

**Estrategias psicoeducativas que promueven el autocuidado y la salud mental en los  
estudiantes del Centro Comunitario Atención Virtual Cartagena**

Rosana Salas Pérez

Asesora

Sandra Milena Ruiz Ochoa

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD  
Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades  
Programa de Psicología

2022

## Resumen

Iniciar el estudio de una carrera profesional puede ser una fuente de estrés que acecha el bienestar psicológico. Este a su vez no solo compromete el rendimiento académico, sino que afecta la salud física o mental de las personas; especialmente, los más jóvenes. Por ello, es necesario que quienes comiencen una profesión, además de estar convencidos de la carrera elegida, se encuentren mentalmente sanos; que contribuya, siguiendo a Floralba Barrero (2020) a que tengan una mayor capacidad de afrontamiento de las situaciones que se presentan a lo largo de este periodo; ello como un factor protector que el propio estudiante pondrá en práctica ante las demandas que implica estudiar una carrera. Bajo esta orientación, el proyecto consideró investigar cuáles podrían ser los estresores más importantes en los estudiantes de primera matrícula del Centro Comunitario Atención Virtual CCVA Cartagena; buscando el apoyo de USEM para llevar a cabo este proceso investigativo. Dentro de la propuesta resulta relevante conocer los principales estresores académicos en los estudiantes, dado que las situaciones que involucran el estrés se han asociado a enfermedades crónicas y cardíacas, a fallas en el sistema inmune, ansiedad, dolores de cabeza, enojo, trastornos metabólicos y hormonales, depresión, tristeza; irritabilidad, descenso de la autoestima, insomnio, y hasta asma; afectando tanto a la salud como al rendimiento académico de los estudiantes.

**Palabras claves:** Deserción, estrés, psicología, problemas, necesidad de estudiantes.

### **Abstract**

Starting the study of a professional career can be a source of stress that threatens psychological well-being. This in turn not only compromises academic performance, but also affects people's physical or mental health; especially the younger ones. For this reason, it is necessary that those who start a profession, in addition to being convinced of the chosen career, are mentally healthy; that contributes, following Floralba Barrero (2020) to having a greater ability to cope with the situations that arise throughout this period; this as a protective factor that the student himself will put into practice in the face of the demands that studying a career implies. Under this orientation, the project considered investigating what could be the most important stressors in the first-time students of the CCVA Cartagena Virtual Care Community Center; seeking the support of USEM to carry out this investigative process. Within the proposal, it is relevant to know the main academic stressors in students, since situations that involve stress have been associated with chronic and heart diseases, failures in the immune system, anxiety, headaches, anger, metabolic disorders and hormonal, depression, sadness; irritability, low self-esteem, insomnia, and even asthma; affecting both the health and academic performance of students.

**Keywords:** dropout, stress, psychology, problems, need for students.

## Tabla de contenido

|   |    |
|---|----|
| Introducción .....  | 8  |
| Planteamiento del problema.....   | 11 |
| Necesidades identificadas.....  | 11 |
| Necesidad de autorrealización .....   | 12 |
| Objetivos.....  | 13 |
| Objetivo General.....   | 13 |
| Objetivos Específicos .....   | 13 |
| Justificación .....   | 14 |
| Marco teórico referencial.....  | 16 |
| Bases teóricas .....  | 16 |
| Marco conceptual .....  | 17 |
| Metodología.....  | 22 |
| Marco interpretativo.....   | 22 |
| Definición conceptual de las categorías y subcategorías apriorísticas ..... | 23 |
| Procedimiento.....  | 27 |
| Muestreo.....   | 27 |
| Instrumento.....  | 27 |
| Proceso de análisis de la información .....                                 | 27 |
| Marco administrativo .....  | 28 |
| Resultados.....   | 30 |

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Conclusiones .....               | 35 |
| Recomendaciones.....             | 38 |
| Referencias bibliográficas ..... | 39 |

## Lista de tablas

|   |    |
|---|----|
| <b>Tabla 1.</b> <i>Definición conceptual de categorías y subcategorías</i> .....  | 23 |
| <b>Tabla 2.</b> <i>Diagrama de Gantt con la programación de actividades</i> ..... | 28 |

## Lista de figuras

|   |    |
|---|----|
| <b>Figura 1.</b> <i>Envío de cuestionario a estudiantes</i> .....                           | 30 |
| <b>Figura 2.</b> <i>Tipo de estrés que manejan los estudiantes del CCVA Cartagena</i> ..... | 31 |
| <b>Figura 3.</b> <i>Dificultades de los estudiantes en el campus virtual</i> .....          | 32 |
| <b>Figura 4.</b> <i>Entrega de actividades por estudiantes</i> .....                        | 33 |
| <b>Figura 5.</b> <i>Expectativa de los estudiantes CCVA Cartagena</i> .....                 | 34 |

## Introducción

La pertinencia de este estudio radica en que será de gran utilidad; en primer lugar, para los estudiantes inscritos en la Universidad Nacional Abierta y Distancia UNAD, en tanto fortalece e incrementa el acervo teórico- conceptual sobre el tema y con ello, se posibilita la optimización en su proceso de enseñanza- aprendizaje. Y, en segundo lugar, para la institución, porque le permitirá a las autoridades académicas y administrativas contar con herramientas que permitan tratar el estrés académico de los estudiantes. Esto último, con el apoyo de la estrategia Unidad de Seguimiento Educativo Motivacional USEM, minimizará las tasas de abandono universitario que provocan algunos desertores.

Ahora bien, antes que nada, se hace necesario comprender el concepto de estrés académico. Autores como Zárate Depraect, Soto Decuir, Castro-Castro y Quintero Salazar (2017) citados por Silva Ramos, López-Cocotle y Columba Meza-Zamora en 2020, proponen que:

Es un estado que se produce cuando el estudiante percibe negativamente, las demandas de su entorno, cuando le resultan angustiantes aquellas situaciones a las que se enfrenta durante su proceso formativo y pierde el control para afrontarlas y en algunas ocasiones se manifiestan síntomas físicos y expresiones académicas como bajo rendimiento escolar, desinterés profesional, ausentismo e incluso deserción. (p.75)

En los últimos años, el estrés académico se constituye en un problema significativo para la salud física y mental; sobre todo, en la población de estudiantes universitarios, quienes a su vez están atravesando por una etapa evolutiva que trae consigo diferentes cambios (Llano siete días, 2017; Secretaria Departamental de Salud del Meta, 2019; Ministerio de Salud, 2018; Periódico del Meta, 2019 citados Delgado-Chaux y Garay Torres, 2020).

La transición entre el colegio y la universidad representa un cambio importante para los jóvenes, ya que deben asumir nuevos desafíos; en otras ocasiones deben empezar a vivir solos e implementan estrategias para dar punto de equilibrio a sus responsabilidades



académicas y sociales, así como a generar nuevas relaciones interpersonales dentro de su entorno académico. Estos retos para algunos jóvenes pueden conllevar a un alto nivel de estrés.

Algunos autores reconocen que, en la edad de 18 hasta 25 años, los individuos son más susceptibles a adquirir o agudizar los problemas en su salud física y mental. Así, las principales consecuencias negativas son la adquisición de patologías como la depresión, ansiedad, trastornos de conducta alimentaria e insomnio. También se identifican como causas de dichas patologías la mala salud mental y física en estudiantes universitarios, manejo del estrés, hábitos poco saludables y sedentarismo (Barrera-Herrera, Neira-Cofré, Raipán-Gómez, Riquelme-Lobos y Escobar, 2019; Thompson, Wood y MacNevin, 2019; McLafferty, Lapsley, Ennis, Armor, Murphy, Bunting, Bjourson, Murray y O'Neill, 2017).

