a sus hijos a la escuela” (P11) y “Veo a una familia trabajadora que lleva a sus hijos a la escuela y a trabajar” (P17).

## 2. ¿Qué piensa al ver la fotografía?

Las respuestas a esta pregunta se clasificaron como la categoría de Reflexión (Tabla 5.2), al considerar que los estudiantes logran pensar en lo que están viviendo las personas migrantes de la fotografía, al reconocer una realidad de movilidad humana, deducir porque pueden estar moviéndose de lugar y la necesidad de buscar mejores oportunidades de vida en otro lugar.

Del análisis de las respuestas se elaboró en esta categoría de Reflexión las siguientes subcategorías y segmentos:

**Tabla 5.2**

*¿Qué piensa al ver la fotografía?*

<i>Categoría: Reflexión</i>		
<i>Subcategoría</i>	<i>Segmento</i>	<i>Frecuencia</i>
Necesidades Sensibilización	Movilidad	10
	Realidad	1
	Escuela/trabajo	2
	Familia	3
	Buscar oportunidades	7
	Tristeza	6

La respuesta en general fue que existe movilidad (migración) por necesidad de buscar mejores oportunidades de vida y seis estudiantes ya mostraron sensibilización sobre el tema al manifestar tristeza. Algunas respuestas más específicas fueron: (P6): “es una realidad, cruda pero es una realidad que afecta a un porcentaje significativo de la población generalmente de América del Sur”; (P10): “los migrantes están esperando la pasada del tren para llegar a su destino, probablemente sería EU”; (P21): “es muy triste que las familias tengan irse de su casa, estado o país por fa de economía”; (P13): “es gente que se va a otro lugar para buscar una mejor vida, que probablemente han pasado frío, hambre, etcétera.”; (P3): “la gente hace de todo por salir adelante”; (P5): “Pienso en lo pesado que debe ser estar en sus zapatos”; (P9): “es triste ver a personas así, con necesidades y retos”; (P22): “Tristeza por qué tienen que pasar por mucho para poder tener una mejor vida”.



Los mismos respondientes que vieron en la primera pregunta a una familia que va a la escuela o trabajo mantuvieron su percepción en la segunda pregunta.

### 3. ¿Qué siente al ver la fotografía?

Las respuestas a esta pregunta se clasificaron como la categoría de Empatía (Tabla 5.3), al considerar que la gran mayoría de los estudiantes logró sentir algo por las personas migrantes de la fotografía, que tuvieron una comunicación emocional con ellos y llegaron a manifestar aflicción por su situación. Del análisis de las respuestas se encontraron las siguientes subcategorías y segmentos:

**Tabla 5.3**

*¿Qué siente al ver la fotografía?*

<i>Categoría: Empatía</i>		
<i>Subcategoría</i>	<i>Segmento</i>	<i>Frecuencia</i>
Identificarse	Tristeza	13
	Empatía	2
	Nostalgia	1
	Reflexión	1
Indiferente	Nada	1
Indagar	Curiosidad	1
Enfadarse	Enojo	2
	Impotencia	1
Interés	Preocupación	1
	Duda/incertidumbre	2

La respuesta en general fue que sintieron tristeza; dos estudiantes utilizaron la palabra empatía; los sentimientos escritos revelan un impacto emocional de conexión de los estudiantes con los migrantes; dentro del enfado señalan enojo e impotencia, o dentro del interés expresan preocupación, duda e incertidumbre, y solo un estudiante señaló indiferencia (P4: “nada”). Algunas respuestas más específicas fueron: (P1): “Mal por los niños”; (P3): “Un poco de enojo porque los niños no deberían estar en esas condiciones”; (P6): “Tristeza, impotencia”; (P20): “Tristeza, no me gusta ver a familias en este tipo de situaciones y no poder ayudarles”; (P23): “Tristeza por la familia, por la falta de oportunidades”.

Se puede observar que los estudiantes lograron empatizar reflexivamente con la situación de las personas migrantes y manifestarlo en sus respuestas, lo que significa que una fotografía efectivamente logró conectar entre el espectador y la imagen. Por el contrario, los respondientes atípicos (P11) expresó “nostalgia” y (P17) “curiosidad”, lo que los mantiene como observadores que no lograron identificar la imagen real de las personas migrantes.

**4. ¿De qué forma se relaciona lo que ve en la fotografía con las materias que estudia en educación?**

En cuanto a las respuestas a esta pregunta, se clasificaron como la categoría de Formación (Tabla 5.4) al establecer los estudiantes conexiones entre lo que veían en la fotografía de personas migrantes con algunas materias que han estudiado en su licenciatura en educación. Del análisis de las respuestas se encontraron en esta categoría las siguientes subcategorías y segmentos:

**Tabla 5.4**

*¿De qué forma se relaciona lo que ve en la fotografía con las materias que estudia?*

<i>Categoría: Formación</i>		
<i>Subcategoría</i>	<i>Segmento</i>	<i>Frecuencia</i>
Educación	Contexto educativo	14
	Empatía	9
	Humanista	5
Políticas educativas	Igualdad	6
	Diversidad	3
	Inclusión	2

La respuesta en general fue que la fotografía de las personas migrantes se relacionaba con la necesidad de conocer el contexto en que se desarrollan los estudiantes para empatizar con ellos a fin de brindar una educación con enfoque humanista; también la relacionaron con las materias de políticas educativas y educación para la diversidad que estudian en la licenciatura, y señalaron la necesidad de tomar en consideración la igualdad e inclusión en la educación.

Algunas respuestas específicas fueron (P2): “Con la manera en que el contexto influye en el proceso de aprendizaje de los niños y la estabilidad y seguimiento que necesitan para desarrollarse”; (P6): “Principalmente con la empatía, cuando eres docente se busca ser empático, estar al mismo nivel que nuestros educandos”; (P7): “Las desigualdades sociales y educativas que

no permiten el desarrollo de los niños y niñas”; (P9): “Que hay personas que tienen que hacer esta clase de cosas para buscar una vida mejor y aquí el papel de la educación va en que es necesario saber incluir y buscar maneras de brindar una educación igualitaria”; (P10): “La migración influye en gran medida en la forma en que se brinda la educación, la creación de políticas y los contenidos que se observan en las aulas de clase, entre muchos otros aspectos”; (P13): “que tenemos que ser empáticos, ver la realidad de la vida, saber de dónde vienen los alumnos, sus problemas y todo eso porque puede afectar en su rendimiento”; (P18): “podemos ser más empáticos y apoyar a los estudiantes que se encuentren en situaciones difíciles”; (P22): “los pequeños dejan sus estudios para emigrar con su familia y esto afecta demasiado en ellos y en la sociedad en general”; (P19): “Con el hecho de formar una sociedad equitativa”. Sin embargo, el estudiante (P11) manifiesta que está estudiando para impartir aprendizaje-enseñanza, sin relacionar la migración con la imagen mostrada ni con materias específicas; en cambio, el estudiante atípico (P17) si relaciona la fotografía con la materia de políticas públicas y el derecho a la educación.

### 5. ¿De qué forma se relaciona lo que ve en la fotografía con lo que será su trabajo en educación?

Las respuestas a esta pregunta se clasificaron como la categoría de Profesión (Tabla 5.5), toda vez que los estudiantes lograron identificar que en su desarrollo profesional trabajarán con una diversidad de alumnos con diferentes contextos y realidades, entre los que pueden estar personas migrantes como las que vieron en la fotografía y la empatía a sus necesidades será importante para su desarrollo y derecho a la educación.

Del análisis de las respuestas de esta categoría se desarrollaron las siguientes subcategorías y segmentos:

**Tabla 5.5**

*¿De qué forma se relaciona lo que ve en la fotografía con lo que será su trabajo?*

<i>Categoría: Profesión</i>		
<i>Subcategoría</i>	<i>Segmento</i>	<i>Frecuencia</i>
Empatía	Contextos	13
	Compasivos	12
Educación	Derecho a	6
	Desarrollo por	7

La respuesta en general de los entrevistados fue que deberán de conocer los contextos sociales y culturales de sus alumnos en la profesión educativa, actuar con empatía para permitir el acceso a una educación que permita el desarrollo integral de la niñez y no tengan la necesidad de migrar. Algunas respuestas específicas fueron (P1): “Que debemos ser más compasivos con los contextos de los estudiantes”; (P2): “Con el hecho de que muchas veces los alumnos no pueden continuar sus estudios porque se ven en la necesidad de priorizar otras cosas para poder salir adelante”; (P6): “la docencia es un trabajo que inspira que trasciende y brindar una buena enseñanza mejora la calidad educativa formando alumnos con competencias para poder desarrollarse en el ámbito, sin tener que emigrar”; (P10): “Como futuros docentes debemos ser empáticos con las personas migrantes y foráneos además de fomentar dicha empatía entre los estudiantes”; (P14): “cuando estemos trabajando debemos ser justas e inclusivas con todas las personas sin importar su lugar de origen”; (P24): “Es importante en la formación como docente porque permitirá crear un ambiente inclusivo, y comprender las necesidades de los estudiantes”; en sentido contrario el participante (P11) se mantiene como atípico en todas las respuestas y (P17) solo en las primeras tres preguntas.

Finalmente, resultan importantes las respuestas en general de (P6) quien logra reconocer en la fotografía a una familia migrante que busca mejores oportunidades, arriesgando su vida para subir al tren, como una cruda realidad que afecta a un porcentaje significativo de población sudamericana, que le genera tristeza y lo relaciona con una educación empática de calidad que brinde oportunidades de desarrollo para no tener que “emigrar”.

## Discusión

De los resultados observados se encontró que coinciden con De Botton y Armstrong (2018), toda vez que el arte logró que los estudiantes conectaran con los sentimientos como una forma de conocerse y de conocer a los demás, y con Gutierrez-Cassagne (2023) pues el arte fue una herramienta que mostró desarrollo cognitivo y emocional para la formación profesional de los estudiantes y su desarrollo humano; igualmente, los datos están de acuerdo con Vazquez Egea (2014) porque se logró una conexión entre la razón y las sensaciones al visualizar la fotografía, y con Errázuriz (2016) porque la educación y el arte sí pueden ser medios para que los estudiantes integren los cambios de su sociedad y de la realidad que los rodea.

Los resultados coinciden con la mayoría de las funciones del arte en la educación que estableció Dissanayake (1984), como reflejar el mundo natural del que forma parte, pues los estudiantes pudieron ver como una realidad a las personas migrantes en la fotografía, ejercitaron y entrenaron la percepción de la realidad atrayendo su atención sobre algunos temas particulares como la migración y, sin duda, la fotografía fue un medio de comunión y a la vez de comunicación entre los estudiantes y las personas migrantes de la fotografía, logrando de esa forma su intención de configurar sus actitudes, creencias, valores y comportamientos al mostrar empatía, sentimientos de tristeza, enfado, enojo, preocupación e impotencia, pero también reconocer los contextos de necesidades que obligan a las personas a migrar, los riesgos que sufren a intentar alcanzar el tren y desean llegar a otro país en donde lograr mejores oportunidades de vida para sus hijos y familia.

Una de las comprobaciones más importantes fue la que sucedió con lo mencionado por Canva (2024), que señala que la fotografía es una herramienta que despierta una sensibilidad que va de lo visual a lo social, pues efectivamente los estudiantes se conectaron con la realidad que los rodea y también mostraron solidaridad, mencionando textualmente estar “en los zapatos del otro” para conocer y comprender otras formas de ser y de vivir.

Los resultados coincidieron con Montilla (2012) respecto al fomento de la reflexión e, indirectamente, también se educó en valores como empatía, solidaridad, respeto; también los estudiantes pudieron conocer su entorno social y se generó el análisis de asuntos incluidos en el currículo, pues lograron identificar con cuales materias se relacionaba la fotografía. En el caso del trabajo de Zárate y Valencia (2015) la fotografía resultó una herramienta para la reflexión y crítica social.

De acuerdo con Rabadán (2015), fue evidente que la fotografía puede ser una herramienta adecuada para promover la conciencia social y la justicia y, respecto a la información de Messina (2024) sobre la implementación en México de talleres en Arte, educación y emociones en la educación básica, este estudio permitió obtener resultados en el nivel superior sobre el uso del arte y la fotografía como herramientas útiles en la educación universitaria, por lo que los mismos son consistentes con la propuesta de la MEJORAEDU para vincular arte, educación y emociones con el objetivo de lograr la comprensión de nosotros y de los demás. Además, el arte aporta a los lineamientos del modelo educativo de la UAdeC, que indica que los estudiantes y maestros requieren de valores como la empatía, tolerancia y respeto hacia los demás, mismos que se vieron expresados en las respuestas de los estudiantes.

## Conclusión

De los resultados de la investigación, se puede observar que el arte, específicamente la fotografía, es una opción adecuada como herramienta de aprendizaje para estudiantes de la Licenciatura en Educación, toda vez que se generó una mirada al entorno social, a los problemas contextuales educativos y laborales que van a enfrentar en su futuro profesional. De las respuestas, se infiere que una fotografía logró captar una realidad que es común en el estado de Coahuila, México: la movilidad humana en migración de familias, que los estudiantes lograron visualizarla y empatizar reflexivamente con los riesgos de las personas que buscan un mejor futuro, así como vincularla con las materias de políticas educativas y educación para la inclusión que estudian en su licenciatura.

Este nuevo conocimiento generado permite establecer innovaciones en las estrategias de aprendizaje con evidencia de su impacto en las percepciones y valores de los estudiantes, al incorporar el arte a la educación aportando nuevas funciones, además de la ya estudiadas y planteadas hasta la fecha por otros investigadores y autores, pues se analizó incluyendo la relación con las materias que estudian y lo que significará en su vida como docentes de poblaciones de diversos contextos y naciones, de lo que se desprende innovación de estrategias educativas relacionado con el desarrollo educativo y laboral de los estudiantes.

Este estudio nos permite reconocer como el arte, en este caso la fotografía, puede favorecer la visibilización reflexiva de realidades y contextos, para no perder de vista la dignidad de las personas migrantes y de todos los grupos en condiciones de vulnerabilidad, para la formación de estudiantes como personas integrales y empáticas que aporten mediante su profesión docente a la construcción de una sociedad más solidaria y respetuosa.

## Referencias Bibliográficas

- Alfonso, N., Alviarez, O., Marín, M. y Torres, T. (2024). *Nuevos escenarios de la multimodalidad educativa*. Red de Investigadores de la Transcomplejidad. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/978535.pdf>
- Canva. (2024). *10 razones por las que urge enseñar fotografía en las escuelas*. [https://www.canva.com/es\\_mx/aprende/razones-urge-ensenar-fotografia-escuelas/](https://www.canva.com/es_mx/aprende/razones-urge-ensenar-fotografia-escuelas/)
- Comisión Nacional para la Mejora Continua de la Educación (MEJOREDU). (2021). *Talleres emergentes de formación docente. Itinerarios para el re-encuentro. Arte, educación y emociones. Educación básica y educación media superior*. <https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/arte-educacion-taller.pdf>
- Creswell, J. W. (2014). *Research design. Qualitative, quantitative and mixed methods approaches*. 4<sup>th</sup> ed. SAGE Publications
- De Botton, A. y Armstrong, J. (2018). *El arte como terapia*. Phaidon.
- Denzin, N. y Lincoln, Y. (2011). *El campo de la investigación cualitativa*. Manual de investigación cualitativa, Vol. I. Gedisa Editorial.
- Errázuriz Larráin, L. (2016). La educación por el arte: ¿utopía o agente de cambio social? *Aisthesis*, (60), 317-323. <https://doi.org/10.4067/S0718-71812016000200024>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF México). (s.f.). *Migración de niños, niñas y adolescentes [Fotografía]*. <https://www.unicef.org/mexico/migraci%C3%B3n-de-ni%C3%B1as-y-adolescentes>
- Graeme Chalmers, F. (2003). *Arte, educación y diversidad cultural*. Paidós
- Gutiérrez-Cassagne, S., Vallejo-Piza, G. y Almao-Malvacias, V., (2023). El Arte y su Influencia en los Procesos de Aprendizaje de los Estudiantes del Instituto Tecnológico Universitario Euroamericano. *593 Digital Publisher CEIT*, 8(6), 131-142. <https://doi.org/10.33386/593dp.2023.6.1624>
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana
- Hernández-Sampieri, R. y Mendoza, C. (2023). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. 2<sup>a</sup> ed. McGraw-Hill Interamericana
- Lozano Montero, E. (2020). Evaluación del aprendizaje a través de la multimodalidad educativa, estudio de caso: grupo de Contabilidad Administrativa. *Revista Educación*, 45(1), 398–417. <https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.41423>
- Messina, G. (2024). Arte y desvelamiento. *Educación en movimiento*, 3(27), 24-27. <https://www.mejoredu.gob.mx/images/publicaciones/boletin-3/boletin27-2024.pdf>
- Montilla M., Gómez, J. y Falcón, E. (2012). *Educando la mirada: la fotografía como herramienta de enseñanza-aprendizaje*. EducaWeb.

- <https://www.educaweb.com/noticia/2012/01/30/educando-mirada-fotografia-como-herramienta-ensenanza-aprendizaje-5222/>
- Nonato Huertas, E. A. y Peña Molina, H. Y. (2017). *Recursos multimodales: una estrategia didáctica de enseñanza en el aula*. [https://ciencia.lasalle.edu.co/lic\\_lenguas/612](https://ciencia.lasalle.edu.co/lic_lenguas/612)
- Rabadán, A. (2015). Nuevos enfoques en la investigación educativa, Alfabetización mediática a través de la fotografía y participación. Una aproximación conceptual. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 4(6), 32-39. <https://doi.org/10.7821/naer.2015.1.96>
- Real Academia Española. (s.f.). Arte. En *Diccionario de la Lengua Española. Edición del Tricentenario. Actualización 2023*. Recuperado el 10 de junio de 2024 de <https://dle.rae.es/arte>
- Regatto-Bonifaz, J. y Viteri-Miranda, V. (2022). Análisis de las estrategias de enseñanza multimodal en los estudiantes universitarios del Ecuador. *Veritas & Research*, 4(1), 4-15. [http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page=article&op=view&path\[\]=105](http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page=article&op=view&path[]=105)
- Ruiz, M. y Aguirre, G. (2015). Etnografía virtual, un acercamiento al método y a sus aplicaciones. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 21(41), 67-96. <https://www.redalyc.org/pdf/316/31639397004.pdf>
- Universidad Autónoma de Coahuila (UAdeC). (2021). *Reforma académica universitaria y Modelo Educativo*. <https://www2.uadec.mx/pub/DAA/ReformaEducativa2021.pdf>
- Universidad Isabel I. (2024). *La comunicación en el arte*. <https://www.ui1.es/blog-ui1/la-comunicacion-en-el-arte#:~:text=%C2%BFPor%20qu%C3%A9%20es%20importante%20la,y%20reflexionar%20sobre%20esas%20expresiones>.
- Vázquez Egea, M. (2014). Arte y derechos humanos. *Revista de Derecho de la UNED (RDUNED)*, (14), 751–796. <https://doi.org/10.5944/rduned.14.2014.13307>
- Zárate Montero, A. y Valencia Cortés, J. (2015). La fotografía como herramienta para la reflexión y crítica social. [Tesis de licenciatura inédita]. *Corporación Universitaria Minuto de Dios*. <https://repository.uniminuto.edu/items/43231955-bcce-4797-b139-bdb4b7ebc57e>



## CAPITULO 6 La Andragogía como Método de Inclusión Educativa en Salud para Mejorar la Calidad de Vida

# 6

Nora Nidia Castellón-García<sup>17</sup>  
Julio Cu Farfán-López<sup>18</sup>  
Juan Carlos Farías-Bracamontes<sup>19</sup>

### Resumen

Al exponerse el individuo a estilos de vida poco saludables, aumenta la propensión para padecer enfermedades crónicas. Por ello, hacer énfasis en una educación para la salud en pacientes con alguna enfermedad crónica, resulta de suma importancia para la adquisición de estilos de vida saludables acorde a necesidades específicas, mejorando su calidad de vida. Para lograrlo, es imprescindible conocer cuáles son los procesos de aprendizaje más propicios, y es precisamente la Andragogía la que coadyuva a un aprendizaje incluyente tomando en cuenta las características propias de los pacientes, como el autoconcepto, experiencia previa, disposición a aprender, enfoque centrado a la resolución de problemas y motivación intrínseca. Esta investigación de tipo descriptiva, mixta y analítica, tiene como objetivo identificar el nivel de educación en salud bajo un enfoque andragógico sobre los estilos de vida saludable en pacientes con enfermedades crónicas y su práctica, mediante la recopilación de datos con instrumento de creación propia, aplicado a 150 pacientes que acuden a consulta, obteniendo como resultados que, aunque se conocen como pacientes con alguna enfermedad crónica, no mantienen cifras de control adecuadas, algunos pacientes desconocían padecer alguna enfermedad crónica, otros dan mayor relevancia a la experiencia de vida en relación a las enfermedades crónicas y la motivación intrínseca para un buen autocuidado, enfocados más a la resolución de problemas actuales que a futuros, dando relevancia a la información recibida por el personal de salud, sin embargo, consideran no haber recibido suficiente.

*Palabras clave:* andragogía, educación para la salud, estilo de vida saludable, calidad de vida, inclusión educativa.

<sup>17</sup> Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, [nora\\_castillon@uadec.edu.mx](mailto:nora_castillon@uadec.edu.mx)

<sup>18</sup> Profesor-Investigador, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, [jcufarfa@uadec.edu.mx](mailto:jcufarfa@uadec.edu.mx)

<sup>19</sup> Profesor-Investigador, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, [carlos.farias@uadec.edu.mx](mailto:carlos.farias@uadec.edu.mx)

## Introducción

El aumento de la esperanza de vida de las personas ha sido una de las transformaciones más significativas en el campo de la salud desde mediados del siglo pasado. La pirámide de edad está cambiando debido a los cambios demográficos, que muestran un aumento significativo en la población adulta. Esto se debe a cambios en el estilo de vida, así como a la creación de programas para prevenir y controlar enfermedades infecciosas. El aumento de enfermedades crónicas es el resultado de la interacción de factores genéticos y ambientales; es decir, cuando una persona se expone a un estilo de vida propicio, que implica un aumento en el consumo de calorías, azúcares simples y grasas, así como una reducción en la actividad física, aumenta la probabilidad de padecerlas. Como resultado los gobiernos se han visto en la necesidad de implementar programas específicos para monitorear y controlar estas enfermedades, así como programas educativos para fomentar estilos de vida saludables que mejoren la calidad de vida de los pacientes con enfermedades degenerativas crónicas.

La Agenda 2030 sobre el Desarrollo Sostenible fue aprobada por la Organización de Naciones Unidas en 2015, brindando a los países y sus comunidades la oportunidad de explorar nuevas opciones y transformaciones que mejoren nuestra calidad de vida. La Agenda cuenta con 17 objetivos de desarrollo sostenible, y es el tercer de ellos el que se enfoca en asegurar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. En el cuatro refiere que se espera reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles para 2030 mediante la prevención y el tratamiento, así como la promoción de la salud mental y el bienestar (PNUD, s.f.).

La pandemia de COVID-19 cambió la forma de vida de las personas y reveló sus fortalezas y debilidades. Los sistemas de salud y los programas educativos que no estaban preparados para este tipo de situaciones fueron dos de los aspectos de gran preocupación que se evidenciaron. Por lo tanto, es crucial utilizar métodos educativos alternativos a los tradicionales y priorizar la educación en salud centrada en los hábitos de vida saludables. Es cierto que, aunque los sistemas educativos actuales han intentado incorporar la enseñanza de estilos de vida saludables en los diseños curriculares y programas de estudio, estos esfuerzos no han resultado adecuados, al dejar al margen la educación de adultos en este campo que presenta algunas comorbilidades, como las enfermedades crónicas.

El gobierno promueve la salud en todas las edades a través de programas específicos, pero la pandemia demostró que en los adultos no hay una cultura de llevar estilos de vida saludables, lo que empeora la salud de las personas que contrajeron COVID-19 y desarrollaron comorbilidades relacionadas con enfermedades crónicas, muchas de las cuales están relacionadas con hábitos de vida no saludables lo que repercute directamente en su calidad de vida. (Miranda-Contreras, Palma-Jacinto, & Arroyo-Helguera, 2023)

De acuerdo con los datos oficiales, durante la pandemia por COVID-19 aumentó significativamente la mortalidad de las personas con comorbilidades como enfermedades no transmisibles. A inicios de diciembre del año 2020, en México se registraron más de 1,2 millones de casos y 110.000 muertes (Statista, *statista.com* Número de muertes a nivel mundial, 2022). Alrededor del 17% de las personas infectadas tenían hipertensión, pero esta cifra se elevaba al 45% en el caso de las personas fallecidas a causa del virus. Esta situación era similar a la diabetes, que era del 13.45% en comparación con el 37.66% de las personas fallecidas, la obesidad, que era del 14.72% en comparación con el 22.38% de las personas fallecidas (Statista, *statista.com* Número de muertes a nivel mundial, 2022). Las personas de 30 a 44 años fueron las que mayormente dieron positivo a COVID-19 a finales de 2021. En contraparte, los adultos mayores de 90 años y los niños y adolescentes de menos de 15 años fueron los grupos con la menor cantidad de casos (Statista, *statista.com* Número de casos confirmados de COVID-19 en México, 2022)

En el año 2022 en un estudio realizado en el Centro de Investigación, Nutrición y Salud y el Instituto Nacional de Salud Pública (CINYS-INSP), describe la prevalencia de la hipertensión en adultos mexicanos con los datos de la ENSANUT 2020, obteniendo un 49.4% de prevalencia de los cuales más de la mitad desconocía su condición (Campos-Nonato, y otros, 2021).

Por otra parte, en un estudio realizado sobre las dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en población mexicana (García-García, Garza-Sánchez, & Cabello-Garza, 2022) los resultados confirman el poco apego a llevar estilos de vida saludables:

El riesgo que tiene la población mexicana por la poca frecuencia con que realiza actividad física y la creciente sintomatología derivada del estrés a partir del confinamiento, la educación en salud es fundamental en la modificación de estilos de vida saludable, si bien, la educación actualmente ha migrado de lo presencial a lo virtual, se debe de mejorar los programas de educación física en los diversos niveles educativos, que sea una actividad que fomenta, no solo las diversas disciplinas, sino que sea una educación integral a partir de un

proceso pedagógico permanente, que permita tener mayor conciencia de las ventajas que tiene mantener la salud física y mental de las personas, que pueda vincularse con el medio que lo rodea, ayudando a las personas a conocer su entorno social y que posibilite que se pueda desarrollar plenamente las actividades cotidianas (págs. 263-264).

Una educación en salud incluyente sobre estilos de vida saludables en adultos, con un enfoque andragógico más que pedagógico, debe ser considerada para mejorar la calidad de vida en personas que ya presentan alguna enfermedad crónico-degenerativa; es de suma importancia para la adquisición estilos de vida más saludables, que permitan conocer, identificar y modificar los hábitos por unos más sanos, y que esto conlleve a un mejoramiento significativamente de la calidad de vida. Sin embargo, se ha observado en la literatura de investigaciones, propuestas y políticas públicas en salud que enfatizan la educación en salud y, en particular, la educación sobre estilos de vida más saludables; en grupos de edad escolar para niños y adolescentes; siendo el grupo de edad de adultos quienes tienen el mayor porcentaje de enfermedades crónicas no trasmisibles debido a estilos de vida poco saludables. Es innegable que se prioriza a la juventud porque son el futuro de nuestras generaciones, no obstante, no se debe de olvidar y descuidar al mayor porcentaje tanto a nivel poblacional, como grupo con mayor prevalencia de enfermedades crónicas que son los adultos.

El aprendizaje de hábitos saludables en la escuela no servirá de nada para un niño o adolescente, si al llegar a casa se encuentra rodeado de adultos que no están interesados en llevar hábitos saludables. Para crear un entorno saludable para nuestros niños y jóvenes, es necesario buscar alternativas, estrategias y modificar las políticas de educación y salud en adultos. Si se reducen los factores de riesgo para la predisposición de enfermedades crónicas, se pueden ahorrar recursos para educar a los adultos en estilos de vida más saludables, lo que reduce los costos por complicaciones en hospitales de primero y segundo nivel.

Malcom Knoeles en sus estudios sobre andragogía, donde afirma que en sus experiencias previas y su entorno se basan las características propias del aprendizaje en adultos como el concepto de sí mismo, experiencia previa, motivación intrínseca, enfoque centrado en la resolución de problemas y disposición a aprender (Knowles, 1980; Hartree, 1984). Los estudiantes son vistos como receptores pasivos de información según el enfoque tradicional de la enseñanza. Considerar la enseñanza como un binomio de "enseñanza-aprendizaje" hace pensar sobre el propósito de las

acciones de enseñanza, sobre la responsabilidad de los profesores de utilizar todos los recursos disponibles; sobre la importancia de considerar las características de los que recibirán la enseñanza y no solo los rasgos propios del material de conocimiento a transmitir. Por lo tanto, promover los estilos de vida saludables implica comprender los comportamientos que mejoran la salud de las personas y que tienen un impacto directo o indirecto en su bienestar físico y calidad de vida durante toda su existencia. De acuerdo con Córdova-Villalobos (2008), uno de los mayores desafíos que enfrenta el sistema de salud son las enfermedades crónicas degenerativas, ya que han aumentado su frecuencia, su contribución a la mortalidad y los altos costos de tratamiento.

## Antecedentes

### **El significado del proceso de aprendizaje**

El proceso de aprendizaje permite adquirir conocimientos y desarrollar habilidades para aprender, reaprender y transmitir o replicar lo que se ha aprendido. Según el pensamiento de la pedagogía respaldado por Heidegger la enseñanza es un ofrecer y un dar, a diferencia del aprendizaje, no es solo un tomar (Heidegger, 1935). En otras palabras, un estudiante no aprende si no toma posesión de lo que se le da. Solo se puede aprender experimentando lo que ya se tiene. La enseñanza implica ayudar a los demás a aprender, es decir, guiarlos a aprender. Es importante destacar que cada persona tiene su propio método y ritmo de aprendizaje, en el que nuestros sentidos son un componente esencial para obtener información. Por lo tanto, es crucial para los educadores comprender estas formas de aprendizaje para brindar una educación integral de alta calidad. Salas (2008) menciona que, desde una perspectiva neurobiológica, todos aprendemos usando tanto nuestros sentidos como nuestro cerebro. Según este autor, los estilos de aprendizaje están determinados por cómo las personas obtienen información y conocimiento.

Asimismo, Maslow (1991) destaca la importancia de la motivación en su libro *Motivación y personalidad* donde refiere que es un factor que determina cómo un individuo actúa y se comporta de una manera específica; menciona que se trata de una combinación de procesos fisiológicos, psicológicos e intelectuales, de relación e interacción del individuo que decide cómo actuar en una situación específica, cómo entender y dirigir sus esfuerzos. Según esta perspectiva, es crucial para los educadores conocer y comprender los comportamientos de aprendizaje que estimulan y motivan

a sus estudiantes a lograr aprendizajes significativos. Por lo tanto, la implementación de estrategias de enseñanza es esencial para motivar a los estudiantes a lograr sus objetivos académicos.

Por otro lado, según las ideas de Ausubel (1990), el aprendizaje significativo ocurre cuando intentamos comprender nuevas informaciones o nuevos conceptos al establecer conexiones con nuestros conjuntos existentes de conceptos y conocimientos factuales o experiencias previas. En este caso, lo que se ha aprendido tiene sentido para la persona. Al respecto, Entwistle (1998) afirma que la comprensión depende de la habilidad de establecer una red de conexiones que conecte las experiencias y el conocimiento previos con los datos o conceptos nuevos.

### **El Aprendizaje: Definiciones según algunos autores**

Para el psicólogo educativo Merle Wittrock (1974), la experiencia es el proceso mediante el cual se adquieren cambios relativamente permanentes en la comprensión, actitud, conocimiento, información, capacidad y habilidad, a esto es lo que le llamamos aprendizaje. Por otra parte, para Piaget (1979) el aprendizaje proviene del medio cuando se interactúa con él, es la construcción que el sujeto realiza a medida que organiza la información que percibe, que tiene su origen en la acción conducida con base en una organización mental previa, constituida por estructuras y a su vez estas por esquemas debidamente relacionados.

David Kolb (1984) también menciona que la adquisición de nuevos conocimientos que van generando nuevas conductas son el resultado del aprendizaje; la combinación de captar y transformar experiencias da como resultado el conocimiento. Igualmente, Robbins (1994) conceptualiza al aprendizaje como cualquier cambio de conducta adquirido de manera relativamente permanente como resultado de la experiencia. Algo similar expone Ardila (2001) al referirse al aprendizaje como el cambio que se presenta relativamente permanente del comportamiento, como resultado de la práctica. Así, Ormrod (2004) expone que el aprendizaje no es solo la adquisición de habilidades y conocimientos; es también la adquisición de valores, actitudes y reacciones emocionales.

### **La Andragogía como método de aprendizaje en adultos**

Según Amaya Guerra (2002) el acto de aprender es una actividad constante que comienza con el nacimiento y culmina con la muerte. De tal forma, se comprende que el aprendizaje en la vida de

una persona es un proceso de comportamiento cambiante. Estos conocimientos se adquieren a través de la experiencia y pueden adquirirse mediante el estudio, la cultura, la investigación o la práctica (Papalia, Sterns, Feldman, & Camp, 2009). Para enseñar estilos de vida saludables a los adultos, es fundamental comprender los procesos de aprendizaje más efectivos para lograr este objetivo. Es importante considerar una variedad de teorías del aprendizaje, ya que ninguna por sí sola logra explicar cómo aprenden los estudiantes, sino que es la combinación de estas teorías lo que nos lleva a potenciar su aprendizaje.

La andragogía es definida por Castro Pereira et al., (1986) a finales de los 80's como una ciencia de la educación que facilita los procesos de aprendizaje en el adulto en el transcurso de toda su vida, y más adelante introduce por primera vez el término andragogo como la “persona que conociendo al adulto que aprende, es capaz de crear ambientes educativos propicios para el aprendizaje” (Castro Pereira, 1990). Sin embargo, quien es considerado como el padre de la andragogía en general es Malcolm Knowles (2006) por los aportes realizados, él introdujo la teoría de la Andragogía y la define como arte y la ciencia de ayudar a adultos a aprender y que necesitan ser partícipes de su aprendizaje. La andragogía ofrece oportunidades de aprendizaje en temas de salud como lo son los estilos de vida saludables con un abordaje inclusivo en personas con enfermedades crónico-degenerativas. Tomando en cuenta que el adulto como tal, manifiesta ciertos rasgos dentro de los procesos de aprendizaje que caracterizan la andragogía.

#### *Características del Aprendizaje en los adultos*

El primero en referirse a la andragogía como una alternativa a la pedagogía fue Knowles (2006) y la definió como el arte de ayudar a los adultos a aprender. A finales del siglo XX, en lo que se refiere a la literatura, existían trabajos donde mencionaban las diferencias significativas de aprendizaje entre adultos y niños creando el término andragogía para referirse a cómo aprenden los adultos, sosteniendo principalmente que la motivación hacia el aprendizaje de los adultos era diferente a la de los niños. Los postulados de Knowles (1980) han tenido un impacto significativo en la forma en que se imparte la educación en los adultos. Sin embargo, también ha sido objeto de controversia porque se argumenta que estos principios no son propios de los adultos, sino que dependen del contexto y las circunstancias en las que se encuentra la persona, ya sea adulto o niño. El aprendizaje en adultos es un fenómeno tan complejo que no se podría explicar con base en una

teoría, ya que intervienen múltiples factores que pueden influir en el proceso de aprendizaje. Es necesario tener en cuenta ciertas características, como autoconcepto, experiencia previa, disposición al aprendizaje, motivación intrínseca y un enfoque centrado en la resolución de problemas (Knowles, 1980).

Considerando lo anterior se puede decir que los adultos suelen desear elegir lo que quieren aprender, cuándo y cómo lo quieren aprender y tener cierta autonomía en el aprendizaje, lo que fomenta el aprendizaje autodirigido; se incluye también a la experiencia que los adultos traen consigo, que puede obstaculizar su aprendizaje; es decir, sus experiencias previas determinan cómo procesa la información nueva recibida y se debe tener en cuenta al enseñar; en cuanto a la disposición para el aprendizaje dependerá directamente de las necesidades del adulto; cuando identifiquen que lo que aprenderán les ayudará a manejar situaciones en su contexto real y actual, en este caso en lo que concierne a su salud y estilos de vida saludables para mejorar su calidad de vida, tendrán que ver o sentir una necesidad real de aprender algo; por otro lado, los adultos necesitan ver la aplicación inmediata del aprendizaje, por lo que buscan experiencias de aprendizaje que les permitan resolver sus problemas actuales; por último, la motivación intrínseca: los adultos necesitan estar motivados por su propia motivación interna o por el valor que le han dado. No están interesados en factores extrínsecos como el reconocimiento o la calificación por adquirir el aprendizaje. Los adultos necesitan saber por qué necesitan aprender, cuáles son los beneficios de adoptar un estilo de vida saludable y cómo afecta directamente su salud y su calidad de vida (Knowles M. , 1980; Hartree, 1984).

Alberto Lifshiz (2024) basado en un análisis de las características de aprendizaje de los adultos, hace hincapié en los aspectos didácticos y operativos de la andragogía en que:

El adulto merece un trato diferente del que se otorga a los niños, en tanto que se le considere artífice responsable de su futuro. Su disposición y su motivación se sustentan en la vida cotidiana y, por ello, tienden a facilitar el logro de un aprendizaje significativo (pág. 63).

### *Mejorando la calidad de Vida a través de la Andragogía*

Para llevar a la práctica docente estos principios, específicamente en la educación a la salud en pacientes con enfermedades crónicas, para lograr modificar sus estilos de vida y con ello, el mejoramiento de la calidad de vida, se tiene que propiciar un ambiente eficaz y seguro de



aprendizaje, donde los adultos logren sentirse tanto física como emocionalmente confortables, en un entorno empático, seguro y con la suficiente libertad de expresarse sin temor a críticas o ser ridiculizados. Asimismo, involucrar a los adultos en la planificación de los métodos de aprendizaje y el plan de estudios, garantiza la colaboración en el proceso de enseñanza-aprendizaje y a establecer la relevancia a las necesidades de los adultos con alguna enfermedad crónica y el contexto en el que se desarrolla; consigue crear ese sentido de pertenencia lo que conduce a desarrollar la responsabilidad sobre su propio proceso de aprendizaje.

Otro punto crucial es que los adultos deben participar en el diagnóstico de las necesidades de aprendizaje, involucrarlos trae como resultado que aumente el valor y significado de lo aprendido, y a través del mismo estimula la motivación intrínseca, obteniendo una autoevaluación eficaz, lo que permite establecer el verdadero valor e importancia de tener un estilo de vida saludable para una mejor calidad de vida. Además, es importante motivar a los adultos a establecer sus propios objetivos de aprendizaje, los cuales deben adaptarse a sus necesidades en función de sus enfermedades crónicas ya que cada caso es muy particular, animándolos a cumplir sus metas y objetivos que se establecieron buscando y utilizando los recursos que están a su alcance, estableciendo una relación entre las necesidades de aprendizaje con recursos prácticos para la consecución de los objetivos. Ayudar a los adultos a que lleven a cabo sus planes de aprendizaje, es otro de los principios de la andragogía que se tiene que tomar en cuenta, y una particularidad de una motivación óptima, es la expectativa de éxito y el sentimiento de logro o competencia.

