

Rendimiento Académico y Calidad de Vida en Estudiantes Universitarios

Academic Performance and Quality of Life among University Students

Dra. Karla Celina Aviles Arredondo^I, Dra. Raquel García Flores^{II}, Dr. Albano Torres Gómez^{III}

Instituto Superior de Estudios de Occidente, Tepic, Nayarit, México; Instituto Tecnológico de Sonora, Ciudad Obregón, Sonora, México; Instituto Superior de Estudios de Occidente, Tepic, Nayarit, México.

I. Instituto Superior de Estudios de Occidente, Tepic, Nayarit, México.
<https://orcid.org/0009-0003-4899-3486>

II. Instituto Tecnológico de Sonora, Ciudad Obregón, Sonora, México
<https://orcid.org/0000-0002-2786-5069>

III. Instituto Superior de Estudios de Occidente, Tepic, Nayarit, México.
<https://orcid.org/0000-0002-8451-031X>

Correspondencia:

Dra. Karla Celina Aviles Arredondo
Instituto Superior de Estudios de Occidente, Tepic, Nayarit, México.

karla_celina_a@hotmail.com

Resumen

Objetivo: Examinar la relación entre el rendimiento académico (RA) y los factores de calidad de vida en estudiantes del estado de Sonora, México, específicamente en el bienestar físico, psicológico, las relaciones sociales y el ambiente. **Método:** Estudio de diseño cuantitativo, no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional, tomando una muestra no probabilística por conveniencia de 112 estudiantes universitarios de las carreras de Administración, Psicología y Trabajo Social; se utilizó la Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU) y el WHOQOL-BREF para evaluar calidad de vida. **Resultados:** Se encontraron niveles moderados en RA y calidad de vida, sin diferencias significativas en RA en función del sexo, mientras que sí en las dimensiones de salud psicológica y ambiente. Se identificaron asociaciones positivas y significativas entre RA y calidad de vida. La salud psicológica fue el mejor predictor del RA. La salud física mostró una asociación significativa con el RA en el modelo inicial; su efecto disminuyó al incorporar las variables psicológicas y sociales en el modelo de regresión jerárquica. **Conclusión:** El bienestar psicológico se identificó como un factor relevante asociado al RA e implica la evaluación de condiciones emocionales y del contexto en el que se desenvuelven.

Abstract

Objective: To examine the relationship between academic performance (AP) and quality of life factors in students at the Universities from Sonora, Mexico, specifically concerning physical well-being, psychological well-being, social relationships, and the environment. **Methods:** A quantitative, non-experimental, cross-sectional study with a correlational scope was conducted. A non-probabilistic convenience sample of 112 university students from the Administration, Psychology, and Social Work degree programs was taken. The University Academic Performance Scale (RAU) and the WHOQOL-BREF were used to assess academic performance and quality of life, respectively. **Results:** Moderate levels of both AP and quality of life were found. No significant differences in AP were observed based on sex; however, significant differences were found in the dimensions of psychological health and environment. Positive and significant associations were identified between AP and quality of life. Psychological health was the strongest predictor of AP. Physical health showed a significant association with AP in the initial model; however, its effect decreased after incorporating psychological and social variables into the hierarchical regression model. **Conclusions:** Psychological well-being was identified as a relevant factor associated with academic performance, highlighting the importance of emotional conditions and contextual factors in students' academic development.

Citar como:

Aviles Arredondo kC, García Flores R, Torres Gómez A. Rendimiento Académico y Calidad de Vida en Estudiantes Universitarios. [Internet] Revista ISEO Journal [internet]. 2025 [citado el...];2(2):25-29. Disponible en: <https://doi.org/10.63344/7va67h51>

Términos MeSH

PALABRAS CLAVE

- Rendimiento académico (RA),
- Calidad de vida,
- Bienestar psicológico,
- Bienestar físico,
- Relaciones sociales,
- Estudiantes universitarios,
- Regresión lineal jerárquica.

MeSH Terms

KEYWORDS

- Academic performance,
- Quality of life,
- Psychological well-being,
- Physical well-being,
- Social relationships,
- University students,
- Hierarchical linear regression.