Considerando lo anterior, según Thompson, Wood y MacNevin (2019), dado el caso de que los estudiantes universitarios no encuentren mecanismos de afrontamiento para asistir a las demandas académicas, aumentará las probabilidades de optar por el abandono de su estudio; es decir, que esta problemática conlleva al crecimiento en las cifras de deserción académica. Por ello, de acuerdo con el Ministerio de Educación Nacional (en 2019), con el fin de disminuir las tasas de deserción, se deben implementar proyectos que den respuesta efectiva a las problemáticas que surgen en las instituciones, como es la poca permanencia de los estudiantes.

Aunado a lo anterior, no solo es relevante identificar los sistemas en los cuales existen falencias; sino, que además se deben identificar los factores protectores que les permitan a los jóvenes la adaptación de manera positiva, o de riesgo. Esto contribuye a futuras investigaciones o planes de intervención que se encuentren dirigidos a mitigar la problemática a partir de los factores de riesgo, y a la visualización de los factores protectores para potencializar herramientas; que contribuyan a enfrentar circunstancias del diario a vivir.

En este orden de ideas, el trabajo investigativo que presentamos a continuación tiene como objetivo, promover el autocuidado de la salud mental, con base de en el diseño de estrategias psicosociales encaminadas al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad estudiantil, con el apoyo de la estrategia USEM. Dicho propósito, se articula a lo propuesto por Pérez Padilla, et.al (2010), pues:

Parte importante del ser humano es la salud mental, ya que, gracias a ella, cada individuo es capaz de interactuar de manera adecuada en su ambiente familiar, emocional, social y físico. El funcionamiento mental favorable es atribuido a diversos aspectos de la vida del individuo, que de manera integral contribuyen al bienestar psicológico. (p.32)

### **Planteamiento del problema**

Este proyecto ha tenido como enunciando principal la promoción de estrategias psicoeducativas que aportaran el autocuidado y la salud mental en los estudiantes del Centro Comunitario de Atención Virtual Cartagena (en adelante CCAV). Lo anterior, es sumamente importante ya que en su contexto particular propone analizar desde pruebas realizadas a la población objeto, el por qué los estudiantes desisten a la universidad. La educación juega un papel fundamental en la búsqueda del desarrollo y el bienestar social de las personas. Especialmente, por su impacto, en dos aspectos primordiales y complementarios como condición para la equidad social o como base de formación y mejoramiento de cada persona; que contribuya a indagar con profundidad las causas y posibles soluciones a la misma con el objetivo que los resultados aporten en la planificación de nuevas estrategias y decisiones para la enseñanza superior universitaria. Así, se pretendió aportar con la investigación nuevos elementos para una mejor planificación al bienestar de los estudiantes evitando que terminen dejando la universidad.

Es importante mostrar las causas más relevantes que ocasionan la deserción; por lo tanto, en el desarrollo de la investigación se trató de caracterizar la deserción universitaria presentada en estudiantes de primera y segunda matrícula del CCAV.

### **Necesidades identificadas**

En la actualidad y de acuerdo con el informe del Sistema Nacional de Instituciones de Educación Superior (SNIES), la deserción estudiantil en la educación superior está en un 52%. Por ello, cada universidad realiza esfuerzos por retener y sostener en el tiempo a los estudiantes académicamente viables; sin embargo, estos esfuerzos están divididos en diferentes frentes: el académico, el financiero, el psicológico y el cultural. 12 Así, el propósito del presente trabajo investigativo se ubica en el análisis de las necesidades y/o problemáticas encontradas desde la estrategia USEM de la UNAD en el CCVA). Estas necesidades reales y prioritarias que una organización debe satisfacer se traducen en conocimientos, habilidades y

aptitudes que deberán ser retomadas, desarrolladas o modificadas para mejorar la calidad de procesos educativos de los estudiantes de primera y segunda matrícula de la universidad en mención. Algunas de las necesidades identificadas son:

### ***Necesidad de autorrealización***

De acuerdo con Maslow, un humanista que cree que los seres humanos se esfuerzan por alcanzar su máximo potencial, en el momento del aprendizaje, los seres humanos aspiran a obtener la información que les permita cumplir con sus objetivos e intereses individuales. Es por ello que deben aspirar a crear contenido relevante y significativo, y dejar que los estudiantes aprendan en su propio ritmo utilizando materiales y herramientas que prefieran.

### ***Necesidad de autoestima***

Esto se refiere a la capacidad de sentirse respetado y apreciado; constituye una poderosa fuente de motivación. Bajo esta premisa, encontramos que los estudiantes con un sano sentido de sí mismo o autoestima; por ejemplo, son curiosos y confiados. Así mismo, tienen una actitud de “puedo hacerlo” que hace posible el aprendizaje. Maslow (una forma de referirme al autor) ofrece unas pautas claras que permiten identificar diferentes mecanismos para satisfacer las necesidades de autoestimas de los estudiantes, a saber:

Brindar apoyo a los estudiantes que les permita retroalimentar y mejorar su pensar.

Dar a conocer procesos de retroalimentación que les permita reconocer sus dificultades y estimular sus capacidades para culminar un proyecto. La información recopilada en este proyecto ayuda a examinar y enfocar la deserción desde un punto de vista cualitativo; lo que arrojó como conclusión que lo mejor era abordar el caso de los estudiantes desertores de la universidad y que estos permitieran conocer su problemática para poder capturar los motivos por los cuales dejaron la universidad, sin perder la objetividad de la investigación.

En este sentido, la pregunta de investigación que orientó esta investigación fue ¿Cuáles son las causas de la deserción universitaria que se presenta en los estudiantes del CCAV Cartagena?

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Promover el autocuidado de la salud mental, diseñando estrategias psicosociales encaminadas al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad Unadista en el CCAV Cartagena.

### **Objetivos Específicos**

Identificar las causas que llevan a los estudiantes a la deserción universitaria, con el fin de proponer estrategias que ayuden a enfrentar la deserción, a partir de un análisis cualitativo.

Determinar los servicios de salud mental que requieren los estudiantes desde su experiencia de vida.

Implementar estrategias de prevención de salud mental desde el área psicosocial en la comunidad Unadista CCAV Cartagena, con el apoyo de USEM.

Replicar actividades desarrolladas por bienestar académico y USEM en los estudiantes de primera matrícula del CCA Cartagena para minimizar el impacto des motivacional.

Evaluar el impacto de las estrategias motivacionales implementadas en los estudiantes de primera matrícula del CCAV Cartagena.

## Justificación

Algunas de las razones que justifican esta propuesta de investigación son el análisis a las dimensiones del estudio, ya que ofrece posibles de solucionar las principales necesidades que presentan los estudiantes en su proceso de formación y como los puede llegar afectar en el ámbito emocional, es el porqué de la presente intervención. Dentro de las principales necesidades encontradas en los estudiantes resaltamos el estrés, generado a raíz de la carga académica, falta de tiempo, compromisos laborales y familiares.

Estos factores, precisamente, son los que conllevan a que algunos estudiantes manifiesten deficiencias en la formación y en el mayor de los casos, se vean en la necesidad de abandonar sus estudios. El caso particular del estrés se da en los estudiantes como un carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta de forma descriptiva, por ello, los estudiantes se sienten frustrados de cierta forma por tanta carga que llevan en todas las áreas que manejan. Por lo tanto, y con el fin de mencionar algunas de las posibles soluciones a estas dificultades y necesidades, encontramos: poner a su disposición todas aquellas herramientas, mecanismos y conocimientos que les ayuden, en lo posible, a solucionar y superar todas las dificultades que se les presenten dentro su formación académica, contribuyendo a mejorar la calidad de vida de los estudiantes. Se ha considerado de vital importancia el desarrollo de este trabajo, por lo que aporta a los buenos hábitos de cómo llevar una vida emocional saludable, al bienestar personal de los estudiantes; esperando así, lograr un alcance el cual contribuya al afianzamiento y desarrollo de habilidades, generando nuevas estrategias pedagógicas que permitan que el estudiante explore de forma constante, y se desarrolle a nivel personal en sus diferentes dimensiones.