Por lo que se tiene que poner mucho énfasis en el establecimiento de metas y objetivos asequibles, ya que los adultos se desalientan si las tareas o metas son complicadas de realizar o alcanzar no logrando su objetivo, y exigir demasiado o poner demasiada presión los desalienta. Por lo tanto, se debe acompañar constantemente porque si no hay un sistema de apoyo adecuado, el aprendizaje puede verse afectado. Finalmente, pero igual de importante, se debe fomentar la autoevaluación, que es un paso esencial hacia un aprendizaje autodirigido que requiere una reflexión profunda sobre la propia experiencia.

## Planteamiento de la Investigación

La presente investigación se centra en el área de la calidad de vida como problema socioeducativo. En los últimos años se ha visto un gran aumento en el índice de personas con enfermedades crónicas degenerativas, no solo en México, sino a nivel mundial, condición que repercute directamente sobre la calidad de vida de las personas. Al establecer un plan educativo inclusivo con un enfoque andragógico no solo de prevención, sino también como apoyo para la obtención o mantenimiento de los estilos de vida saludable en pacientes crónicos, elevará la calidad de vida y la disminución de los gastos del tratamiento.

### Objetivo

Identificar el nivel de educación a través de la andragogía como método de inclusión educativa en salud para mejorar la calidad de vida en adultos con enfermedades crónicas.

### Objetivos específicos

- Identificar el nivel de conocimiento que tiene el adulto con enfermedades crónicas sobre la importancia de llevar estilos de vida saludable.
- Evaluar en qué grado lleva a la práctica los conocimientos sobre los estilos de vida saludables para llevar una mejor calidad de vida.

## Metodología

Partiendo de que es imposible abordar el aprendizaje en adultos con una sola teoría o punto de vista; es necesario considerar varios aspectos de los adultos, como el autoconcepto, la experiencia que posee, su disposición al aprendizaje, la búsqueda de la resolución de problemas y motivación intrínseca, de acuerdo con Knowles (1980), mejorando la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónicas al respetar sus derechos y necesidades a través de una educación en salud con enfoque andragógico.

*Diseño:*

La presente investigación se realiza según Hernández et al. (2014) de tipo descriptivo, con enfoque mixto y analítico, el cual se lleva a través de la observación del fenómeno, para medirlo y analizarlo, recopilándose los datos en un tiempo específico y estableciendo relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables. La población que se considera para el presente trabajo está conformada por 110 adultos en un rango de edad de entre 20 a 59 años, que presentan alguna enfermedad crónico-degenerativa. Estos adultos acuden a consulta a los centros de salud Urbanos Guadalupe, Castaños, Occidental y Borjas de la Jurisdicción Sanitaria 04 de la Secretaría de Salud, en la ciudad de Monclova, Coahuila, México, y como criterio de exclusión fueron aquellos adultos que por cualquier motivo no desearon participar en la investigación.

*Descripción del instrumento:*

Se utiliza el instrumento de elaboración propia Educación para la Salud. Cuestionario Sobre Estilos de Vida en Pacientes con Enfermedades Crónicas (DM, HTA, Obesidad, Colesterol) 2022”, para la recolección de los datos, validado con alpha de .90; el cual se aplica a una población específica como se indica en el párrafo anterior. El instrumento consta en primera instancia de una sección de datos demográficos y otra sección dividida en tres partes que son Aprendizaje con enfoque andragógico, Estilos de vida y Educación en salud.

En la sección de datos demográficos, se incluyen nombre del centro de salud, fecha de aplicación del cuestionario, sexo (hombre y mujer), edad en años, ocupación (estudiante, trabajador, desempleado, hogar), estado civil (casado, soltero, viudo, divorciado y otros). En la segunda sección, primera parte, se encuentra la de Aprendizaje con enfoque andragógico, dividido en cinco partes, la primera Autoconocimiento con tres ítems, la segunda Experiencia con nueve ítems; tercera Disposición a aprender con tres ítems; la cuarta sección Enfoque de resolución de problemas con tres ítems, y por último la motivación intrínseca con tres ítems. La segunda parte de la misma sección es sobre los Estilos de vida saludable, dividido en seis partes; que son Autocuidado, conformado por siete ítems; Nutrición, dividido en 16 ítems; Activación física con un ítem; y por último Consumo de sustancias, subdividido en tabaco con dos ítems, alcohol con dos ítems y otras sustancias con un solo ítem. La tercera parte es Educación para la Salud, está conformada de dos secciones, la primera propiamente para conocer el grado de conocimiento sobre

su salud y cuenta con 10 ítems; la segunda es un apartado para llenado exclusivamente por personal de salud después de su respectivo chequeo médico; el cual nos dará información del grado de salud real en el momento de iniciar la investigación.

## Resultados

### *Datos Generales*

En la lectura que conforman los datos generales, en la muestra, extractada de la población con un  $n = 110$  sujetos, integrada por pacientes que acuden a consulta, se utilizó un análisis de frecuencia y porcentajes. En dicho análisis se encontró en la variable sexo de los sujetos, que el 75.45% es mujer ( $n = 83$ ), mientras que el 24.55% es hombre ( $n = 27$ ) en un rango de edad de 22 a 59 años. En la variable ocupación se encuentran divididos de la siguiente manera: el 51.82 % trabaja ( $n = 57$ ), el 45% se dedica al hogar ( $n = 45$ ), 6 % son estudiantes ( $n = 6$ ) y el 2% está desempleado ( $n = 2$ ). También indicaron su estado civil, de los cuales el 60.9% mencionó estar casado ( $n = 67$ ); el 13.64%, soltero ( $n = 15$ ); el 10%, divorciado ( $n = 11$ ); el 9.09% otros ( $n = 10$ ), y el 6.36%, viudo ( $n = 7$ ). En cuanto al nivel de estudio, el que ocupa el mayor porcentaje es el de secundaria con el 33.64% ( $n = 37$ ); seguido el del de técnico/ preparatoria con el 27.27% ( $n = 30$ ); el de licenciatura con el 20.91% ( $n = 23$ ), el de primaria con el 14.55% ( $n = 16$ ), y por último de posgrado con el 3.64% ( $n = 4$ ).

### *Conocimiento sobre su estado de salud*

En lo que respecta a las variables estado de salud: ¿Usted padece de diabetes?, mencionaron conocerse como paciente que padece de diabetes con el 61.82% ( $n = 68$ ), el 28.18% que no padece de diabetes ( $n = 31$ ) y el 10% refirió no saber o no recordar serlo ( $n = 11$ ). En la variable ¿Usted padece de hipertensión?, los resultados fueron el 57.27% menciona padecer de hipertensión ( $n = 63$ ); el 33.64% no padece de hipertensión ( $n = 37$ ), y el 9.09% que no sabe o no recuerda padecerlos ( $n = 10$ ). Referente a la variable ¿usted tiene el colesterol alto?, el 43.64% indicó no saber o no recordarlo ( $n = 48$ ), el 40.91% no padece colesterol ( $n = 45$ ) y un 15.45% refirió padecer de colesterol alto ( $n = 17$ ). Otro dato obtenido es el relacionado con la variable ¿el peso que actualmente tiene es saludable?, los encuestados respondieron así: el 50.91% respondió no ( $n = 56$ ); el 25.45% no sabía o no recordaba ( $n = 28$ ), y el 23.64% respondió sí.

Del mismo modo se identificó que el 57.27% considera ser sedentario (n = 63); el 37.27% menciona no serlo (n = 41), mientras que el 5.45% no sabe o no se acuerda (n = 6). Respecto a la variable ¿conoce sus cifras de glucosa en sangre?, el 70.00% dice conocer sus cifras (n = 77); el 15.45% refiere no haberse checado (n = 16), y el 15.45% que no lo recuerda (n = 17). Para la variable ¿conoce cuál es su cifra de presión arterial?, el 72.23% contestó conocer cuáles son sus cifras de presión arterial (n = 80), el 20% no recuerda (n = 22), y por último el 7.27% dice no haberse checado. Por otra parte, en respuesta a la variable ¿sabe cuánto mide?, el 80.91% respondió sí (n = 89), el 10.91% no recuerda (n = 12) y el 8.18% dijo no (n = 9). En tanto a la variable ¿sabe cuánto pesa? las cifras resultantes fueron así: el 72.23% respondió sí (n = 80); el 16.36% dijo que no recuerda (n = 18), y el 10.91% respondió que no saber (n = 12). De la misma manera con la intención de saber si existían antecedentes familiares de alguna enfermedad crónica se realizó la pregunta de si existía alguien de su familia con enfermedades crónicas, obteniendo como resultado que el 70% dijo sí tener; el 15.45% no, y el 14.55% dijo no saber o no recordar.

### **Medidas de Tendencia Central y Variabilidad**

A través del análisis de tendencia central y variabilidad del eje Aprendizaje con enfoque andragógico (Tabla 6.1) se hizo un análisis de 110 sujetos con una escala de razón de cero a 10, a través del análisis de medias se observó que los sujetos consideran poseer de manera regular un aprendizaje con enfoque andragógico, pero les resulta de mayor relevancia la variable compleja el aprendizaje basado en motivación intrínseca, a través de las variables simples (por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con salud, de las variables simples, en qué medida se relaciona la motivación intrínseca con llevar a cabo un autocuidado, en qué medida se relaciona sus problemas de salud con los estilos de vida saludable que sigue, en qué medida se relaciona su disposición a aprender con acudir al centro de salud para su educación); seguido de la variable compleja autoconcepto con base a su interés, su tiempo para aprender y responsabilizarse de su aprendizaje a través de sus variables simples (tener la necesidad de aprender a cambiar su estilo de vida para mejorar su calidad de vida, está dispuesto a aprender sobre los estilos de vida saludables y tener la necesidad de aprender a cambiar su estilo de vida para mejorar su salud); del mismo modo consideran de forma regular, pero de menor relevancia, la variable compleja motivación

intrínseca con las variables simples (por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente: con vitalidad, motivado, con energía, animado, confianza en sí mismo y con actitud positiva y en qué medida se relaciona su experiencia de vida con llevar un estilo de vida saludable).

En cuanto a la variable de resolución de problemas donde identifica la relación de sus problemas de salud con su estilo de vida, con sus variables simples (lo aprendido lo usa para mejorar su estado de salud, lo aprendido lo usa para cuidar sanamente a su familia y lo aprendido lo utiliza para llevar un estilo de vida saludable) y la variable compleja con base en su experiencia de vida y sus variables (qué tanto sabe del riesgo de fumar y del riesgo del consumo alcohol), así como con base en su experiencia qué tanto sabe de diabetes y de hipertensión, las cuales las sitúa de manera regular pero en menor importancia.

Por último, se observa en el límite inferior la variable compleja *con base en su experiencia con sus variables simples (en base a su experiencia qué tanto sabe de ausencia de estilos de vida saludable, qué tanto sabe de estilos de vida saludable, qué tanto sabe de obesidad, qué tanto sabe de colesterol y qué tanto sabe de las enfermedades crónicas)* que las catalogaron de menor gusto. Por lo que se infiere que los encuestados se inclinan por un aprendizaje con enfoque andragógico a través de una motivación intrínseca, sin necesidad de causas externas, con autoconcepto basado en sus intereses personales, tiempo disponible para su aprendizaje y enfocado a la resolución de problemas de salud.

**Tabla 6.1**

*Medidas de tendencia Central y variabilidad de la variable del eje Aprendizaje con enfoque andragógico*

	Min	Max	X	S	As	K	CV	Z	Zk-s	P
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con salud.	9.1	6	10	0.9	-1.285	1.9595	0.1	9.7	1.025	0.000
En qué medida se relaciona la motivación intrínseca con llevar a cabo un autocuidado.	9.1	6	10	0.9	-1.051	0.6733	0.1	9.6	-0.27	0.000
En qué medida se relaciona sus problemas de salud con los estilos de vida saludable que sigue.	9.1	5	10	1	-1.266	1.6291	0.1	8.7	0.586	0.000

	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>X</i>	<i>S</i>	<i>As</i>	<i>K</i>	<i>CV</i>	<i>Z</i>	<i>Zk-s</i>	<i>P</i>
Tener la necesidad de aprenere a cambiar su estilo de vida paran mejorar su calidad de vida.	9	5	10	0.9	-1.232	2.637	0.1	9.8	1.723	0.000
Qué tanto considera necesario aprender a mejorar estilo de vida.	9	3	10	1.1	-2.05	7.2755	0.1	8	6.147	0.000
Está dispuesto a acudir al centro de salud mensualmente.	9	3	10	1.3	-1.626	3.8764	0.1	7	2.599	0.000
Está dispuesto a aprender sobre los estilos de vida saludables.	9	5	10	1.1	-1.226	1.7534	0.1	8	0.633	0.000
Tener la necesidad de aprender a cambiar su estilo de vida para mejorar su salud.	8.9	5	10	0.9	-1.02	1.9248	0.1	9.6	0.995	0.000
Está dispuesto hacerse responsable sobre su aprendizaje.	8.9	3	10	1.2	-1.882	5.6758	0.1	7.5	4.492	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con vitalidad.	8.8	6	10	1	-0.806	0.2707	0.1	8.7	-0.74	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente motivado.	8.8	3	10	1.3	-1.409	2.7266	0.2	6.6	1.41	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con energía.	8.7	4	10	1.1	-1.212	3.0599	0.1	8.4	2.014	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente animado.	8.7	4	10	1.1	-1.318	2.6501	0.1	7.8	1.546	0.000
En qué medida se relaciona su experiencia de vida con llevar un estilo de vida saludable.	8.7	3	10	1.2	-1.667	4.4468	0.1	7.2	3.238	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con confianza en sí mismo.	8.6	4	10	1.2	-1.131	1.7456	0.1	6.9	0.507	0.000
Por llevar un estilo de vida saludable, qué tanto se siente con actitud positiva.	8.5	1	10	1.4	-2.041	8.0547	0.2	6.3	6.702	0.000
Lo aprendido lo usa para mejorar su estado de salud.	8.3	2	10	1.6	-1.675	3.453	0.2	5.4	1.901	0.000
Con base en su experiencia qué tanto sabe del riesgo de fumar.	8.1	3	10	1.4	-1.199	1.6686	0.2	5.7	0.243	0.000
Lo aprendido lo usa para cuidar sanamente a su familia.	8	3	10	1.7	-1.17	0.8492	0.2	4.8	-0.82	0.000
Con base en su experiencia qué tanto sabe del riesgo consumo alcohol	7.9	2	10	1.6	-1.35	2.3759	0.2	5	0.8	0.000
Lo aprendido lo utiliza para llevar un estilo de vida saludable.	7.7	3	10	1.7	-0.992	0.6887	0.2	4.6	-1	0.000

	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>X</i>	<i>S</i>	<i>As</i>	<i>K</i>	<i>CV</i>	<i>Z</i>	<i>Zk-s</i>	<i>P</i>	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de diabetes.	7.6	3	10	1.5	-1.026	0.8069	0.2	5.1	-0.7	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de hipertensión.	7.6	3	10	1.6	-1.084	0.6074	0.2	4.8	-0.96	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de ausencia de estilos de vida saludable.	7.2	0	10	1.9	-1.488	2.4315	0.3	3.7	0.495	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de estilos de vida saludable.	7.2	1	10	2.1	-1.048	0.5194	0.3	3.5	-1.53	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de obesidad.	7.1	1	9	1.8	-1.254	1.6993	0.3	4	-0.09	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de colesterol.	6.4	2	10	1.7	-0.723	0.4955	0.3	3.7	-1.22	0.000	
Con base en su experiencia qué tanto sabe de las enfermedades crónicas.	5.8	0	9	2.8	-0.936	-0.389	0.5	2.1	-3.17	0.000	
			<i>Sx</i> = 0.87	<i>Li</i> = 7.387			<i>Ls</i> = 9.12				

*Nota: X =Media, Min=Puntaje Mínimo, Máx.=Puntaje Máximo, S=Desviación estándar, As=Coefficiente de Asimetría, K=Curtosis, CV=Coefficiente de Variación, Z=Puntaje, Zk-s=Valor de Kolmogórov-Smirnov, P=Significancia asintótica bilateral*

Asimismo, los resultados obtenidos del eje estilos de vida saludable (Tabla 6.2) se observa que los sujetos consideran en mayor medida la variable compleja de autocuidado dando mayor relevancia a las variables simples en qué medida el autocuidado lo realiza por autocontrol y en qué medida el autocuidado lo realiza por autoestima. Por esta razón se infiere que, los respondientes consideran tener mayormente un autocuidado realizado por autocontrol y por autoestima. Y en relación a su nutrición, escasamente consumen por semana carnes rojas y frutos secos, y no realizan por lo menos 30 min de actividad física. En cuanto a los resultados obtenidos del eje estilos de vida saludable se observa que los sujetos consideran en mayor medida las variables simples recibió información sobre las vacunas que necesita acorde a su edad y recibió información sobre su estado de salud, no así la variable simple Recibió información sobre la existencia de una Unidad de Especialización Médica en Enfermedades Crónicas que la ubican en los límites inferiores.

El resto de las variables simples (recibió información sobre: todos los servicios que le pueden brindar, que su grupo de apoyo puede acudir a las reuniones mensuales, que su grupo de apoyo puede acudir a las reuniones mensuales, las reuniones mensuales para su educación en salud y los grupos de ayuda mutua) todas ellas las sitúan de manera regular. Por esta razón, se infiere que



los respondientes consideran mayormente haber recibido información sobre las vacunas que le corresponden acorde a su edad y su estado de salud actual. Sin embargo, considera no haber recibido información suficiente con respecto a la existencia de una Unidad de Especialización Médica en Enfermedades Crónicas (UNEME Crónicas).

**Tabla 6.2.**

*Medidas de tendencia Central y variabilidad de la variable del eje Estilos de vida saludable*

<i>En qué medida...</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>X</i>	<i>S</i>	<i>As</i>	<i>K</i>	<i>CV</i>	<i>Z</i>	<i>Zk-s</i>	<i>P</i>
el autocuidado lo realiza por autocontrol.	9.4	8	10	0.7	-0.564	-0.743	0.1	14	-1.43	0.000
el autocuidado lo realiza por autoestima.	9.2	6	10	0.9	-1.024	1.0684	0.1	11	0.206	0.000
se toma los medicamentos que le son recetados.	9.1	1	10	1.4	-3.031	13.616	0.2	6.7	12.25	0.000
el autocuidado se realiza por autoaceptación.	9	6	10	0.9	-0.707	0.4191	0.1	10	-0.45	0.000
el autocuidado se realiza por autorrealización.	9	5	10	1	-1.172	1.8335	0.1	8.7	0.798	0.000
sabe el nombre de los medicamentos que toma.	8.9	3	10	1.4	-1.788	4.2116	0.2	6.2	2.785	0.000
conoce para qué es cada uno de los medicamentos que toma.	8.8	3	10	1.5	-1.512	2.0633	0.2	5.9	0.563	0.000
consume por semana cereales y tubérculos.	8.3	2	10	1.8	-1.525	2.4243	0.2	4.5	0.581	0.000
sigue todas las recomendaciones que le da el personal de salud.	8.3	3	10	1.6	-1.186	1.1984	0.2	5.2	-0.42	0.000
se limita a comer solo alimentos saludables.	8.2	3	10	1.4	-1.087	2.058	0.2	5.8	0.639	0.000
consume por semana postres.	8.1	5	10	1.5	-0.626	-0.414	0.2	5.4	-1.91	0.000
consume por semana alimentos preparados en casa.	8.1	3	10	1.7	-0.987	0.5022	0.2	4.8	-1.18	0.000
duerme por lo menos 8 horas al día.	8.1	4	10	1.6	-0.76	-0.028	0.2	5.2	-1.59	0.000
consume por semana leguminosas.	8	0	10	2.2	-1.412	1.662	0.3	3.7	-0.53	0.000
consume por semana verduras.	7.9	2	10	1.8	-1.004	0.4295	0.2	4.4	-1.39	0.000
consume al día por lo menos ocho vasos de agua.	7.7	3	10	2	-0.577	-0.647	0.3	3.8	-2.67	0.000
consume por semana comida frita o empanizada.	7.7	3	10	1.5	-0.678	0.0919	0.2	5.1	-1.41	0.000
consume por semana huevo.	7.6	1	10	2.1	-0.69	-0.303	0.3	3.5	-2.44	0.000

<i>En qué medida...</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>X</i>	<i>S</i>	<i>As</i>	<i>K</i>	<i>CV</i>	<i>Z</i>	<i>Zk-s</i>	<i>P</i>
consume por semana productos enlatados.	7.6	4	10	1.5	-0.437	-0.552	0.2	4.9	-2.09	0.000
consume por semana de lácteos.	7.3	0	10	2.7	-0.888	-0.438	0.4	2.7	-3.14	0.000
consume al día por lo menos un vaso de bebida azucarada.	7.1	0	10	2.3	-0.925	0.6482	0.3	3.1	-1.68	0.000
consume por semana frutas.	7	3	10	2.3	-0.414	-1.161	0.3	3.1	-3.41	0.000
consume por semana carnes blancas.	6.8	1	10	2.1	-0.656	-0.469	0.3	3.2	-2.61	0.000
consume por semana carnes rojas.	5.5	0	10	2.4	-0.087	-0.706	0.4	2.3	-3.08	0.000
consume por semana frutos secos.	4	0	10	2.6	0.3912	-0.62	0.7	1.5	-3.19	0.000
realiza por semana por lo menos 30 min de actividad física.	3.7	0	9	2.6	0.3299	-0.693	0.7	1.4	-3.31	0.000
	7.7	Sx= 1.43		Li= 6.27		Ls= 9.13				

*Nota: X=Media, Min=Puntaje Mínimo, Máx.=Puntaje Máximo, S=Desviación estándar, As=Coefficiente de Asimetría, K=Curtosis, CV=Coefficiente de Variación, Z=Puntaje, Zk-s=Valor de Kolmogórov-Smirnov, P=Significancia asintótica bilateral*

En resumen, a través del análisis de media de medias y con base en la observación y análisis de resultados se logra evidenciar que los sujetos se inclinan por un aprendizaje con enfoque andragógico mediante una motivación intrínseca, sin necesidad de causas externas, con un autoconcepto que se basa en intereses personales, el tiempo que tiene disponible para su aprendizaje y con el propósito de resolver sus problemas de salud. Por otra parte, el autocontrol y la autoestima lo consideran muy relevante para lograr tener un autocuidado adecuado. De igual forma, el recibir información acorde a su edad sobre las vacunas que le corresponden y el que el personal de salud haya explicado el estado de salud con respecto a su padecimiento actual lo consideran de suma importancia. A pesar de ello, la información recibida sobre la existencia de una Unidad de Especialización Médica en Enfermedades Crónicas (UNEME Crónicas), dentro de la jurisdicción.

## Conclusiones

Es necesario brindar al adulto servicios de calidad y calidez, cualidades que están implícitas dentro de la misión y visión de la Secretaría de Salud bajo un ambiente empático y confortable, pero que al mismo tiempo sea efectivo. El adulto por su naturaleza misma necesita sentir esa autonomía sobre su aprendizaje y ser responsable del mismo; al fomentar un aprendizaje donde sea él quien elija qué necesita aprender, cuándo puede o tiene tiempo para los mismo y cómo quiere aprenderlo. Otro aspecto que se debe considerar es la experiencia que tiene con respecto a la enfermedad, su entorno, situaciones específicas y muy particulares que los adultos a lo largo de su vida se han enfrentado, todo esto contribuye que su aprendizaje sea afectado de forma positiva o negativa, en otras palabras, sus experiencias previas influyen en la forma en cómo toda la información brindada será procesada. Si se conoce este contexto para determinar un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje habrá la modificación de estilos de vida saludables y tratamientos terapéuticos establecidos.

Por otra parte, los adultos necesitan ver que lo aprendido es factible llevarlo a la práctica de manera inmediata, ya que su interés principal es la resolución de sus problemas en el contexto de salud y con ello mejorar su calidad de vida, por lo que entre más visualicen la necesidad de aprendizaje para solucionar dichos problemas, mayor será su disposición a aprender o reaprender para poder aplicar estos nuevos aprendizajes en un contexto real y actual en sus vidas, es decir, sentir una necesidad real para aprender. Esto lleva a una motivación intrínseca, dado que a los adultos no les interesa, ni tienen la necesidad de un reconocimiento o calificación por lo aprendido, su necesidad debe surgir de una motivación real interna, conociendo el beneficio al modificar o adquirir estilos de vida saludables y cómo repercuten directamente sobre su salud, pero sobre todo para mejorar su calidad de vida.

## Referencias Bibliográficas

- Amaya Guerra, J. (2002). *Estrategias de aprendizaje para universitarios: un enfoque constructivista*. (Trillas, Ed.) México. ISBN: 978-9682466632
- Ardila, R. (2001). *Psicología del aprendizaje*. Siglo XXI. ISBN: 968-23-1575-1
- Ausubel, D. N. (1990). *Psicología Educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. (Segunda edición ed.). México: Trillas.
- Campos-Nonato, I., Hernández-Barrera, L., Oviedo-Solis, C., Ramires-Villalobos, D., Hernández-Prado, B., & Baquera, S. (2021). Epidemiología de la hipertensión arterial en adultos mexicanos: diagnóstico, control y tendencias. En S. P. Mex., *Ensanut 2020*. (págs. 63:692-704). México. <https://doi.org/10.21149/12851>
- Castro Pereira, M. (1990). *La conformación de un modelo de desarrollo curricular con base en los principios de la ciencia andragógica. Ponencia*. (U. N. Abierta, Ed.) Caracas, Venezuela.
- Castro Pereira, M., Sánchez, I., Molina, T., Ramos, Z., & Tovar, A. (1986). *Proyecto de Maestría en Educación Abierta y a Distancia*. (P. U.N.A., Ed.) Caracas, Venezuela.
- Córdova-Villalobos, J. Á. (Nov/dic de 2008). Las enfermedades crónicas no transmisibles en México: sinopsis epidemiológica y prevención integral. *ENSANUT 2020*, 6(6), 149-427. <https://doi.org/10.21149/12851>
- Entwistle, N. (1998). Improving teaching through research on student learning. (U. o. Edinburgh, Ed.) *University teaching: International perspectives*, 73-112. <https://doi.org/10.4324/9780429459092-4>
- García-García, J. A., Garza-Sánchez, R. I., & Cabello-Garza, M. L. (2022). Dimensiones de estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en la población mexicana. *Prospectiva*. <https://doi.org/10.25100/prts.v0i34.11671>
- Hartree, A. (1984). Teoría de la andragogía de Malcolm Knowles: una crítica. *Revista Internacional de Educación Permanente*, 3(3), 203-210. <https://doi.org/10.1080/0260137840030304>
- Heidegger, M. (1935/36). *La pregunta por la cosa sobre la doctrina kantiana de los principios trascendentales* (41 ed.). (P. J. 1984, Ed.) Vittorio Klostermann.
- Hernández Sapieni, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill Education. [https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n\\_sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n_sampieri.pdf)
- Knowles, M. (1980). *The Modern Practice of Adult Education*. New York: Cambridge. Obtenido de [https://www.umsl.edu/~henschkej/articles/a\\_The\\_%20Modern\\_Practice\\_of\\_Adult\\_Education.pdf](https://www.umsl.edu/~henschkej/articles/a_The_%20Modern_Practice_of_Adult_Education.pdf)
- Knowles, M. (2006). *Andragogía : el aprendizaje de los adultos*. México, D.F., México: Alfaomega ; Oxford University Press. doi:ISBN 9789701511343

- Kolb, D. (1984). *Psicología de las organizaciones: experiencia*. (P. Hall., Ed.). ISBN: 84-237-0454-8
- Lifshiz, A. (2024). Capítulo 6 Andragogía y la enseñanza en adultos. En A. Lifshitz, *Educación en medicina. Enseñanza y aprendizaje de la clínica* (pág. 408). DF, México: Alfil,S.A. de C.V. ISBN 968-7620-2-9
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y Personalidad*. Madrid, España: Diaz de Santos S.A. ISBN: 84-87189-84-9
- Miranda-Contreras, E., Palma-Jacinto, J. A., & Arroyo-Helguera, O. (2023). El confinamiento por COVID-19 modifica los estilos de vida saludables en adultos: Una revisión sistemática. *Horizonte Sanitario*, 22(3), 689-701. <https://doi.org/10.19136/hs.a22n3.5445>
- Ormrod, E. (2004). *Aprendizaje Humano*. Pearson Prentice Hall.  
<https://saberepsi.wordpress.com/wp-content/uploads/2016/09/ellis-aprendizaje-humano.pdf>
- Papalia, D., Sterns, H., Feldman, R., & Camp, C. (2009). *Desarrollo del adulto y Vejez*. México: McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. DE C.V.  
<https://educativopracticas.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/01/desarrollo-del-adulto-y-vejez-papalia-libro.pdf>
- Piaget. (1979). *La toma de conciencia*. 3Ra edición, Ed. MORATA. <https://piagetflix.com/wp-content/uploads/2020/02/6-La-toma-de-conciencia-Piaget-pdf.pdf>
- PNUD, P. d. (s.f.). *Objetivos del Desarrollo Sostenible*. Obtenido de Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo: [https://www.undp.org/es/sustainable-development-goals#:~:text=de%20Desarrollo%20Sostenible%3F-.Los%20Objetivos%20de%20Desarrollo%20Sostenible%20\(ODS\)%2C%20tambi%C3%A9n%20conocidos%20como,disfruten%20de%20paz%20y%20prosperidad](https://www.undp.org/es/sustainable-development-goals#:~:text=de%20Desarrollo%20Sostenible%3F-.Los%20Objetivos%20de%20Desarrollo%20Sostenible%20(ODS)%2C%20tambi%C3%A9n%20conocidos%20como,disfruten%20de%20paz%20y%20prosperidad)
- Robbins, S. (1994). *Comportamiento organizacional*. Prentice-Hall Hispanoamericana. ISBN: 9789688803721
- Salas Silva, R.E. (2008). *Estilos de aprendizaje a la luz de la neurociencia*. (Primera edición ed.). Bogotá, Colombia: Magisterio. ISBN: 9789582009304
- Statista. (2022). *statista.com Número de casos confirmados de COVID-19 en México*. <https://es.statista.com/estadisticas/1214113/casos-covid-mexico-edad/>
- Statista. (2022). *statista.com Número de muertes a nivel mundial*. <https://es.statista.com/estadisticas/1107719/covid19-numero-de-muertes-a-nivel-mundial-por-region/>
- Wittrock, M. (1974). El aprendizaje como proceso generativo. *Psicólogo educativo*, 11(2). *APA PsycNet*, 87–95. <https://doi.org/10.1080/00461527409529129>

## CAPITULO 7

### Percepción del Bienestar de la Obesidad en Estudiantes de Posgrado Saltillo

Abosedo Olatunde Nupo<sup>20</sup>  
Iris Rubi Monroy-Velasco<sup>21</sup>  
José González-Tovar<sup>22</sup>

#### Resumen

La obesidad y el sobrepeso son los mayores retos del siglo. Las estadísticas de la Organización Mundial de la Salud muestran una creciente prevalencia de obesidad en adultos. El estudio investigó la obesidad y la percepción entre estudiantes graduados de la Universidad Autónoma de Coahuila. En el estudio participaron un total de 15 estudiantes, ocho mujeres y siete hombres, con una edad media de  $29.50 \pm 7.80$  años, un índice de masa corporal (IMC) de  $29.50 \pm 7.80$  kg/m<sup>2</sup> y un peso medio ( $26.13 \pm 4.2$  kg). Se utilizó un método de muestreo por conveniencia para seleccionar a 15 participantes dispuestos y listos y se realizó una entrevista cara a cara en profundidad, grabada en inglés, durante 30 minutos. La entrevista se centró en los antecedentes personales, la satisfacción, la percepción de obesidad, el cuidado personal, el apoyo familiar, la convivencia con los pares, los retos y obstáculos, el afrontamiento y las necesidades de ayuda institucional. El análisis de los datos cualitativos obtenidos se realizó de acuerdo con el método de la teoría fundamentada y se codificó automáticamente utilizando el *software* Atlas.ti 8 window. El estudio mostró que los participantes veían la obesidad como una enfermedad grave y expresaban mayores preocupaciones sobre la obesidad y su gravedad.

*Palabras claves:* Obesidad, estudiantes, alimentación, percepción, sobrepeso, enfermedad

---

<sup>20</sup> Estudiante del Doctorado en Psicología de la Salud, Facultad de Psicología, UAdeC, [abosedo\\_nupo@uadec.edu.mx](mailto:abosedo_nupo@uadec.edu.mx)

<sup>21</sup> Profesora-Investigadora de la Facultad de Psicología, UAdeC, [iris.monroy@uadec.edu.mx](mailto:iris.monroy@uadec.edu.mx)

<sup>22</sup> Profesor-Investigador de la Facultad de Psicología, UAdeC, [josegonzañeztovar@uadec.edu.mx](mailto:josegonzañeztovar@uadec.edu.mx)

## Introducción

La mayor parte del mundo industrializado ha experimentado un crecimiento generalizado del peso a nivel de la población en los últimos 30 años (NCD-RisC, 2017). Se cree que la obesidad acorta la esperanza de vida hasta en 10 años al afectar los sistemas de salud esenciales del cuerpo, en particular los sistemas cardiovascular y metabólico (Mokdad et al., 2003; Must et al., 1999). El sobrepeso está relacionado con un mayor riesgo de padecer una serie de afecciones de salud, como diabetes e hipertensión, aunque los efectos negativos para la salud de tener un mayor peso corporal son más notorios en aquellos clasificados como obesos (Preston & Vierboom, 2018; Gelber et al., 2007; Twig et al., 2014). La carga de enfermedades relacionadas con la obesidad es ahora significativa, y un factor que contribuye a la disminución del fuerte crecimiento de la esperanza de vida en los países industrializados es el aumento del peso corporal de la población (Robinson et al., 2020).

En México, la obesidad es un grave problema de salud y se han utilizado varias estrategias para combatirla. Se han identificado numerosos factores ambientales, personales y multifactoriales que contribuyen a la obesidad. La ingesta regular de alimentos y bebidas con alto contenido energético se ha asociado con una mayor incidencia de obesidad (Dagne et al., 2019). Sin embargo, las ciudades con alimentos densos en energía vinculados a un estilo de vida occidental tienen más probabilidades de tener alimentos obesogénicos disponibles y consumidos regularmente (Motadi et al., 2018; Neupane et al., 2015).

Además, el aumento del sobrepeso y la obesidad está alimentado por creencias y valores culturales. Por ejemplo, existe una opinión generalizada de que ser delgado es un signo de pobreza y mala salud, por lo que las personas sanas no deberían ser delgadas (Simfukwe et al., 2017). La obesidad puede aumentar significativamente la posibilidad de desarrollar dolencias como diabetes tipo 2, dislipidemia, hipertensión y trastornos musculoesqueléticos. Psicológicamente, la ansiedad, la depresión y la baja autoestima suelen estar relacionadas con cambios en la imagen corporal (Simfukwe et al., 2017). La obesidad es una enfermedad que altera el cuerpo y la mente de quienes la padecen, puede tener un impacto en una serie de factores sociales, entre ellos las dificultades para encontrar trabajo, la discriminación, la exclusión y el aislamiento; problemas psicológicos, como baja autoestima; fracaso educativo; y problemas físicos, como dificultad para moverse y realizar las tareas diarias.

Tanto las personas obesas como los profesionales médicos tienen importantes desafíos para controlar su peso. Ninguna estrategia exitosa a corto o largo plazo puede lograrse sin incorporar modificaciones en el estilo de vida, especialmente en relación con la comprensión de la nutrición adecuada y el ejercicio regular. La percepción de la obesidad es el juicio que hace una persona basándose en los datos nutricionales disponibles en función de su información sensorial, así como de las lecciones culturales y sociales adquiridas durante la infancia. La percepción afecta tanto a los aspectos físicos como psicológicos de la vida (Uauy, 2012). En México, la mayoría de los estudios realizados sobre la percepción de la obesidad se han realizado mediante el método cuantitativo y el foco ha estado en adolescentes y adultos (Pacheco-Cruz et al., 2020, Sámano et al., 2015, Pérez et al., 2020, Oliva- Peña et al., 2016).

La amenaza de la obesidad en México puede reducirse a través de la educación que puede mejorar el estilo de vida de los estudiantes y ayudarlos a obtener el conocimiento nutricional adecuado que afectará la forma en que ven la obesidad y cómo manejar adecuadamente los trastornos médicos. Vivir con obesidad puede requerir que una persona perciba y comprenda la enfermedad y sus consecuencias, así como estrategias para enfrentar y superar el proceso de la enfermedad. Los profesionales pueden personalizar las técnicas de atención al saber cómo percibe un individuo su proceso de salud-enfermedad. Con el fin de mejorar la condición de salud de los estudiantes de posgrado, este estudio buscó explorar y comprender completamente sus experiencias, obstáculos y percepciones sobre la obesidad.

### **Referente Teórico**

La jerarquía de demandas de Maslow se puede utilizar para investigar cómo las percepciones de bienestar de los estudiantes de posgrado obesos pueden verse afectadas por demandas psicológicas y fisiológicas insatisfechas (Taormina y Gao, 2013). Esta idea establece que las necesidades básicas según la Jerarquía de demandas de Maslow son:

- **Requisitos fisiológicos:** La obesidad puede hacer que un estudiante se sienta menos bien si no se satisfacen sus requisitos básicos de alimentación, sueño y ejercicio.
- **Necesidades de seguridad:** La obesidad a largo plazo puede causar problemas de salud que perjudican la sensación de seguridad del estudiante, lo que a su vez afecta su bienestar general.



- Necesidades de amor y pertenencia: la aceptación y el apoyo social pueden ser esenciales para la salud mental. Los estudiantes de posgrado obesos pueden experimentar baja autoestima o marginación social, lo que afecta la forma en que perciben su bienestar general.
- Necesidades de estima: el bienestar percibido puede verse directamente afectado por un bajo sentido de autoestima provocado por la estigmatización social o la falta de confianza asociada a la obesidad.

## Método

### *Diseño:*

Se realizó un estudio cualitativo descriptivo con enfoque semicuantitativo a estudiantes egresados de la Universidad Autónoma de Coahuila. Una guía de entrevista semiestructurada para recopilar datos de los participantes del estudio. Las entrevistas en profundidad duraron 30 minutos. Se utilizó una grabadora digital para realizar la entrevista.

