

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y HABILIDADES PARA LA VIDA EN
ESTUDIANTES DE PREGRADO, EN UNA UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD DE BOGOTÁ.

MARÍA JOSÉ GONZÁLEZ REY
KAREN SOFÍA RODRÍGUEZ BARÓN
LINA MARÍA ROJAS TOLOZA
INGRID VANESSA RUIZ GONZALES
JEIMMY KATHERINE RUIZ VIVAS
DANIELA ANDREA SILVA GÓMEZ
ANGIE ROCÍO UMAÑA BOHÓRQUEZ

PROPUESTA DE TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE
INSTRUMENTADOR QUIRÚRGICO

SANDRA CATALINA GUERRERO ARAGÓN

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DE CIENCIAS DE LA SALUD
FACULTAD DE INSTRUMENTACIÓN QUIRÚRGICA
BOGOTÁ D.C., COLOMBIA, 2021

DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD:

“La presente propuesta de trabajo de grado es para optar al título de Instrumentador Quirúrgico de la Facultad de Instrumentación Quirúrgica De la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, FUCS, es un proyecto de investigación que no ha sido aceptado o empleado para el otorgamiento de calificación alguna, ni de título, o grado diferente o adicional al actual. El trabajo de grado es resultado de las investigaciones del autor principal Sandra Catalina Guerrero Aragón, y los auxiliares de investigación María José González Rey, Karen Sofía Rodríguez Barón, Lina María Rojas Toloza, Ingrid Vanessa Ruiz Gonzales, Jeimmy Katherine Ruiz Vivas, Daniela Andrea Silva Gómez, Angie Rocío Umaña Bohórquez, excepto donde se indican las fuentes de información consultadas”

Daniela Andrea Silva Gómez

Jeimmy Katherine Ruiz Vivas

Karen Sofia Rodríguez Barón

Ingrid Vanessa Ruiz González

Angie Rocío Umaña Bohórquez

María José González Rey

Lina María Rojas Toloza

Sandra Catalina Guerrero Argón

DEDICATORIA

A Dios por brindarnos la sabiduría, humildad y fuerza para culminar satisfactoriamente este trabajo de investigación; a nuestros padres, por su amor, por ser promotores de nuestros sueños, por creer en nosotros, por el esfuerzo económico que han realizado para con nosotros en estos años, por la motivación y sobre todo por el apoyo emocional para lograr este objetivo en nuestras vidas; A nuestros hermanos por estar presentes y acompañándonos. De igual manera, nuestros más sinceros agradecimientos a nuestra tutora Sandra Guerrero por su paciencia, por su compañía y por ser guía durante el proceso de esta investigación. Un Agradecimiento especial a la fundación universitaria de ciencias de la salud por abrirnos las puertas de un lugar que nos enseñó a crecer como personas y nos formó como profesionales; A todas las personas que nos han colaborado y han hecho que este trabajo se haya realizado con éxito

TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN.....	7
2. OBJETIVOS	10
2.1 OBJETIVO GENERAL.....	10
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
3. MÉTODOS O METODOLOGÍA.....	11
3.1 Diseño.....	11
3.2 Participantes.....	11
3.3. Instrumentos.....	11
3.4 Procedimiento.....	13
3.5 Análisis de datos.....	14
3.6 Consideraciones ética y tratamiento de datos	14
4. RESULTADOS.....	15
4.1 Resultados de la prueba piloto	15
4.2 Resultados del estudio.....	16
5. DISCUSIÓN.....	20
6. CONCLUSIONES.....	27
7. BIBLIOGRAFÍA	28

RESUMEN

Introducción: El bienestar psicológico incluye múltiples aspectos del ser humano y características personales tales como: las emociones, el comportamiento, el razonamiento y el bienestar mental y físico en relación a los factores sociales del entorno, por su parte, las habilidades para la vida promueven y previenen la salud mental en los individuos, así como las capacidades intrapersonales y psicosociales en el ser humano.

Objetivo: determinar la prevalencia de bienestar psicológico y el nivel de habilidades para la vida en estudiantes de pregrado del programa de Instrumentación quirúrgica de una institución educativa de ciencias de la salud en la ciudad de Bogotá D.C., Colombia.

Metodología: se realizó un estudio cuantitativo descriptivo de corte transversal. El muestreo fue aleatorio simple y participaron 73 estudiantes. Se aplicó ficha sociodemográfica, test de habilidades para la vida y escala de bienestar psicológico. Este trabajo fue aprobado por el Comité de Ética en Seres Humanos Sociedad de Cirugía de Bogotá del Hospital San José - FUCS.

Resultados: los resultados de las habilidades para la vida muestran niveles normales bajo en los participantes. Los resultados de la escala de bienestar psicológico muestran un puntaje moderado.