Siguiendo a Ingrid Quintero (2016), la deserción en educación superior es una problemática analizada constantemente por el Estado mediante el Ministerio de Educación Nacional junto con las instituciones universitarias que prestan el servicio de educación. Encontramos que existe la preocupación porque no siga aumentando este factor en las

universidades y es necesario abordarla dándole un giro que muestre otra faceta de la deserción en los jóvenes. De ahí, se hace necesario realizar estudios y buscar unas estrategias que ayuden a solucionar la problemática y al mismo tiempo, sensibilice a las directivas de las universidades colombianas, para que los estudiantes sigan cursando su carrera y no detengan su proceso de formación profesional. Con esta investigación, se espera presentar un análisis que demuestre las distintas acciones que fallan en el manejo y/o procesos de deserción universitaria, la cual está dada por la falta oportuna o medidas en pro de las causas que ocasionan el abandono de las aulas por parte de los estudiantes (casi sin terminar el primer semestre). Cabe mencionar que los análisis y diagnósticos de la deserción se consideran solo un asunto desde el ámbito institucional; sin embargo, las medidas y/o tratamiento debe hacerse más allá, que incluya el ámbito individual o personal. Por lo tanto, es justificable realizar una investigación cualitativa y no cuantitativa, porque la deserción no son cifras y estadísticas; sino, inherente a los individuos que presentan problemáticas diversas que deben tratarse.

## Marco teórico referencial

### Bases teóricas

En este proyecto se realizaron investigaciones que permiten dar mayor detalle en el área, y planes de prevención y promoción de salud física y mental de los estudiantes desde las miradas de algunos referentes teóricos, quienes han estudiado la importancia de la salud mental y el bienestar psicológico de los estudiantes que recién ingresan a la universidad argumentan que el óptimo desarrollo en esta etapa de su vida, es la base fundamental para augurar el éxito en todo lo que el estudiante emprende.

Morales (1999) señala que: Un individuo sano es aquel que presenta un buen equilibrio entre su cuerpo y su mente, y se halla bien ajustado a su entorno físico y social; controla plenamente sus facultades físicas y mentales, puede adaptarse a los cambios ambientales (siempre que no excedan a los límites normales) y contribuye al bienestar de la sociedad según su capacidad (p. 15). Es fundamental mencionar que cuando un individuo cuenta con una buena salud mental, existe un mayor despliegue de sus potencialidades que se verán reflejadas en su convivencia, trabajo y recreación. En la actualidad puede parecer difícil mantener un equilibrio mental sano debido a la diversidad de agentes estresantes como la excesiva carga de trabajo, las múltiples responsabilidades o la falta de una economía favorable. No obstante, en las encuestas realizadas encontramos a familias con carencias económicas manifestaron mayor prevalencia de depresión y trastornos de ansiedad (Sandoval, y Richard, 2005).

Según Delgado-Chaux y Garay Torres (2020), la deserción académica se ve influenciada por diversas variables como lo son las psicológicas, aquí juegan un papel fundamental las creencias y las actitudes frente a la carrera, el sistema educativo y sus expectativas a nivel personal. Una de las variables mencionadas es la personal, que tiene en



cuenta la edad, el género, el estado civil, los embarazos, los integrantes y el lugar que ocupa en el núcleo familiar y la disponibilidad horaria.

Según Barrero Rivera (2020), los factores de riesgo son una condición, característica o suceso que se puede evidenciar en un individuo o en un grupo de personas, relacionada con la posibilidad de estar expuesto a vivenciar una experiencia, desarrollar un proceso asociado con alguna afectación a la salud, a la homeostasis que maneja el ser humano para sobrevivir.

Dichos factores se pueden presentar en familias, culturas, comunidades, contextos; resaltando que si llegan a correlacionarse podrían causar problemáticas como la pobreza, desnutrición, enfermedades físicas y mentales. También puede ser un detonante de uno o diferentes prejuicios, a la vez varios aspectos de riesgo pueden unirse para un mismo fin.

### **Marco conceptual**

La Salud mental y deserción en el CCAV de Cartagena, arroja cifras significativas que reflejan un deterioro en el bienestar físico y mental de los estudiantes universitarios, debido a que estos se sitúan en una etapa evolutiva que los dirige a una mayor adaptación en los diferentes contextos en donde se desenvuelve. Este estado se percibe a nivel social, familiar, personal, educativo, laboral, religioso y de pareja; haciéndolos susceptibles a presentar problemas a nivel físico y/o mentales. Por esta razón, es significativo describir los factores de riesgo y protectores basados en el modelo ecológico de Urie Bronfenbrenner (1917-2005), con el fin de atender a la problemática que se presenta a nivel nacional de deserción académica, enmarcado en la línea de investigación de salud y sociedad.

La psicología aborda la salud física y mental como un tema de interés central, pues eso permite un desenvolvimiento biopsicosocial estable y saludable. Ahora bien, cabe resaltar que el ser humano, al estar bajo interacción constante con los diferentes contextos en los que se desarrolla, modifica su salud física y mental; de esta manera, la investigación actual da lugar ante la respuesta de interacción con los sistemas y como este interviene en la deserción

académica de los estudiantes universitarios del CCAV Cartagena, contemplando los factores de riesgo y protectores que atribuyen las alteraciones en la salud física y mental.

Deserción y Gobierno colombiano La educación superior enfrenta cambios asociados a su misión educativa en la sociedad. Estos cambios se expresan en una situación muy particular, la deserción estudiantil.

En Colombia, el acceso a la educación superior en las últimas décadas tiene como tendencia la universalización; es decir, una masificación de políticas económicas direccionadas por el Estado que tendrían como función financiar los estudios universitarios de diferentes capas poblacionales. Sin embargo, esto contrasta con el hecho evidente y además problemático de altas tasas de estudiantes que no logran finalizar satisfactoriamente su formación académica. En los entornos educativos la deserción escolar es un fenómeno estructural que permea un discurso educativo, indagando las condiciones sociales de los estudiantes y de la educación superior. Un estudio realizado por Velázquez (en el 2008), sostiene que los estudiantes al iniciar una carrera comienzan a enfrentarse a una serie de demandas sociales y académicas, para las que debe tener un repertorio favorable de conductas asertivas y bienestar subjetivo que les permita un adecuado manejo interpersonal de situaciones sociales.

Ello aportará sentimientos de tranquilidad y optimismo suficientes para desarrollar estrategias de afrontamiento ya que existe una relación significativa entre bienestar psicológico y rendimiento académico

Teoría de la Inteligencia Emocional, por medio de cual se evidenció en los estudiantes un descuido en la salud mental. Este hecho a su vez conlleva a que se genere en la comunidad estudiantil problemas de estrés que como consecuencia da como resultado la desmotivación académica. Cuando se habla de inteligencia emocional se hace referencia a que controlar las emociones y llevar una vida emocional sana permiten alcanzar el éxito. Para muchos o en su

gran mayoría los estudiantes tienden a vivir estresados por no controlar y modificar los estados emocionales.