ISEO JOURNAL®

Este artículo científico se publica como acceso abierto y está protegido por la licencia Creative Commons Atribución-No Comercial (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>), se autoriza su uso, distribución y reproducción no comercial, con la condición de citar adecuadamente la obra original.

Introducción

La universidad desempeña un papel fundamental en la formación integral de los estudiantes, tanto en términos de desarrollo profesional como en la promoción de su bienestar personal y social. En este contexto, diversos estudios han señalado que las condiciones de calidad de vida de los estudiantes pueden influir en su desempeño académico y en su experiencia universitaria. Asimismo, promueve la generación de conocimiento, la investigación y la innovación, preparando a los estudiantes para responder a las exigencias de un mercado laboral dinámico. Para quienes se encuentran en situación de vulnerabilidad, además, representa una oportunidad de movilidad social, seguridad económica y construcción de un futuro más estable^{1, 2}.

El rendimiento académico (RA) es el avance alcanzado por los estudiantes en función de objetivos establecidos, constituyendo su avance en el proceso de aprendizaje^{3, 4}.

La calidad de vida (CV) se define como la percepción que tiene una persona de su posición en la vida, a partir del contexto cultural, el sistema de valores en el que se desarrolla, sus metas, expectativas y preocupaciones, incluyendo variables como la salud física, la salud mental, el entorno social o ambiental y las relaciones interpersonales⁵. En particular, la salud psicológica es equiparada al bienestar centrado en la satisfacción vital y la felicidad personal, así como al bienestar vinculado al sentido y propósito de vida⁶.

En este contexto, la teoría social-cognitiva de Albert Bandura sostiene que el aprendizaje es un proceso cognitivo inherente al entorno, y en él intervienen tanto factores ambientales, como la familia, la escuela, los mismos compañeros y los medios de comunicación, como factores intrapersonales, entre los que destacan la autoeficacia, la autorregulación y la motivación⁷.

En la vida académica universitaria pueden surgir desequilibrios en cuanto al modo y hábitos de vida, lo que crea una repercusión en el RA^{8, 9}. Aspectos como la poca actividad física, mala organización del tiempo, inadecuados hábitos alimenticios, desorganización en las actividades, problemas de sueño, consumo de bebidas alcohólicas y otras sustancias impactan en el desempeño académico del alumno y se relacionan con enfermedades tales como sobrepeso, diabetes, obesidad, presión alta, problemas cardiorrespiratorios, algunos tipos de cáncer y experiencias emocionales negativas¹⁰.

Por otro lado, la población universitaria cuyos hábitos de vida son saludables suelen obtener un mayor RA¹¹. Por ello, es necesario que haya programas integrales con orientación nutricional, espacios para actividad física y apoyo psicológico para mejorar tanto la salud como el desempeño académico^{12, 13}.

El bienestar psicológico es un componente clave en la formación técnica que podría fortalecerse mediante estrategias institucionales de acompañamiento socioemocional, y una gestión educativa integral podría favorecer tanto el desempeño académico como el desarrollo personal de los estudiantes¹⁴.

Existen factores sociodemográficos para determinar su influencia en el bajo RA. Entre las variables estudiadas se encuentran la edad, el sexo, la región de procedencia y el tipo de colegio de secundaria¹⁵.

Aunque el rendimiento académico universitario (RAU) tiene influencia de múltiples factores vinculados con la calidad de vida de los estudiantes, tales como el bienestar físico, psicológico, las relaciones sociales y el ambiente, se requieren investigaciones que aborde a profundidad la relación entre dichas variables en estudiantes universitarios.

En función de lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre el RA y los factores de calidad de vida, bienestar físico, bienestar psicológico, relaciones sociales y ambiente en estudiantes universitarios del estado de Sonora, México?

Para dar respuesta a la interrogante, el objetivo del estudio fue examinar la relación entre el rendimiento académico y las dimensiones de la calidad de vida (salud física, salud psicológica, relaciones sociales y ambiente) en estudiantes universitarios del estado de Sonora, México. Se abordaron como objetivos específicos analizar las diferencias por sexo en el RA y en las dimensiones de la calidad de vida, y evaluar la capacidad predictiva de la salud física

y la salud psicológica sobre el RA mediante un modelo de regresión lineal jerárquica.