Conclusión: se concluyó que las habilidades para la vida y el bienestar psicológico es fundamental no solo para el desarrollo humano sino para la vida profesional.

PALABRAS CLAVE:

DeSC: atención plena; salud mental; estudiantes del área de la salud; habilidades sociales; habilidades para la vida

ABSTRACT

Introduction: psychological well-being includes multiple aspects of the human being and personal characteristics such as: emotions, behavior, reasoning and mental and physical well-being in relation to the social factors of the environment, for their part, life skills promote and prevent mental health in individuals, as well as intrapersonal and psychosocial capacities in humans.

Objective: to determinate the prevalence of psychological well-being and the level of life skills in undergraduate students of the Surgical Instrumentation program of a health sciences educational institution in the city of Bogotá D.C., Colombia.

Methodology: se conducted a descriptive quantitative cross-sectional study. Sampling was simple random and 73 students participated. Sociodemographic token, life skills test and psychological wellness scale were applied. This work was approved by the Ethics Committee in human research Sociedad de Cirugía de Bogotá del Hospital San José - FUCS.

Results: Life skills results show low normal levels in participants. The results of the psychological wellness scale show a moderate score.

Conclusion: It was concluded that skills for life and psychological well-being are fundamental not only to human development but to professional life.

KEYWORDS

mindfulness; mental health; students health occupations; social kills; life kills.

1. INTRODUCCIÓN

El bienestar psicológico hace referencia a un concepto amplio, en el que se incluye múltiples aspectos del ser humano y características personales tales como: las emociones, el comportamiento, el razonamiento y el bienestar mental y físico en relación a los factores sociales del entorno (1), ya que se enfoca en el desarrollo y potencialización de las habilidades ya mencionadas (2). La psicóloga Carol Ryff (3), define el bienestar psicológico como subjetivo dado que es individual en cada ser humano, además, se relaciona con la autoaceptación, relaciones positivas y el crecimiento personal para la satisfacción propia y del contexto en el que se desenvuelve el ser humano, al ser cambiante y en el que se ponen a prueba actitudes, aptitudes y la capacidad de afrontamiento. Por otro lado, una de las habilidades que complementa y contribuye al desarrollo del bienestar psicológico son las habilidades para la vida, las cuales son definidas por la OMS (4) como aquellas aptitudes que son necesarias para regular el comportamiento y permitan enfrentar las exigencias y retos de la vida diaria, por lo tanto, se diseñaron con el fin de promover y prevenir la salud mental en los individuos, al disminuir las conductas de riesgo por desarrollar una serie de capacidades intrapersonales y psicosociales en el ser humano.

De acuerdo con lo anterior, algunos estudios han demostrado la relevancia de las habilidades para la vida y el bienestar psicológico; tal es el caso de González et al.,(5) donde refieren que autores como Bradburn, exponen por primera vez el concepto de felicidad o eudaimonia y de bienestar psicológico; de acuerdo a lo anterior, en esta investigación se da lugar al término bienestar psicológico (BP); cabe resaltar que en este estudio él sugirió un modelo conformado por dimensiones de afecto positivo y negativo; este tipo de bienestar se ha identificado con 2 tendencias: la hedonista, que procura el placer (6), o subjetiva y la eudaimonia o psicológica la cual hace referencia a la búsqueda de autorrealización y satisfacción personal. Algunos investigadores destacados como Keyes, Shmotkin, y Ryff, Ryan & Deci (5), han dedicado evidencia empírica que sustenta planteamientos relacionados con la felicidad y el potencial humano. Estudios basados en Ryff han

demostrado el funcionamiento positivo del ser humano y bienestar psicológico desde un modelo multidimensional el cual se ha enmarcado en 6 dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otros, dominio de ambiente, autonomía, propósito de vida, crecimiento personal (7). Casullo y Castro Solano (5), por su lado aplicaron la escala de bienestar psicológico de Ryff en adolescentes argentinos para medir su BP; de igual forma, van Dierendonck, Díaz, Rodríguez-Carbajal, Blanco y Moreno-Jiménez (8), en el año 2008 llevaron a cabo un estudio en el aplicaron la escala de Ryff, y sus resultados demostraron la efectividad de la escala, además de mantener las seis escalas intactas al emplearlas en otras culturas (5). Por otro lado, estudios que valoran las habilidades para la vida, tal como el de Díaz (9), el cual aplica el test de habilidades para la vida para evaluar las características las 10 habilidades propuestas por la OMS: autoconocimiento, manejo de emociones y sentimientos, manejo de tensión y estrés, comunicación asertiva, empatía, relaciones interpersonales, manejo de conflictos, toma de decisiones, pensamiento creativo y pensamiento crítico, mostrando adecuadas propiedades psicométricas (9).