Según la teoría de Daniel Goleman (1946) citado por Valeria Sabater, la inteligencia emocional se define como:

Otro modo de entender la inteligencia más allá de los aspectos cognitivos, tales como la memoria y la capacidad para resolver problemas, hablamos ante todo de nuestra capacidad para dirigirnos con efectividad a los demás y a nosotros mismos, de conectar con nuestras emociones, de gestionarlas, de auto motivarnos, de frenar los impulsos, de vencer las frustraciones. (2022, párr. 6)

En este sentido, la inteligencia emocional empieza con la conciencia de uno mismo y también con la conciencia social; es decir, cuando somos capaces de reconocer las emociones (y su impacto) en todo lo que nos rodea. Asimismo, supone entender que gran parte de nuestros comportamientos y decisiones se basan en emociones.

Goleman (1946), destaca dentro de su enfoque sobre la inteligencia emocional cuatro dimensiones básicas que la vertebran y de las cuales se pueden resaltar los siguientes: La primera dimensión o de autoconciencia emocional, constituye la capacidad para entender y comprender aquellas cosas que las personas sienten. Esto irá ligado a los valores y esencia. Así mismo, supone una especie de faro en las personas que les debe permitir guiarse en todo momento por el camino o senda correcta. Con lo anterior, se busca que las personas tengan cuenta sus realidades del yo interior junto con sus emociones, que lleve a su actuación conforme a las acciones que realice, sean buenas o malas. La segunda dimensión es la automotivación, que destaca una habilidad de las personas que fijan sus metas sean a corto o largo plazo.

También, de afrontar contratiempos y concentrar todos los recursos personales en dicha meta y/o objetivo. Por ello, al juntar los valores tales como optimismo, constancia, creatividad y confianza, estos le permitirán sobrellevar cualquier situación difícil para conquistar triunfos y por ende, logros más anhelados.

La empatía; constituye una tercera dimensión conllevando a la forma de relación e interacción, más allá de las expresiones habladas o escritas. Esto no remite a una explicación del mundo real y las emociones de cada persona; las cuales que se expresa con gestos, con un tono de voz particular, con determinadas posturas, miradas y expresiones. De acuerdo con el autor en mención, esto permitirá descifrar todo ese lenguaje, que la persona se ponga en el lugar del otro y descubrir aquello por lo que está pasando. Finalmente, encontramos las habilidades sociales que permiten construir entornos laborales sanos, cómodos y productivos. En otras ocasiones, dan forma a las relaciones de pareja, familiares o de amistad más satisfactorias (citado en Sabater, 2022, párr. 13-15).

A partir de las dimensiones ya mencionadas, encontramos que para lograr el bienestar integral de los estudiantes universitarios se contemplan factores de riesgo y protectores. Según Barrero Rivera (2020), los factores de riesgo son una condición, característica o suceso que se puede evidenciar en un individuo o en un grupo de personas, relacionada con la posibilidad de estar expuesto a vivenciar una experiencia, desarrollar un proceso asociado con alguna afectación a la salud, a la homeostasis que maneja el ser humano para sobrevivir.

La Salud mental y deserción en el CCAV de Cartagena, arroja cifras significativas que reflejan un deterioro en el bienestar físico y mental de los estudiantes universitarios, debido a que estos se sitúan en una etapa evolutiva que los dirige a una mayor adaptación en los diferentes contextos en donde se desenvuelve. Este estado se percibe a nivel social, familiar, personal, educativo, laboral, religioso y de pareja; haciéndolos susceptibles a presentar problemas a nivel físico y/o mentales. Por esta razón, es significativo describir los factores de riesgo y protectores basados en el modelo ecológico de Urie Bronfenbrenner (1917-2005), con el fin de atender a la problemática que se presenta a nivel nacional de deserción académica, enmarcado en la línea de investigación de salud y sociedad. La psicología aborda la salud física y mental como un tema de interés central, pues eso permite un desenvolvimiento biopsicosocial estable y saludable. Ahora bien, cabe resaltar que el ser humano, al estar bajo

interacción constante con los diferentes contextos en los que se desarrolla, modifica su salud física y mental; de esta manera, la investigación actual da lugar ante la respuesta de interacción con los sistemas y como este interviene en la deserción académica de los estudiantes universitarios del CCAV Cartagena, contemplando los factores de riesgo y protectores que atribuyen las alteraciones en la salud física y mental.

## **Metodología**

La metodología de este proyecto va enmarcada en la línea de investigación psicología y construcción de subjetividades se utilizó con un enfoque cualitativo y de observación participativa permite la interpretación, observación y análisis de los problemas evidenciado, explicando el porqué. El cual y el cómo de cada uno de los hallazgos, sus respectivos vínculos en los objetivo de la investigación realizada.

Por ello me afianzo en lo que dice (Álvarez. 2007) que se debe tener en cuenta que los datos objetivos de la investigación cualitativa proporcionan información no sobrecargada, por lo tanto, como investigadora he buscado patrones explicativos y narrativos dentro de las variables para dar una adecuada interpretación

### **Marco interpretativo**

Esta investigación cuenta con un enfoque interpretativo constructivista ya que las experiencias humanas vividas por los estudiantes y los actores involucrados en la salud mental de ellos tienen perspectivas sobre la realidad social y el conocimiento adquirido entrelazado tanto con el ser como en el hacer, reconociendo a la mente como el motor principal accionar para el desarrollo de una conducta emocional.

El objetivo de la investigación cualitativa es importante desde la conceptualización de algunos fenómenos y las repercusiones de la salud mental, desde el proceso formativo de los estudiantes del CCAV esta es esencial para el desarrollo de las teorías que se aplican y para la conceptualización de los fenómenos que giran a su alrededor desde la desmotivación, los problemas emocionales, el autocuidado, los problemas de salud mental, la deserción y los problemas que generalmente terminan impactando su forma de vida., en este sentido y con el propósito de identificar, cuales son los factores más comunes que influyen en la salud mental se hace necesario hacer un diagnóstico de las situaciones vividas con su respectivos resultados, para tal efecto se tomaron muestras de 48 estudiantes de primera a tercera matricula con edades entre los 15 a los 45 años, se escogió una muestra mínima de 8

estudiantes para análisis profundo, según el rango escogido planteando interrogante de cualitativo y descriptivo cuyo objetivo principal es aplicar y analizar los casos desde una manera descriptiva, iniciando desde lo motivacional, el autocuidado , hasta el tema de salud mental y adaptación en los procesos formativos virtual.

En ese orden de ideas citamos a Monje Álvarez, C. A. (2011). Los estudios descriptivos son aquellos que estudian situaciones que ocurren en condiciones naturales, más que aquellos que se basan en situaciones experimentales. Como ya se mencionó el enfoque cualitativo buscara indagar las vivencias psicológicas, de salud mental, emocional, actitudinal y de adaptación de los estudiantes desde sus propias experiencias vivenciales, identificando, fortalezas y debilidades, para así re direccionar su proyección de vida, buscando la forma de obtener mejor salud mental y psicológica.

Por lo tanto desde el área observacional directa se busca identificar las falencias principales, en el comportamiento como individual, el manejo de sus emociones, el auto cuidado y la salud mental esto a través de charlas, experiencias vivencial, entrevistas, píldoras motivacionales entre otras. Estas como parte de las herramientas diagnostican que nos permiten de manera lineal reconocer los factores que influyen en la salud mental desde los diferentes ámbitos teniendo como detonante la deserción universitaria, y la forma en que cada uno de ellos aplica el autocuidado día a día.

### **Definición conceptual de las categorías y subcategorías apriorísticas**

En la Tabla 1 se muestra la definición conceptual de las categorías importantes para la presente investigación.