Metodología

Diseño de Estudio

Se elaboró un estudio no experimental, cuantitativo, de corte transversal y alcance correlacional. La investigación se llevó a cabo en una universidad pública y una privada del estado de Sonora, México, durante el ciclo académico vigente al momento de la recolección de datos.

El diseño transversal favoreció el análisis de la relación entre el RA y las dimensiones de calidad de vida en un único momento en el tiempo, sin manipulación de la variable independiente.

Población de Estudio

La población estuvo conformada por alumnos universitarios pertenecientes a dos universidades del Estado de Sonora, México. Para definir la muestra, se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionándose finalmente 112 estudiantes: 44 hombres (39.3 %) y 68 mujeres (60.7 %), con edades comprendidas entre los 18 y 51 años.

Criterios de Selección

Entre los criterios de inclusión se consideró estar oficialmente inscrito en alguna de las universidades participantes, aceptar participar de forma voluntaria y tener 18 años o más. Para los criterios de exclusión se determinó que los participantes no pertenezcan a las instituciones seleccionadas y aquellos que no completaron adecuadamente los instrumentos.

Enrolamiento

Mediante coordinación con los coordinadores académicos, se obtuvo el acceso a los estudiantes universitarios, grupos de diferentes carreras, los cuales se enrolaron de forma voluntaria para completar los instrumentos a través de un formulario en línea.

Variable

Variable Dependiente

Rendimiento académico universitario (RA), medido mediante la Escala de Rendimiento Académico Universitario (RAU), que evalúa:

- Aportación en actividades académicas
- Dedicación al estudio
- Organización de recursos didácticos
- Indicadores objetivos como promedio académico
- Los índices de confiabilidad oscilaron entre $\alpha = .54$ y $\alpha = .79$
- El análisis factorial exploratorio mostró adecuación muestral (KMO = .724; $\chi^2 = 897.33$; gl = 190), con una varianza explicada del 41.10%.

Variable Independiente

Calidad de Vida (CV). Evaluada mediante el instrumento WHOQOL-BREF, que contempla cuatro dimensiones:

1. Salud física
2. Salud psicológica
3. Relaciones sociales
4. Ambiente

El instrumento mostró adecuados índices psicométricos en la muestra: α global = .89; alfas por dimensión superiores a .70; KMO = .845; $\chi^2 = 1331.25$; gl = 276; varianza explicada del 49.85 %.

Las variables fueron tratadas como continuas, sin categorización por puntos de corte.

Procedimientos

Se estableció contacto institucional con autoridades académicas para solicitar autorización. Posteriormente, el investigador acudió a los grupos seleccionados y explicó:

- Objetivo del estudio
- Naturaleza voluntaria de la participación
- Confidencialidad de la información

Los estudiantes que aceptaron participar recibieron un enlace a un formulario electrónico (Google Forms). El tiempo estimado de respuesta fue de 15 a 20 minutos.

La base de datos fue descargada en formato Excel y posteriormente convertida a formato .sav para su análisis en el software estadístico

SPSS.

Aspectos Éticos

La participación fue anónima y voluntaria. Antes de responder al cuestionario, a los estudiantes se les proporcionó información específica del objetivo del estudio y firmaron el consentimiento informado.

Se evitó recolectar datos que pudieran identificar a los participantes de forma individual. El manejo de la información se realizó con fines académicos y de investigación, garantizando la confidencialidad de los mismos.

Resultados

Desde los análisis de correlación se mostró que salud física y salud psicológica se asociaron significativamente al rendimiento académico universitario (RAU). Como resultado, se incluyeron en las variables en el modelo de regresión lineal múltiple para el estudio de su capacidad predictiva sobre el RA.

La Tabla 1 muestra que la escala de respuesta de los instrumentos tiene un rango del 1 al 5, con puntuaciones por arriba de la media teórica de la escala (3), lo que indica niveles moderados.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y distribución (asimetría y curtosis) de las variables

	M	DE	Curtosis	Asimetría
Aportación en actividades académicas	3.41	0.63	0.10	0.28
Dedicación del estudio	3.78	0.66	-0.43	-0.02
Falta de organización de recursos didácticos	3.20	0.41	-0.16	-0.03
Salud física	3.06	0.62	0.86	0.78
Salud psicológica	3.35	0.61	-0.07	0.34
Relaciones sociales	3.30	0.85	-0.09	0.05
Ambiente	3.40	0.61	0.15	0.41

Nota: M = media; DE = desviación estándar.