### *Participantes:*

Este estudio se realizó entre los estudiantes de posgrado de la Universidad Autónoma del Coahuila. Se eligieron 15 participantes que dieron su consentimiento y estuvieron preparados utilizando una técnica de selección por conveniencia, y se realizó una entrevista cara a cara exhaustiva durante 30 minutos en el idioma inglés. El estudio solo incluyó a estudiantes de posgrado que estaban dispuestos y eran capaces de participar en una entrevista. Se recogieron las historias personales de los participantes, los niveles de satisfacción, las opiniones sobre la obesidad, el cuidado personal, el apoyo familiar, la convivencia con otros estudiantes, las dificultades y obstáculos, las estrategias de afrontamiento y las demandas de asistencia institucional. La entrevista fue grabada y los sujetos fueron identificados a través de la transcripción. Los datos recolectados se analizaron utilizando el método de la teoría fundamentada, que incluyó la lectura y relectura de las transcripciones de los temas para comprender su significado (similitudes y diferencias), la categorización e identificación de los datos, la clasificación de los datos para asegurarse de que las teorías y conceptos eran similares y la anotación de las diferencias (Chun Tie et al., 2019). Con el *software* de ventana Atlas.ti 8, los resultados se codifican automáticamente, lo que facilita un análisis más preciso de los datos.

*Criterios de inclusión:*

Los participantes deberán ser estudiantes matriculados en la Universidad a nivel de posgrado. Él/ella debe estar dispuesto a realizar una entrevista oral y dar su consentimiento informado para grabar la entrevista.

*Consideraciones éticas:*

Los participantes que se entrevistaron dieron su consentimiento informado para ser grabados y de la misma manera se cuidó y se salvaguardó su bienestar físico y psicológico.

*Validación de guía de conversación:*

Para validar la guía de la entrevista se acudió a un experto en investigación cualitativa quien evaluó las preguntas de acuerdo con las categorías preestablecidas. Para corroborar que la entrevista se comprendía se realizó un estudio piloto con tres encuestados para confirmar la solidez de la guía de entrevista.

*Análisis de datos:*

La unidad principal de análisis fueron las transcripciones de los datos, que se leyeron varias veces cada una para garantizar la coherencia en la interpretación y los resultados y para tener una idea de todo el conjunto. Para evaluar las transcripciones se utilizó el análisis temático, un método de seis fases que incluye familiarizarse con los datos, generar códigos iniciales, buscar temas, revisar temas, etiquetar temas y proporcionar un informe final. Los investigadores compararon las primeras impresiones (por ejemplo, códigos iniciales) de los datos utilizando un método de codificación abierta. Se utilizó una técnica de codificación abierta para codificar cada transcripción después de llegar a un acuerdo sobre los códigos iniciales. Se utilizó SPSS versión 25 para los datos cuantitativos, mientras que los datos cualitativos se gestionaron con el software Atlas Ti. Después de evaluar los resultados de la codificación, se discutieron y resolvieron las diferencias. Utilizando un enfoque comparativo inductivo y continuo y una discusión de datos codificados, los investigadores llegaron a un consenso sobre temas emergentes a partir de los datos.

## Resultados

Las características demográficas y antropométricas de los encuestados se presentan en la Tabla 7.1. El 9% de los encuestados tenía entre 16 y 29 años, el 9% tenía un índice de masa corporal normal, cuatro tenían sobrepeso y un participante era obeso. El peso medio fue de  $68.38 \pm 8.71$ , la talla ( $1.62 \pm 0.01$ ), la edad ( $29.50 \pm 7.80$ ) y el índice de Masa Corporal ( $26.13 \pm 4.2$ ).

**Tabla 7.1**

*Características demográficas y antropométricas resumidas de los participantes*

<i>Parámetros</i>	<i>f</i>
Edad Años	
16-29	9
30-39	6
Índice de Masa Corporal (kg/m <sup>2</sup> )	
Peso insuficiente	1
Peso normal	9
Sobrepeso	4
Obeso	1
Variable	Media y desviación estándar
Peso	68,38±8,71
Altura	1,62±0,01
Edad	29.50±7.80
IMC	26.13±4.2

*Nota: f= frecuencia*

En la Tabla 7.2 se puede observar los códigos, temas, subtemas y categorías que se obtuvieron una vez realizados los análisis. De acuerdo con los principales temas podemos encontrar la historia personal, la satisfacción personal, la percepción de la obesidad, el cuidado personal, el apoyo familiar, el convivir con otros estudiantes, los desafíos y obstáculos, la supervivencia y las necesidades de apoyo institucional. En relación con las categorías se agruparon en cuatro grandes temas que son la obesidad, el bienestar personal, el bienestar familiar y el bienestar laboral.

**Tabla 7.2**
*Temas y subtemas del análisis realizado en los estudiantes de posgrado*

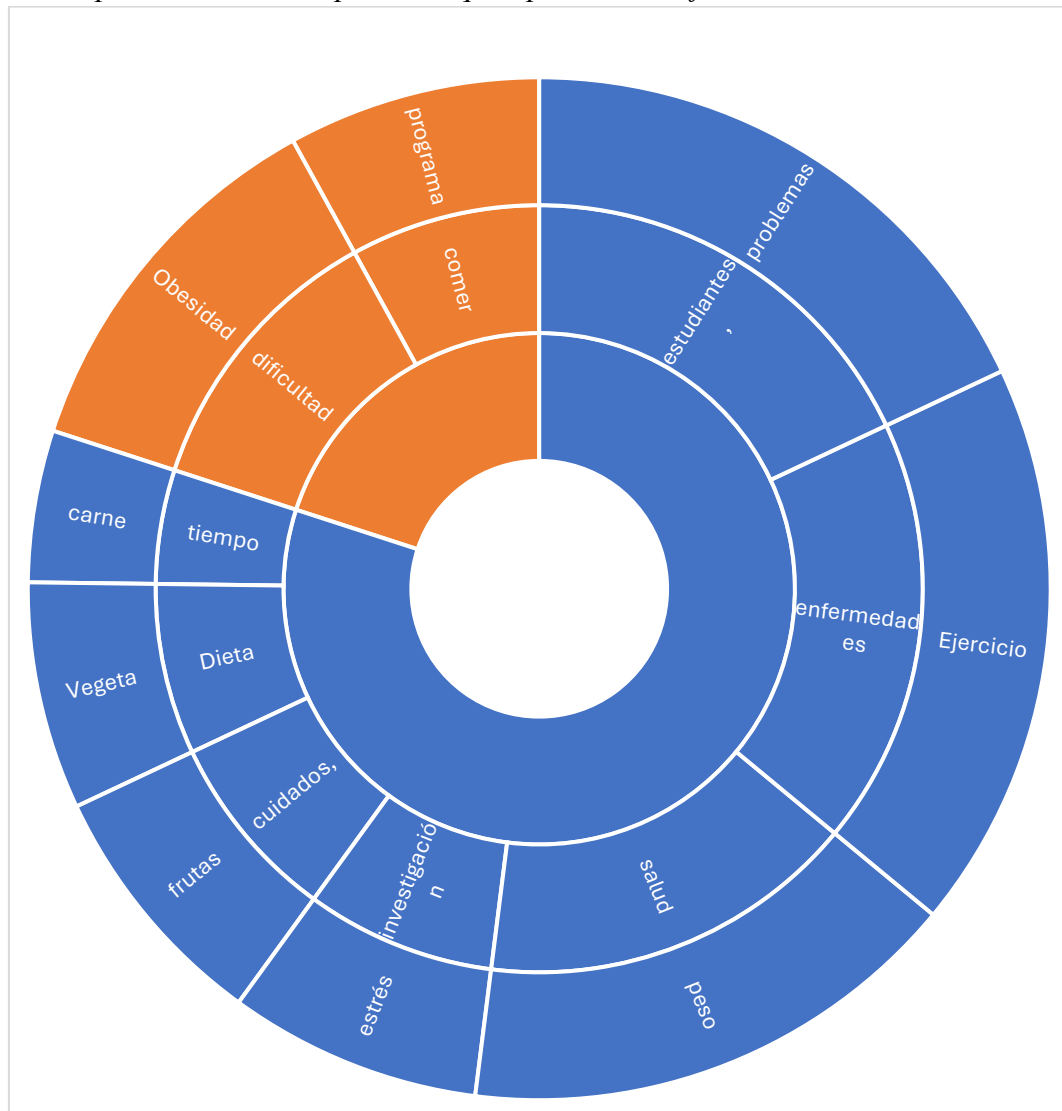
CÓDIGOS	TEMAS	SUBTEMAS	CATEGORÍAS
Salud Impacto generacional Nutrición	Historia personal	Salud Obesidad Nutrición Herencia Impacto generacional Control de peso Salud infantil	Obesidad
Falta de autocuidado Vida saludable	Satisfacción personal	Preocupaciones Ansiedad Salud	Bienestar personal
Dieta Control de porciones Salud mental Bienestar Control de peso	Percepción de la obesidad	Riesgos para la salud Enfermedades Problema psicológico Problema de salud Problema cardiovascular Estrés	Obesidad
Nutrición Obesidad	Cuidado personal	Autocuidado Autosuficiencia Hábito	Bienestar personal
Información Salud infantil	Apoyo familiar	Cuidado Salud Información Experiencia	Bienestar familiar
Curiosidad Experiencia	Convivir con otros estudiantes	Dificultad	Bienestar laboral
Confusión Enfermedades Preocuparse Negligencia personal	Desafíos y obstáculos	Problema del programa Preocuparse Preocupación Mala alimentación Reto para la salud Problemas de consumo	Obesidad
Autocuidado	Supervivencia	Estrategia Control de peso Ejercicio Hábito	Bienestar personal
Información Sistema de preguntas	Necesidades de apoyo institucional	Investigación Viveres Dieta	Bienestar laboral

*Nota: f= frecuencia*



**Figura 7.2**

*Mapa de árbol de las palabras que aparecen con frecuencia en el Atlas. Ti.*



### Interpretaciones de los resultados

#### *Historia personal:*

Pocos estudiantes eran obesos, y la mayoría de los estudiantes tenían índices de masa corporal normales. Los participantes expresaron ansiedad y grave preocupación por la situación de la obesidad en México. Un participante dijo: “Bueno, me siento preocupado porque es una enfermedad muy grave”, por ejemplo. Problema significativo en México. Una de las principales

naciones con obesidad básica y pediátrica es México. El desarrollo de la obesidad está significativamente influido por la genética. Los descendientes nacidos en un árbol genealógico donde hay obesidad tienen una mayor probabilidad de volverse obesos. Algunos participantes atribuyeron la obesidad a los antecedentes familiares, por ejemplo, “La familia de mi padre tiene antecedentes de obesidad, especialmente el lado de la familia de mi padre y mi abuela”.

Los participantes entendieron lo que significaba comer y vivir de manera saludable. Por ejemplo, afirmaron que comer de manera saludable significa llevar una dieta equilibrada que incluya una variedad de alimentos. Coma muchas frutas y verduras, pero también mantenga su ingesta de carne y grasa bajo control. La cantidad de comida que como. Como el bien, tal como yo lo entendí. Las personas que comen saludablemente provienen de familias obesas, especialmente del lado de la familia de mi papá y de mi abuela. La abuelita mirándolo.

#### *Apoyo familiar:*

El apoyo familiar juega un papel crucial en la información adecuada y la ayuda necesaria para controlar la obesidad. Por ejemplo, un encuestado dijo: “Nuestra familia siempre nos instruye a revisar constantemente los alimentos que consumimos y siempre nos enseñan sobre las porciones de alimentos que se deben consumir y la importancia del ejercicio”.

#### *Cuidado personal:*

Los participantes se sienten emocionados y contentos de compartir sus experiencias cuando reciben la atención adecuada. A modo de ejemplo, los participantes dijeron: “Nos sentimos bien al revelar nuestro estado de salud a la gente, aunque tenía sobrepeso, había perdido peso”.

#### *Percepción de la obesidad:*

La obesidad es un problema de salud importante en México. Su percepción genera preocupación y ansiedad en los participantes. A modo de ejemplo, los participantes dijeron: “Se necesita más investigación para reducir la prevalencia de la enfermedad en la mayoría de la población”. Este es un problema importante en México que afecta a muchas personas, incluidos niños y adultos jóvenes. Un problema que puede provocar problemas de salud adicionales y otras dificultades de salud es la obesidad. Efectivamente, sin lugar a duda. Soy consciente de que también hay una conexión con la diabetes, el cáncer y los problemas cardiovasculares. Creemos que esta es una

enfermedad grave que con frecuencia pasamos por alto y damos por sentado, ignorando los riesgos involucrados. Se cree que, sin duda, la obesidad puede provocar trastornos psicológicos como la ansiedad y la melancolía, así como enfermedades crónicas.

Algunos encuestados dijeron que “la obesidad es una condición grave en la nación y en el mundo por lo que nos sentimos horribles porque descuidar la salud ahora podría conducir a muchas dolencias más adelante”.

#### *Necesidades de apoyo institucional:*

Para que la obesidad se controle adecuadamente, son necesarios los servicios de los profesionales de la salud. Un participante dijo, por ejemplo: “es crucial obtener ayuda de un profesional médico para mejorar mi salud”.

#### *Convivir con otros Estudiantes:*

Las personas con sobrepeso u obesidad pueden contarles a otros estudiantes sobre su salud nutricional si tienen la información correcta. Un estudiante, por ejemplo, describió cómo les hace sentir bien compartir su condición de salud con los demás.

#### *Dificultades y obstáculos:*

Ser obeso puede tener graves efectos negativos en la salud física y cardiovascular. Un participante dio el siguiente ejemplo: “Realmente sufrí debido a mi peso junto con algunas otras enfermedades”. Tuve que hacer diferentes tipos de ejercicios con un manejo nutricional adecuado para superar el problema.

#### *Supervivencia:*

La ingesta dietética que incluye comer suficientes frutas y verduras y en las porciones correctas puede ayudar a controlar la obesidad. Además, el ejercicio desempeña un papel fundamental en el control de la obesidad. Por ejemplo, un participante declaró. “Debes consumir más frutas y verduras. El ejercicio es crucial para controlar la obesidad”.



## Discusión

Este estudio investigó las percepciones de los estudiantes de posgrado sobre la obesidad y el bienestar. La encuesta encontró que los participantes percibían la obesidad como un problema importante, una enfermedad y un motivo de preocupación. Los estudiantes no se consideraban a sí mismos con sobrepeso u obesidad. Solo un pequeño porcentaje de los participantes dijeron que hacían ejercicio y vigilaban su dieta para controlar su peso o evitar la obesidad. La investigación cualitativa investiga cómo la visión de los individuos interactúa con ciertos fenómenos. Para investigar las actitudes, creencias, prácticas y experiencias de las personas relacionadas con su salud o el uso de los servicios de atención médica, este tipo de investigación suele depender de observaciones o entrevistas (Turnbull et al., 2019).

Al combinar evidencia cualitativa, se puede comprender mejor un fenómeno particular dentro de un contexto particular. Además, la síntesis de la literatura cualitativa puede ayudar a identificar vínculos entre contextos más amplios y el conocimiento de las creencias, perspectivas y experiencias relacionadas con los problemas de salud y los tratamientos. Se han realizado algunos estudios utilizando la síntesis de investigación cualitativa para identificar factores relacionados con el conocimiento y la percepción de la obesidad. Las observaciones de esta investigación apoyan la propuesta sobre la investigación cualitativa.

En un estudio anterior, Chatham y Mixer compilaron datos cualitativos sobre los factores que contribuyen a la obesidad en las minorías étnicas de Estados Unidos. Esta investigación enriqueció en gran medida los estudios anteriores sobre los determinantes culturales de la obesidad en niños y adolescentes de ascendencia mexicana que viven en los Estados Unidos como minoría étnica (Pérez-Izquierdo et al., 2020; Gallegos-Martínez y Reyes-Hernández, 2016). Sin embargo, dado que la migración y la aculturación pueden influir en ciertos comportamientos de salud, los factores encontrados hasta ahora entre los graduados mexicanos pueden no ser los mismos que los encontrados entre los niños, niñas o adolescentes residentes en México en cuanto a decisiones, acciones, experiencias individuales, percepciones, actitudes u opiniones.

En México, la obesidad es el mayor problema de salud pública y ha empeorado en los últimos 30 años. Cuatro encuestas de salud y nutrición representativas a nivel nacional (2000, 2006, 2012, 2018) han ilustrado su evolución. Una vez tenido en cuenta el cambio poblacional, la obesidad adulta aumentó el 42.2% durante este periodo (Barquera et al., 2019). El 36.1% de las

personas presentaban obesidad ( $\text{IMC} \geq 30 \text{ kg/m}^2$ ) en la encuesta nacional más reciente (2018), teniendo las mujeres una prevalencia significativamente mayor que los hombres (30.5% vs. 40.2%) Barquera et al., 2019. Los hallazgos también revelaron que solo el 23.5% de los adultos tenían un peso saludable ( $\text{IMC} \leq 25 \text{ kg/m}^2$ ), y aún menos adultos (15.4%) en el rango de edad de 40 a 49 años. En la actualidad, la prevalencia de obesidad en adultos es comparable a la de las zonas de altos ingresos de las regiones más pobres de México. Estas zonas siguen teniendo problemas de desnutrición y saneamiento inadecuado, y han experimentado el mayor aumento relativo de la mortalidad por enfermedades no transmisibles (ENT) en las últimas décadas. Hoy en día, la obesidad está relacionada con la mayoría de las causas de muerte, como los trastornos hepáticos (7.6%), la diabetes tipo 2 (15.2%), los tumores malignos (10.8%) y las enfermedades cardiovasculares (20.1%) Ng y colaboradores, 2014. En 2013, los mayores factores de riesgo de enfermedad fueron un índice de masa corporal alto y una glucosa plasmática alta en ayunas. Los riesgos dietéticos representaron casi el 10% de los años de vida ajustados por discapacidad (Barquera et al., 2019).

El análisis de datos revela que los participantes vieron la obesidad como un problema importante que causa preocupación y ansiedad. Se descubrió que los estudiantes pensaban que la obesidad causaba una serie de problemas, como diabetes, enfermedades cardíacas, depresión y otros problemas de salud. Este resultado es consistente con investigaciones de otras naciones que encontraron que la obesidad era vista como un “problema” asociado con problemas en la vida de las personas en una variedad de niveles, incluidos el social, psicológico y físico. Por lo tanto, las emociones desagradables como la depresión, la baja autoestima y el rechazo pueden causar un gran grado de angustia psicológica, lo que puede dificultar el tratamiento del problema y el curso de terapia recomendado. La forma en que la sociedad ve a los pacientes obesos, que suele ser negativa debido a la apariencia, parece tener un impacto significativo en cómo estos pacientes se perciben a sí mismos (Ríos-Martínez y Rangel-Rodríguez, 2011).

Como enfermedad estigmatizante, la obesidad perpetúa sentimientos de vergüenza, devaluación y depreciación. También puede resultar en distanciamiento social, aislamiento y circunstancias embarazosas para la persona afectada (Pinto y Bosi, 2010, Vagetti et al., 2012). El valor que un individuo se da a sí mismo, que le permite sentirse seguro, se forma a lo largo de la vida como resultado de las interacciones entre el individuo, la familia y la sociedad. Este valor

puede tener un efecto adverso en la salud física y mental de un individuo, así como en su vida social y afectiva, así como en su autoestima, bienestar y calidad de vida (De Onis et al., 2007).

Aunque el sobrepeso es aceptable, los participantes tienen una perspectiva positiva de los obesos. Esto contrasta con los resultados de otras investigaciones que muestran que se cree que las personas gordas son enfermizas debido a su peso, naturaleza lenta y apariencia antiestética. Las investigaciones también han demostrado las actitudes negativas de los demás hacia las personas obesas y sus repercusiones. La clave para controlar la obesidad y otras enfermedades crónicas es mantener una dieta saludable y hacer suficiente ejercicio. A pesar de saber que llevar un estilo de vida saludable los beneficiaría, los participantes del estudio no siguieron este conocimiento. En conclusión: Este estudio investigó las percepciones de los estudiantes graduados de Saltillo sobre la obesidad y el bienestar, y encontró que los participantes percibían la obesidad como un problema grave que debe ser atendido con urgencia

### **Conclusión**

Este estudio demostró que los participantes percibían la obesidad como un problema grave a pesar de que aún tienen corta edad y la mayoría de ellos aún no están enfermos. Es importante comprender que la calidad en la alimentación es un tema prioritario de salud pública y que tiene que ser atendido desde edades tempranas en combinación con los padres de familia, ya que son los que de alguna manera empiezan a fomentar los hábitos saludables en sus hijos. Es necesario un programa adecuado de educación e intervención para prevenir y controlar la obesidad en el país. Se deberían realizar más estudios sobre la obesidad entre los estudiantes.

## Referencias Bibliográficas

- Barquera, S., Hernández-Barrera, L., Trejo, B., Shamah-Levy T., Campos-Nonato, I., & Rivera Dommarco J. (2019). Obesidad en México: prevalencia y tendencias en adultos (ENSANUT 2018–19). *Salud Publica Mex (in Press)*.  
<https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/11630>
- Chun Tie, Y., Birks, M., Francis, K. (2019). Grounded theory research: A design framework for novice researchers. *SAGE Open Med*. <https://doi.org/10.1177/2050312118822927>
- Dagne, S. ;, Gelaw, Y. A. ;, Abebe, Z.; & Wassie, M. M. (2019). Factors associated with overweight and obesity among adults in northeast Ethiopia: a cross-sectional study. *Diabetes Metab. Syndr. Obes*, 12, 391-399. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S179699>
- De Onis, M., Onyango, A.W., Borghi, E., Siyam, A., Nishida, C., & Siekmann, J. (2007). Development of a WHO growth reference for school-aged children and adolescents. *Boletín de la Organización Mundial de la Salud*, 85, 660–667.  
<https://doi.org/10.2471/BLT.07.043497>
- Gallegos-Martínez, J., y Reyes-Hernández, J. (2016). Representations by caregivers, teachers, and children on food, nutrition, health, and school breakfast contributions for the “ESNUT” Nutritional Stabilization Program. *Investigación y Educación en Enfermería*, 34(2), 368. – 377. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5647652>
- Gelber, R.P., Gaziano, J.M., Manson, J.E., Buring, J.E., Sesso, H.D. (2007). A prospective study of body mass index and the risk of developing hypertension in men. *Am J Hypertens*. Apr;20(4):370-7. <https://doi.org/10.1016/j.amjhyper.2006.10.011>
- Mokdad, A.H., Ford, E.S., Bowman, B.A., Dietz, W.H., Vinicor, F., Bales, V.S., Marks, J.S. (2003). Prevalence of obesity, diabetes, and obesity-related health risk factors, 2001. *JAMA*. Jan 1;289(1):76-9. <https://doi.org/10.1001/jama.289.1.76>
- Motadi, S., Veldsman, T., Mohlala, M., Mabapa, N. (2018). Sobrepeso y obesidad entre los adultos de 18 a 45 años que residen en la ciudad de Giyani y sus alrededores, en el distrito de Mopani de la provincia de Limpopo, Sudáfrica. . *J. Nutr. Ciencias de la Salud*, 5(2).
- Must, A., Spadano, J., Coakley, E.H., Field, A.E., Colditz, G., Dietz, W.H. (1999). The disease burden associated with overweight and obesity. <https://doi.org/10.1001/jama.282.16.1523>
- NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) (2017). Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128·9 million children, adolescents, and adults.. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3)
- Neupane, S., KC, P., & Doku, D.T., (2015). Overweight and obesity among women: analysis of demographic and health survey data from 32 Sub-Saharan African Countries. *BMC Salud Pública*, 16–30. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2698-5>

- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C., Mullany, E.C., Biryukov, S., Abbafati, C. (2014). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(14\)60460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)60460-8)
- Oliva-Peña, Y., Ordóñez-Luna, M., Santana-Carvajal, A., Marín-Cárdenas, A.D., Andueza, G., Gómez, I. (2016). Concordance of the body mass index and the perception of body image in adolescents in Yucatán. *Rev. Biomédica*, 27, 49–60. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=65778>
- Pacheco-Cruz, R., Granados-Villalobos, M.L., Mota-Magaña, L., Luna-Silva, N.C., Meza-Jiménez, M.L. (2022). Association of body image perception with the body mass index and emotional status in zapotec indigenous adolescents. *Rev. Biomédica*, 31, 14-21. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=91122>
- Pérez, O., Fernández, C., González, A., Ávila, M.L., Cruz, R. (2020) Comparación entre la percepción corporal y el índice de masa corporal en estudiantes de secundaria de dos municipios de Yucatán. *Horiz. Sanit.*, 19, 115-126. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n1.3548>
- Pérez-Izquierdo, O., Cárdenas-García, S., Aranda-González, I., & Perera-Ríos, J.C. (2020). Consumo frecuente de alimentos industrializados y su percepción en adolescentes indígenas Mayas con sobrepeso y obesidad. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 4423-4438. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202511.35112018>
- Pinto, M., y Bosi, M.L. (2010). Mucho más que pe(n)sam: percepciones y experiencias sobre la obesidad entre los usuarios de la red pública de salud en un municipio del Nordeste de Brasil. *Rev Saúde Coletiva*, 20(2), 443-457.
- Preston, S.H., Vierboom, Y.C., Stokes, A. (2018) The role of obesity in exceptionally slow US mortality improvement. *Proc Natl Acad Sci USA*. Jan 30;115(5):957-961. <https://doi.org/10.1073/pnas.1716802115>
- Ríos-Martínez, B.P., & Rangel-Rodríguez, G.A. (2011). La autopercepción en pacientes obesos. *Revista Médica Instituto Mexicano del Seguro Social*, 49(1), 23-8. <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745500007.pdf>
- Robinson, E., Haynes, A., Sutin, A., Daly, M. (2020) Self-perception of overweight and obesity: A review of mental and physical health outcomes. *Obes Sci Pract*. Jun 8;6(5):552-561. <https://doi.org/10.1002/osp4.424>
- Sámamo, R., Rodríguez-Ventura, A., Sánchez-Jiménez, B., Godínez, E., Noriega, A., Zelonka, R., Garza, M., Nieto, J. (2015). Body image satisfaction in mexican adolescents and adults and its relation with body self perception and real body mass index. *Nutr. Hosp.*, 31, 1082-1088. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.31.3.8364>
- Simfukwe, P., Van Wyk, B., & Swart, C. (2017). Percepciones, actitudes y desafíos sobre la obesidad y la adopción de un estilo de vida saludable entre los trabajadores de la salud en

- Pietermaritzburg, provincia de KwaZulu-Natal. *Afr. J. Prim. Cuidado de la Salud Fam. Med*, 9, 1-7.
- Turnbull, B., Gordon, S.F. y Martínez-Andrade, G.O. (2019). Childhood obesity in Mexico: A critical analysis of the environmental factors, behaviours and discourses contributing to the epidemic. *Salud Psychol Open*, 6(1). <https://doi.org/10.1177/2055102919849406>
- Taormina, R. J., & Gao, J. H. (2013). Maslow and the motivation hierarchy: Measuring satisfaction of the needs. *The American Journal of Psychology*, 126(2), 155-177. <https://doi.org/10.5406/amerjpsyc.126.2.0155>
- Twig, G., Afek, A., Derazne, E., Tzur, D., Cukierman-Yaffe, T., Gerstein, H.C., Tirosh, A. (2014). Diabetes risk among overweight and obese metabolically healthy young adults. *Diabetes Care*. Nov 37 (11) <https://doi.org/10.2337/dc14-0869>
- Uauy, R. (2012) Carmuega Crecimiento saludable. Entre la desnutrición y la obesidad en el Cono Sur; Consideraciones acerca de la obesidad, la sobrealimentación humana y sus orígenes [Internet] INTA Chile, CESNI y IDCS, Buenos Aires, 2012; 12, páginas 241-53. <https://cesni-biblioteca.org/crecimiento-saludable-entre-la-desnutricion-y-la-obesidad-en-el-cono-sur/>
- Vagetti, G.C., Barbosa-Filho, V.C., Boneti-Moreira, N., Oliveira, V., Schiavini, L., & Mazzardo, O. (2012). Older women associating obesity with a negative perception of their health: a study in low-income neighborhoods in Curitiba, southern Brazil. *Rev Salud Pública*, 14(6), 923-36. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24892433/>

## CAPITULO

# 8

## Salud Mental y Afrontamiento de la Violencia de Pareja en Mujeres

María Carla Lara-Men<sup>23</sup>  
Alicia Hernández-Montaña<sup>24</sup>  
José González-Tovar<sup>25</sup>

### Resumen

**Objetivo.** Analizar la relación que existe entre las actitudes disfuncionales, las estrategias de afrontamiento y la presencia de sintomatologías clínicas en un grupo de mujeres víctimas de violencia de pareja en Saltillo, Coahuila. **Método.** Se utilizó un enfoque cuantitativo de tipo transversal con alcance predictivo. Muestreo no probabilístico intencional de 123 mujeres víctimas de violencia de pareja residentes en la ciudad de Saltillo, Coahuila. Se aplicó el SCL-90-R, Escala de Actitudes Disfuncionales y Escala de Estrategias de Coping. **Resultados.** Las actitudes disfuncionales omnipotencia, derecho, autonomía y ejecución son los esquemas cognitivos que se presentan con mayor relevancia, lo cual influye en el desarrollo de estrategias de afrontamiento inefectivas, así como la activación de síntomas clínicos como la depresión, ansiedad, obsesivo compulsivo y hostilidad. **Conclusión.** La presencia de actitudes disfuncionales aumenta los niveles de síntomas clínicos y disminuyen las estrategias de afrontamiento activo.

*Palabras Claves:* violencia de pareja, actitudes disfuncionales, estrategias de afrontamiento, daño psicológico, salud mental

---

<sup>23</sup> Estudiantes del Doctorado en Psicología de la salud, UAdeC. [lara.maria@uadec.edu.mx](mailto:lara.maria@uadec.edu.mx)

<sup>24</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Psicología, UAdeC. [aliciahernandezmont@uadec.edu.mx](mailto:aliciahernandezmont@uadec.edu.mx)

<sup>25</sup> Profesor-investigador, Facultad de Psicología, UAdeC. [josegonzaleztovar@uadec.edu.mx](mailto:josegonzaleztovar@uadec.edu.mx)

## Introducción

La violencia es una problemática común y, en ocasiones, oculta dentro de las relaciones de pareja (Cravens et al., 2015). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) define la violencia de pareja como “los comportamientos de la pareja o expareja que causan daño físico, sexual o psicológico, incluidas la agresión física, la coacción sexual, el maltrato psicológico y las conductas de control” (p. 2). Este fenómeno ha trascendido diferentes contextos culturales, como se refleja en las estadísticas reportadas por la OMS (2021), donde se destaca que una de cada tres mujeres ha sufrido violencia física y/o sexual por parte de su pareja.

En México, para el año 2021 se reportó un incremento significativo en los índices de violencia dentro de las relaciones de pareja. Esto se refleja en el aumento de llamadas de denuncia por violencia, alcanzando las 200,967 en 2020 (Cetina, 2021; Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], 2020), así como en las estadísticas de feminicidio. Huerta (2021) menciona que “estos indicadores muestran un riesgo creciente para la salud y la vida de las mujeres que enfrentan esta situación” (p. 15).

Según Weaver et al., (2021), “la violencia de pareja es una de las principales causas de mortalidad y morbilidad en las mujeres, independientemente de su edad” (p. 213). Este fenómeno se manifiesta a través de agresión física, psicológica o sexual infligida por el otro miembro de la pareja. Gracia-Leiva et al., (2020) sostienen que “la violencia tiene un impacto directo en la salud emocional y física de las víctimas” (p. 134). Derivado de esta práctica, García y Matud (2015) concluyen que “los problemas más comunes son el trastorno por estrés postraumático (TEPT) y la depresión, seguidos por sintomatologías somáticas y ansiedad” (p. 489).

Wittenberg et al., (2007) destacan que “las víctimas de violencia pueden presentar quejas somáticas, como dolores de cabeza o molestias ginecológicas, así como síntomas relacionados con el TEPT, como hipervigilancia, flashbacks, agresividad, miedo, enojo y pesadillas” (p. 78). Guzmán-Rodríguez et al., (2021) y Rivas-Ribero y Bonilla-Algovia (2020) señalan que “los diferentes tipos de maltrato hacia las mujeres se asocian con síntomas depresivos y de ansiedad, los cuales aumentan ligeramente frente a la violencia física y sexual” (Guzmán-Rodríguez et al., 2021, p. 92).

Rivera et al., (2006) encontraron que “la depresión de moderada a alta es frecuente en mujeres mexicanas víctimas de violencia, manifestándose en baja autoestima, indiferencia, apatía,



sentimientos de soledad y desesperanza” (p. 45). Por su parte, García y Matud (2015) indican que “la depresión es la sintomatología clínica más recurrente en mujeres víctimas de maltrato, tanto en México como en España” (p. 493).

Según Beck et al., (1979), “los trastornos afectivos son esencialmente perturbaciones del pensamiento, donde las creencias negativas sobre uno mismo, el mundo y el futuro juegan un papel crucial” (p. 213). Sacco y Beck (1985) explican que “estas creencias negativas, o actitudes disfuncionales, suelen ser absolutistas, imperativas e inflexibles, y están directamente asociadas con la perturbación emocional” (p. 45).

Miller y Potter (1983), Echeburúa y Corral (1998) y Sarasua y Zbirrata (2000) coinciden en que “las actitudes disfuncionales de las mujeres víctimas de violencia están relacionadas con la autoinculpación por los malos tratos, lo que incluye creer que son responsables de los actos violentos, incapaces de detenerlos y obligadas a tolerarlos” (Echeburúa & Corral, 1998, p. 67).

Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como “los esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes desarrollados para manejar demandas internas y/o externas que exceden los recursos del individuo” (p. 141). Contreras y Esguerra (2006) diferencian entre estrategias adaptativas, que “permiten un afrontamiento activo de la situación estresante” (p. 57), y estrategias desadaptativas, como las conductas de evitación (Brissette et al., 2002, p. 39).

Finalmente, Carmona (2017), Echeburúa et al. (2002) y Ubillos et al., (2017) afirman que “en las primeras etapas del maltrato, donde la violencia es sutil y psicológica, las mujeres tienden a negar, minimizar o justificar el problema, además de enfocarse en los elementos positivos de la pareja” (Ubillos et al., 2017, p. 28). Sin embargo, “a medida que los episodios se agravan, la mujer puede desarrollar creencias erróneas sobre la posibilidad de cambio del agresor y autoinculparse por no saber manejar la situación” (Echeburúa et al., 2002, p. 134).

Es alarmante observar que “la prevalencia de violencia física y sexual aumentó significativamente durante el confinamiento por COVID-19” (Jetelina et al., 2020, p. 52). Lyons y Brewer (2021) añaden que “los efectos de la violencia en las diferentes esferas de la salud durante la pandemia exacerbaron los síntomas de estrés, depresión, obsesiones-compulsiones, ansiedad y somatización” (p. 213).

Se busca identificar cómo las creencias negativas y las estrategias desadaptativas influyen en el bienestar psicológico y emocional de las víctimas, considerando tanto los factores individuales como los contextuales que perpetúan la violencia. Además, se pretende explorar el

impacto de la violencia durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19, destacando las dinámicas de afrontamiento utilizadas en ese periodo crítico.

El capítulo está estructurado para describir las características sociodemográficas de las participantes y su relación con los diferentes tipos de violencia sufrida; analizar las estrategias de afrontamiento predominantes, diferenciando entre adaptativas y desadaptativas; examinar la incidencia de actitudes disfuncionales y su asociación con los síntomas clínicos más frecuentes y evaluar cómo el contexto de la pandemia exacerbó la violencia y sus consecuencias psicológicas. Este enfoque permite generar recomendaciones basadas en evidencia para diseñar intervenciones psicológicas que potencien las estrategias adaptativas y reduzcan el impacto negativo de las actitudes disfuncionales en las víctimas.

## **Método**

### *Diseño:*

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo, no experimental, pospositivista, pues pretende confirmar y predecir el impacto que tiene la violencia de pareja en la salud mental de las mujeres, buscando regularidades y relaciones causales entre los factores estresores de la violencia de pareja, las actitudes disfuncionales, las estrategias de afrontamiento y sintomatologías clínicas. Este enfoque, como señalan Creswell y Creswell (2018), se centra en analizar fenómenos medibles para establecer relaciones causales y patrones regulares. Lazarus y Folkman (1986) destacan la importancia de evaluar las estrategias de afrontamiento en situaciones de estrés, mientras que Beck et al. (1979) enfatizan que las actitudes disfuncionales desempeñan un papel crucial en los trastornos emocionales.

Además, Gracia-Leiva et al., (2020) subrayan que la violencia de pareja está directamente relacionada con la aparición de sintomatologías clínicas como la depresión y el trastorno por estrés postrumático. Se utilizó un diseño de tipo transversal predictivo de acuerdo con la clasificación propuesta por Pedhazur y Smelkin (1991) así como Ato et al., (2013).

*Participantes:*

La muestra estuvo compuesta por 123 mujeres víctimas de violencia de pareja en Saltillo, Coahuila. La edad promedio fue de 33.06 con una desviación de 9.34 años; la edad mínima fue de 18 y la máxima de 59 años. Referente al estado civil de las participantes, el 43.1% estaba casada; el 35.8%, soltera; el 13%, unión libre, y el 8.1%, divorciada. El nivel de escolaridad predominante en la muestra fue el de licenciatura con el 30.9%, seguido del de la secundaria (26.8%), preparatoria (23.6%), posgrado (13.8%), primaria (3.3%) y sin estudios (1.6%). El 43.1% de las mujeres tenía un trabajo formal; el 32.5% era ama de casa; el 16.3% era estudiante; el 7.3% tenía un trabajo informal, y el 0.8% se encontraba desempleada. Respecto a la violencia, el 41.2% refieren haber vivido una violencia de pareja leve; el 31.3% vivenciaron una violencia moderada, y el 21.4% una violencia extrema, derivando predominante la violencia física (42%), siguiendo la psicológica (35.9%), combinadas (15.3%) y la sexual (0.8%).

La selección de la muestra se realizó de manera no probabilística, específicamente utilizando un muestreo intencional. Este tipo de muestreo se eligió debido a la sensibilidad del tema y las limitaciones prácticas para acceder a la población objetivo, conformada por mujeres víctimas de violencia de pareja. Según Creswell y Creswell (2018), este enfoque permite seleccionar participantes que cumplen con criterios específicos y relevantes para los objetivos del estudio. Se establecieron criterios de inclusión claros, como haber experimentado violencia de pareja en el último año de su vida y residir en la ciudad de Saltillo, Coahuila, como criterio de exclusión mujeres menores de edad o cuyos resultados arrojaran síntomas clínicos incapacitantes. Además, el tamaño de la muestra se determinó considerando los recursos disponibles y la necesidad de obtener resultados estadísticamente significativos. Este proceso de selección busca garantizar que los datos recolectados sean representativos de las experiencias y problemáticas específicas de la población estudiada.

*Instrumentos:*

Se trabajó frecuencias y porcentajes de datos demográficos de las mujeres conformado por seis ítems: edad, estado civil, nivel de estudios, ocupación, tipo de violencia sufrida –con cuatro

opciones de respuesta (física, psicológica, económica y sexual) –, e intensidad de violencia, con tres opciones de respuesta (leve, moderada y extrema).