#### **Tabla 1.**

*Definición conceptual de categorías y subcategorías*

| Objetivo general   | Objetivos específicos  | Categorías                                | Subcategorías  |
|--|--|---|--|
|  | Identificar las causas que llevan a los estudiantes a la deserción universitaria, con el fin de proponer estrategias que ayuden a enfrentar la deserción, a partir de un análisis cualitativo. | Repercusiones educativas y motivacionales | Deserción estudiantil<br>Malos estilos de vidas<br>Problemas económicos<br>Falta de adaptación<br>Malos hábitos de estudios        |
| Promover el autocuidado de la salud mental, diseñando estrategias psicosociales encaminadas al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad Unadista en el CCAV Cartagena | Determinar los servicios de salud mental que requieren los estudiantes desde su experiencia de vida.   | Estilo de vida y salud mental             | Problemas de organización de habilidades ejecutivas.<br>Interrupción del proyecto de vida académica<br>Depresión, manejo emocional |
| Unadista en el CCAV Cartagena  | Implementar estrategias de prevención de salud mental desde el área psicosocial en la comunidad Unadista CCAV Cartagena, con el apoyo de USEM.   | Prevención y promoción de salud mental    |  |
|  | Replicar actividades desarrolladas por bienestar académico y USEM en los estudiantes de primera matrícula del CCA  | Bienestar académico                       | Relación familiar, personales<br>Asertividad Manejo de las emociones.<br>Afectividad Soluciones                                    |



|   |   |
|---|---|
| Cartagena para<br>minimizar el<br>impacto des<br>motivacional.  |   |
| Evaluar el impacto<br>de las estrategias<br>motivacionales<br>implementadas en<br>los estudiantes de<br>primera matrícula<br>del CCAV<br>Cartagena. | Idealización<br><br>Factores de riesgos<br><br>Paradigmas<br><br>Conceptos<br>preconcebidos |

*Nota:* se presentan las categorías de estudio dentro del proyecto de investigación.

En la tabla anterior, se definen las categorías y subcategorías tratadas en este proyecto de investigación, una de estas son la categoría de repercusiones educativas y emocionales con ella se puede observar una sub categorías que dan muestra de algunos problemas que afectan de manera directa al estudiante al no tener un buen nivel emocional para enfrentar sus dificultades educativas, tanto desde la organización de su tiempo libre como de sus habilidades ejecutivas.

La interrupción del proyecto de vida se puede ver marcado por problemas de salud mental que aparecen por un sin número de situaciones que pueden ser ajena a los estudiantes, pero que juegan un papel muy importante en sus vidas, como falta de recursos económicos que imposibiliten el cumplimiento de su proyecto de vida, conllevándole a una depresión, estrés o en su defecto tendencias suicida por la no autorrealización, también se puede observar que el bienestar académico va inmerso en el proceso del autocuidado del estudiante, este debe ser muy participativo en las actividades sugeridas para llevar una forma de vida pertinente y tranquila, seguir los lineamiento paso a paso asegura en gran medida una tranquilidad emocional para quien lo obedece y si revisamos la última subcategoría se puede evidenciar en los conceptos preconcebidos son factores que repercuten en la salud mental, un cambio de paradigma en el momento justo, es un trampolín de cambio que puede llevar al

individuo a una forma de vida menos errónea y mas satisfactoria, si bien el autocuidado tanto físico, como mental es importante se debe también tener en cuenta la espiritualidad y la paz que trae consigo tener una mente abierta, altruista y lista para cambios de gran escala que lleve al estudiante a la autorrealización y a la sana convivencia desde la salud mental.,

Los estudiantes atendidos están en edades de 15 a 45 años son personas jóvenes, la mayoría labora y estudian , en busca de tener un mejor futuro alternan sus actividades para lograr las metas planteadas la deserción universitaria para muchos no es una opción , están en la lucha constante de superarse, pero la ignorancia del como tener una forma de vida sana y una salud mental estable, es causante de desánimos, estrés, desmotivación, depresión, falta de cuidado corporal, cansancio mental y corporal entre otros, llegando así al extremo de dejar a un lado sus sueños dejándose rendir por la falta de fuerza mental, por lo anterior se hizo necesario los talleres de salud mental, píldoras motivacionales, apoyo psicológico y la utilización de herramientas de apoyo que fueron clave para el cambio de paradigma y planificación del proyecto de vida desde el autocuidado de la salud mental.

.En este orden de ideas la categoría de relaciones las relaciones personales y familiares afectivas, hacen parte de los procesos de cambio del individuo tanto de manera intrínseca y extrínseca tener una comunicación fluida con su entorno hace que la vida sea un poco más suave y flexible, el escucharse y ayudarse los unos con los otros ayuda a potencializar la seguridad del estudiante y por ende se fortalece y estrechan los vínculos afectivos, base fundamental para una buena salud mental.

Y para finalizar la última categoría podemos decir que autocuidado y salud mental, el primero es el amor que como individuo te das desde los diferentes ámbitos, tanto físico, como mental , espiritual, emocional entre otros que con un especial acompañamiento se puede mantener el cuerpo sano y fuerte, pero con una constante dedicación y cuidado de los dos se pueden lograr individuos , sanos , fuertes, inteligentes y felices.

## **Procedimiento**

### ***Muestreo***

Según López (2014), es el método que se utiliza para seleccionar a los componentes de la muestra del total de la población tiene reglas, procedimientos y criterios mediante los cuales se selecciona un conjunto de elementos de una población que representan lo que sucede en toda esa población.

El muestreo fue tomado en 48 estudiantes de primera a tercera matrícula del CCAV Cartagena en esta investigación se utilizará el muestreo por conveniencia es una técnica de muestreo no probabilístico donde los sujetos son seleccionados dada la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador (López, 2014).

El método por conveniencia es una forma rápida y sin costo de obtener una muestra, se utiliza en la etapa exploratoria de la investigación para generar respuestas rápidas y elegir problemas de estudio y aproximarse inicialmente a la caracterización del objeto de investigación (Navarrete, 2000).

### ***Instrumento***

En este tipo de investigación se utiliza la entrevista semiestructurada, y encuestas, este tipo de entrevista se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información (Briones, 2013)

### ***Proceso de análisis de la información***

Para este análisis se hizo con la herramienta Atlas. Ti usando funciones de codificación, citación. Coocurrencia de códigos y creación de mapas mentales ; Este análisis permite el progreso , descubrimiento, la codificación y la relativización cada una de estos pasos aplicados en el mismo sirven para comprender de manera amplia y profunda el escenario donde el

individuo que se está estudiando puede ser comprendido desde estos tres pasos. (Lévano, 2007)

Descubrimiento: Se dice que esta se utiliza para examinar los datos de manera profunda, donde se puedan incluir ideas epistemológicas, emergentes tipológicas, teorías, entrevistas y datos reales que ayuden a desarrollar una historia sobre lo investigado (Lévano, 2007).

Codificación: En este paso reunimos los datos para los respectivos análisis de los temas, conceptos, proposiciones del estudio realizados en cada una de las categorías y subcategorías de codificación para redefinir el análisis de los temas examinados (Lévano, 2007).

Fase de relativización de los datos: Consiste en interpretar los datos en el contexto en el que fueron recogidos, cuyas acciones son; datos solicitados o no solicitados, influencia del observador sobre el escenario, entre otros (Lévano, 2007).

Con referente a lo anterior se hace necesario aplicar en este y en todas las investigaciones de psicológica el código bioético del psicólogo la ley 1090 esta nos ayuda a garantizar la confidencialidad de la información adquiridas durante el proceso de investigación sin que esta atente contra el buen nombre de la muestra investigada.

### Marco administrativo

En la Tabla 2 se muestra el diagrama de Gantt del proyecto.