En la Tabla 2 se compararon las medias por el sexo del universitario en las dimensiones de desempeño académico. No se encontraron diferencias significativas en las dimensiones del desempeño académico universitario.

Tabla 2. Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones del desempeño académico universitario.

	M	DE	M	DE	gl	t	p
Aportación en actividades académicas	3.36	0.60	3.49	0.67	110	1.000	.32
Dedicación del estudio	3.76	0.69	3.81	0.62	110	0.400	.69
Organización de recursos didácticos	3.20	0.42	3.20	0.40	100	-0.073	.94

Nota: M = media; DE = desviación estándar; gl = grados de libertad; t = estadístico de la prueba t de Student; p = valor de significancia.

En la Tabla 3, se presenta la comparación de medias entre mujeres y hombres en las dimensiones de la calidad de vida (CV) mediante la prueba t de Student para muestras independientes. En salud física, las mujeres obtuvieron una media de 2.99 (DE = 0.56) y los hombres 3.17 (DE = 0.70), con gl = 110, t = 1.505 y p = .13. En salud psicológica, la media fue de 3.26 (DE = 0.53) en mujeres y 3.49 (DE = 0.70) en hombres, con gl = 110, t = 1.988 y p = .04. En relaciones sociales, las mujeres presentaron una media de 3.20 (DE = 0.78) y los hombres 3.46 (DE = 0.94), con gl = 110, t = 1.584 y p = .11. Finalmente, en la dimensión ambiente, las mujeres registraron una media de 3.29 (DE = 0.57) y los hombres 3.56 (DE = 0.64), con gl = 110, t = 2.264 y p = .02.

Tabla 3. Comparación de medias por t de Student en muestras independientes en las dimensiones de calidad de vida

	Femenino		Masculino		gl	t	p
	M	DE	M	DE			
Salud física	2.99	0.56	3.70	0.70	110	1.505	.13
Salud psicológica	3.26	0.53	3.49	0.70	110	1.988	.04
Relaciones sociales	3.20	0.78	3.46	0.94	110	1.584	.11
Ambiente	3.29	0.57	3.56	0.64	110	2.264	.02

Nota: M = media; DE = desviación estándar; gl = grados de libertad; t = estadístico de la prueba t de Student; p = valor de significancia.

En la Tabla 4 se observa una correlación más alta entre salud física y salud psicológica (r = 0.69**), seguida de salud física y ambiente (r = 0.66**), salud psicológica y relaciones sociales (r = 0.64**) y relaciones sociales y ambiente (r = 0.61**). Las correlaciones positivas más bajas pero significativas se presentan entre dedicación al estudio y ambiente (r = 0.20*), dedicación al estudio y relaciones sociales (r = 0.22*) y dedicación al estudio y salud física (r = 0.23*). Las correlaciones negativas más grandes corresponden a falta de organización con salud física (r = -0.29**) y con salud psicológica (r = -0.29**), mientras que las más pequeñas (y no significativas) son con relaciones sociales (r = -0.08) y ambiente (r = -0.07).

Tabla 4. Correlaciones bivariadas de las dimensiones de estudio

	1	2	3	4	5	6	7
1. Aportación en actividades académicas	--						
2. Dedicación del estudio	0.48**	--					
3. Falta de organización de recursos didácticos	-0.25**	-0.11	--				
4. Salud física	0.44**	0.23*	-0.29**	--			
5. Salud psicológica	0.51**	0.30**	-0.29**	0.69**	--		
6. Relaciones sociales	0.37**	0.22*	-0.08	0.58**	0.64**	--	
7. Ambiente	0.34**	0.20*	-0.07	0.66**	0.53**	0.61**	--

Nota: Coeficientes de correlación de Pearson.
*p < .05. **p < .01. ***p < .001.