*The Symptom Check -90-Revised* (SCL-90-R, Derogatis, 1975; versión en español de González de Rivera et al., 2002) en mujeres víctimas de violencia de pareja, la adaptación en español por González de Rivera et al., (2002) fue realizada en España en población general, teniendo un Alfa de Cronbach de 0,72 a 0,86. Consta de 90 ítems sobre la base de una escala Likert que posee cinco opciones de respuesta (0-4). Se evalúa e interpreta en función de nueve dimensiones primarias: somatizaciones, obsesiones y compulsiones, susceptibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide, psicoticismo, y tres índices globales de malestar psicológico.

*Escala de Actitudes Disfuncionales (DAS)*; Weissman y Beck, 1978; versión de Burns adaptada al castellano por Bas y Andrés, 1999) en mujeres víctimas de violencia de pareja. La adaptación en español de Bas y Andrés (1999) fue realizada en España en población con síntomas clínicos depresivos, teniendo un Alfa de Cronbach de 0.65 a 0.72. El objetivo busca identificar y evaluar siete tipos de creencias disfuncionales.

*Escala de Estrategias de Coping* (Lazarus y Folkman, 1984; versión de Lodoño, et al., 2005) en mujeres víctimas de violencia de pareja. La adaptación en español de Lodoño, et al., (2005) fue realizada en Colombia en población universitaria y laboralmente activa, teniendo un Alfa de Cronbach 0,847. El instrumento está formado por 12 componentes con 69 ítems en la que el sujeto tiene seis opciones de respuesta.

#### *Procedimiento:*

El formulario se diseñó de manera electrónica utilizando la plataforma Google Forms®, asegurando accesibilidad y facilidad de uso para las participantes de la ciudad de Saltillo, Coahuila. Este incluía un apartado inicial donde se explicaba detalladamente el objetivo del estudio, enfatizando su relevancia para comprender y abordar el impacto psicológico de la violencia de pareja en este contexto. Además, se incluyeron aspectos éticos clave, como la confidencialidad de los datos, el anonimato de las respuestas y el derecho de las participantes a abandonar el estudio en cualquier momento sin repercusiones. Se solicitó explícitamente el consentimiento informado,

de acuerdo con las normas éticas de la Sociedad Mexicana de Psicología (2007), garantizando que las participantes comprendieran plenamente los términos del estudio antes de su participación.

El formulario fue difundido a través de redes sociales Facebook, Instagram, WhatsApp, grupos comunitarios y páginas enfocadas en mujeres de Saltillo, con el objetivo de alcanzar específicamente a esta población. La estrategia de distribución se centró en plataformas activas dentro de la ciudad, asegurando que las invitaciones llegaran a mujeres potencialmente interesadas en participar.

La recolección de datos se realizó entre enero y junio del año 2021. Este periodo, marcado por las restricciones de la pandemia de COVID-19, presentó desafíos particulares, como la necesidad de depender exclusivamente de métodos virtuales. No obstante, este enfoque permitió alcanzar a una variedad de mujeres de diferentes sectores de Saltillo, garantizando una representación diversa dentro de la localidad.

#### *Plan de análisis:*

La información recopilada fue procesada utilizando el *software* estadístico SPSS versión 24, seleccionando esta herramienta por su robustez y versatilidad en el análisis de datos. Se realizaron análisis estadísticos con el objetivo de explorar relaciones significativas entre las variables de estudio, evaluando tanto su intensidad como su dirección mediante la correlación de Pearson. Este análisis permitió identificar asociaciones lineales entre las estrategias de afrontamiento, actitudes disfuncionales y la presencia de sintomatologías clínicas en las participantes.

Posteriormente, se emplearon modelos de regresión lineal, tanto simple como múltiple. Para la regresión lineal simple, se analizó el efecto individual de cada estrategia de afrontamiento o actitud disfuncional sobre un resultado clínico específico, como la depresión o el estrés postraumático. Por otro lado, los modelos de regresión múltiple, desarrollados mediante el método de pasos sucesivos (*stepwise*), facilitaron la identificación de las variables con mayor poder explicativo, eliminando aquellas que no contribuían significativamente al modelo final.

Este enfoque estadístico permitió no solo determinar la fuerza de las relaciones entre las variables, sino también construir modelos predictivos que expliquen de manera integral los factores que contribuyen al desarrollo o exacerbación de sintomatologías clínicas en las mujeres víctimas

de violencia de pareja. Adicionalmente, los resultados proporcionaron una base sólida para formular recomendaciones orientadas a la intervención psicológica y la prevención del impacto negativo asociado a estas experiencias.

El presente trabajo es derivado de mi tesis de maestría y representa una extensión de los conocimientos y aportes generados en dicha investigación. En él, se amplían algunos de los aspectos metodológicos, conceptuales y resultados que fueron centrales en mi tesis, adaptándolos a nuevos contextos y explorando aplicaciones más amplias.

## Resultados

Se realizó el análisis correlacional de Pearson empleando un nivel de confiabilidad o significancia de  $\alpha = 0.01$ . De esta manera, se buscó la correlación entre las diferentes subescalas de la escala SCL-90 con las subescalas de la escala de Actitudes Disfuncionales, las subescalas del SCL-90 y las subescalas de las escalas de Estrategias de Afrontamiento y entre las subescalas de las Actitudes Disfuncionales con las subescalas de la escala Estrategias de Afrontamiento, con el fin de determinar qué tan correlacionadas están entre ellas.

En la Tabla 8.1 se aprecia una correlación significativa positiva entre, susceptibilidad interpersonal con amor, ejecución, perfeccionismo y autonomía; depresión con amor y ejecución; ansiedad con autonomía; ideación paranoide con aprobación, amor, ejecución, perfeccionismo, derechos y autonomía. Esto significa que a mayor presencia de actitudes disfuncionales hay un crecimiento proporcional de respuestas de sintomatologías clínicas en las mujeres víctimas de violencia de pareja, siendo la muestra con más fuerza de coeficiente correlacional la ideación paranoide con autonomía ( $r=.383^{**}$ ) y la de menor fuerza de coeficiente correlacional fue ansiedad con autonomía ( $r=.258^{**}$ ).

Esto sugiere que mientras las mujeres víctimas de violencia de pareja no se identifiquen como parte del problema, su autonomía solo dependerá del cambio de las conductas del agresor, por lo que se seguirá activando la ansiedad y estrategias evitativas que refuerce sus esquemas cognitivos. Al final los factores estresores se seguirán manteniendo, lo que es importante tener en cuenta es la valoración que hacen las mujeres estudiadas sobre estos estresores.

**Tabla 8.1**

*Correlación de Pearson entre las subescalas del SCL90 y las subescalas de Actitudes disfuncionales*

	Aprobación	Amor	Ejecución	Perfeccionismo	Derechos	Autonomía
	n					
Susceptibilidad interpersonal		.337**	.316**	.292**		.292**
Depresión		.264**	.262**			
Ansiedad						.258**
Ideación Paranoide	.274**	.348**	.323**	.300**	.373**	.383**

*Nota: \*\*la correlación es significativa al nivel de  $p \leq 0.01$  (bilateral)*

En la Tabla 8.2 se aprecia una correlación significativa positiva, entre *susceptibilidad interpersonal* con evitación cognitiva, evitación emocional; depresión y evitación emocional; ansiedad y evitación emocional; ansiedad fóbica y evitación emocional; ideación paranoide con evitación emocional y evitación cognitiva. Esto significa que a mayor presencia de síntomas clínicos hay un crecimiento proporcional de estrategias de afrontamiento inefectivas en las mujeres víctimas de violencia de pareja, siendo la muestra con más fuerza de coeficiente correlacional la *ideación paranoide con evitación emocional* ( $r=.349^{**}$ ) y la de menor fuerza de coeficiente correlacional fue *susceptibilidad interpersonal con evitación cognitiva* ( $r=.233^{**}$ ).

Por otra parte, se encontró una correlación significativa negativa entre *somatización* y *autonomía* ( $r=-.235^{**}$ ), lo que indica un crecimiento proporcional inverso, a menor autonomía mayor presencia de *somatización* en las mujeres víctimas de violencia de pareja para dar soluciones viables al conflicto.

**Tabla 8.2**

*Correlación de Pearson entre las subescalas del SCL90 y las subescalas de la escala de Estrategias de Afrontamiento*

	Evitación emocional	Evitación cognitiva	Autonomía
Somatización			-.235**
Susceptibilidad interpersonal	.291**	.233**	
Depresión	.305**		
Ansiedad	.237**		
Ansiedad fóbica	.251**		
Ideación paranoide	.349**	.248**	.383**

Nota: \*\*la correlación es significativa al nivel de  $p \leq 0.01$  (bilateral).

En la Tabla 8.3 se aprecia una correlación significativa negativa, entre las subescalas, apoyo social con aprobación y perfeccionismo; religión con aprobación, amor y ejecución; búsqueda de apoyo profesional con amor y ejecución, reevaluación positiva con aprobación, amor, ejecución perfeccionismo y derechos. Esto significa que a mayor presencia de actitudes disfuncionales menor estrategia selectivas para solucionar el conflicto en las mujeres víctimas de violencia de pareja, siendo la muestra con más fuerza de coeficiente correlacional apoyo social con aprobación ( $r = -.354$ ) y la de menor fuerza de coeficiente correlacional fue *reevaluación positiva con aprobación* ( $r = .238^{**}$ ).

De igual forma, se encontró una correlación significativa positiva entre las subescalas espera y aprobación; evitación emocional con aprobación y amor; evitación cognitiva con amor. Lo que indica un crecimiento proporcional, a mayor presencia de las actitudes disfuncionales de amor y aprobación mayor evitación cognitiva, evitación emocional y espera de las mujeres víctimas de violencia de pareja, siendo la muestra con más fuerza de coeficiente correlacional evitación emocional con aprobación ( $r = .257^{**}$ ) y la de menor fuerza de coeficiente correlacional fue espera con aprobación ( $r = .246^{**}$ ) y evitación cognitiva con amor ( $r = .246^{**}$ ).



**Tabla 8.3**

*Correlación de Pearson entre subescalas de Actitudes disfuncionales y las subescalas de la escala de Estrategias de Afrontamiento*

	Aprobación	Amor	Ejecución	Perfeccionismo	Derechos
Apoyo Social	-.354**			-.273**	
Espera	.246**				
Religión	-.297**	-.308**	-.321**		
Evitación emocional	.257**	.249**			
Búsqueda de apoyo profesional		-.294**	-.251**		
Evitación cognitiva		.246**			
Reevaluación positiva	-.238**	-.241**	-.300**	-.271**	-.342**

*Nota: \*\*la correlación es significativa al nivel de  $p \leq 0.01$  (bilateral).*

Con la intención de determinar la correspondencia estadística entre una o más variables predictoras (variables independientes), y variable de respuesta (variable dependiente), se establecieron modelos de regresión lineal, a partir del método de pasos sucesivos (Tabla 8.4), entre las subescalas que previamente revelaron altas correlaciones, teniendo como base para la obtención de valores, un nivel de significancia de  $p < .05$ .

De este modo el impacto de las actitudes disfuncionales en las estrategias de afrontamiento en las mujeres víctimas de violencia de pareja, se ajustó un modelo de regresión lineal simple, donde la actitud disfuncional *Derecho* aparece como variable predictora ( $\beta = -.330$  IC95%;  $-.566/-.095$ ). El nivel de reevaluación positiva, entendida como la destreza de darse cuenta de lo positivo que tiene la situación problemática depende de la presencia de actitudes o ideas relacionadas al derecho.

El modelo Depresión se ajustó a la Autonomía como variable predictora ( $\beta = .332$  IC95%;  $.145/.519$ ), sobre el síntoma clínico depresión, la cual es la variable dependiente. Esto representa

que la felicidad y la autonomía no residen en sus propias potencialidades para conseguirla, sino en las circunstancias ajenas a las que se ven sometida. Las víctimas estudiadas creen que sus sentimientos son inmodificables o dependen en gran medida de las situaciones que viven y no se dan cuenta de que esos sentimientos de depresión dependen en gran medida de su forma de interpretar los acontecimientos y de las estrategias que se plantean.

Igualmente, el modelo se ajustó a la actitud disfuncional *Derechos* como variable predictora ( $\beta=.221$  IC95%; .045/.396), sobre el síntoma clínico *Ideación paranoide* como variable dependiente. Esto refiere que mientras las mujeres víctimas adjudiquen todas las responsabilidades de cambio sobre los actos de violencia al agresor, y no se perciban que son parte del problema y también de las soluciones efectivas para lograr una modificación del malestar que le genera estar expuestas a situaciones de violencia, sus emociones y conductas serán disfuncionales pues dependen en grandes medidas de las inferencias que hacen de su realidad.

**Tabla 8.4**

*Modelos de regresión lineal para la Reevaluación positiva, Depresión e Ideación paranoide*

Modelo	Predictores	CNE		CE		p.	95%IC	
		$\beta$	ES	B	t		LI	LS
<sup>a</sup> Reevaluación positiva	(Constante)	4.26	.260		16.393	.000	3.746	4.775
	Derecho	-.330	.119	-	-2.780	.006	-.566	-.095
				.262				
<sup>b</sup> Depresión	(Constante)	.419	.318		1.316	.0191	-	1.049
	Autonomía	.332	.094	.305	3.520	.0001	0.211	0.519
<sup>c</sup> Ideación paranoide	(Constante)	.260	.194		1.340	.183	-.124	.644
	Derechos	.221	.089	.232	2.494	.014	.045	.396

Nota: <sup>a</sup> R (coeficiente de determinación) = .397; R2 (coeficiente de correlación ajustado) = .157., <sup>b</sup> R = .305; R2 = .093., <sup>c</sup> R = .223; R2 = .183.  $\beta_i$  = coeficiente de regresión, t = significativamente diferente, p: nivel de significancia, ES = error estandar, LI = limite inferior, LS = limite superior

En general, el análisis de los resultados comprueba que existe una correlación entre las tres variables del presente estudio. Entre algunas de ellas acontece de manera proporcional o inversa; además la posibilidad de establecer modelos de predicción entre algunas subescalas de las variables nos habla el nivel de determinación de una sobre otra.

## Discusión

En los últimos años las investigaciones han demostrado el incremento de los índices de mujeres maltratadas por su pareja (Cravens et al., 2015; Huerta, 2021), así como la severidad de los daños a nivel emocional (Torres, 2014; Wittenberg et al., 2007). Estos resultados son consistentes con los hallazgos del presente estudio al constatar que en la mayoría de las mujeres encuestadas hay una alta presencia de sintomatologías clínicas, tales como la susceptibilidad interpersonal, la ansiedad, la ideación paranoide y la depresión, siendo esta última la de mayor predominio, tal como lo han reportado García y Matud (2015), Guzmán-Rodríguez et al., (2021) y Rivas-Ribero y Bonilla-Algovia (2020).

Se observa que la sintomatología clínica de las participantes tiene una relación cercana con las actitudes disfuncionales; es decir, que la percepción de su realidad se caracteriza por ideas absolutistas e inflexibles (Beck et al., 1979) y que a mayor presencia de actitudes disfuncionales se incrementa los malestares clínicos. Las actitudes disfuncionales con mayor presencia fueron omnipotencia, derechos, autonomía y ejecución, lo que nos hace suponer que las víctimas comparten una valoración negativa de sí mismas, percibiéndose con escasas capacidades para tomar decisiones y asumiendo la responsabilidad de los eventos violentos. En la misma línea, Miller y Potter (1983); Echeburúa y Corral (1998) y Sarasua y Zbirrata (2000) encontraron en mujeres maltratadas datos que apoyan la presencia de actitudes disfuncionales de autoinculpción y minimización del problema que se relacionan con una serie de emociones negativas.

Por otro lado, encontramos que las estrategias de afrontamiento de las participantes tienden a ser de tipo evitadoras; estas estrategias les ayudan a corto plazo para minimizar los malestares cognitivos y emocionales, pero a largo plazo el problema se perpetúa y los síntomas clínicos se agravan. Estas estrategias se relacionan con actitudes disfuncionales, particularmente con amor y aprobación; es decir, en la medida en que aparece la idea de ser emocionalmente abandonada evitan expresar desacuerdos o actuar en contra de su agresor. Estos hallazgos son coincidentes con los estudios de Carmona (2017), Echeburúa et al., (2002) y Ubillos et al., (2017).

Finalmente, encontramos que las actitudes disfuncionales, derechos y autonomía, son predictores de la presencia de síntomas clínicos: depresión e ideación paranoide, y de la estrategia

de afrontamiento reevaluación positiva. Estos datos son relevantes, porque confirma que los malestares clínicos se derivan de pensamientos disfuncionales que limitan el actuar de las víctimas (Beck et al., 1979), además de que aporta evidencia que permita el diseño de intervenciones clínicas en mujeres víctimas de maltrato de pareja tomando como base las cogniciones (actitudes disfuncionales) para disminuir las sintomatologías clínicas y mejorar las estrategias de afrontamiento.

## Conclusiones

Este estudio permitió establecer una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento, las actitudes disfuncionales y la presencia de sintomatologías clínicas en un grupo de mujeres víctimas de violencia de pareja. Los resultados obtenidos subrayan la relevancia de las actitudes disfuncionales, caracterizadas por percepciones negativas sobre la autoimagen y las capacidades personales, así como por la autoinculpación del maltrato recibido. Estas creencias no solo perpetúan un ciclo de violencia, sino que también contribuyen a la aparición de síntomas depresivos y el uso predominante de estrategias de afrontamiento evitativas.

Los hallazgos de este trabajo son consistentes con la literatura existente sobre el impacto psicológico de la violencia de pareja. Sin embargo, su relevancia radica en la evidencia aportada para el diseño de intervenciones clínicas que tengan como eje central la modificación de cogniciones disfuncionales. Esto enfatiza la necesidad de implementar terapias basadas en enfoques cognitivos, dirigidas a transformar los esquemas de pensamiento negativos y fortalecer estrategias adaptativas en esta población.

Desde una perspectiva práctica, los resultados sugieren que abordar las actitudes disfuncionales puede no solo aliviar los síntomas clínicos, como la depresión y la ansiedad, sino también empoderar a las mujeres para que desarrollen herramientas efectivas de afrontamiento. Esto representa un avance significativo hacia intervenciones más focalizadas y efectivas que no solo se enfoquen en el alivio del daño psicológico, sino también en la prevención de la revictimización.

A pesar de los logros del estudio, se reconoce una limitación importante en el tamaño de la muestra, atribuida a la metodología de recolección de datos a través de redes sociales. Esto pudo

haber restringido la representatividad de los resultados. Sin embargo, esta limitación también resalta la necesidad de explorar nuevas estrategias para acceder a poblaciones vulnerables de manera más efectiva.

En conclusión, los hallazgos de esta investigación tienen importantes implicaciones tanto para la práctica clínica como para futuras líneas de investigación. Se recomienda profundizar en el análisis de la eficacia de las terapias cognitivo-conductuales en mujeres víctimas de violencia, evaluando su impacto en el manejo de síntomas clínicos y el fortalecimiento de estrategias funcionales. Además, se plantea la necesidad de estudios longitudinales que exploren el efecto sostenido de dichas intervenciones en la recuperación psicológica de esta población.

*Conflicto de intereses:*

Los autores declaran no presentar ningún conflicto de interés que haya comprometido la investigación.

### Referencias bibliográficas

- Ato, Manuel, López, Juan J., y Benavente, Ana. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bas, F. y Andrés, V. (1999). *Terapia cognitivo-conductual de la depresión: un manual de tratamiento*. Fundación Universidad-Empresa.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.1.4.347>
- Brisette, I., Scheier, M. F., y Carver, C. S. (2002). The role of optimism in social network development, coping and psychological adjustment during a life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 102-111. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.102>
- Carmona, D. (2017). Estrategias de afrontamiento y violencia conyugal en mujeres de la ciudad de Chiclayo. *Revista Paian*, 8(1), 61-72. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/556/520>
- Cetina, S. N. (2021). Violencia contra las mujeres y feminicidio íntimo a la sombra del covid-19. Los efectos perversos del confinamiento. *Política y Cultura*, 55, 99-119. <https://polcul.xoc.uam.mx/index.php/polcul/article/view/1451>

- Colque, J. L. (2020). Consecuencias psicológicas en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista sobre Educación y Sociedad*, 15(1), 5–22.  
<https://doi.org/10.35756/educaumch.v1i15.129>
- Contreras, F., y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas*, 2(2), 311-319. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67920210.pdf>
- Cravens, J. D., Whiting, J. B., y Amar, R. O. (2015). Why I stayed/left: An analysis of voices of intimate partner violence on social media. *Contemporary Family Therapy*, 37(4), 372–385.  
<https://doi.org/10.1007/s10591-015-9360-8>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications. <https://us.sagepub.com/en-us/nam/research-design/book258675>
- Derogatis, L.R. (1975). *The SCL-90-R*. Clinical Psychometric Rescharch. Baltimore.
- Echeburúa, E., Corral, P. y Amor, P.J. (1998). Perfiles diferenciales del trastorno de estrés postraumático en distintos tipos de víctimas. *Análisis y Modificación de Conducta*, 24(96), 527-555. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2894754>
- Echeburúa, E., Amor, P.J. y Corral, P. (2002). Mujeres maltratadas en convivencia prolongada con el agresor: variables relevantes. *Acción Psicológica*, 2, 135- 150.  
<https://www.readcube.com/articles/10.5944%2Fap.1.2.548>
- Espinosa, Y., Mesa, D., Díaz, Y., Caraballo, L., García, M., y Mesa, Á. (2021). Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios  
Estudio del impacto psicológico de la COVID-19 en estudiantes de Ciencias Médicas, Los Palacios. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46(Supl.1)  
<https://scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2659/es/>
- Gosangi, B., Park, H., Thomas, R., Gujrathi, R., Camden, P., Harris, M. B., Boland, G. W., Rexrode, K., y Khurana, B. (2020). Exacerbation of Physical Intimate Partner Violence during COVID-19 pandemic. *Radiology*, 198(1).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1148/radiol.2020202866>
- García, M.J., y Matud, M.P. (2015). Salud mental en mujeres maltratadas por su pareja. Un estudio con muestras de México y España. *Salud Mental*, 38(5), 321-327.  
<https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.044>
- González de Rivera, J., De las Cuevas, C., Rodríguez, M., y Rodríguez, F. (2002). *Cuestionario de 90 síntomas SCL-90-R de Derogatis*. Adaptación española. TEA Ediciones.
- Gracia-Leiva, M., Puente-Martínez, A., Ubillos-Landa, S., González-Castro, J. L., y Páez-Rovira, D. (2020). Off-and online heterosexual dating violence, perceived attachment to parents and peers and suicide risk in young women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.3390/IJERPH17093174>
- Gresham, A. M., Peters, B. J., Karantzas, G., Cameron, L. D., y Simpson, J. A. (2021). Examining associations between COVID-19 stressors, intimate partner violence, health, and health behaviors. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(8), 2291–2307.  
<https://doi.org/10.1177/02654075211012098>

- Guzmán-Rodríguez, C., Cupul-Uicab, L. A., Guimarães Borges, G. L., Salazar-Martínez, E., Salmerón, J., y Reynales-Shigematsu, L. M. (2021). Intimate partner violence and depression among adult women working in a health facility in México. *Gaceta Sanitaria*, 35(2), 161–167. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.09.005>
- Huerta, R. M. (2021). Apoyo social y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *Secuencia*, 110, 1–25. <https://doi.org/10.18234/secuencia.v0i110.1851>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2021*. [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/endireh2021\\_preseleccion\\_ejecutiva.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/endireh2021_preseleccion_ejecutiva.pdf)
- Jetelina, K. K., Knell, G., y Molsberry, R. J. (2020). Changes in intimate partner violence during the early stages of the COVID-19 pandemic in the USA. *Injury Prevention*, 27(1), 93–97. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2020-043831>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Londoño N.H., Henao G.C., Puerta I.C., Posada S.L., Arango D. y Aguirre, D.C (2005). Propiedades psicométricas y validación de la escala de Estrategias de Coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Univ. Psychol*, 5(2), 327-349. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64750210.pdf>
- Lyons, M., y Brewer, G. (2021). Experiences of Intimate Partner Violence during Lockdown and the COVID-19 Pandemic. *Journal of Family Violence*. <https://doi.org/10.1007/s10896-021-00260-x>
- Miller, D. y Porter, C. (1983). Autoculpabilidad en víctimas de violencia. *Revista de Asuntos Sociales*, 39(2), 139-152. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1983.tb00145.x>
- Pedhazur, E. J., y Smelkin, L. P. (1991). *Measurement, Design and Analysis: an integrated approach*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Rivas-Ribero, E., y Bonilla-Algovia, E. (2020). Salud mental y miedo a la separación en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11(1), 54. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2020.01.035>
- Rivera, L., Allen, B., Rodríguez, G., Chávez, R. y Lazcano, E. (2006). Violencia durante el noviazgo, depresión y conductas de riesgo en estudiantes femeninas (12-24 años). *Salud Pública de México*, 48(2), 288-296. <https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/4726>
- Sarasúa, B., & Zubizarreta, I. (2000). *Violencia en la pareja*. Ediciones Aljibe. <https://www.edicionesaljibe.com/libreria-online/Catalog/show/violencia-en-la-pareja-79>
- Sacco, W. P., & Beck, A. T. (1985). Cognitive therapy for depression. En E. E. Beckham & W. R. Leber (Eds.), *Handbook of depression: Treatment, assessment, and research* (pp. 3–38). The Dorsey Press. [https://digitalcommons.usf.edu/psy\\_facpub/867/](https://digitalcommons.usf.edu/psy_facpub/867/)

- Sociedad Mexicana de Psicología (2007). *Código ético del psicólogo*. México: Trillas.  
Recuperado de  
[http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite\\_etica/CODIGO\\_ETICO\\_SMP.pdf](http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/CODIGO_ETICO_SMP.pdf)
- Torres, A. (2014). *Violencia de Pareja: detección, personalidad, y bloqueo de la huida* [Disertación doctoral, Universidad de Barcelona]  
<http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/67263>
- Ubillos, S., Goiburu, E., Puente, A., Pizarro, J.P., y Echeburúa, E. (2017). Evaluación de pensamientos distorsionados sobre la mujer y la creencia de estudiantes vacoparlantes de enseñanzas medias. *Revista de Psicodidáctica*, 22(1), 1-8. [https://doi.org/10.1016/S1136-1034\(17\)30037-0](https://doi.org/10.1016/S1136-1034(17)30037-0)
- Weaver, T. L., Kelton, K., y Riebel, J. (2021). The Relationship Between Women's Resources and Health-Related Quality of Life in a Sample of Female Victims of Intimate Partner Violence. *Journal of Social Service Research*, 47(4), 565–578.  
<https://doi.org/10.1080/01488376.2020.1859433>
- Weissman, A. N., & Beck, A. T. (1978). *Development and validation of the Dysfunctional Attitude Scale: A preliminary investigation* [Ponencia]. Reunión de la American Educational Research Association, Toronto, Ontario, Canadá.  
<https://eric.ed.gov/?id=ED167619>
- Wittenberg, E., Joshi, M., Thomas, K. A., y McCloskey, L. A. (2007). Measuring the effect of intimate partner violence on health-related quality of life: a qualitative focus group study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-67>



## CAPITULO

# 9

## Conocimiento y práctica del consumo de cannabis en pasantes de pregrado en Saltillo, Coahuila, México

Sunday Sedodo Nupo<sup>26</sup>  
Viridiana Martínez-De la Fuente<sup>27</sup>  
Gabriela Ortiz-Cruz<sup>28</sup>  
José Lauro Cortés-Hernández<sup>29</sup>

### Resumen

El consumo de cannabis ha atraído cada vez más atención al tratamiento de ciertas enfermedades por lo que el objetivo de este estudio fue investigar el conocimiento y la práctica del consumo de cannabis en estudiantes de medicina que cursaban el internado rotatorio de pregrado en el Hospital Universitario de Saltillo, Coahuila, México. Se realizó un estudio descriptivo observacional y prospectivo en 51 estudiantes de medicina que cursaban el internado rotativo de pregrado en el Hospital Universitario Autónomo de Coahuila (UAdeC). Se utilizó un cuestionario autoadministrado para obtener información sobre las características sociodemográficas, el uso personal, el conocimiento percibido y la fuente de información sobre el cannabis, las actitudes y la aceptabilidad del uso medicinal del cannabis para ciertas condiciones médicas. Los resultados muestran que el 94% se encontraba en el rango de edad de 20 y 30 años. El 18% consumía cannabis, de los cuales el 12% era para relajarse. El 67% era consciente del efecto del cannabis en el cuerpo humano. El 86% informó que la investigación sobre el uso del cannabis medicinal debería fomentarse aún más. Porcentajes más altos (78%, 75%, 63%, 63% y 60%) de los participantes informaron que el cannabis debería usarse en el tratamiento del dolor crónico, la artritis, la fibromialgia, el cáncer y los trastornos del sueño, respectivamente. Se concluye que pocos estudiantes de medicina consumen cannabis y en general tienen algún nivel de conocimiento sobre

<sup>26</sup> Centro de Investigación en Genética y Genómica (CIGEN), Universidad Autónoma De Coahuila Hospital

<sup>27</sup> Hospital Universitario Calz. Francisco I. Madero Saltillo, Coahuila, Mexico.

<sup>28</sup> Centro de Investigación en Genética y Genómica (CIGEN), Universidad Autónoma De Coahuila Hospital

<sup>29</sup> Hospital Universitario Calz. Francisco I. Madero Saltillo, Coahuila, Mexico.

el uso del cannabis medicinal. Es necesario aumentar la educación y la investigación sobre el cannabis medicinal.

*Palabras clave:* conocimiento, práctica, cannabis, pasantes de pregrado, educación

## Introducción

El cannabis, utilizado con fines medicinales durante más de 5.000 años en todo el mundo, se ha empleado para curar una amplia gama de enfermedades; sin embargo, también se ha hecho un uso indebido y abusivo generalizado en todo el mundo (Moeller *et al.*, 2019). En el *Cannabis sativa* se encuentran aproximadamente 100 cannabinoides diferentes, siendo el delta-9-tetrahidrocannabinidiol (THC) y el cannabidiol (CBD) los dos más importantes (Zolotov *et al.*, 2021).

Mientras que el THC estimula los receptores, activa el receptor cannabinoide 1 (CB1) para producir un efecto psicoactivo; se cree que el CBD es un antagonista y un antagonista inverso de los mismos receptores, teniendo menos afinidad por ellos. Esta conexión de interacción modula el efecto psicoactivo del THC aunque no tenga un efecto psicoactivo directo (Morales *et al.*, 2017). El THC se ha relacionado con varios efectos, como somnolencia, ansiedad, disforia y síntomas psicóticos positivos. De acuerdo con Morales *et al.*, (2017), se cree que el CBD tiene propiedades ansiolíticas, anticonvulsivas y antipsicóticas.

En México, el cannabis es la sustancia ilícita más consumida entre las personas de entre 12 y 65 años; el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) de México estimó que la prevalencia de consumo de cannabis a lo largo de la vida fue de 8.6%, seguido de la cocaína (3.5%) y los inhalantes (1.1%) (López-Méndez *et al.*, 2021). El personal médico se beneficiaría de tener un conocimiento profundo del cannabis medicinal, especialmente aquellos empleados en entornos de atención primaria donde el uso de cannabis medicinal es más común. Sin embargo, en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los profesionales de la salud no siempre se considera la inclusión de temas como las recomendaciones basadas en evidencia, el cannabis medicinal e incluso el sistema endocannabinoide, lo que deja a los médicos con pocas herramientas para una mejor toma de decisiones (Calcaterra *et al.*, 2020; Gardiner *et al.*, 2019).

Los expertos médicos afirman con frecuencia saber muy poco sobre una amplia gama de temas relacionados con el cannabis medicinal, y muchos de ellos citan esta ignorancia como justificación para no asesorar a los pacientes sobre los tratamientos (Braun et al., 2018). Dado que se espera que los estudiantes de medicina desempeñen un papel importante en la atención al paciente en el futuro, sus acciones para proporcionar un tratamiento médico adecuado y estándar se verán influidas tanto por sus conocimientos como por sus actitudes (Zolotov et al., 2019). Según un estudio realizado en Israel, los médicos que tienen una actitud más positiva hacia el cannabis tienden a recomendarlo con más frecuencia (Zolotov et al., 2019). Asimismo, en los estudios anteriores, la mayoría de los estudiantes de farmacia y medicina apoyan la legalización del cannabis debido a sus conocimientos (Mazur et al., 2017; Calcaterra et al., 2020; Gardiner et al., 2019). El conocimiento adecuado de los beneficios y el uso del cannabis es esencial para los estudiantes de medicina, sin embargo, la mayoría de los estudios sobre el cannabis provienen de países donde la sustancia ha sido legalizada. Hay escasez de información sobre el conocimiento y las actitudes de los estudiantes de medicina sobre el cannabis en Saltillo, Coahuila. Este estudio examinó el conocimiento y las actitudes de los pasantes de pregrado

## Método

Se realizó un estudio descriptivo observacional y prospectivo entre los pasantes de pregrado del Hospital de la Universidad Autónoma de Coahuila, donde los pasantes de pregrado realizan sus labores domésticas todos los años.

### *Procedimiento y participantes:*

Se utilizó un método de muestreo intencional para seleccionar 51 pasantes de pregrado entre marzo de 2023 y agosto de 2024. Al aceptar participar en el estudio, se firmó un consentimiento informado y se pidió a los participantes que completaran una serie de cuestionarios prevalidados de verdadero, falso, no estoy seguro, no, sí y abiertos que tardaron unos 20 minutos en completarse. Se obtuvieron datos sobre el siguiente segmento:

*Características socioeconómicas:*

Se obtuvo información sobre las variables sociodemográficas como sexo, edad, estado civil, vida familiar y religión de los participantes.

*Conocimiento percibido y fuente de información sobre el cannabis:*

Un cuestionario autoconstruido sobre el conocimiento percibido y la fuente de información sobre el cannabis utilizado por Moeller et al., (2019) con poca modificación utilizada. A los participantes se les hicieron preguntas de sí o no sobre el consumo de cannabis, las razones para consumirlo, como relajarse, las razones médicas, la superación de la depresión y otras razones. Además, preguntas de sí o no sobre el conocimiento del cannabis, fuente de conocimiento en la escuela, a través de amigos, redes sociales, padres y durante la pasantía.

*Actitudes hacia el consumo de cannabis:*

Se utilizó un cuestionario autoconstruido sobre las actitudes hacia el cannabis utilizado por Moeller et al., (2019) con pocas modificaciones. Las opciones de respuesta fueron sí o no y no estoy seguro de que se hicieran preguntas sobre actitudes. Estas preguntas incluían: ¿recomendaría el cannabis medicinal para el uso del paciente/cliente?, el uso del cannabis para los pacientes es malo, el cannabis se puede utilizar para ciertos tratamientos médicos, los médicos deberían recomendar el cannabis como terapia médica, ¿existen beneficios físicos/de salud significativos con el uso de cannabis medicinal?, ¿hay beneficios significativos para la salud mental con el uso de cannabis medicinal?, La educación sobre el cannabis medicinal debe incorporarse a los planes de estudio académicos relacionados con el bienestar médico/sanitario/social. El cannabis debería legalizarse para uso recreativo, el cannabis puede ser adictivo, el consumo de cannabis plantea graves riesgos para la salud mental, el consumo de cannabis plantea graves riesgos para la salud física, ¿deberían los estudiantes de su campo profesional recibir educación formal sobre el cannabis medicinal? Y se debe fomentar la investigación adicional sobre el uso del cannabis medicinal.

*Aceptabilidad del uso del cannabis medicinal para ciertas condiciones médicas:*

El cuestionario utilizado por Moeller et al. (2019) se utilizó con pocas modificaciones para evaluar con precisión la población de estudio. A los participantes se les preguntó sí, no y no estaban seguros

sobre la aceptabilidad del uso de cannabis medicinal para condiciones médicas seleccionadas como enfermedad de Alzheimer, artritis, glaucoma, fibromialgia, trastornos alimentarios, dolor crónico, caquexia, cáncer, enfermedad inflamatoria intestinal, trastornos del sueño y condiciones de salud mental.

#### *Análisis de datos:*

Los datos obtenidos fueron analizados mediante el *software* estadístico JASP. Los resultados se presentaron en frecuencias, medias, desviaciones estándar y porcentajes. Se utilizó chi cuadrado para determinar la correlación estadística entre el uso y la aceptabilidad del uso de cannabis medicinal para ciertas afecciones médicas con un intervalo de confianza del 95%.

## Resultados

En la Tabla 9.1 se presentan las características sociodemográficas de los encuestados. El 94% de los encuestados tenía entre 20 y 30 años; el 94% era solteros; el 51% vivía solos; el 39% vivía con su familia; el 10% vivía con amigos; el 71% eran católicos, el 14% era cristianos y otros pertenecían a otras religiones.

**Tabla 9.1**  
*Características sociodemográficas de los encuestados*

	<i>Parámetro</i>	<i>Números de participantes</i>	<i>%</i>
Edad	20-30	48	94
	31-40	3	6
Estado civil	Soltero	48	94
	Casado	3	6
Vida familiar	Vivir solo	26	51
	Vivir con la familia	20	39
	Vivir con amigos	5	10
Religión	Católico	36	71
	Cristianismo	7	14
	Otro	8	15

*Nota: %= porcentaje*

La Tabla 9.2 muestra el Índice de Masa Corporal de los Residentes, el 4% tenía bajo peso; el 59% tenía peso normal; el 29% tenía sobrepeso; el 6% tenía obesidad grado 1; el 2% tenía obesidad grado 2.

**Tabla 9.2**  
*Índice de Masa Corporal de los Médicos Residentes*

<i>Parámetro</i>	<i>Números de participantes</i>	<i>%</i>
<b>Índice de Masa Corporal</b>		
Peso insuficiente	2	4
Peso normal	30	59
Sobrepeso	15	29
Obesidad de grado 1	3	6
Obesidad grado 2	1	2

*Nota: %= porcentaje*

La Tabla 9.3 muestra el conocimiento percibido y la fuente de información sobre el cannabis. El 18% consume cannabis, en el modo de consumo; el 12% la fuma; el 4% consume cannabis por vía oral. El 12% usó cannabis con fines de relajación; el 2% dos la usó por razones médicas; el 2% la tomó cannabis para suprimir la depresión, y el 2% prefirió no declarar las razones. El 67% sabía cómo funciona el cannabis en el cuerpo; la mayoría (51%) obtuvo el conocimiento de la escuela; el 14% lo obtuvo de amigos, y el 2% lo de las redes sociales.