**Tabla 2.** *Diagrama de Gantt con la programación de actividades*

| Actividades  | Periodo de ejecución de actividades |       |       |       |       |       |
|--|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
|  | Mes 1                               | Mes 2 | Mes 3 | Mes 4 | Mes 5 | Mes 6 |
| Socialización de la estrategia con los estudiantes |                                     |       |       |       |       |       |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| (difusión por medio de comunicaciones y primer contacto)                      |  |  |  |
| Remisión de encuesta a los estudiantes  |  |  |  |
| Seguimiento al desarrollo de encuesta por parte de los estudiantes            |  |  |  |
| Tabulación de resultados y caracterización de los estudiantes                 |  |  |  |
| Talleres con estudiantes, llamadas y asesorías                                |  |  |  |
| Análisis de talleres, organización y creación de video inteligencia emocional |  |  |  |
| Seguimiento de estudiantes  |  |  |  |

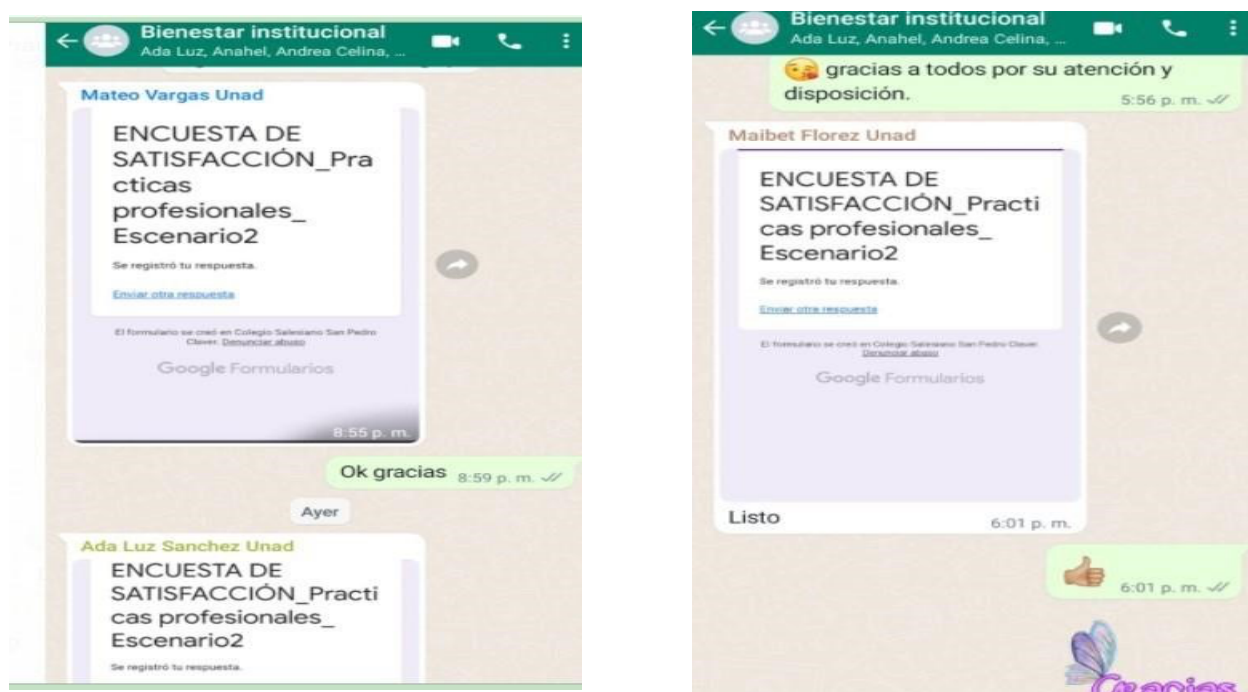
*Nota:* se presentan las principales actividades durante el desarrollo de la propuesta.

## Resultados

Este análisis propone cuestiones sobre el tema estudiado y plantea nuevas corrientes para futuras investigaciones. Con el objetivo de analizar el proceso académico de un grupo de estudiantes en el CCVA Cartagena y evaluar el estado emocional de cada uno, se consideraron los datos recogidos a través de un cuestionario, lo cual ha permitido ofrecer datos suficientes para la descripción del estudio.

Para iniciar el diagnóstico, se aplicó un cuestionario realizado desde la aplicación de Google Forms que tiene por objetivo conocer si los estudiantes se encuentran emocionalmente estresados, motivados o presentan alguna situación personal en donde desde el área de bienestar estudiantil pueda ser apoyado.

**Figura 1**  
*Envío de cuestionario a estudiantes*



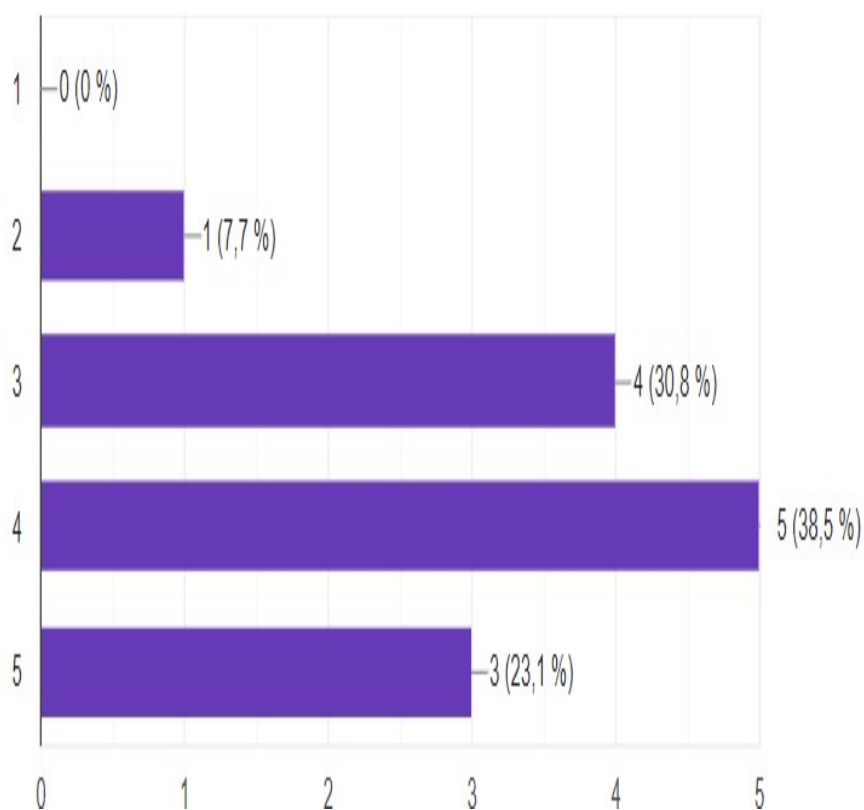
*Nota:* entrega de cuestionario vía plataformas virtuales para ejecución de la propuesta. Propia.

**Figura 2.**

*Tipo de estrés que manejan los estudiantes del CCVA Cartagena*

11. De 1 a 5, siendo 1 el puntaje más bajo y 5 el puntaje más alto. Que tanto estrés manejas en el desarrollo de tus actividades diarias

13 respuestas



*Nota:* porcentaje de respuesta a la población encuestada. Propia.

De acuerdo con la figura anterior, podemos evidenciar que los estudiantes encuestados manejan un alto nivel de estrés en sus actividades diarias (casi un 38,5%), las cuales pueden afectar en ciertos casos funciones esenciales como son la concentración y la atención. Este

porcentaje elevado, 39 lleva a presentar planes de mejora en los distintos programas académicos que se ofertan para evitar alteraciones entre los estudiantes.