La Tabla 5 muestra una síntesis del análisis de regresión lineal jerárquica para estimar el RAU a partir de las dimensiones de CV. En el Paso 1, la salud física explicó un 8% de la varianza (ΔR² = .08, p < .01) y mostró un coeficiente estandarizado β = .28 (p < .01). En el Paso 2, al incorporar la salud psicológica al modelo, se explicó un 13% adicional de la varianza (ΔR² = .13, p < .001). En este segundo paso, la salud física presentó un coeficiente β = .05, mientras que la salud psicológica mostró un coeficiente β = .33 (p < .01).

Tabla 5. Resumen del análisis de regresión lineal jerárquica prediciendo el rendimiento académico universitario a partir de las dimensiones de calidad de vida

		Rendimiento académico universitario	
		ΔR ²	β
Paso 1		.08**	
	Salud física		.28**
Paso 2		.13***	
	Salud física		.05
	Salud psicológica		.33**

Nota: ΔR² = cambio en el coeficiente de determinación; β = coeficiente de regresión estandarizado.
p < 0.05; p < 0.01; p < 0.001.

Discusión

La escala de respuesta de los instrumentos obtuvo niveles moderados, lo que permitió interpretar una percepción de rendimiento académico (RA) positivo. De igual manera, si bien se percibe una calidad de vida (CV) buena, estas puntuaciones ni siquiera son moderadamente altas, por lo que se puede señalar que los universitarios perciben características de su CV que podrían mejorar.

Los análisis de regresión señalaron que la salud psicológica de la variable CV se vincula significativamente con el RA, sugiriendo que el bienestar emocional puede jugar un papel relevante en la experiencia académica de los estudiantes. Asimismo, las relaciones sociales mostraron asociaciones positivas con el RA en los análisis de correlación, aunque no se mantuvieron como predictor en el modelo de regresión. Los resultados explicaron que las dimensiones de la CV se deben parcialmente al RA, pero que existen otras variables de carácter académico y contextual que pueden influir en este proceso. De manera similar, Grimaldo y Manzanares¹⁶ evidenciaron que el rendimiento académico presenta un carácter multicausal, siendo explicado por la interacción de variables psicológicas, emocionales y motivacionales, entre las que destacan la autoeficacia, la motivación de logro y la ansiedad como predictores significativos del desempeño académico.

A modo de comparación, el estudio de Sáez et al.¹⁷ reportó un

RA promedio aceptable, revelando asociaciones diferenciales con los factores de CV, y encontrando relaciones positivas y estadísticamente significativas en las dimensiones psicosocial y ambiental. A diferencia de las relaciones sociales que evidenciaron una tendencia negativa no significativa, sugiriendo que un mayor involucramiento social podría, en este contexto, no favorecer el éxito académico. En la misma línea, Aguirre Ojeda et al.¹⁸ establecieron que el bienestar subjetivo se relaciona con estados de ánimo positivos y con una menor presencia de emociones negativas como la depresión, la fatiga y la tensión, lo que pone de manifiesto la importancia del equilibrio emocional en la salud mental y en el desempeño académico. Estos hallazgos destacan que, más que la salud física o la sociabilidad, la estabilidad emocional y las condiciones del entorno son los factores con mayor potencial para incidir en el rendimiento de los jóvenes.

Asimismo, los datos del estudio realizado por Barrera Hernández et al.¹⁹, mostraron que el bienestar psicológico general en universitarios se correlacionó positiva y significativamente con la cantidad de materias aprobadas y con considerarse un estudiante exitoso, aunque no halló una relación directa entre el bienestar psicológico global y el promedio, sí se observaron vínculos entre este y dimensiones específicas del bienestar, así como entre las materias aprobadas y diversas dimensiones; por lo tanto, afirman que el bienestar psicológico se relaciona con el RA y subrayan la urgencia de que las entidades educativas no solo alienten el éxito académico, sino que también proporcionen entornos que favorezcan el crecimiento personal, la aceptación optimista de la vida y el bienestar multidimensional del estudiantado universitario.

En lo referente a las diferencias en la calidad de vida entre varones y mujeres, ambos percibieron una habilidad y aptitud similar para obtener una buena calificación y aprender el contenido de los cursos.