**Tabla 9.3**  
*Conocimiento percibido y fuente de información sobre el cannabis*

<i>Parámetro</i>	<i>Números de participantes</i>	<i>%</i>
<b>¿Consumir cannabis?</b>		
Sí	9	18
No	42	82
<b>Modo de consumo</b>		
Humo	6	12
Oralmente	2	4
<b>¿Por qué consumes Cannabis?</b>		
Para relajarse	6	12
Razón médica	1	2
Para superar la depresión	1	2
Motivo de la confidencialidad personal	12	24

<i>Parámetro</i>	<i>Números de participantes</i>	<i>%</i>
<b>¿Sabes cómo actúa el Cannabis en tu cuerpo?</b>		
Sí	34	67
No	17	33
<b>Fuente de conocimiento</b>		
Familia	0	0
Escuela	26	51
A través de amigos	7	14
A través de las redes sociales	1	2

*Nota: %= porcentaje*

La Tabla 9.4 presenta la actitud y el conocimiento de los residentes medicinales hacia el consumo de cannabis. El 51% recomendaría el cannabis medicinal para el uso de pacientes/ clientes; el 29% no estaba seguro; el 3% sabía que el cannabis para pacientes es malo; el 41% dijo que no; el 53% no estaba seguro. La mayoría (84%) sabía que el cannabis se puede usar para ciertos tratamientos médicos; el 45% no está seguro de que los médicos deban recomendar el cannabis como terapia médica. El 29% sabía que el uso de cannabis medicinal tiene importantes beneficios para la salud física; el 28% afirma que el uso de cannabis medicinal tiene importantes beneficios para la salud mental; el 39% no está seguro de que el uso de cannabis medicinal tenga beneficios significativos para la salud mental; el 69% afirma que la formación en cannabis medicinal debería incorporarse a los planes de estudio académicos relacionados con el bienestar médico-sanitario-social. El 75% dijo que los estudiantes en su campo profesional deberían recibir educación formal sobre el cannabis medicinal. El 86% indicó que se debería fomentar más investigación sobre el uso del cannabis medicinal.

**Tabla 9.4**
*Actitud hacia el uso y conocimiento de los residentes medicinales hacia el consumo de cannabis*

<i>Parámetro</i>	<i>SÍ (f/%)</i>	<i>NO (f/%)</i>	<i>No estoy seguro (f/%)</i>
Recomendación de cannabis medicinal para uso paciente/cliente.	26 (51)	10(20)	15(29)
El uso del cannabis para los pacientes es malo.	3 (6)	21 (41)	27 (53)
El cannabis se puede utilizar para ciertos tratamientos médicos.	43 (84)	3 (6)	4 (8)
Los médicos deben recomendar el cannabis como terapia médica.	16 (31)	12 (24)	23 (45)
El cannabis medicinal tiene importantes beneficios para la salud física.	15 (29)	18 (35)	18 (35)
El cannabis medicinal tiene importantes beneficios para la salud mental.	14 (28)	17 (33)	20 (39)
La educación sobre el cannabis medicinal debe incorporarse en los planes de estudio.	35 (69)	4 (8)	12 (23)
El cannabis debería legalizarse para uso recreativo	26 (51)	10 (20)	15 (29)
El cannabis puede llegar a ser adictivo.	34 (67)	10 (20)	7 (13)
El consumo de cannabis plantea graves riesgos para la salud mental.	20 (39)	12 (24)	19 (37)
El consumo de cannabis plantea graves riesgos para la salud física.	13 (25)	17 (33)	21 (42)
¿Educación formal sobre el cannabis medicinal?	38 (75)	6 (12)	7 (13)
Se debe fomentar la investigación adicional sobre el uso.	44 (86)	2 (4)	5 (10)

*Nota: f= frecuencia, %= porcentaje*

La Tabla 9.5 presenta la aceptabilidad del uso del cannabis medicinal para condiciones médicas seleccionadas. El dolor crónico (78%) fue la condición médica más aceptada para el uso de cannabis medicinal, la artritis (75%), la fibromialgia (63%), el cáncer (63%) y el trastorno del sueño (60%). Existe una relación significativa entre el conocimiento del consumo de cannabis y la aceptabilidad médica entre el glaucoma, los trastornos alimentarios, la caquexia, la enfermedad inflamatoria intestinal ( $p < 0.005$ ).



**Tabla 9.5***Aceptabilidad del uso del cannabis medicinal para ciertas afecciones médicas*

<i>Parámetro</i>	<i>Sí (f/%)</i>	<i>No (f/%)</i>	<i>No estoy seguro (f/%)</i>	<i>p</i>
Alzheimer	19 (37)	20 (39)	12 (24)	0.347
Artritis	38 (75)	5 (10)	8 (15)	0.415
Glaucoma	18 (35)	13 (26)	20 (39)	<b>0.001</b>
Fibromialgia	32 (63)	5 (10)	14 (28)	0.809
Trastornos alimentarios	11 (22)	25 (50)	14 (28)	<b>0.003</b>
Dolor crónico	40 (78)	4 (8)	7 (14)	0.551
Caquexia	18 (35)	15 (29)	18 (35)	<b>0.02</b>
Epilepsia o convulsiones	24 (47)	17 (33)	10 (20)	0.262
Cáncer	32 (63)	9 (18)	10 (20)	0.892
Enfermedad inflamatoria Intestinal	10 (20)	24 (47)	17 (33)	<b>0.034</b>
Trastornos del sueño	31 (60)	10 (20)	10 (20)	0.389
Condiciones de salud Mental	18 (35)	18 (35)	15 (30)	0.488

*Nota: f= frecuencia, %= porcentaje, p=nivel de significancia*

## Discusión

El estudio se realizó para determinar el conocimiento y práctica del consumo de cannabis en pasantes de pregrado. Hasta donde sabemos, este es el primer estudio en Saltillo, Coahuila, que evalúa las actitudes y la comprensión de pasantes de pregrado sobre el cannabis medicinal en un lugar donde su uso con fines medicinales está absolutamente prohibido e ilegal. Descubrimos que el grueso del grupo de investigación pertenecía a la etapa adulta temprana. Dado que la mayoría de ellos es soltero y vive solo, esto puede tener un impacto en la cantidad de cannabis que consumen; sin embargo, en este estudio solo unos pocos consumieron cannabis, a pesar de tener libertad para cualquier estilo de vida que quisieran adoptar. Numerosos estudios han demostrado que el consumo recreativo de cannabis aumenta las posibilidades de adicción y dependencia, además de tener impactos psicológicos y físicos negativos [Curran et al., 2016, Schlag et al., 2021].

El estudio reveló que la mayoría de los participantes se encuentra en la etapa de adultos jóvenes. Se ha informado que la edad de inicio del cannabis es uno de los factores determinantes; la iniciación en adolescentes es particularmente riesgosa, especialmente para los hombres (Curran et al., 2016, Kaur et al., 2022). Sin embargo, en este estudio, unos pocos estudiantes consumieron cannabis en comparación con el estudio de revisión realizado con datos de Europa, América Central

y la del Sur y Estados Unidos, donde uno de cada tres estudiantes consumió cannabis (Papazisis et al., 2018). Gran parte (71%) de la religión de los estudiantes era el catolicismo, la religión juega un papel vital en la toma de decisiones de los adultos jóvenes como observaron Schlag et al. (2021) en su estudio. El bajo consumo de cannabis entre los sujetos podría atribuirse a sus conocimientos religiosos, ya que la mayoría de los grupos religiosos desalientan el consumo de cannabis. Los resultados del Índice de Masa Corporal de los pasantes de pregrado revelaron que pocos porcentajes tenían bajo peso mientras que algunos tenían sobrepeso y obesidad; la desnutrición sigue siendo un problema en México, esto respalda el estudio de otros investigadores entre estudiantes que observaron hallazgos similares a su estudio (Shamah-Levy et al., 2021). Sin embargo, la asociación entre el consumo de cannabis y el estado nutricional no fue el foco de este estudio.

En este estudio encontramos que el 18% de los sujetos consumía cannabis en diferentes modos de consumo; el 12% fumaba cannabis y el 4% consumía cannabis por vía oral. El 12% usó cannabis con fines de relajación; el 2% usó cannabis por razones médicas; el 2% tomó cannabis para suprimir la depresión; el 2% prefirió no declarar las razones. El nivel de consumo de cannabis entre los estudiantes de medicina de este estudio es inferior al valor obtenido en un estudio similar en Estados Unidos (48.1%). La razón de este bajo porcentaje obtenido podría deberse a la restricción del uso de cannabis medicinal, mientras que el cannabis medicinal está permitido en algunas partes de Estados Unidos de América (Takakuwa et al., 2021).

El consumo de cannabis podría plantear graves riesgos para la salud mental y la adicción está evolucionando en la preocupación por el uso medicinal. Según la revisión de las Academias Nacionales de Ciencias, existe evidencia sustancial de una asociación estadística entre el consumo de cannabis y el desarrollo de esquizofrenia u otras psicosis (Colizzi y Bhattacharyya, 2018). Además, el cannabis se ha asociado con síntomas depresivos, aumento de los pensamientos suicidas y empeoramiento de la depresión en pacientes diagnosticados con depresión (Bahorik et al., 2018; Takakuwa et al., 2021).

La mayoría de los pasantes de pregrado fue educado sobre el cannabis medicinal desde la escuela, esto está en línea con el estudio de Evanoff et al., (2017) que observaron lo mismo entre estudiantes de medicina en EE. UU. Sin embargo, unos pocos obtuvieron sus conocimientos de amigos y redes sociales, este resultado difiere del estudio de Takakuwa et al., (2019) que informó que muchos estudiantes de medicina obtuvieron sus conocimientos de fuentes distintas a las escuelas (Takakuwa et al., 2021). Este hallazgo en nuestro estudio podría deberse a las estrictas

restricciones sobre el consumo de cannabis en México y al hecho de que la información sobre el cannabis medicinal no está fácilmente disponible en lugares públicos.

La mayoría (51%) de los encuestados afirmó que recomendarían el cannabis medicinal para el uso del paciente/ cliente, esto podría deberse a su nivel de conocimiento sobre el uso del cannabis medicinal. Esto apoya nuestros hallazgos de que un porcentaje más alto sabía que el cannabis se puede usar para ciertos tratamientos médicos ( $p < 0.05$ ). Sin embargo, un pequeño porcentaje no estaba seguro de si recomendaría el cannabis a los pacientes. El estudio reveló que casi la mitad del grupo de estudio (45%) no está seguro de si los médicos deberían recomendar el cannabis como terapia médica; el 29% sabía que hay beneficios significativos para la salud física usando cannabis medicinal; el 28% afirmó que hay beneficios significativos para la salud mental usando cannabis medicinal; el 39% no está seguro de que haya beneficios significativos para la salud mental usando cannabis medicinal; estas observaciones son consistentes con la revisión de Gardiner et al., (2019) que informaron hallazgos similares en su revisión.

Descubrimos que la mayoría de los estudiantes solicitó que la formación en cannabis medicinal se incorporara a los planes de estudio relacionados con el bienestar médico-sanitario-social. Además, la mayoría de los estudiantes (69%) estuvo de acuerdo con que los profesionales del campo médico deberían recibir educación formal sobre el cannabis medicinal y que se debería fomentar la investigación adicional sobre el uso del cannabis medicinal. Esta observación es consistente con los informes de otros investigadores sobre el cannabis (Bahorik et al., 2018; Takakuwa et al., 2021; Gardiner et al., 2019). En nuestro estudio, descubrimos que el porcentaje de aceptabilidad del cannabis medicinal utilizado para afecciones médicas seleccionadas como el dolor crónico (78 %), la artritis (75 %), la fibromialgia (63 %), el cáncer (63 %) y el trastorno del sueño (60 %) son similares a los informes de Caligiuri et al., (2018) entre estudiantes de farmacia y Takakuwa et al., (2019) entre estudiantes de medicina.

#### *Limitación:*

La limitación fue que el estudio se realizó entre los estudiantes de los pasantes de pregrado y no entre la población estudiantil general. Si bien el tamaño de nuestra muestra parece bajo y podría decirse que es un subconjunto pequeño de la población general de estudiantes de medicina en Saltillo, creemos que es robusto como muestra de residentes en Saltillo debido a la cantidad de estudiantes que ingresan al hospital universitario cada año. El tamaño de la muestra puede ser

aceptable y proporciona una buena representación de un estudio sobre el consumo de cannabis. Además, los estudios sobre el consumo y el conocimiento del cannabis son escasos entre los residentes médicos. Este es el primer estudio descriptivo sobre el uso y conocimiento del cannabis en México, aunque la muestra no se puede generalizar, pero es un buen representante de los médicos residentes en el estado.

### Conclusión

Este estudio mostró que pocos de los pasantes de pregrado consumían cannabis y tenían nivel de conocimiento sobre el uso de cannabis para tratar ciertas enfermedades. Se debe desalentar el consumo de cannabis entre los estudiantes. Se deberían realizar más investigaciones sobre la asociación entre el estado nutricional y el consumo de cannabis de los estudiantes.

### Referencias Bibliográficas

- Bahorik, A.L., Sterling, S.A., Campbell, C.I., Weisner, C., Ramo, D., Satre, D.D. (2018). Medical and non-medical marijuana use in depression: Longitudinal associations with suicidal ideation, everyday functioning, and psychiatry service utilization. *J Affect Disord.* <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.05.065>
- Braun, I.M., Wright, A., Peteet, J., Meyer, F.L., Yuppa, D.P., Bolcic-Jankovic, D., LeBlanc, J., Chang, Y., Yu, L., Nayak, M.M., Tulskey, J.A., Suzuki, J., Nabati, L., Campbell, E.G. (2018). Medical Oncologists' Beliefs, Practices, and Knowledge Regarding Marijuana Used Therapeutically: A Nationally Representative Survey Study. *J Clin Oncol.* Jul 1;36(19):1957-1962. [10.1200/JCO.2017.76.1221](https://doi.org/10.1200/JCO.2017.76.1221)
- Calcaterra, S.L., Cunningham, C.O., Hopfer, C.J. (2020). The Void in Clinician Counseling of Cannabis Use. *J Gen Intern Med.*(6):1875-1878. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05612-4>
- Caligiuri, F.J., Ulrich, E.E., Welter, K.J. (2018). Pharmacy Student Knowledge, Confidence and Attitudes Toward Medical Cannabis and Curricular Coverage. *Am J Pharm Educ.* Jun;82(5), <https://doi.org/10.5688/ajpe6296>
- Colizzi, M., Bhattacharyya, S. (2018). Cannabis use and the development of tolerance: a systematic review of human evidence. *Neurosci Biobehav Rev* ;93:1-25. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.07.014>
- Curran, H.V., Freeman, T.P., Mokrysz, C., Lewis, D.A., Morgan, C.J., Parsons, L.H. (2016). Stay away from the grass? Cannabis, cognition and addiction. *Nat Rev Neurosci.*; 17(5):293–306. <https://doi.org/10.1038/nrn.2016.28>

- Evanoff, A.B., Quan, T., Dufault, C., Awad, M., Bierut, L.J. (2017). Physicians-in-training are not prepared to prescribe medical marijuana. *Drug Alcohol Depend.* <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2017.08.010>
- Gardiner, K.M., Singleton, J.A., Sheridan, J., et al. (2019). Beliefs, knowledge and concerns of health professionals around medical cannabis: a systematic review. *PLoS One.*; 14:E0216556. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0216556>
- Kaur, N., Bastien, G., Gagnon, L., et al. (2022). Variations of cannabis-related adverse mental health and addiction outcomes in adolescence and adulthood: an exploratory review. *Frontal Psychiatry.* <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.973988>
- López-Méndez, M., Ospina-Escobar, A., Iskandar, R., Alarid-Escudero, F. (2021) Age-specific rates of onset of cannabis use in Mexico. *Addict Behav.* <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107038>
- Mazur, R., Masternak, S., Pająk, M., Parszewska, K., Skórzyńska-Dziduszko, K. (2017). Polish students' opinion about medicinal cannabis. *Journal of Education, Health and Sport.*7(9) <https://dx.doi.org/10.5281/zenodo.894710>
- Moeller, K.E., McGuire, J.M., Melton, B.L. (2019). A nationwide survey of pharmacy students' knowledge and perceptions regarding medical cannabis. *J Am Pharm Assoc (2003).* <https://doi.org/10.1016/j.japh.2019.08.008>
- Morales, P., Hurst, D.P., Reggio, P.H. (2017). Molecular Targets of the Phytocannabinoids: A Complex Picture. *Prog Chem Org Nat Prod*; 103:103-131. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-45541-9\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-319-45541-9_4)
- Papazisis, G., Siafis, S., Tsakiridis, I., Koulas, I., Dagklis, T., Kouvelas, D. (2018). Prevalence of Cannabis Use Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-analysis. *Subst Abuse.* <https://doi.org/10.1177/1178221818805977>
- Schlag, A.K., Hindocha, C., Zafar, R., Nutt, D.J., Curran, H.V. (2021). Cannabis-based medicines and cannabis dependence: a critical review of the issues and evidence. *J Psychopharmacol.* 35(7):773–85. <https://doi.org/10.1177/0269881120986393>
- Shamah-Levy, T., Cuevas-Nasu, L., Romero-Martínez, M., Gómez-Humaran I., Ávila-Arcos M.A. (2021). Nutritional Status of Children, Adolescents, and Adults from the National Health and Nutrition Surveys in Mexico from 2006 to 2020, *Frontiers in Nutrition.* <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.777246>
- Takakuwa, K.M., Mistretta, A., Pazdernik, V.K., Sulak, D. (2021). Education, knowledge, and practice characteristics of cannabis physicians: a survey by the Society of Cannabis Clinicians. *Cannabis Cannabinoid Res.* February 12; 6(1):58-65. <https://doi.org/10.1089/can.2019.0025>
- Zolotov, Y., Metri, S., Calabria, E., Kogan, M., (2021). Medical cannabis education among healthcare trainees: A scoping review, *Complementary Therapies in Medicine*, Vol 58 <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102675>

## CAPITULO 10

### Autoeficacia en Adherencia a Tratamientos Nutricionales

Laura Guerrero-Tecuanhuehue<sup>30</sup>  
Diana Cortés-Montelongo<sup>31</sup>

#### Resumen

Pensar y actuar integran la autoeficacia que se relaciona con la conducta, esto nos lleva a que el aprendizaje de nuevas conductas es desarrollado por las personas; por tanto, en el presente trabajo se evalúa la autoeficacia en la conducta alimentaria relacionada con la adherencia a tratamientos nutricionales. Método: Se realizó un estudio descriptivo transversal, con una población de 410 personas; se describen los datos sociodemográficos y se correlacionan las escalas de autoeficacia de la conducta alimentaria y la de Valoración Global Subjetiva para medir la Adherencia Médico-Nutricional (VGS-MAMN) en personas mayores de edad que presenten sobrepeso u obesidad. Resultados: El análisis de datos realizados mediante el programa estadístico computacional Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), en su versión 25.0 para Windows reveló una relación de las conductas alimentarias con la autoeficacia en la adherencia a tratamientos nutricionales en el factor de alimentos saludables ( $r = -.325$ ,  $p = .000$ ). Conclusiones: Utilizar estas herramientas psicométrica y nutricional muestran relación para implementar programas nutricionales basados en una práctica integral; se sugiere considerar la autoeficacia como factor para el cambio de creencias relacionadas con los hábitos.

*Palabras clave:* Autoeficacia, conducta alimentaria, sobrepeso, obesidad, adherencia.

<sup>30</sup> Estudiante de doctorado, Facultad de Psicología. UAdeC. [laura.guerrero@uadec.edu.mx](mailto:laura.guerrero@uadec.edu.mx)

<sup>31</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Enfermería. US, UAdeC. [dicortesm@uadec.edu.mx](mailto:dicortesm@uadec.edu.mx)

## Introducción

El ser humano está en constante evolución, por lo cual, frente al problema de la obesidad, que definido como acumulación anormal o excesiva de grasa según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), busca iniciar un tratamiento para la reducción del peso, ya sea por recomendaciones médicas, o alguna motivación interna que lo incite a realizar un cambio en sus hábitos alimentarios (García-Mendoza, et.al., 2020). Diversos estudios han demostrado que el abandono de tratamientos nutricionales para personas con obesidad es de ocho de cada 10 personas, sin cumplir con el objetivo establecido en términos de peso, lo cual aumenta el riesgo de aparición de enfermedades crónico-degenerativas asociadas con la obesidad (Chacon & Flores, 2019).

Reyes-Flores et al., (2016), en su estudio Adherencia terapéutica: conceptos determinantes y nuevas estrategias, definió la adherencia al tratamiento como el grado de conducta en la que un individuo se relaciona con el mantenimiento y seguimiento de su plan de alimentación y/o la adopción y/o modificación de los hábitos, así como con el consumo de la medicación recomendada por un profesional del área de la salud, esto implica que el paciente comprende la situación en la que está, entiende la necesidad del tratamiento asignado, así como que actúe de manera coherente con las recomendaciones que se dan de parte de los integrantes del grupo multidisciplinario del área de la salud. Tomar un papel participativo y activo es la parte en la que el paciente aumenta la autonomía y el autocuidado, para esto debe existir una relación de empatía, confianza, respeto y diálogo para la toma de las decisiones.

La Norma Oficial Mexicana (NOM-008-SSA3-2010), para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad determina que la obesidad y sobrepeso son condiciones relacionadas a la genética, a trastornos psicológicos, metabólicos, así como sociales que vinculadas estrechamente con desarrollar comorbilidades metabólicas, entre otros padecimientos. Esta norma recomienda un tratamiento integral, tomando en cuenta principios tanto científicos, éticos como el desarrollo de una práctica médica, nutricional y psicológica derivada de los profesionales del área de la salud, ya que el estado nutricional refleja el estado fisiológico que es la capacidad que tiene el cuerpo para hacer el proceso metabólico adecuado, absorber los nutrimentos y desechar lo que no es indispensable para mantener un organismo completo e íntegro que se constata en diversos factores

y parámetros aplicados en la evaluación clínica. Además, dicha norma explica que, dentro del tratamiento indicado, no se utilizarán técnicas y/o productos no convencionales para el tratamiento del sobrepeso y la obesidad; es decir, solo aquellos medicamentos, sustitutos de alimentos aprobados y respaldados científicamente por la investigación clínica, no se inducirá a la automedicación, así como no se promoverá el uso de anorexígenos, diuréticos, enzimas, aminoácidos lipolipídicos, productos hiperproteicos, entre otros que representen un riesgo para la salud.

La adherencia al tratamiento es un proceso multicausal condicionado por distintos factores, los cuales son heterogéneos y dinámicos; se requiere la participación del profesional de la salud, así como la participación voluntaria de la persona sometida a su tratamiento, trabajando de manera conjunta hacia el bien común. Leung et al., (2019) refieren que la adherencia al tratamiento nutricional es más efectiva en la etapa de pérdida de peso; asimismo, se sugiere que los factores psicológicos asociados con la adherencia al tratamiento arrojan evidencia de que deben desarrollarse en el servicio e implementar tratamientos más eficaces.

Las emociones tienen un efecto en las conductas, pensamientos y hasta en el comportamiento fisiológico, por lo cual son factores importantes para un desarrollo psicológico adecuado (Carranza et al., 2022). Según Cabezas y Nazar (2022), atender la toma de decisiones en una dieta saludable cuando existe una amplia disponibilidad de alimentos requiere de una estrategia efectiva y viable para abordar el cambio conductual en la intervención en los pacientes y reducir las conductas alimentarias no saludables.

Dentro de los factores psicosociales que influyen en la adherencia al tratamiento de pacientes con obesidad, se encuentran múltiples estudios realizados en donde incluyen factores determinados como barreras o facilitadores para la adherencia, como intrapersonales, interpersonales, de la sociedad que afectan en la salud pública, que se recomienda ser estudiados desde una perspectiva integral (García-Mendoza et al., 2020). El complejo proceso de la adherencia a tratamientos influye al paciente, por lo cual deben ser abordados desde la prevención y la intervención (Uscanga et al., 2019).

La autoeficacia se define como la facultad personal para regular la conducta desde la parte cognitiva y el éxito de tal; se refleja cuando la situación y/o el contexto sea requerido dándole al individuo un resultado eficiente. La autoeficacia, junto con factores psicológicos como la motivación, estrés, preocupación por la forma del cuerpo, calidad de vida, etapa de cambio, se



asocia significativamente con el apego específico del comportamiento a la adherencia al tratamiento (Alva et al., 2019). La salud se relaciona estrechamente con la autoeficacia, ya que apoya a sobrellevar las conductas saludables como la reducción de peso, la correcta elección de alimentos, el acompañamiento de una actividad física, entre otros. Utilizar las habilidades de comunicación con el paciente para centrarse en proporcionar conceptos de la etapa de cambio en la que se encuentran durante su consulta, nos refiere que la autoeficacia es un factor relevante en el proceso de cambio de conductas saludables (Leung et al., 2019).

Cuando se quiere realizar objetivamente una medición de la autorregulación, se determinan criterios internos y otros que van de las reacciones autoevaluadoras del comportamiento como la planificación y la disposición (Santos-Flores et al., 2024). Por ello, la autoeficacia percibida incluye los juicios de cada individuo sobre sus capacidades, y de esas capacidades, se organizarán y desarrollarán sus actos para alcanzar el rendimiento deseado. Las capacidades de cada una de las personas, aunado a las creencias que posee el individuo, varían para desarrollar sus tareas con éxito; por eso, la autoeficacia se une con las conductas que pueden ser favorables para el bienestar y la actitud que puedan desarrollar para mejorar la relación con la salud, y con esto poder pronosticar que dichas conductas pueden influir en los pensamientos y acciones de diferentes situaciones de la vida (Aranceta et al., 2019; Miguel et al., 2019; US Department of Health and Human Services, 2020).

Según Hernández et al., (2022) destaca que las influencias que se pueden obtener de la autoeficacia, ya sea positivas o negativas, afectan en las conductas y se consideran como un factor protector del comportamiento alimentario. La influencia de las prácticas de alimentación, conducta y/o comportamiento se desarrollan desde la infancia, con la reacción de los padres frente a la aceptación o el rechazo de algún alimento y con esto el desarrollo de las prácticas que se llevan a cabo; es decir, si existe manipulación, sustitución de alimentos, control, razonamiento, entre otros, (Rivera et al., 2021). Esto se vincula en que la obesidad es un problema de salud más complejo, porque influye en la funcionalidad emocional que determina la interacción con las demás personas, así como su estado de ánimo, su realización personal y por ende repercute física como psicológicamente (Matar-Khalil & Ortiz-Barrero, 2020).

Realizar una intervención nutricional con estimulación y cuidado receptivo es necesario para generar estilos de vida saludables, además de que la estimulación psicosocial promueve la reducción de riesgos en el funcionamiento cognitivo, motor, social y afectivo, y fomentar factores

protectores para que mejore la capacidad del individuo para superar contextos difíciles y se adapte a situaciones estresantes para mejorar su bienestar, lo cual llevaría a tener una mejor calidad de vida, aunado a una estimulación y cuidado receptivo para mejorar la adherencia a tratamientos nutricionales (Lejía et al., 2019).

## Método

En el presente estudio se empleó un diseño descriptivo transversal; la muestra fue de 410 personas Saltilenses mayores de 18 años, con sobrepeso y obesidad, con un muestreo no probabilístico intencional.

Para la selección de los participantes, la población de interés fue persona mayor de 18 años, que haya tenido un acercamiento a una consulta nutricional con un profesional de la nutrición en un periodo previo a 12 meses antes de la aplicación de la prueba, con un índice de masa corporal en el nivel de sobrepeso u obesidad ( $IMC >25.00 \text{ g/kg}^2$ ) de acuerdo con la OMS, que aceptaron participar al leer el consentimiento informado. Se excluyeron aquellas personas con diagnósticos previos de trastorno de conducta alimentaria, diagnósticos de padecimientos mentales ni pacientes bariátricos. Se eliminaron pruebas ilegibles, incompletas o que retiraron su consentimiento.

Para la recolección de los datos demográficos, la cédula estuvo conformada por los siguientes ítems: edad (pregunta numérica de dos dígitos), sexo (femenino o masculino de nacimiento), estado civil (soltero o casado), grado máximo de estudios (primaria, secundaria, bachillerato, licenciatura, maestría y doctorado), horas que le dedica al estudio y/o trabajo al día (pregunta numérica de uno a dos dígitos).

El apartado de recolección de datos clínico-nutricionales indica: motivo de la consulta (prevención en salud, enfermedad o estética), peso en kilogramos (pregunta numérica de dos dígitos), talla (pregunta numérica de tres dígitos), horas nocturnas de sueño (pregunta numérica de uno a dos dígitos), suplementación (pregunta dicotómica con frecuencia), consumo diario de edulcorantes no calóricos (pregunta dicotómica con frecuencia), y a lo que refiere su hidratación se preguntó sobre el consumo diario de agua en litros (pregunta numérica de uno a dos dígitos). Para la medición de las variables de estudio se utilizó la Escala de autoeficacia de la conducta alimentaria de Márquez-Sandoval (2014) y el instrumento de Adherencia al tratamiento médico-nutricional en personas con obesidad de González et al., (2022), que a continuación se describen:

*Escala de autoeficacia de la conducta alimentaria* se dirige hacia la capacidad percibida que tienen las personas para incrementar alimentos saludables en su estilo de vida, así como evitar alimentos dulces o hipercalóricos. Este instrumento parte del constructo de los lineamientos propuestos por Alberth Bandura, además de otras escalas que miden la autoeficacia basada en la congruencia de la Teoría Social Cognitiva; esta herramienta está conformado por 21 ítems, con opción de respuesta del 1 al 10, donde 1 representa la ausencia de capacidad y 10 ser muy capaz de disminuir la ingesta de productos calóricos o dulces, y aumentar el consumo de alimentos saludables. El cuestionario cuenta con cuatro subescalas; 1) alimentos con alto contenido en grasas; 2) alimentos que contienen frutas y verduras; 3) alimentos que contienen dulce, y 4) bebidas. Se obtuvo la confiabilidad del instrumento por medio del coeficiente Alpha de Cronbach, el cual mostró un índice de 0.93 (IC95%= 0.92 – 0.94). Esto nos indica que los niveles de confiabilidad del instrumento son homogéneos a la medición del constructo. El intervalo de confianza de la fiabilidad no disminuye de 0.70 ni supera el 0.90 a lo que indica estabilidad en la escala (Márquez-Sandoval, 2014).

*Adherencia al tratamiento médico-nutricional en personas con obesidad.* Dicho instrumento lleva por nombre Valoración Global Subjetiva para medir la Adherencia Médico-Nutricional (VGS-MAMN). El cuestionario consiste en una escala de cuantitativa de tipo Likert de 22 ítems; a cada respuesta se le asigna un valor, el cual es completado por la suma de todas las puntuaciones de cada respuesta del instrumento, por lo cual se clasifica la puntuación de la siguiente manera: 69.5 – 98 puntos reflejan 100% a 71% de adherencia (buena); 50 - 69.4 reflejan 70.9% a 51% de adherencia (regular), y <50 puntos reflejan 50.9% a 0% de adherencia (no adherencia). El análisis de los resultados obtenidos por los expertos concluye que los 22 ítems representan adecuadamente la medición de la adherencia. Por ítem, presentó valores del coeficiente Alfa de Cronbach de 0.73 a 0.98, y la validez global fue de 0.86, lo que se considera una medición coherente.

La validación del presente instrumento se realizó por profesionales del área de la salud, utilizando los criterios de ser médico, nutriólogo y tener más de dos años de experiencia en el área de obesidad. Existen cinco dimensiones que la bibliografía refiere que están relacionados con la adherencia al tratamiento en personas con obesidad, los cuales son los socioeconómicos, los del sistema de salud, los del paciente, de la enfermedad y tratamientos, por lo cual el instrumento se organiza en 1) datos relacionados con el tratamiento; 2) datos relacionados con la autoeficacia; 3)

datos relacionados con el comportamiento alimentario; 4) datos sociodemográficos, y 5) datos clínicos relacionados con el tratamiento de la enfermedad. El coeficiente Alfa de Cronbach final fue de 0.90 quedando el total de los 22 ítems (González et al., 2022).

El presente estudio se apegó al reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud, considerando una investigación sin riesgo en relación con el artículo 17 y la Norma Oficial NOM-012-SSA3-2012 que establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos (NOM-012, 2012, & Ley General de Salud, DOF, 2014). La participación de los sujetos fue voluntaria, y bajo el profesionalismo de la investigación se garantiza la confiabilidad, aspectos éticos y anonimato de las respuestas; la recolección de los datos y la información otorgada por medio del consentimiento informado fueron mediante la plataforma Google Forms.

### Resultados

Para realizar un análisis exploratorio de datos se ha realizado una base para poder identificar errores, anormalidad y valores perdidos para construir tablas de frecuencia en las variables cuantitativas. Los resultados han sido analizados mediante el programa estadístico computacional Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), en su versión 25.0 para Windows.

Al realizar el análisis de los datos estadísticos descriptivos se puede determinar el comportamiento de las subescalas. Los resultados que a continuación se presentan (Tabla 10.1), corresponden a una muestra de 410 personas, en donde el 58% es mujer ( $f = 238$ ), con una media de edad de 30.54 años, con un rango de edad de 18 años a 75 años; el peso representa una media de 80.09kg; oscilan en una talla que va desde 1.45 hasta 1.92 metros ( $M = 1.64$  m); un promedio de consumo de 1.95 litros de agua al día y una percepción económica de 12 027.73 pesos mexicanos al mes.

**Tabla 10.1**  
*Estadísticos descriptivos sociodemográficos*

	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>
Edad en años	18	75	30.54	12.87
Peso (kg)	56	123	80.09	11.36
Talla (mts)	1.45	1.92	1.64	0.83
Consumo de agua simple	.0	5.0	1.95	.82
Percepción económica mensual	0	180000	12027.73	16353.04

*Nota: Min= Mínimo, Máx= máximo M= Media, DE= Desviación Estándar*

El estado civil predominante es el de soltero con el 56% (n = 229); con un grado máximo de estudios de licenciatura del 40.1%, y un motivo de consulta de prevención en salud de 50.4%; el 75% no consume algún suplemento alimenticio, mientras que el 24.6% sí lo consume (Tabla 10.2). Dentro de los roles en la casa, en la preparación del consumo de alimentos, el apoyo familiar es el que más predomina con 57.9%, mientras que el 24.3% recibe apoyo económico, dejando el 17.8% para los roles en donde hay apoyo económico y familiar en la preparación de alimentos; al preguntarles sobre si padecen alguna enfermedad crónica, el 69.3% (n = 285) de las personas se percibe sin ninguna enfermedad.

**Tabla 10.2**  
*Estadísticos de datos sociodemográficos*

		<i>f</i>	%
Motivo de la consulta	Enfermedad	57	13.9
	Estética	146	35.8
	Prevención en salud	207	50.4
Uso de suplementos alimenticios	Si	101	24.6
	No	309	75.4
Apoyo para la preparación y consumo de alimentos	Económico	100	24.3
	Familiar	237	57.9
	Económico y familiar	73	17.8
Padecimiento de alguna enfermedad crónica	Diabetes	47	11.4
	Hipertensión Arterial	53	13.1
	Diabetes y Hipertensión arterial	6	1.5
	Diabetes, Hipertensión arterial y otra	4	1
	Obesidad	3	0.7
	Otra	12	2.9
	Ninguna	285	69.3

*Nota: f= frecuencia, %= porcentaje*

Se analizaron los datos estadísticos de frecuencias a la prueba aplicada de autoeficacia de la conducta alimentaria (Tabla 10.3) partiendo del primer factor, consumo de alimentos altos en grasa: el 51.8% (n = 213) de las personas representa menor dificultad el disminuir su consumo mientras que para el 48.2% de las personas tiene una mayor dificultad; esto es una tendencia mayor a identificar los alimentos altos en grasa y poder disminuir su ingesta. En cuanto al segundo factor

de la autoeficacia para la capacidad de elección de alimentos saludables, el 49.40% (n = 203) personas tiene una menor dificultad, y el 50.60% de las personas tiene mayor dificultad para elegir alimentos saludables. Siguiendo con el tercer factor de la autoeficacia para disminuir el consumo de alimentos dulces, el 49% de las personas tiene menor dificultad en disminuir su consumo, mientras que el 51.10% presenta mayor dificultad. Por último, en el cuarto factor analizado sobre autoeficacia para cambiar las bebidas endulzadas, el 49.10% de las personas presenta menor dificultad, mientras que el 54.70% tiene una mayor dificultad hacia el cambio.

**Tabla 10.3**  
*Escala de autoeficacia alimentaria*

	<i>Selección de alimentos</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Alimentos altos en grasa	Menor dificultad	213	51.80%
	Mayor dificultad	197	48.20%
Alimentación saludable	Menor dificultad	203	49.40%
	Mayor dificultad	207	50.60%
Alimentos dulces	Menor dificultad	201	49%
	Mayor dificultad	209	51.10%
Bebidas	Menor dificultad	186	45.30%
	Mayor dificultad	225	54.70%
Total	Menor dificultad	202	49.10%
	Mayor dificultad	208	50.90%

*Nota: f= frecuencia, %= porcentaje*

En resultados totales, la autoeficacia de la conducta alimentaria muestra una mayor dificultad en el 50.90% (n = 208) para adoptar hábitos más saludables, y el 49.10% representaría una menor dificultad; en estos cuatro factores, se permite distinguir la manera en la que los hábitos alimentarios son adaptados en la vida cotidiana y de qué manera afectan en la salud, como la capacidad para poder mantener comportamientos sanos y realizar acciones hacia mejorar y mantener un estilo de vida saludable.

En cuanto a las correlaciones observadas entre las variables de estudio, se encontró que la autoeficacia total de los cuatro factores se correlacionó de manera negativa y baja en las dimensiones de la adherencia a tratamientos nutricionales. A mayor dificultad para la autoeficacia

en alimentos altos en grasa, menor adherencia; ante mayor autoeficacia de los alimentos saludables, menor adherencia; a mayor dificultad de alimentos altos en grasa ( $r = -.296$ ), alimentos dulces ( $r = -.288$ ) y bebidas ( $r = -.286$ ), mejor adherencia. Dentro del análisis predictivo, se encontró que la suma de la autoeficacia de los alimentos saludables explica el 20.3% de la adherencia a tratamientos y es estadísticamente significativa ( $p = .000$ ).

## Conclusión

A pesar de que las personas con sobrepeso u obesidad se sienten capaces de controlar su peso, la autopercepción que tienen de sus acciones es una débil creencia de que ellos mismos pueden cambiar sus hábitos, por lo cual se consideran tratamientos integrales cognitivo-conductuales al par de su educación nutricional para fortalecer las creencias percibidas de la autoeficacia de sus acciones.

Es de suma importancia que se estimule a las creencias de que se pueden llevar a cabo dichas acciones para fortalecer de forma cognitiva a la persona sobre su responsabilidad en el proceso de adoptar hábitos más saludables y que continúe en el proceso, considerando que existen situaciones ambientales, biológicas y de herencia que participan en este proceso dinámico y multicausal. Luigi-Rivero (2011) sostiene que el individuo posee creencias en donde son los responsables de las consecuencias de sus acciones, las cuales también pueden controlar con su comportamiento, por lo cual es de suma importancia que se atribuya los resultados a algún aspecto individual que lo lleve a la creencia de que su conducta está relacionada con su control.

En la presente investigación se sostiene que cuando una persona está motivada a perder peso y busca la ayuda de un profesional del área de la nutrición y se facilite el proceso de alcanzar sus objetivos, este proceso ayuda a validar las creencias de la persona de que puede alcanzar sus objetivos, se fortalece su creencia sobre sus habilidades para controlar el comportamiento frente a las indicaciones del profesional del área de la nutrición; esto influye en la toma de decisiones, en el esfuerzo que implica para el paciente, y la persistencia continua de alcanzar dichas metas u objetivos con base en su conducta, sus emociones y sus destrezas cognitivas.