**Figura 3.**  
*Dificultades de los estudiantes en el campus virtual*

docs.google.com/forms/d/1EhDv870zSLXqdqAsi00JaF5mZH4NbOTRME9BmRYo\_sQ/edit#responses

5.Cuál ha sido tu mayor dificultad dentro del campus virtual?

13 respuestas

La dificultad es ..

Entrar aveces al ova

Algunos programas los cuales son un poco complicados para manejar.

El poder comunicarme con algunos grupos colaborativos

Acceso a internet

En el momento ningina dificultad

...

Ninguno

El manejo de la plataforma

*Nota:* respuestas que evidencian los tipos de dificultad de los estudiantes encuestados. Propia.

Luego de obtener los resultados, se evidenció que la gran mayoría de estudiantes se encuentran en situaciones estresoras; muchos manifiestan que las guías no son suficientemente claras y otros manifestaron que debido a que tienen otras obligaciones laborales, no emplean el tiempo suficiente para sus actividades y eso los preocupa tanto porque a veces no alcanzan a entregar las actividades en las fechas asignadas, o en otros casos no las entregan.

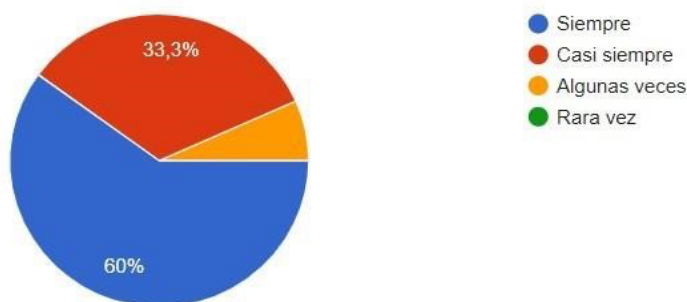


Este tipo de estudios con los estudiantes de la primera matrícula ha permitido identificar cuáles deben ser las áreas en las que la universidad debe poner más atención para la orientación y servicios educativos que se prestan a esta población que es vulnerable a la deserción universitaria y a presentar problemas emocionales por el estrés que experimentan al recién ingresar a la universidad.

**Figura 4.**  
*Entrega de actividades por estudiantes*

8. Hasta la fecha, he sido responsable entregando oportunamente las actividades que me asignan mis tutores?

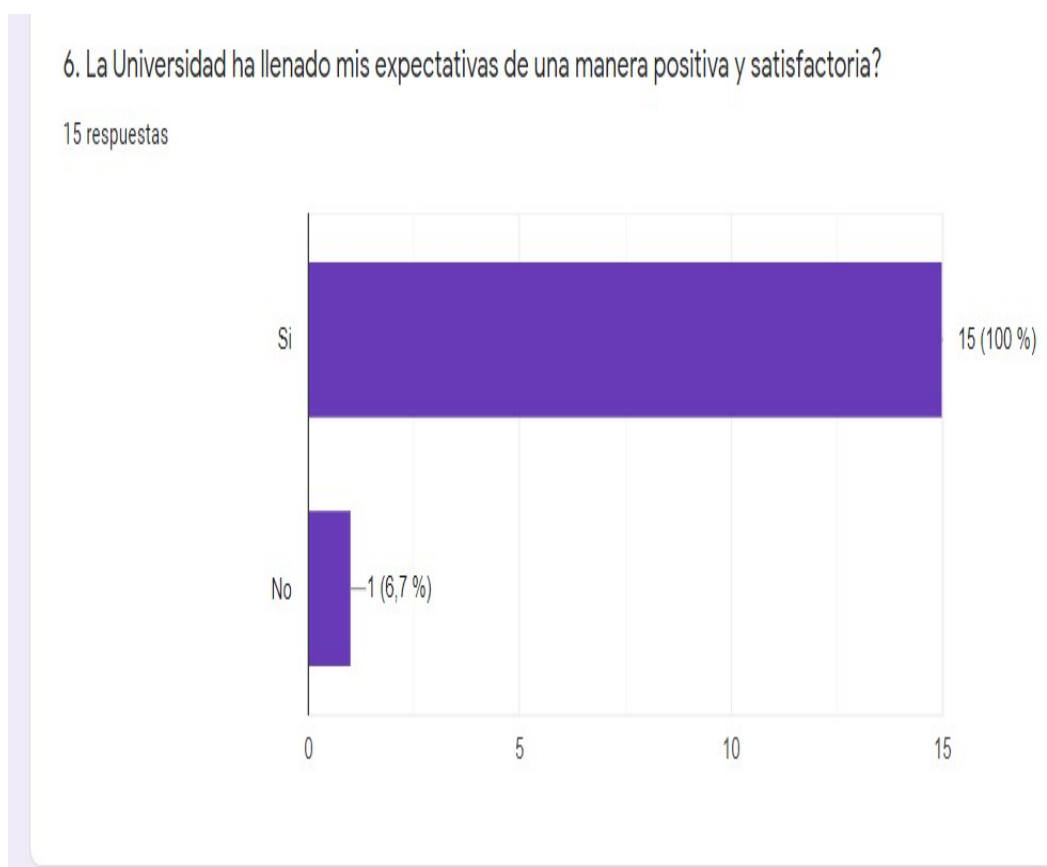
15 respuestas



*Nota:* opciones de respuesta por actividades que realizan los estudiantes encuestados. Propia.

A pesar de identificar algunas conductas no saludables, los estudiantes de primer ingreso se consideran con bienestar en términos medio a alto. Esto se explica por todas las implicaciones que tiene el estudiante al recién incorporarse a la vida universitaria. La información obtenida en este estudio permite la planeación de programas de intervención para apoyar a los estudiantes de acuerdo con las necesidades y condiciones que aquí se reportan; ello podría conducir a un mayor aprovechamiento académico y a prevenir problemas de salud tanto física como mental; todo lo cual tiene repercusiones en la vida de los individuos y en la sociedad en general.

**Figura 5.**  
*Expectativa de los estudiantes CCVA Cartagena*



*Nota:* porcentaje de los estudiantes frente a las expectativas que tienen durante su proceso de formación. Propia.

La figura 6 nos permite entender que pese a las distintas situaciones que presentan los estudiantes en sus hogares, guardan altas expectativas frente a las oportunidades que encuentran en la universidad. Es por ello que esta propuesta de investigación insiste en la creación de intervenciones respecto a variables y/o factores estresores ya mencionados; lo cual contribuya no solo al rendimiento académico, sino a disminuir el estrés fortaleciendo el autocuidado para así lograr la permanencia en la universidad

## Conclusiones

La experiencia adquirida en el desarrollo de las prácticas profesionales, escenario dos desde el área de investigación y bienestar, permitió como grupo cumplir una labor significativa, en cuanto al apoyo y acompañamiento a los estudiantes que ingresan en este entorno de formación virtual y profesional, donde los diversos factores de la realidad psicosocial generan variables que pueden llegar a alterar la calidad de vida de las personas en su proceso formativo y que todas aquellas cargas académicas, laborales y personales pueden también llegar afectar su estado emocional.

Como profesionales en formación en psicología, desde el ámbito o acompañamiento emocional, nuestra labor debe fomentarse en ser un agente dinámico y generador de cambios en pro de promover el autocuidado de la salud mental, con el fin de que los estudiantes obtengan un proceso de aprendizaje direccionado con el simple hecho de ser capaces de asumir los retos en la educación mediante estrategias, aportando a los cambios en el comportamiento y la superación de los principales obstáculos, que en el proceso de enseñanza y aprendizaje experimentan los estudiantes.