De esta manera, la adolescencia y la juventud, al ser etapas estimulantes de la vida que trascienden en la maduración biológica, cognitiva y emocional, al buscar independencia y control personal, la aceptación de la realidad interna y externa y la generación de recursos propios para solventar las demandas externas e internas (10), permite que estos 2 ciclos etarios, puedan adaptarse a la etapa universitaria, ya que no solo se encierra en un marco académico para lograr el desempeño profesional, sino que también desarrolla capacidades afectivas y sociales que permiten al sujeto construirse (11). Por lo tanto, la confluencia con la universidad y la forma de adaptarse a nuevos conceptos y situaciones están asociados a las habilidades para la vida y el bienestar psicológico con las que cuentan los jóvenes (12), dado que estas habilidades se desarrollan desde el primer núcleo social, es decir, la familia, convirtiéndose en pilares de la construcción personal del ser humano y en factor protector frente a factores de riesgo a los que están expuestos los estudiantes universitarios, tales como, cambios emocionales, autolesión y consumo de sustancias psicoactivas, y de la mano de las habilidades se genera el

bienestar psicológico como un eje que promueve la salud mental para mitigar los riesgos en los jóvenes y fortalecer su desempeño académico y laboral en el área de la salud desde su estructura intrapersonal e interpersonal (13). En consecuencia, se ha identificado que la salud mental y el bienestar psicológico en la vida del joven universitario en general, y en especial los que se están formando en el área de la salud, es de vital importancia, ya que promueve el desarrollo de capacidades intrapersonales e interpersonales, que permiten mejorar el ámbito personal, académico, laboral, social y familiar. Lo anterior, se relaciona con el contexto de la vida universitaria, ya que durante este periodo de vida es común que surjan situaciones personales debido a la transición de los estudiantes del colegio a la universidad, además de los desafíos de su formación profesional que ponen en prueba las capacidades individuales y colectivas para adaptarse a las exigencias diarias. Por lo tanto, el propósito de esta fase inicial del proyecto es identificar la prevalencia de habilidades para la vida y el bienestar psicológico de los estudiantes de pregrado de instrumentación quirúrgica, con la aplicación de la escala de bienestar de Ryff y el test de habilidades para la vida; para la realización de esta fase se tendrá en cuenta un pilotaje con un grupo de jóvenes y tanto los resultados de estas variables como el pilotaje serán el punto de partida para que en una fase posterior se evalúen los demás programas como medicina, enfermería y psicología de la FUCS.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la prevalencia de bienestar psicológico y el nivel de habilidades para la vida en estudiantes de pregrado del programa de Instrumentación quirúrgica de una institución educativa de ciencias de la salud en la ciudad de Bogotá D.C., Colombia.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Caracterizar la población de estudio por edad, sexo, estrato socioeconómico y núcleo familiar para tipificar el perfil de la población como condición que pueda afectar su bienestar psicológico y habilidades para la vida.
- Identificar el nivel de las dimensiones de habilidades para la vida en los participantes del estudio.
- Identificar el nivel de dimensiones de bienestar psicológico de los participantes del estudio.

3. MÉTODOS O METODOLOGÍA

3.1 Diseño

Se realizó un estudio cuantitativo descriptivo de corte transversal. El muestreo fue aleatorio simple. Para determinar la prevalencia con la aplicación de los instrumentos, se realizó un pilotaje a estudiantes externos con el fin de identificar la comprensión de las preguntas, el tiempo de diligenciamiento y la percepción de los instrumentos.

3.2 Participantes

La población total del programa fue de 346 estudiantes. El muestreo fue probabilístico aleatorio simple; el tamaño de la muestra estimado fue de 55 estudiantes, sin embargo, para garantizar el tamaño de la muestra se realiza un sobre muestreo por estudiantes que no quisieran participar, para un total de 73 estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica. Se incluyeron estudiantes mayores de edad y que aceptaron participar en el estudio.

3.3. Instrumentos

Se realizó la recolección de datos a partir de los siguientes instrumentos:

3.3.1 Ficha de datos sociodemográficos: se trata de una ficha diseñada por los investigadores e incluida al inicio de los instrumentos en la que los participantes registran las variables de sexo, edad, estrato socioeconómico, tipo de familia.