El estudio de Vidal-Conti et al.²⁰ exhibió que las mujeres perciben y experimentan más estrés académico, pero esto no se traduce en un peor rendimiento debido a que presentan un manejo más eficiente del tiempo, priorizan mejor sus metas, planifican y se organizan con mayor eficacia, y emplean estrategias de afrontamiento más adaptativas, como la búsqueda de apoyo social y la expresión emocional, que compensan el impacto negativo que el estrés podría tener sobre su desempeño académico.

En el caso de hombres, un estudio realizado por Gómez-Esquivel et al.²¹ ha mostrado el resultado de que ellos alcanzan niveles ligeramente superiores de resiliencia. Este hallazgo debe interpretarse con cautela, dado que diversos estudios han mostrado resultados inconsistentes respecto a las diferencias de género en esta variable. Por ello, es posible que factores contextuales, sociales o culturales influyan en estas variaciones.

En el caso de la CV, se encontraron diferencias significativas en dos de las dimensiones estudiadas, en la salud psicológica y el ambiente, siendo que los hombres lo perciben ligeramente más positivo. En las dimensiones restantes no se encontraron diferencias significativas. Asimismo, los resultados señalaron que existen asociaciones positivas y significativas entre el desempeño académico y la calidad de vida del estudiante universitario. En las dimensiones de aportación en actividades académicas como en la dedicación del estudio, parecen influir los factores ambientales e interpersonales del individuo, mientras que la falta de organización de recursos didácticos no muestra una relación significativa, excepto con la salud psicológica.

En contraste, Coschiza et al.²² han demostrado que el RA de los estudiantes universitarios presenta una asociación significativa con las condiciones materiales; así, la ausencia de cobertura médica, de financiarse mediante planes sociales o la precariedad laboral impacta de una manera negativa en las calificaciones, en contraposición a contar con obra social, becas o ingresos familiares que se asocian con un mejor RA.

También, García-García y Carrizales-Berlangua²³ encontraron que dimensiones como la función física, el rol físico, la salud general, la vitalidad, el rol emocional y la salud mental se relacionan con las aspiraciones académicas de resultado, las metas de progreso, la satisfacción educativa y las expectativas del futuro.

De tal forma que se desprende una relación positiva y significativa entre RAU y CV, donde las dimensiones psicológicas y sociales parecen tener un mayor peso explicativo que la dimensión física; por lo tanto, el RA no es solo una cuestión de variables cognitivas, sino

que también es resultado de factores psicosociales y contextuales.

Los resultados del estudio indican que algunas dimensiones de la CV se asocian al RA. En particular, el bienestar psicológico mostró un mayor peso explicativo en el modelo de regresión, mientras que las relaciones sociales presentaron asociaciones positivas en los análisis de correlación. Sin embargo, estas variables explican solo parcialmente la variabilidad del RA lo que sugiere que otros factores académicos, personales y contextuales también podrían estar involucrados en el propio rendimiento.

El RA es independiente del sexo, dado que ambos grupos presentan percepciones similares en aportación académica, dedicación y organización. Esto sugiere que las diferencias de desempeño no pueden explicarse por una variable sociodemográfica simple como el sexo.

En los resultados, se exhibe que los hombres poseen una percepción ligeramente más positiva en las dimensiones de salud psicológica y ambiente, aunque en el resto de dimensiones de la CV no se registraron valores diferentes que fueran estadísticamente significativos entre hombres y mujeres. A su vez, se demostró la influencia del bienestar físico, que pese a no ser el predictor más fuerte, presenta un efecto mediado o desplazado por variables psicológicas.

En este sentido, la estabilidad emocional y el concepto positivo de la vida se convierten en determinantes académicos que están relacionados con la necesidad de crear programas institucionales de acompañamiento socioemocional. Mientras, las relaciones sociales se relacionan con el rendimiento de forma significativa y el apoyo social percibido es un factor protector en lo académico.

En torno a las limitaciones de la investigación, el diseño transversal dificulta determinar relaciones causales entre la CV y el RA. Por otro lado, el muestreo no probabilístico por conveniencia disminuye la posibilidad de generalizar los hallazgos a toda la comunidad universitaria del estado de Sonora o a otros contextos educativos. Asimismo, el tamaño muestral pudo haber restringido la potencia estadística para detectar efectos de menor magnitud. Finalmente, el uso de instrumentos de autorreporte puede introducir sesgos asociados a la deseabilidad social o a la percepción de los participantes.