Se debe destacar que solo cuando una persona tiene las destrezas y la motivación adecuada, su autoeficacia aplicada a sus objetivos tiene una mejora sustancial; por ello, los resultados obtenidos oscilan entre los niveles promedio de autoeficacia lo que hace posible que sea solo un

factor predictor para considerar en los tratamientos integrales como avance y apego a lo establecido como objetivo para alcanzarlo.

### Referencias Bibliográficas

- Alva, G. L., Hernández, V. P., Cabañas, E. P., Santiago, R. P., Tejeda, A. O., Trejo, B. D., Islas, D. G., Juárez, J. A. P., Saucedo, R. H., Santillano, R. S., Juárez, B. S., Martínez, C. C., & Ramírez, E. C. (2019). Cognitive factors predicting therapeutic adherence in people with overweight and obesity / Factores cognitivos predictivos de adherencia terapéutica en personas con sobrepeso y obesidad. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios/Mexican Journal Of Eating Disorders*, 10(1), 85-94. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.1.451>
- Aranceta-Bartrina, J., Partearroyo, T., López-Sobaler, A. M., Ortega, R. M., Varela-Moreiras, G., Serra-Majem, L., & Pérez-Rodrigo, C. (2019). Updating the Food-Based Dietary Guidelines for the Spanish Population: The Spanish Society of Community Nutrition (SENC) Proposal. *Nutrients*, 11(11), 2675. <https://doi.org/10.3390/nu11112675>
- Cabezas, M. F., & Nazar, G. (2022). Asociación entre autorregulación alimentaria, dieta, estado nutricional y bienestar subjetivo en adultos en Chile. *Terapia Psicológica*, 40(1), 1-21. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082022000100001>
- Carranza-Plancarte, J. I., Navarro-Contreras, G., Correa-Romero, F. E., & González-Torres, M. L. Validación psicométrica de la escala de dificultades en la regulación emocional DERS para adultos michoacanos. [RED34ok.qxp \(udg.mx\)](https://doi.org/10.24068/red34ok.qxp)
- Chacon, A. F. R., & Flores, R. A. Z. (2019). Intervención dietética en pacientes con sobrepeso y obesidad. *RESPYN Revista de Salud Pública y Nutrición*, 18(2), 8-15. <https://doi.org/10.29105/respyn18.2-2>
- González, C. L. G., Cortez, N. R., Suarez, E. G., Muñoz, M. P. S., De Dios Robles Pastrana, J., Plascencia, D. M., & Herrera, I. M. R. (2022). Diseño y validación de un instrumento para evaluar la adherencia médico-nutricional en personas con obesidad. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 5(4). <https://doi.org/10.35454/rncm.v5n4.397>
- Hernández, R. C. L., Del Ángel García, J. E., Pérez, A. C. R., Peresmitré, G. G., Acevedo, S. P., & García, G. P. (2022). Efecto de un programa de autoeficacia en auto-atributos y afectos para el control de peso. *PSICUMEX*, 12, 1-25. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.410>
- Matar-Khalil, S. R., Ortiz-Barrero, M. J. (2020). La autoeficacia en la salud y en el control del peso. *Desbordes*, 11(1), 114-137. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/37127>
- Leung, A. W. Y., Chan, R. S. M., Sea, M. M. M., & Woo, J. (2019). Identifying psychological predictors of adherence to a community-based lifestyle modification program for



- weight loss among Chinese overweight and obese adults. *Nutrition Research And Practice*, 13(5), 415. <https://doi.org/10.4162/nrp.2019.13.5.415>
- Lugli, Z. (2011). Autoeficacia y locus de control: variables predictoras de la autorregulación del peso en personas obesas. *Pensamiento Psicológico*, 9(17) <https://www.redalyc.org/pdf/801/80122596004.pdf>
- Márquez-Sandoval, Y. F., Salazar-Ruiz, E. N., Macedo-Ojeda, G., Altamirano-Martínez, M., Bernal-Orozco, M. F., Salas-Salvadó, J., & Vizmanos-Lamotte, B. (2014). [Design and validation of a questionnaire to assess dietary behavior in Mexican students in the area of health]. *DOAJ (DOAJ: Directory Of Open Access Journals)*, 30(1), 153-164. <https://doi.org/10.3305/nh.2014.30.1.7451>
- Mendoza, F. G., Ledezma, J. C. R., Lezama, M. P., Hermenegild, A. y. I., & Saldaña, R. G. (2020). Adherencia al tratamiento en personas con sobrepeso y obesidad: análisis desde el modelo de Bronfenbrenner. *CNEIP*, 2(1) <https://revistacneipne.org/index.php/cneip/article/view/71>
- Miguel-Berges, M., Santaliestra-Pasias, A., Mouratidou, T., De Miguel-Etayo, P., Androutsos, O., De Craemer, M., Galcheva, S., Koletzko, B., Kulaga, Z., Manios, Y., Moreno, L., & Group, O. B. o. T. T. (2019). Combined Longitudinal Effect of Physical Activity and Screen Time on Food and Beverage Consumption in European Preschool Children: The ToyBox-Study. *Nutrients*, 11(5). <https://doi.org/10.3390/nu11051048>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Obesidad y sobrepeso. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Reyes-Flores, E., Trejo-Alvarez, R., Arguijo-Abrego, S., Jiménez-Gómez, A., Castillo-Castro, A., Hernández-Silva, A., & Mazzoni-Chávez, L. (2016). Adherencia terapéutica: conceptos, determinantes y nuevas. *Revista Médica Hondureña*, 84(3-4) *estrategias*. <https://camjol.info/index.php/RMH/article/view/12384>
- Rivera, N. H. C., Olán, R. J. A., De Guadalupe Jacobi Zuñiga, M., & Flores, R. G. (2021). Prácticas parentales de alimentación, autoeficacia y actitudes maternas con niños/as preescolares sonorenses. *Psicumex*, 11(1), 123. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.352>
- Santos-Flores, J. M., Escamilla, A. R. M., Hernández, P. E. T., Vidales, E. P. R., Melasio, D. A. G., & Flores, I. S. (2024). Influencia de la autoeficacia, autorregulación y locus de control sobre el peso corporal de los trabajadores de la salud. *Horizonte de Enfermería*, 35(2), 533-547. [https://doi.org/10.7764/horiz\\_enferm.35.2.533-547](https://doi.org/10.7764/horiz_enferm.35.2.533-547)
- Secretaría de Salud (SSA). (2010) NOM-008-SSA3-2010: Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad. Ciudad de México: SSA 2023 <https://www.dof.gob.mx/normasOficiales/4127/Salud/Salud.htm>
- Secretaría de Salud (SSA). (2012). NOM-022-SSA3-2012: Que instituye las condiciones para la administración de la terapia de infusión en los Estados Unidos Mexicanos. Ciudad de México: SSA. [https://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5284148&fecha=04/01/2013#gsc.tab=0](https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5284148&fecha=04/01/2013#gsc.tab=0)

US Department of Health and Human Services, US Department of Agriculture. Dietary Guidelines for Americans 2015-2020 (eighth edition). March 2023. Disponible en: [https://odphp.health.gov/sites/default/files/2019-09/2015-2020\\_Dietary\\_Guidelines.pdf](https://odphp.health.gov/sites/default/files/2019-09/2015-2020_Dietary_Guidelines.pdf)

Uscanga, A. D., Jiménez, A. H., & Ibarra, E. O. (2019). Adherencia al tratamiento en nutriología ¿asunto de dos? *UVserva*, 8, 83-92. <https://doi.org/10.25009/uvs.v0i8.2649>

## CAPITULO 11

### Estrés y Bienestar Psicológico entre Hombres y Mujeres que Trabajan en el Estado de Coahuila

Griselda de Jesús Granados-Udave<sup>32</sup>

Rosa Isabel Garza-Sánchez<sup>33</sup>

Alicia Hernández-Montaña<sup>34</sup>

#### Resumen

La creciente presión laboral, las demandas propias de los distintos sectores del mercado laboral y la naturaleza exigente de muchas profesiones han generado un aumento en los niveles de estrés y una disminución en el bienestar psicológico de los trabajadores en todo el mundo. El presente estudio identificó diferencias significativas con referencia a salud mental y manejo de estrés en el contexto laboral, a partir del sexo de los participantes; se realizó una investigación cuantitativa, con diseño transversal de tipo comparativo. Participaron 319 personas (47.3% hombres y 52.7% mujeres). Se utilizó la escala de salud mental GHQ-28 y la escala de estrés percibido EEP-1. Se realizó un análisis no paramétrico a partir de la prueba U de Mann Whitney para identificar diferencias significativas por sexo en los participantes, se encontró diferencias a un nivel de  $p \leq 0.050$  en tres de las 28 variables de la escala GHQ-28. Los resultados mostraron diferencias significativas entre sexos en varias dimensiones de ambas escalas. Las mujeres reportaron con mayor frecuencia sentirse enfermas, nerviosas, malhumoradas y con dificultades para concentrarse. Asimismo, se vieron más afectadas por eventos inesperados y experimentaron mayor estrés. Estos hallazgos sugieren que las mujeres enfrentan mayores desafíos en términos de salud mental en el contexto laboral. Es fundamental abordar esta problemática a través de políticas laborales más equitativas, programas de apoyo en el lugar de trabajo y acceso a servicios de salud mental, con el objetivo de proteger la salud y el bienestar de las mujeres trabajadoras.

*Palabras claves:* Salud mental, estrés, bienestar psicológico, estudiantes.

<sup>32</sup> Profesora- Investigadora, Facultad de Psicología, UAdeC, [grisgranados@uadec.edu.mx](mailto:grisgranados@uadec.edu.mx)

<sup>33</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC, [isabelgarza@uadec.edu.mx](mailto:isabelgarza@uadec.edu.mx)

<sup>34</sup> Profesora- Investigadora, Facultad de Psicología, UAdeC, [aliciahernandezmont@uadec.edu.mx](mailto:aliciahernandezmont@uadec.edu.mx)

## Introducción

La vida laboral contemporánea plantea desafíos cada vez mayores para el bienestar de los trabajadores. El estrés, un fenómeno complejo y cambiante en los entornos laborales, ha sido objeto de numerosos estudios que resaltan su impacto en la salud mental y física de las personas. En el estado de Coahuila, México, la dinámica socioeconómica y el perfil laboral particular de la región hacen que el estrés laboral sea un tema de especial relevancia. Comprender cómo este fenómeno se manifiesta y cuáles son sus consecuencias para la salud psicológica de los trabajadores es fundamental para la promoción del bienestar.

El estrés laboral puede definirse como la respuesta fisiológica y psicológica que experimenta un individuo ante las demandas y presiones del entorno laboral que percibe como excesivas o complicadas de manejar. Por otra parte, el bienestar psicológico engloba un conjunto de aspectos subjetivos que reflejan la satisfacción con la vida, la sensación de bienestar emocional y la capacidad para hacer frente a las adversidades.

La comparación entre hombres y mujeres en el ámbito laboral es fundamental para identificar posibles diferencias con relación al estrés y bienestar psicológico. A pesar de los avances en la estandarización de las condiciones laborales y en materia de conciliación vida trabajo de hombres y mujeres, aún persisten diferencias individuales que impactan en la manera que cada persona percibe y afronta el estrés, así como en el acceso a los recursos que promueven su bienestar. En este sentido, el presente estudio busca proporcionar información valiosa para comprender mejor la experiencia laboral de hombres y mujeres en Coahuila, al identificar necesidades particulares de cada sexo, será posible promover condiciones de trabajo más saludables y equitativas.

## Antecedentes

La salud mental de los trabajadores se ha manifestado como una preocupación global en las últimas décadas. El estrés laboral, reconocido como un factor de riesgo para diversos problemas de salud, ha sido objeto de numerosas investigaciones. Sin embargo, la mayoría de estos estudios han adoptado un enfoque general, sin considerar la posibilidad que hombres y mujeres hacen frente desde diversas perspectivas. La Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico [OCDE], explican que, respecto a la proporción de trabajadores europeos, uno de cada

cinco y/o hasta dos de cada cinco podrían estar viviendo con algún tipo de problema de salud mental en algún momento de su vida (OCDE, 2012).

Los factores psicosociales en el entorno laboral europeo refieren estar relacionados estrechamente con la salud y el bienestar de los trabajadores según lo indica la EU-OSHA (2018). La forma en que se organiza y gestiona el trabajo, así como el contexto social en el que se desarrolla, influye significativamente en la percepción del estrés y bienestar de los empleados. Investigaciones como la de García et al., (2016) sugieren que variables como el tipo de contrato laboral, escasez de apoyo social y la calidad de liderazgo representan un papel crucial en la experiencia de percibir el estrés laboral; de tal manera que estos elementos pueden generar condiciones desfavorables que, a su vez, impactan negativamente en la salud mental y física de los trabajadores.

En Latinoamérica, los estudios sobre estrés laboral han evidenciado la prevalencia de una gran diversidad de manifestaciones de dicho estrés; en un estudio realizado en Perú (Pando-Moreno et al., 2019), se observó que los trabajadores peruanos experimentan altos niveles de estrés debido a factores relacionados con el diseño del trabajo, como la falta de autonomía y el exceso de demandas. Por otro lado, investigaciones con personal de salud (Güilgüiruca et al., 2015) han destacado el papel de la carga de trabajo, demanda y recursos disponibles, así como las exigencias cognitivas y emocionales en el desarrollo del estrés, lo que sugiere que las manifestaciones del estrés pueden variar según el sector laboral y las características individuales.

Vieco y Abello (2014) abordaron la literatura de 10 años, con la revisión de 92 artículos encontraron similitudes respecto a los efectos que tienen los factores de riesgo laboral frente a la salud de las personas. Vargas et al., (2020) retomaron la escala GHQ-28, y se encontró que los factores de riesgo: Ambiente de trabajo, Organización del tiempo de trabajo, Liderazgo y Relaciones en el trabajo y Entorno organizacional se encuentran en un nivel bajo, excepto en el rubro de Factores propios de la actividad con un nivel medio de riesgo.

Luna-Chavez et al., (2019) indican lo importante de poner atención y medidas preventivas para desarrollar un entorno laboral adecuado que pueda disminuir la percepción negativa de los factores psicosociales. Es necesario refrendar intervenciones frente a la motivación por el trabajo, compromiso laboral y disposición al esfuerzo (Posada, 2013); evitando así una serie de situaciones encaminadas a la rotación, al ausentismo, quejas por parte del personal e incluso síntomas asociados con afectación a la salud ocupacional (Luceño et al., 2017).

Aranda et al. (2016) mostraron que los trabajadores de las industrias no están exentos de sufrir riesgos desencadenados por los factores psicosociales, entre los resultados se encontró la prevalencia de el 42.7% de empleados frente a síntomas de estrés y reafirmaron que el riesgo de padecer trastornos psicosomáticos es mayor cuando hay estrés y dos veces más alto ante los trastornos del sueño, ansiedad, cefalea tensional y trastornos músculo-esqueléticos. Las investigaciones revisadas han demostrado que el estrés laboral no solo afecta la salud física y mental de los trabajadores, sino que también tiene una afectación en la complejidad diaria de atender su esfera laboral e individual.

### **Marco Teórico**

De acuerdo con la OMS (2016), la salud es un estado de bienestar físico, mental y social, y no simplemente la ausencia de afecciones o enfermedades; es decir, la salud integral implica el equilibrio entre sí mismo y el entorno sociocultural, lo que garantiza que las personas participen en ámbitos laborales, intelectuales y de relaciones para alcanzar mayor bienestar y calidad de vida. La salud integral está conformada por salud física y mental, ambas son clave para el bienestar (Gómez & Calderón, 2017). Asimismo, Vazquez y Hervás (2008) incluyen una mirada contemplativa sobre sí mismo y a los demás, donde se genera un proceso de autoeficacia con expectativas de un futuro positivo y más adaptativo para interpretar y afrontar la realidad.

Según Cortina (2000), la salud mental tiene incidencia en las características de las relaciones interpersonales y sociales, a partir del bienestar que construye y desarrolla cada persona esta se vuelve integral y sostenible; se articulan aspectos humanos, sociales, políticos, económicos y ambientales para la construcción de un contexto transformador, humano, justo y libre para satisfacer las necesidades. Houtman y Kompier (1998) señalan que a través del proceso mental se facilitan estados de ánimo y afectos positivos, tal es el caso del placer, satisfacción y comodidad; o bien negativos como ansiedad, estado de ánimo depresivo e insatisfacción. Por su parte, Berenzon y Mora (2005) encontraron que los significados de salud y enfermedad se atribuyen a términos socioeconómicos y culturales.

Olmo, Peña y Daza (2018) mencionan que los factores estresantes llegan a ser los desencadenantes de algunas otras enfermedades, que van desde el rendimiento de la persona en distintos ámbitos como lo académico, personal y laboral, así como características

sociodemográficas. Naranjo (2009) explica que el estrés surge cuando la persona que lo padece se encuentra en un entorno con una población y situaciones abrumadoras (entorno estresante) y los cambios que esto genera van evolucionando, pero no siempre como mejoría, sino como adaptación a estos momentos estresantes.

Conviene señalar que González et al., (2019) indican que el estrés es una respuesta adaptativa física y psicológica ante las demandas y amenazas del entorno; si el estrés se suma al espacio laboral, se generan consecuencias que disminuyen la calidad laboral de los trabajadores, y explicaron que el estrés laboral puede entenderse como la reacción del individuo frente a las exigencias y presiones laborales que no se ajustan a los conocimientos y capacidades, pocas oportunidades para tomar decisiones o ejercer control, poniendo a prueba su capacidad para afrontar la situación.

Investigar el estrés y el bienestar psicológico en el contexto laboral, especialmente considerando las diferencias por sexo, es esencial para comprender cómo las demandas laborales impactan la salud mental y el trabajo. Como señalan Segura y Pérez (2016), los factores sociales y culturales, así como las expectativas de hombres y mujeres, influyen significativamente en la forma que ambos experimentan y manejan el estrés. Estas diferencias se manifiestan en una variedad de síntomas, desde emocionales (ansiedad, irritabilidad, miedo constante, cambios en el estado de ánimo, etcétera) hasta cognitivos (dificultad para concentrarse, pensamientos de autocrítica, olvidos constantes preocupación por el futuro, entre otros), tal como lo demuestran las investigaciones de la Organización Internacional del Trabajo [OIT] (2016). Los hallazgos de estas investigaciones subrayan la necesidad de continuar explorando las intersecciones entre hombres y mujeres, estrés laboral y salud mental. Futuras investigaciones podrían profundizar en los mecanismos psicológicos latentes frente a las diferencias encontradas.

Bautista (2020) manifestó que la salud mental cada vez ha tomado más importancia, ya que al verse afectada puede repercutir en los diferentes aspectos de la vida personal, familiar y social; menciona que los trabajadores en general que presentaban afectaciones en su salud mental se ubicaron en la dimensión de ansiedad e insomnio, seguida de síntomas somáticos. Por último, el vínculo entre el estrés percibido y la salud mental en hombres y mujeres de la clase trabajadora es innegable desde la revisión de los diferentes planteamientos que realiza la literatura revisada; este

fenómeno refleja la complejidad de las dinámicas laborales que viven hombres y mujeres, donde las presiones del trabajo y las expectativas sociales pueden afectar la salud psicológica de manera diferencial. La creación de entornos de trabajo positivos implica abordar las desigualdades que generan estrés, garantizando condiciones laborales justas y equitativas para todos, al priorizar la salud y el bienestar de los empleados, no solo se beneficia el individuo, sino también a la organización para alcanzar una fuerza laboral saludable, comprometida y resiliente. Por lo anterior, el objetivo de esta investigación fue identificar las diferencias significativas en los niveles de estrés percibido y el bienestar psicológico entre hombres y mujeres empleados en el estado de Coahuila.

## Metodología

### *Diseño:*

La presente investigación es de corte cuantitativa, con un diseño de tipo transversal y con alcances comparativo (Ato et al., 2013).

### *Participantes:*

Se contó con un total de 319 participantes que se encontraban trabajando al momento de responder el instrumento; la edad osciló entre los 18 y 64 años, con una edad promedio de 33.8 años ( $DE = 9.403$ ), conformados en el 47.3% ( $f = 151$ ) por hombres y el 52.7% ( $f = 168$ ) mujeres; en su mayoría los hombres reportaron ser solteros (46.4%,  $f = 70$ ) o casados (45%,  $f = 68$ ), de forma muy similar las mujeres también indicaron el 46.4% ( $f = 70$ ) ser solteras y el 41.1% ( $f = 69$ ) casadas.

### *Instrumento:*

El cuestionario se dividió en tres partes. En primer lugar, información sobre el objetivo de la investigación y consentimiento informado. Después se incluyeron preguntas sociodemográficas conformadas como sexo, edad, estado civil, personas con las que vive, escolaridad, lugar de procedencia; en cuanto al plano laboral se ahondó en antigüedad dentro del trabajo, sector donde trabaja, tipo de puesto desempeñado, tipo de contratación, horario laboral, jornada de trabajo, salario, perspectiva en el uso del ingreso salarial, estabilidad laboral.



Posteriormente, en la sección sobre estrés, se utilizó la escala de Estrés Percibido (EEP-10), (Cohen, et al., 1983; adaptada por Remor, 2006); esta escala ha sido diseñada para medir el grado en que, durante el último mes, las personas se han sentido molestas o preocupadas o, por el contrario, se han sentido seguras de su capacidad para controlar sus problemas personales, así evalúan las situaciones de la vida cotidiana que pueden ser consideradas como estresantes.

Y la última sección sobre Salud Mental, la escala General de Salud de Goldberg (1978), mejor conocida como GHQ-28, validada para población mexicana general por Medina-Mora (1987), es un instrumento que permite identificar trastornos de salud mental no psicóticos en contextos generales. El GHQ-28 consta de cuatro subescalas de siete ítems cada una, compuesta por síntomas somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión severa.

#### *Procedimiento:*

Para llevar a cabo la recolección de datos en esta investigación, se empleó una metodología que se apoyó en el uso de encuestas online. Se diseñó un cuestionario utilizando un formulario de Google Forms, el cual fue seleccionado por su accesibilidad y facilidad de uso. Este formulario se estructuró de manera que abarcara las variables pertinentes relacionadas con el estrés percibido y el bienestar psicológico en el ámbito laboral.

Una vez elaborada la encuesta, se procedió a su distribución a través de diversos medios virtuales y plataformas digitales. Se utilizaron canales de comunicación electrónica ampliamente utilizados por la población trabajadora en el estado de Coahuila, como redes sociales, grupos de discusión en línea y listas de correo electrónico, por mencionar algunos ejemplos grupos sociales de Facebook, grupos de WhatsApp de algunos centros de labores de los municipios Saltillo, Ramos Arizpe, Arteaga, entre otros. Esta estrategia de distribución permitió alcanzar a una muestra diversa y representativa de trabajadores en diferentes sectores y regiones geográficas de Coahuila.

Los participantes recibieron una invitación a completar la encuesta online durante el mes de agosto 2022, la cual incluía una breve explicación del propósito del estudio y garantizaba la confidencialidad y anonimato de los datos recopilados. Se les proporcionó un enlace directo al formulario de Google Forms, donde pudieron responder a las preguntas de manera cómoda y en su propio tiempo.

### *Análisis de datos:*

Una vez finalizado el proceso de la recolección, se procedió a la revisión y limpieza de la información obtenida, asegurando la calidad y consistencia de los datos recopilados, este proceso incluyó la identificación y corrección de posibles errores o inconsistencias. La información fue procesada y analizada utilizando el *software* estadístico SPSS versión 24. Para comenzar, se describió a la población del estudio mediante un análisis de frecuencias y porcentajes enfocado en las características demográficas. Posteriormente, se realizó una tabulación cruzada por sexo, abarcando la escala de salud mental GHQ-28 y la escala de estrés percibido EEP-20. Finalmente, se compararon las variables empleando la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney, estableciendo un nivel de significancia de  $p \leq .050$ . Los resultados se organizaron y presentaron según las dimensiones de cada escala.

### *Consideraciones éticas*

Durante todo el estudio se cumplió con el principio de confidencialidad, con el anonimato de los datos, no se solicitó el nombre o matrícula del alumno. Se cumplió con los principios éticos y código de ética recomendados en el APA (2002), lo que permitió asegurar la precisión del conocimiento científico, así como proteger los derechos y garantías de los y las participantes en la investigación a través de su consentimiento informado.

## **Resultados**

Es relevante destacar que el 72.8% ( $f = 110$ ) de los hombres encuestados viven de dos a cuatro personas, cifra que asciende al 81.1% ( $f = 136$ ) en el caso de las mujeres. En cuanto al nivel educativo, el 51% ( $f = 77$ ) de los hombres tiene estudios universitarios en licenciatura o ingeniería, mientras que el 66.7% ( $f = 112$ ) de las mujeres también alcanzan este nivel académico. Además, el 26.5% ( $f = 40$ ) de los hombres y el 20.2% ( $f = 34$ ) de las mujeres manifestaron poseer estudios de posgrado, destacando que ambos niveles educativos se sitúan dentro de la educación superior.

En lo que respecta a las condiciones laborales, el 90.7% ( $f=137$ ) de los hombres tienen empleo formal; es decir, cuentan con seguridad social. Esta cifra aumenta ligeramente en el caso de las mujeres, alcanzando el 91.1% ( $f= 153$ ) en la misma situación. Por otro lado, el 9.3% ( $f= 14$ ) de los hombres y el 8.9% ( $f= 15$ ) de las mujeres se encuentran en empleos informales; es decir, no están inscritos en los institutos de seguridad social para trabajadores.

Además, el 38.4% ( $f= 58$ ) de los hombres tiene una antigüedad laboral de dos a cinco años en su actual centro de trabajo, seguido por el 41.1% ( $f= 69$ ) de las mujeres que se encuentran en la misma situación. También se observó que un porcentaje considerable de participantes tiene una antigüedad laboral de cero a un año, siendo el 28.5% ( $f= 43$ ) para hombres y el 25% ( $f= 42$ ) para mujeres. En cuanto a la antigüedad de más de 10 años en el trabajo, el 23.8% ( $f= 40$ ) de las mujeres reportó tener este tiempo de servicio, mientras que el 19.9% ( $f= 30$ ) de los hombres indicó lo mismo.

En cuanto al sector de ocupación, se encontró que el sector industrial es el más común entre los hombres encuestados, con el 59.6% ( $f= 90$ ), seguido por el sector comercial y financiero con el 15.9% ( $f= 24$ ), y el sector educativo con el 11.3% ( $f= 17$ ). En contraste, el sector de educación es el más frecuente entre las mujeres, con el 26.8% ( $f= 45$ ), seguido por el sector industrial con el 25.6% ( $f= 43$ ) y el área comercial o financiera con el 17.3% ( $f= 29$ ).

Con referencia al tipo de puesto, el 34.4% ( $f= 52$ ) de los hombres trabaja como personal operativo, el 28.5% ( $f= 43$ ) como encargados o jefes de área y el 21.9% ( $f= 33$ ) como personal administrativo en labores de oficina. Por otro lado, el 56.6% ( $f= 95$ ) de las mujeres desempeña actividades administrativas en espacios de oficina o institucional; el 19.6% ( $f= 33$ ) está como encargada o jefa de área y el 15.5% ( $f= 26$ ), en labores operativas. Es importante señalar que el 15.2% ( $f= 23$ ) de los hombres ocupa cargos directivos o gerenciales, mientras que solo el 8.3% ( $f= 14$ ) de las mujeres tiene este tipo de posición.

En cuanto a la libertad sindical y de asociación, se observó que el 78.8% ( $f= 119$ ) de los hombres y el 69.6% ( $f= 117$ ) de las mujeres encuestados no son miembros de sindicatos. En lo que respecta al tipo de contrato, el 78.1% ( $f= 118$ ) de los hombres y el 81% ( $f= 136$ ) de las mujeres tienen contratos por tiempo indefinido o trabajo de planta. Otro elemento que se identificó es que el 43% ( $f= 65$ ) de los hombres gana más de 16 mil pesos; el 19.2% ( $f= 29$ ), de 8 mil a 12

mil pesos, y el 16.6% ( $f= 25$ ), de 12 a 16 mil pesos. Por otro lado, el 30.4% ( $f= 51$ ) de las mujeres gana de 8 a 12 mil pesos; el 23.2% ( $f= 39$ ), de 4 mil a 8 mil pesos, y el 22.6% ( $f=38$ ), más de 16 mil pesos.

Se llevó a cabo un análisis no paramétrico utilizando la prueba U de Mann-Whitney para determinar posibles diferencias significativas en las dos dimensiones que componen la escala de estrés percibido (EEP-10) en relación con la variable sexo (Tabla 11.1), se consideraron diferencias significativas cuando el nivel de significancia fue igual o inferior a  $p\leq 0.050$ . Se encontraron diferencias en cuatro de los cinco ítems que componen la dimensión de expresión del estrés. Estas diferencias se inclinan hacia el grupo de mujeres, sugiriendo que son ellas quienes probablemente se han visto afectadas por situaciones inesperadas, han experimentado nerviosismo sin poder abordar las tareas que debían realizar y han sentido incapacidad para afrontar las circunstancias.

**Tabla 11.1**

*Análisis comparativo de la dimensión Expresión del Estrés y el sexo de los participantes*

<i>ítems</i>	<i>Sexo</i>	<i>N</i>	<i>RP</i>	<i>SR</i>	<i>U-M-W</i>	<i>p</i>
Ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente.	M	151	133.71	20190	8714	.000
	F	168	183.63	30850		
Se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida.	M	151	142.7	21547	10071	.001
	F	168	175.55	29493		
Se ha sentido nervioso o estresado.	M	151	139.18	21015.5	9539.5	.000
	F	168	178.72	30024.5		
Ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer.	M	151	145.65	21993.5	10517.5	.006
	F	168	172.9	29046.5		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

En lo que respecta a la dimensión de control del estrés (Tabla 11.2), se observaron diferencias significativas en uno de los cinco ítems analizados. Estas diferencias se inclinan hacia el grupo de mujeres, sugiriendo una mayor probabilidad de que ellas puedan controlar las situaciones estresantes que se les presentan.

**Tabla 11.2***Análisis comparativo de la dimensión Control del estrés y el sexo de los participantes.*

Ítem	Sexo	N	RP	SR	U-M-W	p
Se ha sentido que tenía todo bajo control.	M	151	149.25	22536.5	11060.5	0.033
	F	168	169.66	28503.5		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

Siguiendo con el análisis no paramétrico utilizando la prueba U de Mann-Whitney para detectar posibles diferencias significativas en cada dimensión de la escala de salud mental GHQ-28 según el sexo de los participantes (Tabla 11.3), se encontraron diferencias con un nivel de significancia de  $p \leq 0.050$  en los siete ítems que componen la dimensión somática. Estas diferencias se observan en mayor medida en el grupo de mujeres, sugiriendo que son ellas quienes posiblemente han experimentado más fatiga, dolores de cabeza y sensaciones de calor. Sin embargo, también informan sentirse mejor en términos de salud y bienestar físico.

**Tabla 11.3***Análisis comparativo de la dimensión Somática y el sexo de los participantes*

Ítems	Sexo	N	RP	SR	U-M-W	p
¿Se ha sentido perfectamente bien de salud y en plena forma?	M	151	149.07	22509.50	11033.500	.003
	F	168	169.82	28530.50		
Ha tenido la sensación de que necesitaba algún tipo de vitaminas	M	151	146.80	22167.00	10691.000	.002
	F	168	171.86	28873.00		
Se ha sentido agotado(a) y sin fuerzas para nada	M	151	145.58	21983.00	10507.000	.001
	F	168	172.96	29057.00		
¿Ha tenido sensación de que estaba enfermo(a)?	M	151	140.68	21243.00	9767.000	.000
	F	168	177.36	29797.00		
¿Ha padecido dolores de cabeza?	M	151	146.80	22167.00	10691.000	.002
	F	168	171.86	28873.00		
Ha tenido sensación de opresión en la cabeza o de que la cabeza le va a estallar	M	151	145.13	21914.00	10438.000	.000
	F	168	173.37	29126.00		
¿Ha tenido oleadas de calor o escalofríos?	M	151	147.45	22265.00	10789.000	.000
	F	168	171.28	28775.00		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

En relación con la dimensión de ansiedad e insomnio, se encontraron diferencias significativas a partir de la prueba UMW en los siete ítems que conforman la dimensión de ansiedad e insomnio (Tabla 11.4). Estas discrepancias se observan principalmente en el grupo de mujeres, lo que sugiere que sus preocupaciones les han causado dificultades para conciliar el sueño y han experimentado insomnio. Además, se han sentido abrumadas, nerviosas, ansiosas sin motivo aparente y con la sensación de que todo se les viene encima.

**Tabla 11.4**

*Análisis comparativo de la dimensión Somática y el sexo de los participantes*

<i>Dimensión Ansiedad e Insomnio</i>	<i>Sexo</i>	<i>N</i>	<i>RP</i>	<i>SR</i>	<i>U-M-W</i>	<i>p</i>
¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?	M	151	146.86	22175.50	10699.500	.002
	F	168	171.81	28864.50		
¿Ha tenido dificultades para seguir durmiendo sin interrupción durante toda la noche?	M	151	143.52	21671.50	10195.500	.000
	F	168	174.81	29368.50		
¿Se ha notado constantemente agobiado y en tensión?	M	151	147.86	22326.50	10850.500	.005
	F	168	170.91	28713.50		
¿Se ha sentido con los nervios “a flor de piel” y malhumorado(a)?	M	151	140.02	21143.00	9667.000	.000
	F	168	177.96	29897.00		
¿Se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo?	M	151	148.56	22433.00	10957.000	.000
	F	168	170.28	28607.00		
¿Ha tenido la sensación de que todo se le viene encima?	M	151	145.41	21956.50	10480.500	.000
	F	168	173.12	29083.50		
¿Se ha notado nervioso y “a punto de explotar” constantemente?	M	151	148.96	22493.50	11017.500	.006
	F	168	169.92	28546.50		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

En relación con la dimensión de disfunción social, el análisis comparativo reveló diferencias significativas en tres de los siete ítems que la componen (Tabla 11.5). Estas diferencias se observan predominantemente en el grupo de mujeres; lo que sugiere que son ellas quienes han buscado estrategias para mantenerse ocupadas y activas. Además, les lleva más tiempo realizar las tareas y se sienten satisfechas con lo que han logrado.

**Tabla 11.5***Análisis comparativo de la dimensión disfunción social y el sexo de los participantes*

<i>ítems</i>	<i>Sexo</i>	<i>N</i>	<i>RP</i>	<i>SR</i>	<i>U-M-W</i>	<i>p</i>
Se las ha tenido que arreglar para mantenerse ocupado y activo	M	151	148.57	22434	10958	0.002
	F	168	170.27	28606		
¿Le cuesta más tiempo hacer las cosas?	M	151	145.96	22039.5	10563.5	0.000
	F	168	172.62	29000.5		
¿Se ha sentido satisfecho con su manera de hacer las cosas?	M	151	152.68	23055	11579	0.046
	F	168	166.58	27985		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

En la última dimensión analizada, se identificaron diferencias significativas en uno de los siete ítems que integran la dimensión de depresión severa (Tabla 11.6). Estas diferencias se observan principalmente en el grupo de mujeres, quienes en algunas ocasiones reportan sentirse como si no valieran para nada.

**Tabla 11.6***Análisis comparativo de la dimensión depresión severa y el sexo de los participantes*

<i>ítem</i>	<i>Sexo</i>	<i>N</i>	<i>RP</i>	<i>SR</i>	<i>U-M-W</i>	<i>p</i>
¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?	M	151	150.01	22651	11175	0.001
	F	168	168.98	28389		

*Nota: N= muestra, RP= Rango Promedio, SR= Suma de Rangos, UMW= prueba U de Mann Whitney, p= nivel de significancia*

## Conclusiones

En el presente estudio sobre el estrés y el bienestar psicológico entre hombres y mujeres empleados en el estado de Coahuila, se ha logrado identificar las diferencias significativas que se perciben desde ambos sexos y la manifestación de cómo experimentan estas cuestiones en el ámbito laboral. Los resultados obtenidos han revelado de manera contundente una mayor afectación hacia las mujeres en comparación con los hombres. Específicamente, se observa que las mujeres muestran una mayor susceptibilidad a situaciones estresantes inesperadas; con este y algunos otros hallazgos, surgen importantes interrogantes sobre las dinámicas de hombres y mujeres en el entorno laboral

y las implicaciones que esto tiene para la salud mental y el bienestar de la población trabajadora en Coahuila.

En particular, las mujeres muestran una mayor susceptibilidad a situaciones inesperadas que generan estrés, así como a sentirse incapaces de controlar aspectos importantes de sus vidas. La dimensión de Expresión del estrés evidencia que las mujeres experimentan niveles más altos de nerviosismo y estrés en comparación con los hombres. Esta discrepancia sugiere una posible disparidad de género en la forma en que se manejan y perciben las situaciones estresantes en el entorno laboral. Por otro lado, en la dimensión de Control de estrés, también se observa que las mujeres reportan una menor sensación de tener todo bajo control en comparación con los hombres. Esta falta de control percibido puede contribuir a niveles más altos de estrés y afectar negativamente su bienestar psicológico.

En lo que respecta a la salud mental, los hallazgos indican que las mujeres experimentan una mayor incidencia de síntomas físicos y emocionales relacionados con el estrés. Estos síntomas incluyen sensaciones de enfermedad, opresión en la cabeza, oleadas de calor y una sensación de que todo se les viene encima. Además, las mujeres muestran una mayor tendencia a sentir que los nervios están “a flor de piel” y que les cuesta más tiempo realizar las tareas cotidianas. Estos resultados sugieren que el estrés percibido puede tener un impacto significativo en la funcionalidad y el bienestar general de las mujeres trabajadoras en Coahuila.

La presencia de pensamientos negativos relacionados con la autoestima también es notable en las mujeres encuestadas, quienes reportan pensar que no valen la pena. Esta percepción negativa de sí mismas puede ser un indicador de un deterioro en el bienestar psicológico y la calidad de vida de estas mujeres.

Es importante destacar que, si bien este estudio se centró en las diferencias por sexo en la percepción del estrés y el bienestar psicológico, otros factores como la edad, la ocupación y el nivel socioeconómico pueden influir en estos resultados y deben ser considerados en investigaciones futuras.

Los hallazgos de este estudio subrayan la importancia de implementar estrategias de intervención específicas para abordar las necesidades de salud mental de las mujeres trabajadoras en Coahuila. Esto podría incluir programas de apoyo psicológico en el lugar de trabajo y políticas que promuevan un equilibrio entre el trabajo y la vida personal. Además, los resultados resaltan la necesidad de sensibilizar sobre la importancia del autocuidado y la gestión del estrés entre la



población laboral, especialmente entre las mujeres, quienes parecen ser más vulnerables a los efectos negativos del estrés en su salud mental.