3.3.2 Test de habilidades para la vida: instrumento diseñado por Diaz-Posada et al. (14), el cual evalúa 10 habilidades para la vida en 10 dimensiones: conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación afectiva y asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de tensión y estrés, y manejo de sentimientos y emociones; donde el puntaje mínimo es de 8 y el máximo de 80. Este instrumento

cuenta con la confiabilidad y consistencia psicométrica en un solo instrumento. En el proceso psicométrico para cada dimensión al sumarlo da un puntaje máximo de 40, este puntaje se estandariza con los baremos para la transformación de los puntajes directos; en el caso de la dimensión de empatía y el manejo de sentimientos y emociones, la baremación esta diferenciada por sexo. La puntuación se interpreta de la siguiente manera (Tabla 1):

Tabla 1. Puntaje, nivel y definición de las dimensiones.

Nivel de la puntuación	Puntuación	Definición de la puntuación
Muy superior	2,1 a 3,0	Tiene un nivel de dimensión muy elevada.
Superior	1,1 a 2,0	Tiene un nivel de dimensión elevada.
Normal alto	0,1 a 1,0	Tiene un nivel de dimensión estándar, con tendencia a mejorar.
Normal bajo	-1,0 a 0	Tiene un nivel dimensión que tiende a no estar fortalecido.
Inferior	-2,0 a -1,1	El nivel de dimensión es bajo.
Muy inferior	-3,0 a -2,1	Su nivel de dimensión es nulo.

Fuente: Díaz-Posada et al.

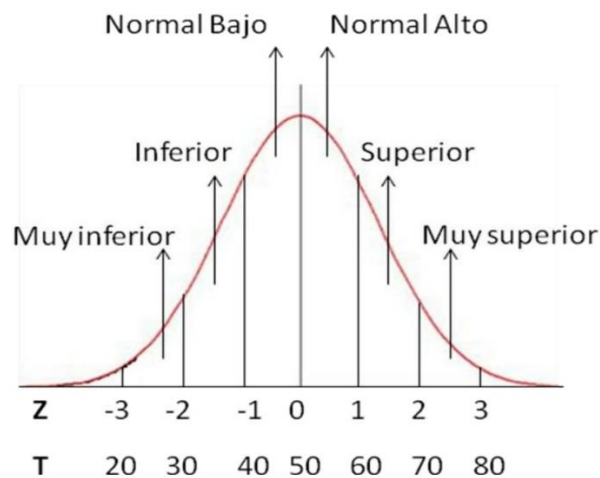


Imagen 1. Gráfico de campana de baremos

Fuente: Díaz-Posada et al. Tomado de puntuación Díaz-Posada et al.

3.3.3 Escala de bienestar psicológico: instrumento diseñado por Carol Ryff (15), la cual incluye 6 dimensiones agrupadas en sociales, subjetivas y psicológicas: propósito en la vida, autonomía, crecimiento personal, dominio ambiental,

relaciones positivas, auto aceptación. Esta escala está formada por 39 ítems y el puntaje total es de 234 puntos, las puntuaciones se establecen de la siguiente manera (Tabla 2):

Tabla 2. Puntuaciones de nivel de bienestar psicológico

Grado de bienestar psicológico	
Rango	Nivel de Bienestar psicológico
Mayor 176	Elevado
141 - 175	Alto
117 - 140	Moderado
Menor o igual a 116	Bajo
Puntaje máximo total: 234	

Fuente: Navascués, Calvo, Martín.

3.4 Procedimiento

En el proyecto se tuvo en cuenta que los participantes fueran mayores de edad y se consideraron los siguientes aspectos:

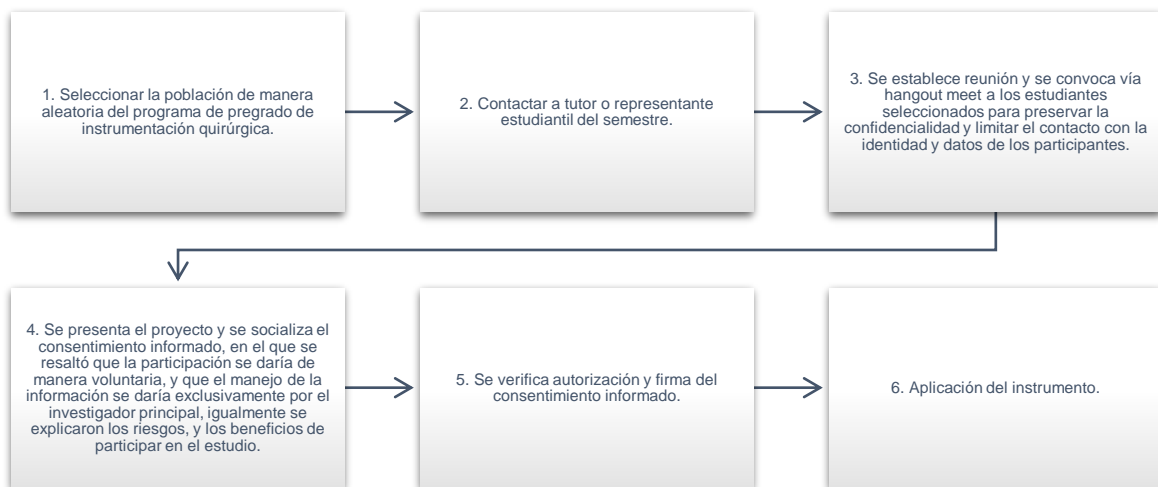


Ilustración 1. Procedimiento

Fuente: Autores

3.5 Análisis de datos

Para el análisis de los datos se registraron y se analizaron en Excel 2017; los resultados sociodemográficos y el nivel de las dimensiones de habilidades para la vida se reportaron a través de tablas, mientras que los resultados del nivel de bienestar psicológico, se reportaron con gráfica de barras.

3.6 Consideraciones ética y tratamiento de datos

Este estudio se guió por las normas internacionales vigentes de la declaración de Helsinki, el informe de Belmont; y se tuvo en cuenta la normatividad colombiana a partir de la Resolución 8430 de 1993 en la que se estableció que el proyecto es de riesgo mínimo. Por lo tanto, el protocolo fue valorado y aprobado por el Comité de Ética en Seres Humanos Sociedad de Cirugía de Bogotá del Hospital San José - FUCS.

4. RESULTADOS

Los resultados del estudio se fundamentaron en determinar la prevalencia de habilidades para la vida y bienestar psicológico en los estudiantes de instrumentación quirúrgica. Con el fin de establecer la comprensión de las preguntas, el tiempo de diligenciamiento y la percepción de los instrumentos, se realiza un pilotaje a 20 estudiantes externos. De esta manera, los resultados del presente proyecto se mostrarán a partir de dos partes: 1) resultados de la prueba piloto; 2) resultados del estudio.

4.1 Resultados de la prueba piloto

Se realizó una prueba piloto a 20 estudiantes externos lo cual permitió identificar la comprensión de las preguntas y la percepción de los instrumentos en el que los participantes de esta etapa manifestaron las siguientes percepciones: el 15% (n=3) hicieron referencia a que el test de habilidades para la vida era muy extenso, el 40% (n=8) manifestaron que las preguntas tanto del test como de la escala eran interesantes, las preguntas estaban bien estructuradas y entendibles, el 25% (n=5) expresa que los instrumentos son importantes para indagar los estados emocionales de los jóvenes, el 10% (n=2) compara la prueba con una consulta psicológica o pruebas de ingreso laboral y el 10% (n=2) no opinó sobre los instrumentos.

En cuanto al tiempo de aplicación de los instrumentos se determinó que para el test de habilidades para la vida el tiempo promedio fue de 10 minutos y para la escala de Bienestar psicológico el tiempo empleado en promedio es de 10 minutos. En la prueba piloto se identifican las características sociodemográficas de los participantes de este pilotaje como se observa en la tabla 3.

Tabla 3. Características sociodemográficas de la prueba piloto.

EDAD	PROM (DE**)
Años	23.05 (3.24)
SEXO	n* (%)
Femenino	11 (55%)

Masculino	9 (45%)
ESTRATO	n* (%)
Estrato 1	2 (10%)
Estrato 2	2 (10%)
Estrato 3	13 (65%)
Estrato 4	3 (15%)
TIPO FAMILIA	n* (%)
Familia nuclear	14 (70%)
Familia monoparental	1 (5%)
Familia padres separados	4 (20%)
Familia extensa	1 (5%)

*n: número de participantes

**DE: desviación estándar

Fuente: Los autores

4.2 Resultados del estudio

Los resultados del estudio inicial permitieron determinar la prevalencia de habilidades para la vida y bienestar psicológico de 73 estudiantes del programa de instrumentación quirúrgica. Es así, que se caracterizó la población de acuerdo a la edad, sexo, estrato socioeconómico y núcleo familiar; esta tipificación del perfil de la población se describe en la tabla 4.