Para futuros estudios, se sugiere la implementación de estudios con diseños longitudinales que permitan evaluar la dirección y la estabilidad de las relaciones entre la CV y el RA a lo largo del tiempo, como también indagar sobre posibles efectos mediadores o moderadores entre las relaciones de las variables que operan en las diferentes dimensiones del bienestar. Se debería trabajar en aumentar el tamaño y la diversidad muestral mediante muestreos probabilísticos a fin de poder facilitar una mayor posibilidad de generalizar los resultados a otros contextos universitarios. De igual manera, sería pertinente la implementación de otras variables sociodemográficas, como la inclusión de estrategias de afrontamiento, la autoeficacia académica o el apoyo institucional, para enriquecer aún más los modelos explicativos. Para finalizar, la conjunción de indicadores académicos subjetivos y objetivos puede agregar valor a los hallazgos y sostener evidencia más sólida que complementa las reflexiones sobre el diseño de intervenciones que apunten al bienestar integral del estudiantado universitario.

Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses

Financiación

Esta investigación no ha sido financiada por ninguna entidad u organización del sector público, privado o sin fines de lucro.

Referencias

1. UNESCO. Qué debe saber acerca de la educación superior [Internet]. París: UNESCO; 2025 [citado el 12 julio de 2025]. Disponible en: <https://www.unesco.org/es/higher-education/need-know>