Es fundamental que las organizaciones y las instituciones gubernamentales reconozcan la importancia de crear entornos laborales saludables y favorables para la salud mental de todos los empleados, independientemente de su género. La identificación de los elementos más significativos en la percepción del estrés y el bienestar psicológico proporciona una base sólida para el diseño e implementación de intervenciones dirigidas específicamente a reducir los niveles de estrés y promover un mayor bienestar entre las mujeres trabajadoras en Coahuila. Estos resultados pueden ser referente para el desarrollo de programas, acciones y políticas públicas orientadas a abordar las desigualdades de género en el ámbito laboral y a promover la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres en términos de salud y bienestar.

La colaboración entre diferentes sectores, incluidos el gobierno, las empresas y los profesionales de la salud mental, es esencial para desarrollar e implementar estrategias efectivas que aborden los desafíos específicos que enfrentan las mujeres trabajadoras en relación con el estrés y la salud mental. Este estudio subraya la necesidad de seguir investigando y profundizando en el entendimiento de los factores que influyen en la percepción del estrés y el bienestar psicológico en diferentes contextos laborales y culturales, con el objetivo de mejorar las condiciones y percepción del bienestar en la población trabajadora en general.

Finalmente, este análisis comparativo permitió una visión detallada y esclarecedora sobre cómo el estrés y el bienestar psicológico impactan de manera diferencial en hombres y mujeres en el contexto laboral. Los resultados obtenidos refuerzan la necesidad de abordar de manera integral la promoción de entornos de trabajo saludables y equitativos. La evidencia presentada en este estudio no solo resalta la importancia de comprender las necesidades específicas de cada sexo en términos de salud mental, sino que también incentiva a la acción sobre implementar medidas concretas que reduzcan el estrés y promuevan un mayor bienestar psicológico para todos los trabajadores en Coahuila

## Referencias Bibliográficas

- American Psychological Association [APA] (2002). Código de ética de APA. <https://www.apa.org/ethics>
- Aranda, C., Mares, F., Ramírez, B., y Rojas, N. (2016). Factores psicosociales y síntomas de estrés laboral en trabajadores del área de producción de una empresa metal-mecánica de El Salto, Jalisco. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, ISSN 1657-3412, 16(2), 2016, págs. 15-22 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5969552>
- Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología, 29, 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Bautista, K. (2020). *Salud mental por dimensiones en trabajadores de un hospital de Ferreñafe, categoría II-1, de septiembre a diciembre, 2019* (Tesis doctoral). Recuperada de URL <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2856>
- Berenzon G., y Mora, J (2005). Los padeceres emocionales cotidianos: percepciones y creencias en dos poblaciones de la Ciudad de México. *Investigación en Salud*, 7 (3),181-187. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14220644004>
- Cortina, A. (2000). *El mundo de los valores: ética mínima y educación*. Bogotá, D.C.: El Búho. p. 142. <https://filosofia260.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/08/adela-cortina-el-mundo-de-los-valores.pdf>
- European Agency for Safety and Health at Work, (2018). *Management of psychosocial risks in European workplaces - evidence from the second European survey of enterprises on new and emerging risks (ESENER-2)*. [https://igualdad.ine.mx/wp-content/uploads/2020/11/Management\\_of\\_psychosocial-risks\\_ESENER\\_2\\_report.pdf](https://igualdad.ine.mx/wp-content/uploads/2020/11/Management_of_psychosocial-risks_ESENER_2_report.pdf)
- García, M., Iglesias, S., Saleta, M., y Romay, J. (2016). Riesgos psicosociales en el profesorado de enseñanza universitaria: diagnóstico y prevención. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 32(3), 173-182. <https://dx.doi.org/10.1016/j.rpto.2016.07.001>
- Goldberg, D. (1978). *Manual del General Health Questionnaire*. Windsor: NFER Publishing, ISBN: 9780700502134.
- Gómez, M., y Calderón, P. (2017). Salud mental en el trabajo: entre el sufrimiento en el trabajo y la organización saludable. *Katharsis*, (23), 189-217. <https://doi.org/10.25057/25005731.871>
- González, C., Giraldo, D., Cano, M., y Ramírez, D. (2019). Factores laborales y estrés percibido en los conductores de buses Medellín, 2017. *Revista Investigaciones Andina*, 21(38), 23-37. <https://doi.org/10.33132/01248146.1020>
- Güilgüiruca, R, M., Meza G. K., Góngora C. R. y Moya C. C. (2015). Factores de riesgo psicosocial y estrés percibido en trabajadores de una empresa eléctrica en Chile. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 61(238), 57-67. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2015000100006>
- Houtman, L., y Kompier, M. (1998). Trabajo y salud mental. *Enciclopedia de salud y seguridad*

- en el trabajo*. Tercera edición. Madrid: Gestión editorial. Chantal Dufresne, BA.  
<http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/EnciclopediaOIT/tomo1/5.pdf>
- Luceño, L., Talavera, B., Martín, J., y Escorial, S (2017). Factores de riesgo psicosocial como predictores del bienestar laboral: un análisis SEM. *Ansiedad y Estrés*, 23(2-3), 66-70.  
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.09.001>
- Luna-Chávez, E., Anaya-Velasco, A., y Ramírez-Lira, E. (2019). Diagnóstico de las percepciones de los factores de riesgo psicosociales en el trabajo del personal de una industria manufacturera. *Estudios de Psicología (Campinas)*, 36. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-0275201936e180148>
- Medina-Mora, M.E., Padilla, G.P., Campillo, S.C., Mas, C., Ezbán, M. Caraveo, J., & Conora, J. (1987). The factor structure of the GHQ: a scaled versión for a hospital's general practice service in México. *Psychological Medicine*, 13, 355-361.  
<https://doi.org/10.1017/S0033291700050984>
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2),171-190. ISSN: 0379-7082.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=440/44012058011>
- Olmos, J., Peña, P., y Daza, J. (2018). Factores estresores y síntomas somáticos del sistema musculoesquelético en estudiantes universitarios de Palmira. *Educación Médica Superior*, 32(3), 157-171. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21412018000300013&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412018000300013&lng=es&tlng=es)
- Organization for Economic Co-operation and Development [OECD] - (2012). *Sick on the Job? Myths and realities about mental health and work*. Paris: OECD Publishing.  
<https://www.oecd.org/els/emp/sickonthejob2011.htm>
- Organización Internacional de Trabajo [OIT] (2016). *Estrés en el trabajo: Un reto colectivo*. Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo (LABADMIN/OSH): Ginebra. 62 p. ISBN: 978-92-2-330641-0, ISBN web pdf: 978-92-2-330642-7
- OMS, (2016). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Centro de Prensa.  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/es/>
- Pando-Moreno, M., Gascón-Santos, S., Varillas Vilches, W., Aranda-Beltrán, C. (2019). Exposición a factores psicosociales laborales y sintomatología de estrés en trabajadores peruanos. *Revista Ciencia UNEMI* . 12(29), pp. 01 - 08 <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661250001/html/>
- Posada, A. S. (2013). *Sentido de pertenencia. Gestión del clima organizacional: intervención basada en evidencias*. Medellín: Centro de Investigación en Comportamiento Organizacional.  
[https://www.researchgate.net/publication/315870735\\_Sentido\\_de\\_pertenencia](https://www.researchgate.net/publication/315870735_Sentido_de_pertenencia)
- Remor, E. y Carrobles, J. (2001). Versión española de la Escala de estrés percibido (PSS-14): estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7, 195-201.

[https://www.researchgate.net/publication/284038359\\_Version\\_Espanola\\_de\\_la\\_escalade\\_estres\\_percibido\\_PSS-14\\_Estudio\\_psicometrico\\_en\\_una\\_muestra\\_VIH](https://www.researchgate.net/publication/284038359_Version_Espanola_de_la_escalade_estres_percibido_PSS-14_Estudio_psicometrico_en_una_muestra_VIH)

- Segura González, R.M., y Pérez Segura, I. (2016). Impacto diferencial del estrés entre hombres y mujeres: una aproximación desde el género. *Alternativas psicológicas*, 36(1), 105- 120.  
<https://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf>
- Vargas, C., Bernáldez, G., y Gil, U. (2020). Factores de riesgo psicosocial y salud mental en trabajadores de una empresa textil. *Horizonte Sanitario*, 20(1).  
<https://doi.org/10.19136/hs.a20n1.3972>
- Vásquez, C., y Hervás, G. [Eds](2008). Salud mental positiva: del síntoma al bienestar. *Psicología Positiva aplicada*. (pp. 17-39). Bilbao: Desclee de Brower.  
<http://www.ucm.es/data/cont/docs/3-2013-02-18-SALUD%20MENTAL%20POSITIVA.pdf>
- Vieco, Germán F., y Abello, R. (2014). Factores psicosociales de origen laboral, estrés y morbilidad en el mundo. *Psicología desde el Caribe*, 31(2), pp.354-385.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21331836004>

## CAPITULO 12

### Evolución y Bienestar Psicológico en Pacientes con Demencia y sus Cuidadores

Daniel Emilio Garay-Leija<sup>35</sup>  
Bárbara de los Ángeles Pérez-Pedraza<sup>36</sup>  
Édgar Humberto Macías-Escobedo<sup>37</sup>  
Diana Isabel López-Rodríguez<sup>38</sup>

#### Resumen

La demencia es un síndrome que afecta cognitiva, física, emocional y socialmente tanto a quien la padece como a sus cuidadores. El bienestar psicológico es un factor que protege a los principales afectados en la evolución del padecimiento, por lo que el objetivo de este estudio fue analizar la evolución y el bienestar psicológico del paciente diagnosticado con demencia desde su perspectiva y la del cuidador primario. Se utilizó una metodología cualitativa basada en teoría fundamentada, con una díada paciente-cuidador a través de entrevista en profundidad. Los resultados muestran que el paciente percibe su evolución menos agresiva que el cuidador, con bienestar asociado a la resiliencia, los pasatiempos y un estado de ánimo positivo, mientras que el cuidador percibe más agresiva la evolución del padecimiento; sin embargo, su red de apoyo y resiliencia contribuyen a su forma de afrontamiento ante la enfermedad. Lo que demuestra que la experiencia de demencia es diferente en ambas partes.

*Palabras clave:* Demencia, cuidador, bienestar, experiencia, aceptación

---

<sup>35</sup> Facultad de Psicología, UAdeC. [daniel\\_garay@uadec.edu.mx](mailto:daniel_garay@uadec.edu.mx)

<sup>36</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Psicología, UAdeC. [barbara\\_perez@uadec.edu.mx](mailto:barbara_perez@uadec.edu.mx)

<sup>37</sup> Profesor-Investigador, Facultad de Psicología, UAdeC. [edgar.macias@uadec.edu.mx](mailto:edgar.macias@uadec.edu.mx)

<sup>38</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Psicología, UAdeC. [diana-lopez@uadec.edu.mx](mailto:diana-lopez@uadec.edu.mx)

## Introducción

La demencia es un síndrome neurocognitivo progresivo que impacta de manera significativa en funciones cognitivas, como la memoria, atención, percepción y habilidades ejecutivas. Según estimaciones, más de 55 millones de personas en el mundo viven con demencia, siendo la enfermedad de Alzheimer la más prevalente, abarcando entre el 60% y el 70% de los casos (OMS, 2023). Este padecimiento no solo afecta al paciente, sino que también repercute en la vida de los cuidadores, quienes a menudo son los familiares (Navarro et al., 2018).

La demencia evoluciona en etapas progresivas de las capacidades cognitivas y funcionales, lo que impacta tanto a los pacientes como cuidadores quienes deben adaptarse a cambios en las necesidades físicas, emocionales y sociales (Trujillo y Corona, 2014). En esta dinámica, los cuidadores experimentan altos niveles de estrés, desgaste físico y psicológico, así como una sobrecarga emocional y social (Navarro et al., 2018). Sin embargo, también se ha documentado que algunos cuidadores encuentran en su rol una fuente de significado y satisfacción personal, lo que subraya la complejidad de esta experiencia (Silva, 2020).

El concepto de bienestar psicológico se ha identificado como un factor protector clave frente a la demencia (Balea y Alonso, 2020). Según Domínguez e Ibarra (2017), el bienestar psicológico puede definirse como la percepción positiva y el pensamiento constructivo de una persona hacia su propia vida en los aspectos físicos, emocionales y sociales. Este concepto se enmarca dentro del modelo de la psicología positiva propuesto por Seligman (2011), quien lo estructura en cinco componentes esenciales: emociones positivas, compromiso, relaciones positivas, significado y logro (PERMA). Desde esta perspectiva, el bienestar no es simplemente la ausencia de malestar, sino un estado activo de florecimiento personal.

La psicología positiva de Seligman plantea que el bienestar puede cultivarse a través de intervenciones que fortalezcan los recursos psicológicos y sociales de los individuos (Seligman, 2011). Por ejemplo, se ha demostrado que las intervenciones de estimulación cognitiva y las redes de apoyo familiares y sociales pueden mejorar tanto el rendimiento cognitivo de los pacientes como el bienestar emocional de los cuidadores (Balea y Alonso, 2020; Centenero, 2022).

En este contexto, este capítulo tiene como objetivo analizar la relación entre la evolución de la demencia y el bienestar psicológico de los pacientes y sus cuidadores. A través de un enfoque que integra el modelo de psicología positiva, busca destacar cómo las experiencias compartidas y

las estrategias de afrontamiento influyen en la calidad de vida de ambos. Este análisis no solo es relevante para entender las dinámicas del cuidado, sino también para desarrollar intervenciones más efectivas que promuevan el bienestar integral en esta dupla indisoluble.

Por otro lado, los cuidadores son un grupo que se ve afectado directamente por la demencia, siendo quienes se encargan de realizar actividades de salud de las cuales no se encuentra capacitado, satisfaciendo las necesidades y actividades básicas en la vida diaria de una persona ahora dependiente de ella, convirtiéndose en su cuidador principal informal (Guato y Mendoza, 2022). Además de acompañar física y emocionalmente a los pacientes, pueden sufrir repercusiones a consecuencia de la dedicación que brinda, afectando en su vida social, personal y económica (Navarro et al., 2018).

Cabe señalar que las afectaciones psicológicas que se presentan en el paciente y el cuidador dependen de los cambios por la enfermedad, conocidos como evolución del padecimiento, que, en el caso de la demencia en de cino etapas: la etapa inicial, caracterizada por afectaciones en la memoria, atención, pensamiento y comportamiento; la etapa moderada, genera déficits cognitivos, alteraciones en las habilidades visoespaciales, discalculias, y para este punto el paciente comienza a necesitar ayuda en algunas actividades; la etapa avanzada genera una incapacidad para caminar, vestirse, contener esfínteres y alimentarse de manera independiente; finalmente está la etapa grave, donde hay una incapacidad para caminar y con alteraciones severas en el lenguaje, donde puede aparecer el mutismo (Trujillo y Corona, 2014).

Asimismo, todo tipo de intervención debe apoyarse de manera sistémica en el desarrollo de recursos personales, familiares y sociales para hacer frente al diagnóstico y a la evolución de la demencia. El cuidador debe contar con una red sólida por la implicación de la tarea, buscando que el apoyo externo y familiar pueda mejorar de manera integral la calidad de vida de todos los miembros. Sin embargo, en este tipo de intervención cuentan con complicaciones, principalmente la plena participación de la familia por el alto grado de compromiso que implica (Centenero, 2022).

Toribio et al., (2013) describe algunos de los motivos para hacerlo: una obligación moral y la creencia de lo que otros podrían pensar si se deja a este familiar sin cuidado o se opta por llevarlos a una residencia; por la dignificación o satisfacción que puede provocar el sentir la responsabilidad del cuidado como forma de agradecimiento, o porque consideraba que alguien debía hacerlo.

Sin embargo, con el avance de los años los cuidadores pueden generar una menor satisfacción de la responsabilidad, afectando su desempeño y atención sobre el paciente (Olazarán et al., 2012).

Además de considerar que el cuidador ya no tiene el mismo tiempo de antes, puede traer como consecuencia el síndrome del cuidador, provocando la pérdida del cuidado propio y haciendo propenso caer en el consumo de sustancias o problemas psicológicos e incluso el suicidio (Gimeno y Mesa, 2007).

No obstante, no siempre se pueden desarrollar perspectivas negativas del cuidado de pacientes tal como muestra Silva (2020) que, a través de entrevistas realizadas a cuidadores formales e informales sobre sus experiencias a cargo de un paciente con demencia, destaca la percepción que tienen sobre el paciente que sigue siendo una persona, siendo más que una enfermedad y los estereotipos que les otorgan. Generar estas relaciones benefician a ambas partes con un vínculo afectivo mejorando el estado socioemocional

Si bien, se han realizado estudios sobre la evolución y bienestar psicológico en pacientes con demencia, poco se ha visto sobre la experiencia de estas dos variables en la dupla cuidador-paciente, considerando que son individuos que están unidos por una afección. Por esto, este estudio tiene como objetivo analizar la evolución y el bienestar psicológico del paciente diagnosticado con demencia desde su perspectiva y la del cuidador primario.

## Metodología

### *Diseño:*

Se utilizó un diseño de teoría fundamentada para explorar la evolución y el bienestar del paciente con demencia y su cuidador primario, desde una perspectiva cualitativa. Hernández et al. (2010) explican que la teoría fundamentada utiliza un proceso sistemático que permite generar una teoría basada en datos empíricos que explique los resultados obtenidos y ayude a entender el fenómeno, aportando un punto de vista holístico de los fenómenos observando desde un punto lógico y deductivo

### *Participantes:*

Se seleccionó una dupla cuidador-paciente basado en los siguientes criterios: que el paciente sea adulto mayor de 60 años que ya cuente con un diagnóstico médico de demencia o trastorno neurocognitivo en cualquiera de sus especificaciones de acuerdo con el DSM-V, que obtenga una puntuación menor de 23 en el cuestionario MoCA (*Montreal Cognitive Assessment*), cuyo cuidador



principal sea familiar, y que ambos otorguen su consentimiento informado. Como criterios de exclusión será que los pacientes no tengan otro trastorno, que no pueda responder al cuestionario por sí mismo o que el cuidador primario cuente con estudios especializados en el manejo de la demencia como enfermería, psicología o medicina geriátrica. Con base en esto, se eligió a la dupla paciente-cuidador que atendió la convocatoria que se describe en el apartado de procedimiento (Tabla 12.1); estos, además de cumplir con los criterios, se caracterizaron por no tener mayor experiencia con la demencia ni tener otras complicaciones de salud de ellos o de miembros de su familia que puedan complicar el manejo del padecimiento, lo que permitió ver el fenómeno sin sesgos por otra complicación.

**Tabla 12.1***Descripción de los participantes*

<i>Datos</i>	<i>Paciente</i>	<i>Cuidador/Esposa</i>
Sexo	Masculino	Femenino
Edad	75 años	78 años
Ocupación	Jubilado	Ama de casa
Enfermedades	Diagnóstico con demencia e hipertensión	Hipertensión
Tiempo con el diagnóstico	9 años	7 años

*Instrumento:*

Como prueba de tamizaje se utilizó el MoCa como prueba de cribado que permite evaluar las funciones cognitivas a través de seis dominios distintos: memoria, atención y lenguaje evaluados con cinco puntos; la capacidad visoespacial y función ejecutiva con cuatro puntos, y la orientación con seis puntos. El rango de puntajes va de cero a 30 puntos, por lo que mientras más alta la puntuación, mejor es la función cognitiva. La aplicación de Navarro et al. (2018) para la validación del MoCA en México determinó un Alfa de Cronbach de 0.891, demostrando que es una prueba válida y confiable para su aplicación en la evaluación de demencia y para el deterioro cognitivo.

Asimismo, se aplicó una entrevista semiestructurada de 11 preguntas rectoras, diseñada *ad hoc* para profundizar tanto en el paciente como en el cuidador sobre la evolución de la demencia con preguntas como ¿Qué síntomas tenía usted/su familiar, cuando comenzaron a sospechar que había algún problema? Por favor, relate ¿cómo fue el proceso de diagnóstico? ¿Cómo han evolucionado los síntomas desde el diagnóstico hasta la fecha? ¿Cómo fue su experiencia en el

momento del diagnóstico; pensamientos, emociones, conductas, respuestas físicas? ¿Qué medicamentos y tratamientos ha consumido o usado desde antes de que sospecho que había algún problema hasta la actualidad? Asimismo, se preguntó sobre el bienestar subjetivo con preguntas como ¿Qué tan satisfecho se siente con su vida/ la vida de su familiar teniendo demencia? ¿Considera que puede lograr sus objetivos teniendo demencia usted/su familiar? ¿Qué emociones ha experimentado desde el diagnóstico hasta la fecha? ¿Qué considera que podría mejorar su bienestar?

#### *Procedimiento:*

Para la recolección de la muestra, el Departamento de Psicofisiología de Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Coahuila, lanzó una convocatoria a través de redes sociales (Facebook® y WhatsApp®) en el mes de febrero de 2024, en donde se invitó a personas que viven con demencia y a sus cuidadores a participar. Esta convocatoria fue atendida por dos duplas, pero solo una cumplió con los criterios de inclusión y de exclusión.

La entrevista se realizó en el lugar de residencia del paciente, entrevistando por separado al cuidador y al paciente, donde previamente se entregó un consentimiento informado. Las entrevistas se realizaron en una sola sesión de 38 minutos, en el caso del paciente, lo que es esperado en personas con demencia pues se ve afectado el lenguaje, memoria y velocidad de procesamiento, llegando a simplificar sus respuestas verbales (Riquelme et al., 2020). Por otro lado, el cuidador tardó 1 h y 30 min. Las entrevistas se grabaron en voz y se resguardaron digitalmente mediante el encriptamiento de los archivos.

#### *Plan de análisis de datos:*

Para el proceso de los datos obtenidos se transcribieron las entrevistas y se utilizó el *software* Atlas.ti, versión 7, haciendo un análisis de contenido, interpretando los datos textuales obtenidos de las entrevistas. Las categorías fueron realizadas por dos jueces expertos en demencia, quienes utilizaron el sistema de exhaustividad abierta y verbal propuesto por Anguera (1997), obteniendo el 97% de acuerdo con estas; se eliminaron las dos categorías en las que no hubo acuerdo y por solo contar con una cita en cada una. En la Tabla 12.2 se muestran las categorías obtenidas y la operacionalización de estas.

**Tabla 12.2***Definición de las categorías obtenidas a través del jueceo*

Categoría	Definición teórica	Definición operativa
Diagnóstico	Proceso para identificar una enfermedad, afección o lesión a partir de los signos y síntomas, la historia clínica y el examen físico del paciente.	Proceso de evaluación clínica, estudios psicofisiológicos y momento en el que se comparte el resultado de dicha evaluación con el paciente y/o familiar concluyendo que la persona tiene demencia.
Medicación	Estrategias o intervenciones que buscan aliviar los síntomas de la demencia, mejorar la calidad de vida y ralentizar el progreso de la enfermedad.	Estrategias o intervenciones que buscan aliviar los síntomas de la demencia, mejorar la calidad de vida y ralentizar el progreso de la enfermedad.
Tratamiento	Alteración en la coherencia y la estructura del discurso, característica de ciertos tipos de demencia.	Alteración en la coherencia y la estructura del discurso, característica de ciertos tipos de demencia.
Lenguaje desorganizado	Desorganización en la producción del lenguaje, observable en la dificultad para construir frases completas, uso de palabras inapropiadas o incoherentes durante una conversación.	Desorganización en la producción del lenguaje, observable en la dificultad para construir frases completas, uso de palabras inapropiadas o incoherentes durante una conversación.
Síntomas observados	Manifestaciones externas o comportamientos evidentes que indican la presencia de la demencia.	Manifestaciones externas o comportamientos evidentes que indican la presencia de la demencia.
Síntomas referidos	Descripción subjetiva de los síntomas proporcionada por el propio paciente o sus cuidadores.	Descripción subjetiva de los síntomas proporcionada por el propio paciente o sus cuidadores.
Tiempo con síntomas	Duración del periodo durante el cual un individuo ha experimentado los síntomas de la demencia.	Duración del periodo durante el cual un individuo ha experimentado los síntomas de la demencia.
Resiliencia	Capacidad del individuo para adaptarse positivamente ante las dificultades asociadas con la demencia.	Capacidad del individuo para adaptarse positivamente ante las dificultades asociadas con la demencia.

Categoría	Definición teórica	Definición operativa
Pasatiempos	Actividades recreativas o de ocio que una persona disfruta y que pueden ser afectadas por la demencia.	Actividades recreativas o de ocio que una persona disfruta y que pueden ser afectadas por la demencia.
Redes de apoyo	Sistema de relaciones interpersonales que proporcionan ayuda emocional, social y práctica al paciente.	Sistema de relaciones interpersonales que proporcionan ayuda emocional, social y práctica al paciente.
Estado de ánimo	Estado emocional general del individuo, que puede verse afectado por la demencia.	Estado emocional general del individuo, que puede verse afectado por la demencia.
Bienestar	Evaluación subjetiva del estado emocional del paciente mediante escalas de depresión y ansiedad (ejemplo, escala de Hamilton) o entrevistas clínicas. Puede incluir tristeza, ansiedad, irritabilidad, etcétera.	Evaluación subjetiva del estado emocional del paciente mediante escalas de depresión y ansiedad (ejemplo, escala de Hamilton) o entrevistas clínicas. Puede incluir tristeza, ansiedad, irritabilidad, etcétera.

## Resultados

Con el objetivo de poder analizar las variables que se utilizó en la investigación (evolución y bienestar) se presentan a continuación las tablas que contienen la codificación de cada una de ellas, además de las categorías y los códigos que las integran a través del análisis de contenido.

El paciente entrevistado presenta signos de deterioro cognitivo relacionados con la demencia (Tabla 12.3), evidenciados por su dificultad para recordar detalles clave, como su diagnóstico y el inicio de los síntomas. Mencionó vagamente haber sido diagnosticado con “demencia senil”, lo que refleja su dificultad para precisar fechas, un indicio claro de la pérdida de memoria que caracteriza la enfermedad (Jorm, 2014). El paciente está tomando medicamentos para la memoria, aunque no especifica su efectividad, y no hace referencia a tratamientos adicionales, como la terapia ocupacional o psicológica, que son componentes esenciales en el manejo integral de la demencia (Alzheimer's Association, 2021). Asimismo, expresa insatisfacción con la atención médica recibida, señalando que los médicos no han abordado sus necesidades de manera directa,

lo que refleja la percepción común de falta de un enfoque holístico en el tratamiento de la demencia (Livingston et al., 2020).

Se observa también desorganización en su lenguaje, un síntoma frecuente en los trastornos neurocognitivos, relacionado con la pérdida de fluidez y coherencia verbal, lo que es un indicador de la progresión de la enfermedad (Dickerson et al., 2017). El paciente muestra conciencia de su deterioro cognitivo, reconociendo la pérdida de memoria y facultades cognitivas, lo que genera ansiedad y frustración, un fenómeno documentado en estudios sobre la autoconciencia en la demencia (Clare, 2003). Sin embargo, tiene dificultades para recordar el inicio de los síntomas, lo que puede reflejar disfunción en la memoria autobiográfica, un fenómeno común en etapas avanzadas de la enfermedad (Coyle et al., 2016). Estos síntomas son consistentes con la naturaleza progresiva de la demencia, especialmente la pérdida de memoria, que es uno de los primeros dominios afectados (Petersen et al., 2018).

**Tabla 12.3**

*Frecuencia de categorías respecto a la evolución de la enfermedad en el paciente*

<i>Categoría</i>	<i>Código</i>	<i>f</i>	<i>Cita</i>
Atención médica	Diagnóstico	2	“Me acuerdo que era demencia senil o algo así”, “creo que tengo algunos 5 o 6 años”.
	Medicación	1	“Estoy tomando para tratar de la memoria”
	Tratamiento	2	“Nunca me han tratado en realidad así de para curarme”, “Médicos en realidad que me traten así directamente de todo eso que me vieron, pues no”
Síntomas	Lenguaje desorganizado	2	“Pues no, este de, ¿así de una fecha? No, no, no hay nada más”
	Síntomas observados	3	“No me acuerdo del nombre”, “mis amigos pues sí, sí se han dado cuenta de que estoy perdiendo facultad”
	Síntomas referidos	7	“Se me fue de repente borrando ciertos recuerdos”, “yo me he dado cuenta en que poco a poco voy perdiendo facultades”, “la memoria es uno de ellos”
	Tiempo con síntomas	1	“¿Así de una fecha? No, no hay, no me acuerdo”

*Nota: f= frecuencia*

La entrevista con el paciente revela aspectos clave sobre su adaptación a la demencia, relacionados con la resiliencia, las redes de apoyo, los pasatiempos y el estado de ánimo (Tabla 12.4). El paciente

muestra una actitud positiva ante los desafíos diarios de la enfermedad, destacando su capacidad para adaptarse al presente: "Todavía puedo hacer ciertas cosas" y "día a día estoy tratando de llevar lo mejor que puedo". Esta actitud refleja la resiliencia, entendida como la capacidad de adaptarse a la adversidad, un fenómeno descrito por Clare y Woods (2004), que señala cómo las personas con demencia pueden desarrollar estrategias de afrontamiento para mantener una calidad de vida significativa. Además, la resiliencia está vinculada a la autoeficacia, la creencia de que aún se puede manejar la vida de manera efectiva (Stern, 2003).

En cuanto a sus actividades recreativas, el paciente menciona su continuo interés por el béisbol y el deporte: "Toda mi vida he practicado béisbol o deporte y lo sigo haciendo". La participación en pasatiempos significativos, como el ejercicio, está asociada con beneficios tanto físicos como emocionales, mejorando la calidad de vida y reduciendo síntomas de depresión y ansiedad en personas con demencia (Norton et al., 2012; Teri et al., 2015). Mantener estas actividades también favorece la interacción social, lo que es importante para el bienestar cognitivo.

El apoyo familiar es otro aspecto destacado, ya que el paciente subraya el rol de su esposa, hijas y nietos: "Afortunadamente mi señora se ha dado cuenta". La presencia de redes de apoyo social es crucial para el bienestar de las personas con demencia, al proporcionar apoyo emocional y asistencia práctica, lo que también beneficia a los cuidadores (Cohen-Mansfield et al., 2012; Pinquart & Sörensen, 2003).

Finalmente, el paciente expresa una actitud optimista frente a su situación: "Salgo adelante" y "lo que para mí es normal, feliz". Estas afirmaciones reflejan un estado de ánimo positivo, que se ha relacionado con un mayor bienestar en pacientes con demencia cuando se sienten apoyados y capaces de participar en actividades satisfactorias (Kitwood, 1997). Esta resiliencia emocional es un factor clave para el bienestar general en el contexto de la enfermedad (Cummings et al., 2017).

**Tabla 14.4***Frecuencia de categorías respecto al bienestar en el paciente*

<i>Categoría</i>	<i>Código</i>	<i>f</i>	<i>Cita</i>
Bienestar	Resiliencia	4	“Todavía puedo hacer ciertas cosas”, “el tiempo en sí para decir que de un año pues a lo mejor va a estar mejor por esto, por lo otro, pues es imposible. Pero pues día a día estoy tratando de llevar lo mejor que puedo yo”
	Pasatiempos	6	“Toda mi vida he practicado beisbol o deporte y lo sigo haciendo”, “estoy en una escuelita”
	Redes de apoyo	2	“Afortunadamente mi señora se ha dado cuenta”, “mi esposa, mis hijas, mis nietos”
	Estado de ánimo	2	“Salgo adelante”, “lo que para mí es normal, feliz”

*Nota: f= frecuencia*

El relato del cuidador primario proporciona una visión profunda de cómo la demencia afecta su vida y su relación con el ser querido al que cuida, destacando aspectos como los pasatiempos, las redes de apoyo, la resiliencia y las alteraciones en las relaciones familiares (Tabla 12.5). El cuidador menciona: “Yo tengo demasiada actividad” y “a mí me relaja mucho la oración hacia el Dios”. Estas citas reflejan cómo el cuidador se mantiene activo y busca formas de reducir el estrés, como la oración, que le proporciona paz. La literatura respalda la importancia de mantener una rutina activa en la vida de los cuidadores, ya que actividades como la oración o el ejercicio físico ayudan a reducir el estrés y fomentan un sentido de propósito (Zarit et al., 2015). Los cuidadores que practican actividades relajantes suelen experimentar menos carga emocional y mejor calidad de vida (Pinquart & Sörensen, 2003).

El cuidador también destaca la importancia del apoyo familiar, diciendo: “Yo no estoy sola” y “ellas lo cuidan, me cuidan los animales, me cuidan todo mis hijas, mis nietas”. Este énfasis en las redes de apoyo subraya su papel fundamental en el bienestar de los cuidadores, ayudando a reducir el estrés y mejorar la salud mental (Cohen-Mansfield et al., 2012). Además, la presencia de animales ha demostrado ser beneficiosa, ya que brindan compañía y afecto, contribuyendo a la reducción de la soledad (Banks & Banks, 2002).

En cuanto a la resiliencia, el cuidador expresa: “Yo no puedo estar nada más, eres enfermo y yo también voy a estar, no”. Esta cita refleja una actitud resiliente, que es esencial para seguir adelante a pesar de las dificultades emocionales y físicas del cuidado. La resiliencia en cuidadores de personas con demencia se vincula a la capacidad de adaptación y al manejo de las emociones difíciles, lo cual es crucial para prevenir el agotamiento (Clare & Woods, 2004).

Finalmente, el cuidador comenta: “Se ha hecho como que más separado de nosotros” y “ya no es el mismo de antes”. Estas declaraciones reflejan los cambios en la relación con la persona cuidada debido al avance de la demencia. A medida que la enfermedad progresa, las alteraciones en el comportamiento y la comunicación afectan las dinámicas familiares. Este distanciamiento puede generar tristeza y frustración, ya que los cuidadores experimentan un duelo anticipado por la pérdida gradual de la persona tal como era antes de la enfermedad (Cummings et al., 2017; Jorm, 2014).

**Tabla 12.5**

*Frecuencia de categorías respecto a evolución de la enfermedad desde la perspectiva del cuidador*

<i>Categoría</i>	<i>Código</i>	<i>f</i>	<i>Cita</i>
Atención médica	Diagnóstico	2	“Desde el 15, el doctor ya nos dijo lo que él tenía”
	Estudios	5	“Lo está viendo el neurólogo”, “la TAC, la resonancia”
	Medicación	7	“No le iban a dar medicamento...los medicamentos lo que hacen es que van quitándole la fuerza a la persona”
	Tratamiento	4	“El omega 3 es lo único que está tomando”
Síntomas	Estado actual	3	“Él nunca ha tenido un derrame...su cerebro está perfecto”
	Síntomas referidos	3	“Primeros síntomas fue que empezó a perder las cosas...muy seguido se le pierden”
	Tiempo con síntomas	4	“Hace 9 años que lo vio el doctor...fue el primero que lo vio respecto a eso”
	Evolución	4	“Cada vez viene más asentado el problema del olvido de las cosas”

*Nota: f= frecuencia*

El cuidador menciona: “Yo tengo demasiada actividad” y “a mí me relaja mucho la oración hacia el Dios”, lo que refleja cómo maneja las demandas emocionales y físicas del cuidado mediante actividades significativas y relajantes (Tabla 12.6). La práctica de la oración, en particular, se



presenta como una fuente de consuelo y equilibrio emocional. La literatura respalda que mantener una rutina activa y participar en actividades que promuevan el bienestar emocional, como la oración, ayuda a reducir el estrés asociado con el cuidado de una persona con demencia (Teri et al., 2015). Además, las investigaciones sugieren que los cuidadores que participan en actividades recreativas o que les generan satisfacción experimentan una mejor calidad de vida (Pinquart & Sörensen, 2003).

El cuidador también subraya la importancia de las redes de apoyo, afirmando: “Yo no estoy sola” y “ellas lo cuidan, me cuidan los animales, me cuidan todo mis hijas, mis nietas”. Estas citas destacan cómo el apoyo familiar, especialmente de las hijas, nietas y animales, es esencial para el bienestar del cuidador. La investigación muestra que contar con una red de apoyo sólida es fundamental para reducir el estrés y la carga emocional del cuidado de una persona con demencia. Los cuidadores que reciben respaldo emocional y práctico de su familia y amigos son menos propensos al agotamiento o la depresión (Cohen-Mansfield et al., 2012). Además, el apoyo de los animales, que brindan compañía y alivio emocional, ha demostrado ser beneficioso, ayudando a reducir la soledad y proporcionando consuelo (Banks & Banks, 2002).

En relación con la resiliencia, el cuidador expresa: “Yo no puedo estar nada más, eres enfermo y yo también voy a estar, no”. Esta declaración refleja una actitud resiliente frente a las dificultades del cuidado. La resiliencia, definida como la capacidad de adaptarse y mantener el bienestar a pesar de las adversidades, es crucial en el contexto de la demencia. El cuidador muestra aceptación y determinación, reconociendo que, aunque la enfermedad representa una carga, debe continuar con su rol de cuidado. Los estudios sobre resiliencia en cuidadores sugieren que aquellos con una mentalidad positiva y la capacidad de manejar las emociones difíciles experimentan una mayor calidad de vida y están mejor preparados para afrontar el estrés (Clare & Woods, 2004). Esta capacidad de afrontamiento proactivo puede reducir el impacto emocional negativo del cuidado a largo plazo.

Finalmente, el cuidador observa: “Se ha hecho como que más separado de nosotros” y “ya no es el mismo de antes”, lo que refleja los cambios en las relaciones familiares debido a la progresión de la demencia. Estos cambios son comunes en la experiencia de los cuidadores, ya que la enfermedad a menudo altera la dinámica familiar y transforma al paciente en una versión diferente de sí mismo. Este distanciamiento puede generar tristeza y frustración en el cuidador, como resultado de la pérdida de capacidades cognitivas y sociales del paciente. La literatura destaca

que este tipo de distanciamiento puede ser emocionalmente doloroso, y que los cuidadores experimentan un “duelo anticipado” por la pérdida gradual de la persona tal como era antes de la enfermedad (Cummings et al., 2017; Jorm, 2014). Además, los cambios en la relación pueden alterar el rol familiar, incrementando las tensiones emocionales a medida que el cuidador asume más responsabilidades.

**Tabla 12.6.**

*Frecuencia de categorías respecto al bienestar en el cuidador*

<i>Categoría</i>	<i>Código</i>	<i>f</i>	<i>Cita</i>
Bienestar	Pasatiempos	6	“Yo tengo demasiada actividad”, “a mí me relaja mucho la oración hacia el Dios”
	Red de apoyo	7	“Yo no estoy sola”, “ellas lo cuidan, me cuidan los animales, me cuidan todo mis hijas, mis nietas”
	Resiliencia	6	“Yo no puedo estar nada más, eres enfermo y yo también voy a estar, no”
Afectaciones	Cambios	7	“Se ha hecho como que más separado de nosotros”, “ya no es el mismo de antes”

*Nota: f= frecuencia*

## Conclusiones

La demencia como un trastorno que no puede ser curado, pero sí prevenido, genera que las personas que la padezcan puedan provocar consecuencias no solamente en su persona, sino en todo lo que la rodea y que se considere importante. Las visitas a los médicos para revisiones constantes, una dieta saludable, ejercicios y demás actividades pueden hacer que las probabilidades se reduzcan ampliamente.