Tabla 4. Caracterización sociodemográfica

Población de estudio n*=73	
Edad	Prom (DE**)
	20.3 (1.86)
Sexo	n* (%)
Femenino	59 (80,8%)
Masculino	14 (19,2%)
Estrato Socioeconómico	n* (%)
Estrato 1	1 (1,3%)
Estrato 2	31 (42,4%)
Estrato 3	40 (54,7%)
Estrato 4	3 (4,1%)
Tipo de Familia	n* (%)
F. Nuclear	36 (49,3%)
F. Extensa	5 (6,8%)

F. Monoparental	6 (8,2%)
F. Homoparental	1 (1,3%)
F. Padres Separados	20 (27, 3%)
F. Ensamblada Reconstruida	2 (2,7%)
F. Sin hijos por elección	3 (4.1 %)

*n: número de participantes

**DE: desviación estándar

Fuente: Los autores

En cuanto a los resultados del nivel de las 10 dimensiones de habilidades para la vida, se presenta de manera general las dimensiones de conocimiento de sí mismo, comunicación afectiva y asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, solución de problemas y conflictos, pensamiento creativo y manejo de tensión y estrés; en la tabla 5 se presentan los puntajes de las dimensiones. En cuanto a las habilidades como empatía y manejo de sentimientos y emociones (Tabla 6), se presentan los puntajes por sexo considerando que la validación y baremación de la prueba lo establecen de esta manera para estas dimensiones.

Tabla 5. Puntaje de 8 dimensiones de habilidades para la vida.

DIMENSION HpV*	Muy inferior (-3.0 a -2.1)	Inferior (-2.0 a -1,1)	Normal Bajo (-1,0 a 0)	Normal Alto (0.1 a 1.0)	Superior (1,1 a 2,0)	Muy superior (2.1 a 3.0)
Conocimiento de sí mismo	2	17	35	16	3	0
Comunicación efectiva y asertiva	1	16	41	12	3	0
Relaciones interpersonales	3	9	30	27	4	0
Toma de decisiones	1	8	18	38	8	0
Solución de problemas y conflictos	3	16	32	18	4	0
Pensamiento creativo	2	11	33	16	11	0
Pensamiento crítico	0	5	35	30	3	0
Manejo de tensión y estrés	0	17	34	16	5	1

*HpV: Habilidades para la vida.

Fuente: Autores.

Tabla 6. Puntaje de las dimensiones de empatía y manejo de sentimientos y emociones.

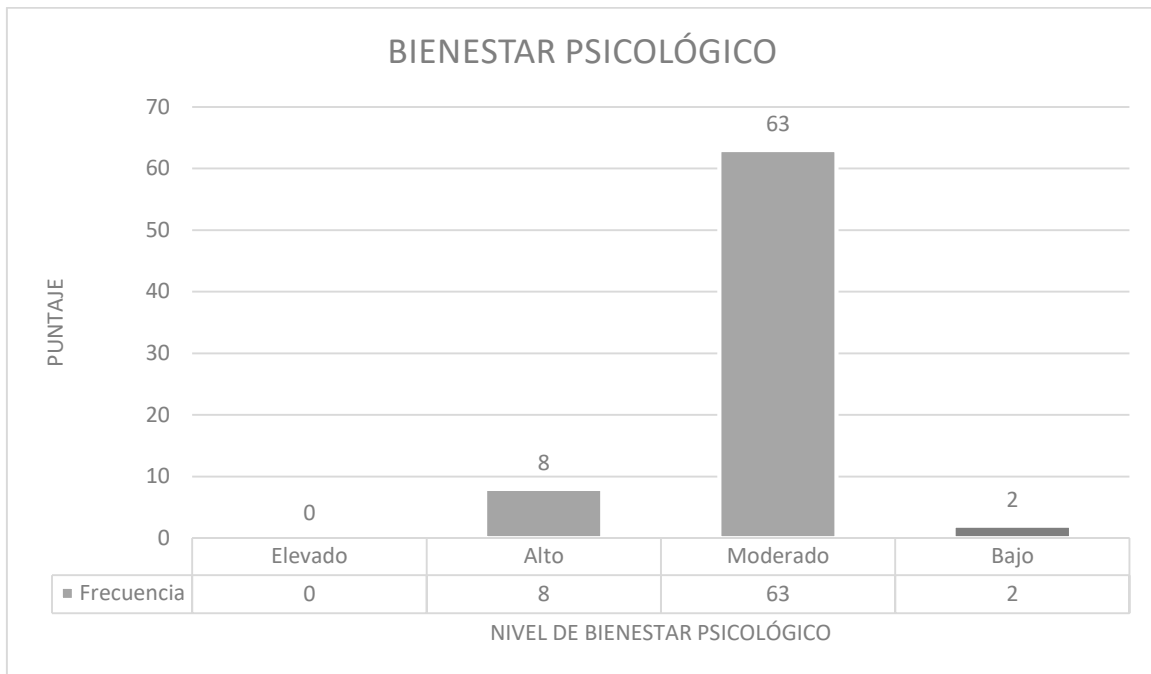
DIMENSION HpV*	Muy inferior (-3.0 a -2.1)	Inferior (-2.0 a -1,1)	Normal Bajo (-1,0 a 0)	Normal Alto (0.1 a 1.0)	Superior (1,1 a 2,0)	Muy superior (2.1 a 3.0)
Empatía						

Femenino	0	6	<u>14</u>	<u>27</u>	12	0
Masculino	0	0	<u>5</u>	<u>7</u>	2	0
Manejo de sentimientos y emociones						
Femenino	0	<u>19</u>	<u>25</u>	5	10	0
Masculino	0	<u>4</u>	<u>4</u>	<u>4</u>	2	0

*HpV: habilidades para la vida.