En este sentido, el grupo de practicantes del CCAV Cartagena desde el área de investigación y bienestar, con la realización de este acompañamiento desde lo emocional, lograron realizar un apoyo significativo, teniendo en cuenta las diferentes necesidades y dificultades presentadas en los estudiantes, con el fin de generar un acompañamiento íntegro y acorde a las necesidades, inquietudes y dificultades que afectan el normal equilibrio emocional y desempeño académico, lo cual conlleva a consecuencias adversas como la deserción y el retiro de su formación.

También, es valioso mencionar la gestión de las diferentes actividades de orientación, tanto individual como grupal, brindando apoyo en el ámbito emocional para que de esta manera los estudiantes logran un equilibrio, diseñando estrategias psicosociales encaminadas al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables.

La deserción universitaria no debe ser enfocada solo y/o vista como un problema del estudiante; si bien es cierto que este asume toda la responsabilidad como desertor, el fenómeno de la deserción, no únicamente es inherente a la vida estudiantil. En el desarrollo de esta investigación se pudieron describir las situaciones económicas y socioculturales del entorno en la vida universitaria de algunos estudiantes como Alfonso y Raquel.

El fenómeno de la deserción persistirá de alguna manera así cambien las instituciones universitarias. Sin embargo, conocer este problema permite establecer soluciones que controlen parcialmente los altos índices de deserción y logren mantener una tendencia creciente en la retención de estudiantes.

El estudio realizado incluyó un análisis cualitativo, descriptivo basado en la entrevista, observación participante y la conversación. El estudio es sumamente relevante, ya que permitió identificar las causas que generan la deserción en casos puntuales de los dos jóvenes entrevistados. Cabe aclarar, que no podemos decir que la investigación finaliza de una manera concluyente con unas causas finales que llevan a la deserción; pero si la conclusión principal de esta investigación está enfocada en demostrar que, aunque parezcan similares, las causas varían de un joven a otro la causa de deserción para uno, no sea tan relevante para abandonar la universidad para el otro joven. Lo que intentamos decirles que en los estudios de deserción suele clasificarse las causas en grupos muy amplios y estos no permiten ver las causas raíz de la verdadera deserción en el joven.

Se pudo entonces categorizar cuatro grandes causas: institucionales, económicas, académicas y afectivas. En la categoría de institucionales, el determinante que lleva a una posible deserción se constituye en la falta de oferta adecuada para los jóvenes en la universidad. Ahora, cuando el joven tiene que trasladarse y no hay suficientes centros universitarios que le puedan ofrecer un servicio educativo similar al de su universidad inicial, obliga al estudiante a abandonar sus estudios universitarios definitivamente. Por otro lado, en las causas económicas analizadas en esta investigación muestran que para los jóvenes el bajo

ingreso familiares una posible causa de deserción, pero podría ser que la preocupación y desesperanza de su mala situación familiar llegue a ser la verdadera causa del abandono, que fusionado a otros aspectos llevan al joven a tomar la decisión de no continuar.

También, hay causas académicas que aunque parecieran menos relevantes van agotando al estudiante durante los semestres hasta llegar a perder el ánimo de continuar. La institución debe generar espacios donde los estudiantes manifiesten esas inconformidades, ejemplo, las causas de deserción afectivas son posiblemente las de más difícil manejo y pueden ser las que más daño causan al joven universitario. Esto lleva a repensar que la concentración de diferentes causas hace del joven un individuo con baja autoestima y sin ánimo de continuar en la universidad. Con los resultados que arroja esta investigación se obtiene información suficiente y confiable para proponer estrategias de retención que sean pertinentes y aplicables al contexto de las universidades colombianas.

### **Recomendaciones**

Finalizado el proyecto, se presentan las siguientes recomendaciones que pueden ser útiles para las instituciones de educación superior alineadas a las políticas que desarrolla el Gobierno Nacional a favor de los jóvenes del país:

Realizar una evaluación permanente en cuanto al progreso de los estudiantes en contraste con los resultados que espera la institución. No se debe medir lo cuantitativo, sino lo cualitativo. Esto permitirá identificar los riesgos de deserción y tomar las medidas necesarias para prestar todo el apoyo institucional.

Los métodos de enseñanza deben ser más participativos para lograr que los estudiantes se sientan motivados.

El cuerpo docente debe reconocer las debilidades de los estudiantes con el fin de prestar su ayuda. En caso que no se sienta preparado, la institución debe brindar procesos de formación.

Conformar grupos de apoyo para los estudiantes que presentan problemas, especialmente, en primer semestre donde se detectó mayor riesgo de deserción.

### Referencias bibliográficas

- Briones, T. L., & Woods, J. (2013). Chronic binge-like alcohol consumption in adolescence causes depression-like symptoms possibly mediated by the effects of BDNF on neuro génesis. *Neuroscience*. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2013.09.031>
- Briozzo L. La despenalización del aborto como estrategia hacia una práctica segura, accesible e infrecuente. *Rev. Méd. Urug.* [Internet]. 30 de junio de 2013 [citado 8 de abril de 2020];29(2):114-7. Disponible en:  
<http://revista.rmu.org.uy/ojsrmu311/index.php/rmu/article/view/288>
- Brown, H. L. (2009). Trauma in Pregnancy. In *Obstetrics and Gynecology*.  
<https://doi.org/10.1097/AOG.0b013e3181ab6014>
- Cervera, Y. (2019). Proyecto de vida en adolescentes gestantes y no gestantes de un centro Materno peruano: Un estudio cualitativo. *Rev Int Salud Materno Fetal*, 4(2), 9–14. Retrieved from  
<http://ojs.revistamaternofetal.com/index.php/RISMF/article/view/97/100> Código bioético del psicólogo la ley 1090  
<http://www.psicologiapropectiva.com/introley1090.html>
- Cueto M. (2017) Historia de la sexualidad. <https://cepteco.com/breve-historia-de-la-sexualidad-i/> .
- Díaz & Romero (2019) investigación sobre dinámica familiar y formación sexual en adolescentes.
- Knowles, A. (2007). Generational Changes in Parenting Styles and the Effect of Culture. *E-Journal of Applied Psychology: Parenting Syles and the Effect of Culture*, 3(1), 65–75.  
<https://pdfs.semanticscholar.org/5bc7/b556f4550749ae146814033b3505e2d0cdb1.pdf>

Lillo Espinosa J (2004).Crecimiento y comportamiento en la adolescencia Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. no.90 Madrid abr. /jun. 2004Recuperado de

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0211-57352004000200005](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352004000200005)

Lopera, C., Santa-Álvarez, J., Perlaza-& Cano, J. A. (2019). Análisis de actitudes y prácticas para identificar, prevenir y denunciar la explotación sexual comercial por estudiantes de educación superior en turismo. *Proceedings of the 33rd International Business Information Management Association Conference, IBIMA 2019: Education Excellence and Innovation Management through Vision 2020.*

López, G. & Guarín, P., Nagda, B. A.(2004). The benefits of diversity in education for democratic citizenship. *Journal of Social Issues.*

<https://doi.org/10.1111/j.00224537.2004.00097>.

Río, R. Del, León, P., Minassian, M., Borgoño, R., & Bustamante, F. (2008). Revista Pediatría Electrónica Embarazo adolescente Revista Pediatría Electrónica. *Revista Pediatría Electrónica.*

Ley 1098 de 2006 código de la infancia y la adolescencia, Diario Oficial No. 46.446 de 8 de noviembre de 2006.

[https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1098\\_2006.htm](https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.htm)

Mendoza, W., & Subiría, G. (2013). El embarazo adolescente en el Perú: situación actual e implicancias para las políticas públicas. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública.*

UNFPA. (2013). *Maternidad en la niñez. Enfretar el reto del embarazo adolescente.* Retrieved from <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ES-SWOP2013.pdf>