El relato del paciente refleja varias características típicas de la experiencia de vivir con demencia, incluyendo dificultades con la memoria, el lenguaje, el reconocimiento de los síntomas y la interacción con el sistema de salud. Los estudios previos sobre la demencia y el bienestar coinciden con los hallazgos obtenidos en esta entrevista, resaltando la importancia de un diagnóstico temprano, un tratamiento adecuado y el apoyo emocional de familiares y profesionales para mejorar la calidad de vida de los pacientes. El desafío radica en ofrecer un enfoque integral que abarque tanto el tratamiento médico como el apoyo psicosocial necesario para manejar los efectos de esta condición.

Por otro lado, el paciente presenta una imagen de adaptación positiva a los desafíos que la demencia le plantea, apoyándose la resiliencia, en pasatiempos significativos, el apoyo de su red familiar y un estado de ánimo optimista. Estas áreas de su vida están estrechamente relacionadas con los factores que influyen en el bienestar de las personas con demencia, tal como se ha documentado en la investigación científica.

Mientras que en el testimonio del cuidador revela una compleja interacción entre el bienestar personal, la resiliencia frente a la enfermedad, las redes de apoyo familiares y los cambios en las relaciones causados por la demencia. El cuidador muestra un enfoque activo para mantenerse emocionalmente equilibrado a través de pasatiempos significativos, y resalta la importancia de tener una red de apoyo sólida para manejar las demandas del cuidado. Sin embargo, también es evidente el impacto emocional de los cambios en las relaciones familiares, lo que subraya los desafíos de cuidar a una persona con demencia, tanto a nivel práctico como emocional.

También se encontró que los cuidadores aún pueden disfrutar de las actividades que hacían normalmente antes de comenzar con el cuidado. Algo importante es que también reconocen que no porque el familiar se encuentre enfermo él también lo estará, por lo que es necesario hacer la distinción y que convertirse en cuidador no involucra perder su vida, al contrario de lo que afirman Guato y Mendoza (2022) sobre el desgaste y las afectaciones que se generan en el cuidador, pues, aunque si hay un cambio en las actividades de ambos, se pueden disfrutar de actividades independientes.

Entre las limitaciones de este estudio, se considera aumentar la muestra para obtener una mayor variedad de respuestas para un mejor análisis de datos en el que se puedan incluir y desglosar categorías nuevas para entender de mejor manera la diada paciente-cuidador frente a las demencias. De igual manera la búsqueda de pacientes que padezcan diferente tipo de demencia para una mejor comparativa de la evolución y del bienestar psicológico entre cada uno de ellos y las afectaciones que se presentan de la diada frente a cada tipo, ya que una muestra disminuida y el enfocarse a un solo padecimiento no ayuda a explicar con totalidad todas las dificultades que se presentan al momento del análisis de entender mejor el proceso frente a la demencia.

## Referencias Bibliográficas

- Alzheimer's Association. (2021). *2021 Alzheimer's disease facts and figures*. Alzheimer's & Dementia, 17(3), 327-406. <https://doi.org/10.1002/alz.12328>
- Balea, F. & Alonso, J. (2020). Intervención psicológica familiar en la enfermedad de Alzheimer. *Revista INFAD*, 1(1), 225-234. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2020.n1.v1.1779>
- Banks, M. R., & Banks, W. A. (2002). *The effects of animal-assisted therapy on loneliness in an elderly population in long-term care facilities*. Journal of Gerontology, 57(7), 339-344. <https://doi.org/10.1093/geronb/57.7.P339>
- Centenero, F. (2022). Familias con un miembro afectado de demencia: una propuesta de intervención desde el trabajo social. *AZARBE, revista internacional de trabajo social y bienestar*, (11), 35-44. <https://doi.org/10.6018/azarbe.502221>
- Centenero, M. (2022). *Redes de apoyo y calidad de vida en cuidadores de pacientes con demencia*. Editorial Psiqué.
- Clare, L. (2003). Managing threats to self: Awareness in early stage Alzheimer's disease. *Social Science & Medicine*, 57(5), 1017-1029. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(02\)00413-9](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(02)00413-9)
- Clare, L., & Woods, B. (2004). Resilience in the face of dementia: The role of awareness, coping, and social support. *Aging & Mental Health*, 8(2), 112-119. <https://doi.org/10.1080/13607860310001604229>
- Cohen-Mansfield, J., Marx, M. S., & Ross, L. (2012). The impact of social support on the psychological well-being of individuals with dementia. *Journal of Aging and Mental Health*, 16(3),
- Coyle, D., Jones, C., & Fenton, T. (2016). The role of family caregivers in supporting individuals with dementia. *Dementia: The International Journal of Social Research and Practice*, 15(5), 911-928. <https://doi.org/10.1177/1471301216641572>
- Cummings, J. L., Lee, G., & Ritter, A. (2017). Alzheimer's disease drug development pipeline: 2017. *Alzheimer's & Dementia: Translational Research & Clinical Interventions*, 3(3), 243-252. <https://doi.org/10.1016/j.trci.2017.07.003>
- Domínguez, L., & Ibarra, R. (2017). El bienestar psicológico y su medición en contextos clínicos. *Revista de Psicología Positiva*, 5(2), 123-137.
- Guato, P. & Mendoza, S. (2022). Autocuidado del cuidador informal de personas mayores en algunos países de Latinoamérica: revisión descriptiva. *Enfermería: cuidados humanizados*, 11(2). <https://doi.org/10.22235/ech.v11i2.2917>
- Hernández, R., Collado, C. & Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ª. Ed.) McGraw Hill. ISBN: 978-607-15-0291-9
- Jorm, A. F. (2014). The epidemiology of dementia. *Medical Journal of Australia*, 200(5), 266-270. <https://doi.org/10.5694/mja13.11348>
- Livingston, G., Huntley, J., & Sommerlad, A. (2020). Dementia prevention, intervention, and care. *The Lancet*, 390(10113), 2673-2734. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)31363-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)31363-6)

- McShane, R., Areosa, S. A., & Minakaran, N. (2019). Cholinesterase inhibitors for Alzheimer's disease. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3, CD003032. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003032.pub3>
- Navarro, C., et al. (2018). Impacto del cuidado informal en familiares de pacientes con demencia. *PsicoSalud*, 34(3), 234-245.
- Navarro, M., Jiménez, L., García, M. & Blanco, E. (2018). Los enfermos de Alzheimer y sus cuidadores: intervenciones de enfermería. *Gerokomos*, 29(2), p. 79-82. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1134-928X2018000200079&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2018000200079&lng=es&tlng=es).
- Norton, S., Matthews, F. E., & Dewey, M. (2012). The effectiveness of physical exercise for reducing symptoms of depression in people with dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 27(3), 314-322. <https://doi.org/10.1002/gps.3746>
- Olazarán, J., Sastre, M. & Martín, S. (2012). Asistencia sanitaria en las demencias: satisfacción y necesidades del cuidador. *Neurología*, 27(4), p. 189-196. DOI: [10.1016/j.nrl.2011.07.005](https://doi.org/10.1016/j.nrl.2011.07.005)
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2023). Informe mundial sobre demencia. OMS.
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2003). *Differences between caregivers and non-caregivers in psychological well-being and physical health: A meta-analysis*. *Psychology and Aging*, 18(2), 250-267. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.18.2.250>
- Riquelme, J., García, S, Lillo, M. & Martorell, M. (2020). Experiencia de personas con Alzheimer en fases leves y moderadas en Españas. *Aquichan*, 20(4). <https://doi.org/10.5294/aqui.2020.20.4.4>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.
- Silva, A. (2020). “No todo está perdido”: experiencias positivas en cuidadore formales de personas con demencia [tesis de maestría, Universidad de Barcelona]. Depósito digital de la universidad de Barcelona. <http://hdl.handle.net/2445/174210>
- Silva, M. (2020). Perspectivas de los cuidadores en la atención de pacientes con demencia. *Estudios Socioemocionales*, 12(4), 45-59.
- Toribio, M., Medrano, V., Moltó, J. & Beltrán, I. (2013). Red de cuidadores informales de los pacientes con demencia en la provincia de Alicante, descripción de sus características. *Neurología*, 28(2), p. 95-102. <https://doi.org/10.1016/j.nrl.2012.03.010>
- Trujillo, M., & Corona, R. (2014). *Etapas y evolución de la demencia: Una guía clínica*. Editorial Médica.
- Trujillo, Z. & Corona, T. (2014). *La mujer y la salud en México*. Intersistemas. ISBN: 978-607-443-437-8
- Zarit, S. H., Reever, K. E., & Bach-Peterson, J. (2015). *Relatives of the impaired elderly: Correlates of feelings of burden*. *The Gerontologist*, 22(2), 265-272. <https://doi.org/10.1093/geront/22.2.265>

## CAPITULO 13

### Estrategias de Afrontamiento al Estrés y su Relación con el Autocuidado de Adultos Trabajadores

Rosa Aurelia Garza-Torres<sup>39</sup>  
Rosa Isabel Garza-Sánchez<sup>40</sup>  
Ana Laura Carrillo-Cervantes<sup>41</sup>

#### Resumen

La industria en el estado de Coahuila ha experimentado un crecimiento notable en las últimas décadas, consolidándose como un pilar fundamental de la economía regional. Este desarrollo, si bien impulsa la prosperidad y el dinamismo económico, también plantea importantes desafíos, especialmente para los trabajadores del sector industrial, quienes enfrentan múltiples fuentes de estrés en su entorno laboral. La naturaleza demandante de su trabajo y la presión constante son factores que exigen estrategias de autocuidado efectivas para proteger su bienestar físico y emocional. Este estudio analizó cómo las estrategias de afrontamiento del estrés impactan el autocuidado de los trabajadores de una empresa de autopartes plásticas en Ramos Arizpe, Coahuila, México. A partir de un enfoque cuantitativo, de diseño transversal y alcance correlacional, participaron 290 empleados, de los cuales el 74.5% fueron hombres y el 25.5% mujeres. La recolección de datos se llevó a cabo con el cuestionario Brief COPE para evaluar las estrategias de afrontamiento del estrés y la Escala de Agencia de Autocuidado (ASA) para medir la capacidad de autocuidado. Los resultados arrojaron una correlación significativa entre la capacidad de autocuidado y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema ( $r=0.349$ ) y en la emoción ( $r=0.171$ ). Estos hallazgos sugieren que los trabajadores que recurren a estrategias de afrontamiento activas y centradas en la solución de problemas o en el manejo emocional presentan una mayor capacidad de autocuidado, lo cual es fundamental para su salud integral en un entorno tan exigente.

*Palabras clave:* autocuidado, estrategias de afrontamiento, estrés.

<sup>39</sup> Estudiante de Doctorado, Facultad de Psicología, UAdeC. [rosagarza@uadec.edu.mx](mailto:rosagarza@uadec.edu.mx)

<sup>40</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Ciencia, Educación y Humanidades, UAdeC. [isabelgarza@uadec.edu.mx](mailto:isabelgarza@uadec.edu.mx)

<sup>41</sup> Profesora-Investigadora, Facultad de Enfermería US, UAdeC. [anacarrillo@uadec.edu.mx](mailto:anacarrillo@uadec.edu.mx)

## Antecedentes

El estrés laboral es un problema común en muchos ámbitos laborales y puede tener efectos negativos en la salud física y mental de los trabajadores. Diversos estudios sugieren que el uso de estrategias de afrontamiento y el autocuidado pueden ser métodos efectivos para mitigar el estrés y mejorar la calidad de vida laboral. Estas estrategias no son respuestas fijas; se adaptan y evolucionan con el tiempo, buscando ser más eficaces. Su propósito es cambiar creencias negativas y proporcionar herramientas para la resolución de problemas, así como mejorar las habilidades sociales (Goetz, 2020).

El Modelo de Estrés de Lazarus y Folkman, una teoría reconocida en psicología explica cómo las personas perciben y responden a situaciones estresantes (Lazarus & Folkman, 1984). Según este modelo, el estrés surge de la forma en que una persona evalúa una situación como desafiante o amenazante, y de los recursos disponibles para hacerle frente (Lazarus, 1999). En el ámbito de los riesgos psicosociales, este modelo proporciona un marco útil para comprender cómo los individuos perciben y gestionan los factores estresantes en su entorno laboral o social.

Lazarus (1999) distingue entre el estrés percibido, que es la evaluación cognitiva de una situación, y el estrés emocional, que corresponde a la respuesta emocional ante ella. Esta distinción subraya la importancia de la interpretación subjetiva en la experiencia del estrés.

Estudios previos han hallado una relación significativa entre el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los trabajadores de la salud (Fernández-Prado et al., 2021). Estos estudios sugieren que los trabajadores que emplean estrategias centradas en la tarea presentan niveles más bajos de estrés. En la misma línea, Gómez-Arteaga et al. (2020) observaron que el estrés laboral se relaciona negativamente con la calidad del sueño y el autocuidado, lo que implica que los trabajadores con niveles altos de estrés tienen más dificultades para cuidar de sí mismos.

Por otro lado, Salanova et al., (2010) encontraron que las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción estaban asociadas con niveles más bajos de estrés laboral y una mejor salud mental. Rodríguez-Muñoz et al., (2021) también hallaron que los trabajadores que utilizaban estrategias de afrontamiento centradas en la tarea tenían niveles más bajos de estrés laboral y una mayor satisfacción laboral.



Asimismo, Amini y Noroozi (2018) examinaron las estrategias de afrontamiento del estrés laboral y el comportamiento seguro, así como su impacto en el autocuidado de los trabajadores. Su enfoque metodológico fue un estudio descriptivo correlacional, con un muestreo aleatorio regular de cinco personas por cada uno de los 40 grupos seleccionados. A los participantes se les aplicaron diversos cuestionarios, incluyendo el cuestionario de estrés laboral de Harris (1995, citado en Amini & Noroozi, 2018), la escala de autoeficacia de Schwarzer y Grosselm, y el cuestionario de comportamiento de seguridad. Los resultados mostraron un coeficiente de correlación múltiple de  $R = .533$ , indicando una fuerte relación entre el autocuidado, el estrés laboral y el comportamiento seguro. Los autores concluyeron que el autocuidado se veía influenciado por la estrategia de afrontamiento seleccionada, siendo este efecto más notable en aquellos trabajadores que experimentaban niveles elevados de estrés laboral.

Además, Gómez-Borges y colaboradores (2022) investigaron la correlación entre las prácticas de autocuidado (como *mindfulness* y actividad física) y la utilización de estrategias de afrontamiento tanto en el ámbito personal como laboral, y cómo estas se relacionan con el bienestar psicosocial. El estudio se basó en una muestra compuesta por 294 trabajadores empleados de diversas áreas laborales. Los resultados obtenidos indicaron que la práctica de *mindfulness* como parte del autocuidado se asoció positivamente con el bienestar psicosocial a través de las estrategias de afrontamiento. Además, se observó que la actividad física tuvo un impacto significativo en las tres variables analizadas.

En Costa Rica, Vega et al., (2022) crearon un programa en línea en el año 2020 con el propósito de promover el autocuidado como estrategia para hacer frente al estrés en trabajadoras. El estudio incluyó a 12 participantes y se dividió en dos fases: diagnóstico preciso y estrategia educativa. Los resultados resaltaron la prioridad del diagnóstico relacionado con el estrés causado por la sobrecarga y los factores estresantes. La intervención se basó en 10 NIC (Nursing Interventions Classification) y nueve indicadores. Más del 50% mostraron un nivel de autocuidado regular, y en cuanto a las estrategias de afrontamiento, la respuesta más común fue “a veces”. Se concluyó que el autocuidado se vio afectado por una adaptación deficiente en las relaciones interpersonales.



Asimismo, Romero et al., (2021) determinaron la relación entre las estrategias de afrontamiento y el autocuidado en profesionales de enfermería para afrontar el estrés y la ansiedad por Covid-19. En su metodología emplearon una investigación mixta; aplicaron la Escala Breve de Afrontamiento del Estrés “COPE-28” y la Escala de Ansiedad Rasgo-Estado “IDARE” a una muestra de 20 participantes. Sus resultados indicaron la estrategia de afrontamiento para su autocuidado fue centrarse en las emociones.

En un estudio similar Altuntaş y Tekeci (2020), investigaron los efectos del COVID-19 sobre el estrés, estrategias de afrontamiento, y las habilidades de autocuidado. Su metodología consistió en una población de 882 personas, a quienes se les aplicó la escala de estrés percibido, la escala afrontamiento del estrés, la escala de autocuidado, evaluaron dichas variables. Los resultados indicaron una puntuación de  $28.35 \pm 8.23$ . El 60.3% presentó un nivel de estrés moderado. La búsqueda de apoyo social fue la estrategia de afrontamiento más frecuentada. Concluyeron que el nivel de estrés moderado fue manejado con el apoyo social e influyeron en el autocuidado de los trabajadores.

A partir de lo explorado, el objetivo de esta investigación es poder determinar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y el autocuidado en trabajadores de una empresa de autopartes plásticas en Ramos Arizpe, Coahuila, México.

## **Metodología**

### *Tipo de investigación:*

Esta investigación es de enfoque cuantitativo, con un diseño transversal y un alcance correlacional (Ato et al., 2013), ya que busca analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento utilizadas por los trabajadores y la capacidad que tiene de autocuidado.

### *Participantes:*

La muestra estuvo compuesta por 290 trabajadores de una empresa dedicada a la fabricación de autopartes de plástico en Ramos Arizpe, Coahuila, México. De ellos, el 74.5% fue hombre, y el 25.5%, mujer. En cuanto a la distribución por edad, el 35.9% tenía entre 18 y 30 años; el 28.3%, entre 31 y 40 años; el 21.7%, entre 41 y 50 años, y el 14.1%, más de 51 años.

Se establecieron ciertos criterios de inclusión para los participantes. Estos debían ser empleados activos del sector industrial, con diferentes ocupaciones dentro de este ámbito, contar con experiencia laboral y, lo más importante, estar dispuestos a participar en el estudio de forma voluntaria. Por otro lado, se excluyó a aquellas personas que se encontraban con licencia médica o que no terminaron el instrumento.

*Instrumento:*

El instrumento utilizado se dividió en tres secciones. La primera incluyó preguntas sobre datos demográficos, como sexo, edad, antigüedad y área de trabajo. La segunda parte consistió en el cuestionario Brief COPE, desarrollado por Carver (1997) y validado para el contexto en español por Morán et al., (2009), una herramienta ampliamente reconocida para evaluar las estrategias de afrontamiento que las personas emplean frente al estrés. Esta escala consta de 28 ítems que se agrupan en tres categorías principales: afrontamiento centrado en el problema, centrado en la emoción y evitación. Además, estas categorías se subdividen en 14 subestrategias que detallan las formas específicas de afrontamiento dentro de cada dimensión.

La tercera sección incluyó la Escala de Agencia de Autocuidado (ASA, por sus siglas en inglés *Appraisal of Self-care Agency Scale*), adaptada y validada en Colombia por Manrique-Abril et al., (2009). Esta escala cuenta con 24 ítems organizados en un formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones, donde 1 indica "totalmente en desacuerdo" (capacidad mínima de autocuidado) y 5 "totalmente de acuerdo" (capacidad máxima). El puntaje total puede oscilar entre 24 y 96 puntos, lo que refleja desde una capacidad mínima hasta una capacidad máxima de autocuidado.

*Procedimiento:*

La recolección de datos se llevó a cabo de dos maneras. Primero, se diseñó el instrumento en la plataforma Google Forms, que fue distribuido entre el personal que contaba con correo institucional de la empresa. Para aquellos trabajadores que no tenían acceso a correo electrónico, se utilizaron cuestionarios impresos, los cuales fueron entregados en cada área de trabajo. La aplicación de los cuestionarios se realizó en grupos grandes, asegurándose de que todas las respuestas estuvieran debidamente completadas.

*Análisis de datos:*

Para analizar los datos, primero se generaron distribuciones de frecuencia en la sección de datos generales, lo que permitió obtener una visión clara de las características demográficas de los participantes. Luego, se aplicó un análisis de correlación de Pearson con un nivel de significancia de  $p \leq 0.050$ , para examinar cómo se relacionaban las puntuaciones totales del Brief COPE en sus enfoques centrados en el problema, en la emoción y en la evitación con las diferentes dimensiones de la escala de autocuidado. Este análisis permitió identificar qué tipos de estrategias de afrontamiento tienen un impacto más significativo en la capacidad de autocuidado de los trabajadores.

*Consideraciones éticas:*

A lo largo de todo el proceso, se mantuvo un compromiso firme con la confidencialidad, asegurando el anonimato de todos los datos, conforme a las directrices del Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS, 2002). Los participantes fueron informados claramente de su libertad para retirarse de la encuesta en cualquier momento, y se les aseguró que toda la información recopilada sería empleada únicamente con fines de investigación.

## **Resultados**

Se entrevistó a 290 trabajadores de una empresa de plásticos en Ramos Arizpe, Coahuila, para conocer más sobre sus características y trayectoria en la organización. Dentro de los datos demográficos, se analizó la antigüedad de los empleados mediante frecuencias y porcentajes. La Tabla 13.1 muestra que el 39.7% de los trabajadores lleva menos de un año en la empresa, reflejando una alta incorporación reciente. Por otro lado, el 20.3% de los empleados cuenta con entre cinco y 10 años de experiencia, mientras que el 19.7% ha trabajado en la empresa por más de 10 años, lo cual habla de un grupo significativo con mayor arraigo y experiencia en su rol.

**Tabla 13.1**
*Frecuencias y porcentajes de la antigüedad de los trabajadores*

	<i>f</i>	<i>%</i>
Menos de un año	115	39.7
1 - 3 años	41	14.1
3- 5 años	18	6.2
5- 10 años	59	20.3
Mas de 10 años	57	19.7

*Nota: f= frecuencia, %= Porcentaje*

Los resultados presentados en la Tabla 13.2 revela correlaciones significativas entre el autocuidado de los trabajadores y las estrategias de afrontamiento centradas en el problema. En general, el enfoque de Centrado en el Problema muestra una correlación moderada ( $r=.349$ ) con el autocuidado, lo cual sugiere que las personas que intentan abordar activamente sus desafíos también cuidan mejor de su bienestar. La estrategia de Centrado en el Problema Activo evidencia una relación aún más fuerte ( $r=.384$ ), destacando que este tipo de afrontamiento activo se asocia de manera más sólida con el autocuidado. Por otro lado, aunque la estrategia de Centrado en el Problema Planificación presenta una correlación más baja ( $r=.233$ ); esta también resulta significativa; lo que indica que, aunque en menor medida, planificar también contribuye al bienestar de los trabajadores.

**Tabla 13.2**
*Puntuaciones totales de las estrategias de afrontamiento centrada en el problema y el autocuidado*  
*Puntuación total de Autocuidado (r)*

Centrado en el Problema	.349**
Centrado en el Problema Activo	.384**
Centrado en el Problema Planificación	.233**

*Nota: \*\*p= Nivel de significancia < 0.01. r=coeficiente de correlación*

En el análisis de correlación de Pearson entre las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y la puntuación total de autocuidado (Tabla 13.3), se observa que la estrategia general de Centrado en la Emoción muestra una correlación positiva y altamente significativa ( $r=.171$ ), lo cual indica que gestionar las emociones tiene cierto impacto positivo en el bienestar de los trabajadores. Dentro de esta categoría, el Apoyo Social destaca con una correlación positiva y altamente

significativa ( $r=.285$ ), sugiriendo que el respaldo de otros contribuye considerablemente al autocuidado. También se encontró una relación significativa con la estrategia de Reevaluación Positiva ( $r=.213$ ), y en menor grado con la Aceptación ( $r=.134$ ). Por otro lado, el Apoyo Emocional y el Humor no presentan correlaciones significativas ( $p = 0.320$  y  $p = 0.146$ , respectivamente), lo que sugiere que en el contexto laboral estas estrategias no tienen una relación fuerte con el autocuidado.

**Tabla 13.3**

*Puntuaciones totales de las estrategias de afrontamiento centrada en la emoción y el autocuidado*

	<i>Puntuación total de Autocuidado (r)</i>
Centrado en la Emoción	.171**
Centrado en la Emoción Apoyo Social	.285**
Centrado en la Emoción Reevaluación Positiva	.213**
Centrado en la Emoción Aceptación	.134*

*Nota: p= Nivel de significancia < 0.01. \* p < 0.05 \*\* r=coeficiente de correlación*

En el análisis de correlación entre las estrategias de afrontamiento centradas en la evitación y el autocuidado (Tabla 13.4), se observa que la mayoría de estas estrategias no muestran una relación significativa con el autocuidado. La estrategia general de Centrado en la Evitación presenta una correlación muy baja ( $r=.016$ ) y no significativa ( $p = 0.789$ ), lo que sugiere que evitar los problemas tiene poco o ningún impacto en el autocuidado de los trabajadores.

Dentro de las subestrategias, destaca la Religión, que muestra una correlación positiva y significativa con el autocuidado ( $r=.133$ ), sugiriendo que para algunos trabajadores esta estrategia puede asociarse con prácticas de autocuidado más saludables. En cambio, el Uso de Sustancias presenta una correlación negativa significativa ( $r=-.174$ ), lo cual indica que recurrir a esta estrategia de evitación puede estar relacionado con un autocuidado deficiente. Otras subestrategias como la Negación, Autodistracción, Autoinculpación, Desconexión y Desahogo no presentan correlaciones significativas, lo que sugiere que en este contexto laboral no están asociadas con la práctica del autocuidado.

**Tabla 13.4**

*Puntuaciones totales de las estrategias de afrontamiento centrada en la evitación y el autocuidado*

	<i>Puntuación total de Autocuidado (r)</i>
Centrado en la Evitación	0.016
Centrado en la Evitación Negación	0.002
Centrado en la Evitación Religión	.133*
Centrado en la Evitación Auto distracción	0.077
Centrado en la Evitación Autoinculpación	-0.104
Centrado en la Evitación Desconexión	-0.061
Centrado en la Evitación Desahogo	0.071
Centrado en la Evitación Uso de Sustancias	-.174**

*Nota: \* p Nivel de significancia < 0.05 \*\*p < 0.01. r=coeficiente de correlación*

### Conclusión

Para concluir, los resultados de este estudio subrayan la influencia significativa de las estrategias de afrontamiento activas y de apoyo social en la capacidad de autocuidado de los trabajadores. En particular, las estrategias centradas en el problema, como el Centrado en el Problema Activo, muestran una correlación moderada-alta con el autocuidado, sugiriendo que el afrontamiento activo actúa como un recurso valioso en el contexto laboral, promoviendo hábitos saludables de autocuidado y bienestar emocional (Lazarus & Folkman, 1984; Carver et al., 1989). Este hallazgo respalda la teoría de que el afrontamiento orientado al problema permite a los empleados enfrentar directamente las fuentes de estrés, lo que mejora su capacidad de gestionar de manera efectiva su bienestar (Connor-Smith & Flachsbart, 2007).

Además, las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción también juegan un rol relevante. Estrategias como el Apoyo Social y la Reevaluación Positiva están asociadas con un mejor autocuidado, aunque su impacto es menor en comparación con el afrontamiento activo. Estas estrategias brindan a los trabajadores una red de apoyo y una perspectiva optimista frente a los desafíos, lo que ha demostrado tener efectos positivos en el manejo del estrés (Schwarzer & Knoll, 2007; Park & Folkman, 1997). Sin embargo, otras estrategias emocionales, como el Apoyo

Emocional y el Humor, no muestran una correlación significativa con el autocuidado, sugiriendo que no todos los métodos de afrontamiento emocional son igualmente efectivos en este contexto.

En cuanto a las estrategias centradas en la evitación, los resultados indican que, en su mayoría, no están relacionadas con el autocuidado, a excepción de la Religión, que presenta una correlación positiva, y el Uso de Sustancias, que muestra una relación negativa. Esto evidencia que no todas las formas de afrontamiento evitativo tienen efectos perjudiciales; algunas, como la espiritualidad o prácticas religiosas, pueden ayudar a ciertos trabajadores a encontrar consuelo y sentido frente al estrés, mientras que el uso de sustancias, en cambio, perjudica el autocuidado y puede derivar en problemas de salud adicionales (Carver et al., 1989; Connor-Smith & Flachsbart, 2007).

La comparación de los resultados obtenidos en el análisis de las estrategias de afrontamiento y el autocuidado con los antecedentes revisados revela patrones coherentes y algunas divergencias importantes. En la investigación, se observa que las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, especialmente la Centrado en el Problema Activo, tienen una correlación positiva significativa con el autocuidado, lo cual se alinea con los hallazgos de Fernández-Prado et al., (2021) y Rodríguez-Muñoz et al., (2021), quienes también identificaron que estas estrategias se asocian con niveles más bajos de estrés laboral y mayor satisfacción.

Asimismo, las correlaciones significativas entre el Apoyo Social y el autocuidado refuerzan los resultados de Salanova et al., (2010) y de Gómez-Borges et al., (2022), donde el apoyo social y las estrategias emocionales se vinculan positivamente con el bienestar psicosocial y la reducción del estrés. Esto sugiere que fomentar redes de apoyo puede ser fundamental para mejorar el autocuidado en los trabajadores. Sin embargo, la investigación también resalta que las estrategias centradas en la evitación, como el Uso de Sustancias, tienen un impacto negativo en el autocuidado, lo que contrasta con los estudios que enfatizan las estrategias de afrontamiento más efectivas.

En general, ambos conjuntos de resultados enfatizan la importancia de las estrategias de afrontamiento proactivas y el apoyo social en la mitigación del estrés laboral y la promoción del autocuidado, sugiriendo que programas de intervención que integren estos elementos podrían ser beneficiosos en contextos laborales, como lo demostró el programa en línea implementado en Costa Rica por Vega et al., (2022). A pesar de algunas discrepancias, la tendencia general apunta a que una combinación de estrategias de afrontamiento adecuadas puede contribuir significativamente al bienestar de los trabajadores.

Estos hallazgos ponen de relieve la importancia de promover activamente prácticas de afrontamiento proactivas y redes de apoyo social en el ámbito laboral para fomentar un autocuidado efectivo entre los empleados. La evidencia respalda la idea de que, al fortalecer las capacidades de afrontamiento activo –como aquellas orientadas a resolver problemas o reevaluar situaciones de manera positiva– y al mejorar los vínculos de apoyo social, los trabajadores pueden enfrentar mejor el estrés y los desafíos inherentes a su entorno de trabajo (Lazarus & Folkman, 1984; Schwarzer & Knoll, 2007).

Estas estrategias no solo contribuyen al bienestar emocional de los empleados, sino que también se traducen en beneficios para la organización, mejorando la satisfacción laboral, la productividad y reduciendo el absentismo y la rotación de personal. Implementar prácticas de afrontamiento efectivas, especialmente aquellas centradas en la resiliencia y el manejo del estrés, puede mejorar la satisfacción laboral y aumentar la productividad, al tiempo que reduce el ausentismo y la rotación de personal. Las intervenciones que promueven el bienestar y la salud mental en el trabajo, tales como programas de asesoramiento y apoyo organizacional, han mostrado disminuir el desgaste laboral y mejorar el compromiso de los empleados, factores directamente vinculados a una mayor retención y un ambiente laboral más saludable (Work Health Solutions, 2023; Landsbergis et al., 2019).

Además, proporcionar una estructura de apoyo a través de redes y programas de asesoramiento permite que los empleados desarrollen habilidades para manejar el estrés de manera efectiva. Esto no solo contribuye al crecimiento personal, sino que también favorece la cohesión del equipo y el rendimiento general de la organización, dado que los trabajadores con una alta capacidad de afrontamiento tienden a adaptarse mejor a los desafíos del entorno laboral y, en consecuencia, muestran mayores niveles de desempeño y compromiso (CultureMonkey, 2024).

Asimismo, promover estas prácticas puede ser un factor determinante para la construcción de un ambiente de trabajo más saludable. Cuando los empleados cuentan con estrategias sólidas de afrontamiento y sienten el respaldo de una red social confiable en su entorno laboral, se sienten más capacitados para gestionar situaciones difíciles de manera constructiva, lo que favorece tanto su salud física como mental. Esto, a su vez, reduce el desgaste emocional y el riesgo de agotamiento, que son factores comunes en trabajos de alta demanda emocional.



Por lo tanto, las organizaciones pueden desempeñar un papel esencial al capacitar y orientar a sus empleados en el desarrollo de estas habilidades de afrontamiento. Programas de capacitación en resiliencia y autocuidado, talleres de habilidades de afrontamiento y creación de redes de apoyo dentro de la empresa son estrategias que pueden fortalecer la capacidad de los trabajadores para enfrentar el estrés y mejorar su bienestar general. La implementación de estas prácticas no solo respalda la resiliencia individual de los empleados, sino que también contribuye a crear una cultura organizacional positiva y sostenible, donde el bienestar y el autocuidado se convierten en prioridades para todos. Se subraya la importancia de que las organizaciones inviertan en estrategias de salud ocupacional y programas de apoyo al bienestar, que han demostrado ser valiosos tanto para el éxito individual de los empleados como para la sostenibilidad y eficiencia de la organización en su conjunto.

### Referencias bibliográficas

- Altuntaş, O., & Tekeci, Y. (2020). *Effect of COVID-19 on perceived stress, coping skills, self-control, and self-management skills*. Research Square. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-48393/v1>
- Amini, M. T., & Noroozi, R. (2018). Relationship between self-management strategy and self-efficacy among staff of Ardabil disaster and emergency medical management centers. *Health in Emergencies and Disasters Quarterly*, 3(2), 85–90. <https://doi.org/10.29252/nrip.hdq.3.2.85>
- Ato, M., López, J. J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6), 1080–1107. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1080>
- Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas [CIOMS]. (2002). *Pautas éticas internacionales para la investigación biomédica en seres humanos*. [https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMSEthicalGuideline\\_SP\\_INTERIOR-FINAL.pdf](https://cioms.ch/wp-content/uploads/2017/12/CIOMSEthicalGuideline_SP_INTERIOR-FINAL.pdf)

- CultureMonkey. (2024). *The role of employee engagement in productivity and turnover reduction*. CultureMonkey. <https://www.culturemonkey.io>
- Fernández-Prado, B., García-Izquierdo, M., y Ramos-Pichardo, J. D. (2021). Estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores de la salud en tiempos de COVID-19. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 37(1), 37-44. <https://doi.org/10.5093/jwpm2021a7>.
- Goetz, R. (2020). *¡Walk It Off!': A Caregiver's Guide to Self-Management in Working with Athletes with TBI* [Tesis de Maestría, California State University, Northridge]. <https://scholarworks.csun.edu/bitstream/handle/10211.3/214773/Goetz-Rachelle-thesis-2020.pdf?sequence=1>
- Gómez-Arteaga, I., Cerezo-Valverde, J., y López-Aragón, M. L. (2020). Estrés laboral, calidad del sueño y autocuidado en trabajadores de una empresa de servicios. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 36(1), 17–24. <https://www.redalyc.org/journal/180/18072770007/html/>
- Gómez-Borges, A., Zuberbühler, M. J. P., Martínez, I. M., & Salanova, M. (2022). Self-care at work matters: How job and personal resources mediate between self-care and psychological well-being. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 38(3), 231-239. <https://doi.org/10.5093/jwop2022>.
- Landsbergis, P. A., Dobson, M., Koutsouras, G., & Schnall, P. (2019). Job strain and health behavior in a cohort of hospital workers. *American Journal of Industrial Medicine*, 62(2), 114-127. <https://doi.org/10.1002/ajim.22937>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing Company.
- Manrique-Abril, F., Fernández, A., y Velandia, A. (2009). Análisis factorial de la Escala Valoración de Agencia de Autocuidado (ASA) en Colombia. *Aquichan*, 9(3), 222-235. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74112147003>
- Morán, C., Landero, R., y González, M. T. (2009). *COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE*. *Psicología Conductual*, 17(1), 85-104.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115–144. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115>
- Rodríguez-Muñoz, A., Moreno-Jiménez, B., Hernández-Perlines, F., y Rodríguez-Muñoz, J. (2021). Estrategias de afrontamiento, estrés laboral y satisfacción laboral: Un estudio en trabajadores de una empresa del sector servicios. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 37(1), 53-60. <https://www.redalyc.org/journal/2313/231374563009/231374563009.pdf>
- Romero Bolívar, L. M., Rosas Rodríguez, N. C., y Vásquez González, M. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad en auxiliares de enfermería en aislamiento por Covid-19, del Hospital Militar Central*. [Tesis de Licenciatura, Corporación Universitaria Minuto de Dios].

- Salanova, M., Schaufeli, W. B., Llorens, S., Peiró, J. M., y Grau, R. (2001). Desde el "burnout" al "engagement": ¿una nueva perspectiva? *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 26(2), 117-134. <https://journals.copmadrid.org/jwop/files/63236.pdf>
- Schwarzer, R., & Knoll, N. (2007). Functional roles of social support within the stress and coping process: A theoretical and empirical overview. *International Journal of Psychology*, 42(4), 243–252. <https://doi.org/10.1080/00207590701396641>
- Vega, N., Araya, M. R., y Jiménez, M. P. M. (2022). Telenfermería, estrategias de autocuidado y afrontamiento del estrés en personas trabajadoras. *Enfermería en Costa Rica*, 36(2), 51-59. <https://doi.org/10.31355/vol36.2022.14>
- Work Health Solutions. (2023). *Building resilience: Strategies to manage workplace stress*. Work Health Solutions. <https://workhealthsolutions.com>

Este libro en formato electrónico fue editado por la Universidad Autónoma de Coahuila. Saltillo, Coahuila, el 10 de diciembre de 2024.

# Educación y Salud



En un mundo lleno de cambios constantes y desafíos cotidianos, la educación y la investigación tienen el poder de marcar la diferencia en nuestras vidas. Este libro es una invitación a reflexionar, aprender y transformar. A través de las voces de investigadores y alumnos de posgrado, se abordan algunos de los temas más relevantes para México hoy: desde el impacto de la tecnología en el aprendizaje hasta estrategias para enfrentar problemas sociales urgentes como la violencia de pareja y la salud mental en diversas poblaciones.

Cada capítulo cuenta una historia: la de quienes buscan conectar teoría y práctica para generar soluciones reales y accesibles. Ya sea explorando el uso de inteligencia artificial, promoviendo la enseñanza basada en competencias, o proponiendo enfoques integrales para problemas sociales, los autores nos inspiran a mirar más allá de los retos y a imaginar un futuro diferente, más justo y humano.

Este libro está pensado para ti: el educador que busca nuevas herramientas, el estudiante curioso, el profesional comprometido con el cambio o el investigador que sabe que cada idea puede ser el inicio de algo grande. Aquí encontrarás ideas que dialogan, propuestas que complementan y reflexiones que no solo informan, sino que también conmueven.

Más que un texto académico, esta obra es un recordatorio de que el conocimiento cobra vida cuando lo ponemos al servicio de los demás. Al abrir estas páginas, descubrirás cómo, con cada paso que damos juntos, podemos construir comunidades más fuertes, más humanas, y más llenas de esperanza.



UADEC