Fuente: Autores.

Los resultados del nivel de bienestar psicológico en los 73 participantes del estudio se presentan de acuerdo a las dimensiones: propósito en la vida en el que el 36,9% (n=27) tienen un propósito de vida, mientras que el 9,5% (n=7) no tienen claro el propósito de vida; en cuanto a la autonomía el 34,2% (n=25) cuenta con una autonomía, mientras que el 20,5% (n=15) si cuenta con esta habilidad; el 27,3% (n=20) de los participantes refieren un bajo crecimiento personal, al contrario el 20,5% (n=15) tienen la habilidad un poco más desarrollada; el 35,6% (n=26) de los estudiantes de la facultad tienen un buen dominio ambiental, entre tanto el 27,3% (n=20) tienen que fortalecer la habilidad; el 32,8% (n=32) cuenta con relaciones positivas y el 26,02% (n=19) no tienen clara la percepción positiva y negativa frente a las habilidades que tienen; en cuanto a la auto aceptación el 35,8% (n=26) se aceptan tal cual como son y el 24,65% (n=18) se identifica en la prueba que los participantes presentan confusión frente a su propia aceptación. El resultado global de la prueba en la que confluyen todos las dimensiones y el puntaje general se presenta en la gráfica 1.



Gráfica 1. Nivel de bienestar psicológico
Fuente: Los autores

5. DISCUSIÓN

Este estudio tuvo como objetivo determinar la prevalencia del bienestar psicológico y habilidades para la vida en estudiantes universitarios del programa de instrumentación quirúrgica; los resultados muestran que la mayoría de los participantes están en la etapa de juventud, en su mayoría son de estrato socioeconómico 2 y el mayor porcentaje tienen una familia nuclear conformada por papá, mamá, hermanos y otro porcentaje son de padres separados. La prevalencia de nivel de habilidades para la vida muestra que la mayoría de las dimensiones en los participantes no cuentan con una fortaleza estructurada en estas habilidades; así mismo, se refleja en el bienestar psicológico una tendencia moderada que puede tender a fortalecerse o a debilitarse.

De acuerdo a la caracterización de la población de estudio los participantes están en la etapa de la juventud, lo cual permite al individuo actuar de manera competente en distintas situaciones de la vida cotidiana y de su entorno; Morales et al. (17) proponen que las habilidades para la vida contribuyen al desarrollo saludable de los adolescentes y de los jóvenes adoptando conductas positivas y trascendiendo de manera saludable a la vida adulta. Cardozo et al. (18) destacan que el contexto sociocultural en función del sexo hay una asignación de roles para hombres y mujeres donde las expresiones emocionales y psicológicas cambian de acuerdo al aprendizaje cultural y de roles sociales. Atirro (19) manifiesta que el bienestar psicológico está influido por el contexto familiar y especialmente menciona que una familia nuclear que genere un ambiente positivo fortalece la autoestima, la estabilidad emocional y pueden reafirmar la identidad de sus integrantes, logrando relaciones interpersonales positivas, al contrario, en contextos familiares negativos se generan estados de preocupación, confusión, violencia y baja relación vincular con bajo desarrollo de una personalidad sana.

En cuanto a los resultados de las dimensiones del test de habilidades para la vida, en la dimensión de conocimiento de sí mismo se muestra una puntuación normal baja, lo cual demuestra una tendencia poco fortalecida en el reconocimiento y sentido de sí mismo. Hoyos et al. (20) presenta en su estudio realizado en instituciones educativas públicas y privadas, diferencias significativas de esta dimensión frente al sexo, donde las mujeres tienen una tendencia de conocerse más que los hombres en las instituciones públicas; este estudio comparado con los hallazgos muestran la importancia de realizar un análisis por sexo con el fin de determinar las variables que puedan influir en el desarrollo del ser humano desde su propio conocimiento, ya que los aprendizajes culturales pueden influir en el desarrollo de esta dimensión.