2. Cortijo Ruiz G, Riquelme Soto V, Galvis Doménech MJ. La educación superior como plataforma para el desarrollo humano. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* [Internet]. 2023 [citado el 12 de julio de 2025];53(2):367-384. Disponible en: <https://doi.org/10.48102/rlee.2023.53.2.548>
3. Ruiz GC. La educación superior como plataforma para el desarrollo integral del estudiante universitario. *RLEE Nueva Época* [Internet]. 2023 [citado el 12 de julio de 2025];53(2):548. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/270/27074103003/html/>
4. Ruelas D, Ruelas E, Carrera M, Aceituno M. Rendimiento académico y condiciones socioculturales de estudiantes de una institución educativa rural en Perú. *Revista Innova Educación* [Internet]. 2025 [citado el 12 de julio de 2025];7(2):88-105. Disponible en: <https://doi.org/10.35622/rie.2025.02.005>
5. Núñez Manzuela AM. Rendimiento académico en estudiantes universitarios de República Dominicana durante la pandemia del COVID-19: análisis temporal. *Innovaciones Educativas* [Internet]. 2023 [citado el 12 de julio de 2025];25(39):4716. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-41322023000200049
6. Corredor A, Villamizar M, Pacheco F. Impacto de los programas de bienestar universitario en la calidad de vida de los estudiantes universitarios. *Revista Interamericana de Investigación, Educación y Pedagogía* [Internet]. 2020 [citado el 12 de julio de 2025];13(2):157-169. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5610/561070057007/html/>
7. Gutiérrez-Arias GR, Quiñones-Espinoza VE. Calidad de vida e inteligencia emocional en universitarios que realizan prácticas pre-profesionales. *CASUS Revista de Investigación y Casos en Salud* [Internet]. 2022 [citado el 12 de julio de 2025];6(1):19-30. Disponible en: <https://doi.org/10.35626/casus.1.2022.266>
8. Rodríguez-Rey R, Cantero-García M. Albert Bandura: impacto en la educación de la teoría cognitiva social del aprendizaje. *Padres y Maestros: Revista de Educación* [Internet]. 2020 [citado el 12 de julio de 2025];(384):72-76 Disponible en: <https://doi.org/10.14422/pym.i384.y2020.011>
9. Espinosa-Castro JF, Hernández-Lalinde J, Rodríguez JE, Chacín M, Bermúdez-Pirela V. Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* [Internet]. 2020 [citado el 12 de julio de 2025];39(1):63-69. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/html/>
10. Solano Dávila OL, Salas Vásquez BJ, Manrique Flores SM, Núñez Lira LA. Relación entre hábitos de estudio y estrés académico en los estudiantes universitarios del área de Ciencias Básicas de Lima (Perú). *Revista Ciencias de la Salud* [Internet]. 2022 [citado el 12 de julio de 2025];20(1):1-15. Disponible en: https://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-72732022000100003
11. Orizano JAP, Ypanaque GZ, Quedo LAO. Estilos de vida saludable y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Delectus* [Internet]. 2021 [citado el 12 de julio de 2025];4(1):82-92. Disponible en: <https://doi.org/10.36996/delectus.v4i1.103>
12. Ordóñez Parada A, De la Rosa Flores C, Sáenz Olivas J. Hábitos de vida saludables y su impacto en el rendimiento académico: estudio de caso: estudiantes universitarios en México. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores* [Internet]. 2025 [citado el 12 de julio de 2025];13(1):4758. Disponible en: <https://doi.org/10.46377/dilemas.v13i1.4758>
13. Brolrzovich Zuloeta ER. Salud mental y rendimiento académico: un análisis desde el bienestar psicológico y la gestión educativa. *Revista InveCom* [Internet]. 2025 [citado el 12 de julio de 2025];6(3):1-9. Disponible en: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17718767>
14. Wang J, Chen Q, Meng J, Wei J, Wang C, Hou C. The relationship between physical activity and mental health among university students: a chain mediation effect of self-efficacy and emotion regulation. *Frontiers in Psychology* [Internet]. 2025 [citado el 12 de julio de 2025];16:1681753. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1681753>
15. Gutiérrez-Monsalve J, Garzón J, Segura-Cardona AM. Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Formación Universitaria* [Internet]. 2021 [citado el 12 de julio de 2025];14(1). Disponible en: <https://doi.org/10.4067/S0718-50062021000100013>
16. Grimaldo M, Manzanares-Medina E. Predictors of academic performance among entering freshmen at a private university in Lima. *Revista Electrónica Educare* [Internet]. 2023 [citado el 12 de julio de 2025];27(1):1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.15359/ree.27-1.14283>
17. Aguirre Ojeda DP, Figueroa Varela MDR, Espinosa Parra IM, Argüero Fonseca A, Meza Dávalos MB. Relación de bienestar subjetivo y estado de ánimo en jóvenes universitarios. *Revista Científica de Salud y Desarrollo Humano* [Internet]. 2025 [citado el 12 de julio de 2025];5(4):2193-2218. Disponible en: <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v5i4.456>
18. Saéz Abello GA, Ariza Viviescas AM, Laurin LL, Pupo Sfeir LE. Calidad de vida y el rendimiento académico en jóvenes estudiantes de Caldas, Colombia: estudio piloto. *Revista Andina de Educación* [Internet]. 2024 [citado el 12 de julio de 2025];7(1):000718. Disponible en: <https://doi.org/10.32719/26312816.2023.71.8>
19. Barrera Hernández LF, Sotelo Castillo MA, Barrera Hernández RA, Aceves Sánchez J. Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época* [Internet]. 2019 [citado el 12 de julio de 2025];1(2):244-251. Disponible en: <https://doi.org/10.62364/yq42v268>
20. Vidal Conti J, Muntaner Mas A, Palou Sampol P. Diferencias de estrés y afrontamiento del mismo según el género y cómo afecta al rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Contextos Educativos: Revista de Educación* [Internet]. 2018 [citado el 12 de julio de 2025];22:181-195. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524978>
21. Gómez Esquivel DA, Delgado Sánchez U, Martínez Flores FG, Ortiz-Rodríguez MA, Avilés Reyes R. Resiliencia, género y rendimiento académico en jóvenes universitarios del Estado de Morelos. *Revista ConCiencia EPG* [Internet]. 2021 [citado el 12 de julio de 2025];6(1):36-51. Disponible en: <https://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/80>
22. Coschiza CC. Características socioeconómicas y rendimiento académico: relaciones mediante regresiones estadísticas. *REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación* [Internet]. 2016 [citado el 12 de julio de 2025];14(3):51-76. Disponible en: <https://doi.org/10.15366/reice2016.14.3.003>
23. García-García JA, Carrizales-Berlanga D. Calidad de vida relacionada con la salud, expectativas y satisfacción académica de jóvenes universitarios. *Interacciones* [Internet]. 2021 [citado el 12 de julio de 2025];7:e241. Disponible en: <https://doi.org/10.24016/2021.v7.241>