En cuanto a los resultados de la dimensión de empatía se muestra que el 50% de la población femenina y masculina obtuvieron un nivel normal alto, sin embargo, el 25% de los hombres y mujeres tienden a tener un nivel de empatía normal bajo y el porcentaje restante un nivel inferior. Autores como Hoffman (21), refiere que las mujeres tienden a ser empáticas y compasivas ya que logran imaginarse en el lugar del otro, tienen una orientación afectiva prosocial, puesto que están más inclinadas a demostrar comprensión y apoyo frente a las situaciones de otras personas, mientras que los hombres se inclinan más por desarrollar acciones externas como la independencia, ambición, asertividad y una alta orientación a las tareas. En relación con los hallazgos obtenidos frente a la literatura hay una relación coherente a pesar de que los resultados obtenidos mostraron en un porcentaje similar el nivel de empatía en hombre y mujeres, ya que se reconocen otros puntajes que tienen a tener diferencias o son bajos, esta relación demuestra la importancia de crear actividades y espacios que permitan fortalecer y desarrollar la empatía considerando que esta habilidad es de importancia en los profesionales de ciencias de la salud en el cuidado de las personas.

Moreno et al. (22) desarrollo un estudio para describir las habilidades para la vida en los aprendices del Sena diferenciados por sexo en la ciudad de Cúcuta – Colombia, en el que mostró las dimensiones de la comunicación asertiva y relaciones interpersonales comprendidas dentro de las habilidades interpersonales. El estudio demostró que en comunicación asertiva y relaciones interpersonales está en promedio en ambos sexos. En contraste con los resultados obtenidos, es importante considerar actividades que promuevan conductas en pro de generar relaciones saludables con los demás individuos.

La dimensión de relaciones interpersonales se evidencia una puntuación normal baja y normal alta. Flores et al. (23) considera a los buenos conversadores como personas con grandes habilidades sociales, de ahí que sea preciso dotar de los recursos necesarios a quienes no poseen esta aptitud, bien sea por timidez, exceso de protagonismo, por utilizar el lenguaje en forma incorrecta, por no interpretar adecuadamente los códigos, por no elegir el momento y lugar idóneos para plantear o pedir las cosas, por falta de temas. En relación con los resultados, y lo propuesto por la literatura es importante fortalecer las relaciones interpersonales a partir del desarrollo de habilidades sociales, que permitan el autoconocimiento, el entender al otro y desenvolverse en un contexto determinado.

En la habilidad de toma de decisiones, Acevedo et al. (24) mencionan que esta habilidad es un proceso con un nivel de complejidad muy alto ya que no es un simple proceso racional, porque requiere de un análisis afectivo, emocional y cognitivo. En relación con el estudio, se debe considerar que, para desarrollar la habilidad de toma de decisiones, se requiere pensamiento crítico para evaluar y detectar un problema o una situación que requiere tomar una decisión, de igual forma se requiere pensamiento creativo para analizar y sintetizar una situación con alternativas de solución.

Según un estudio realizado por Ochoa (25), las fuentes de estrés en adolescentes se relacionan con la toma de decisiones, de igual manera al ser consciente de los

estados de estrés reduce la tensión y se regula emocionalmente. Villareal (25) indica que el buen desarrollo de las habilidades sociales se relaciona con un buen manejo del estrés y resolución de problemas. En relación con los resultados obtenidos en el estudio, se observa que los estudiantes de la facultad de instrumentación quirúrgica al obtener un puntaje normal bajo en esta dimensión reflejan estados emocionales poco regulados, dificultad para tomar decisiones y para resolver problemas, aspectos que pueden generar malas decisiones y problemas en las relaciones interpersonales de ellos.

Por su parte el pensamiento crítico muestra en los resultados una puntuación normal baja en los participantes. Según Hoyos et al. (26), en el estudio de validación que realizaron sobre habilidades para la vida, se evidenció una relación entre personas de estrato alto y el pensamiento crítico lo cual conlleva al joven a la indagación y resolución de problemas.

En los resultados de la dimensión de manejo de emociones, se muestra una puntuación normal bajo en el 45% de las mujeres y en el 28% de los hombres. Pérez et al. (27) muestra en su estudio sobre educación emocional la importancia de la interacción entre la persona y el ambiente, lo que conlleva al desarrollo de habilidades emocionales que permiten aprender a motivarse, a afrontar la frustración, a controlar la ira, a desarrollar sentido del humor y a fomentar la empatía para afrontar la vida. Esta propuesta demuestra la importancia de fortalecer la dimensión de manejo de emociones y sentimientos en los participantes del estudio considerando que la mayoría presenta una baja habilidad lo cual puede repercutir en su capacidad de afrontamiento y en su desarrollo emocional.

Dentro de los resultados de la dimensión de solución de problemas y conflictos se identifica un puntaje en la mayoría de los participantes normal bajo. González et al. (28) menciona que para desarrollar la habilidad de solución de problemas se requiere pensamiento crítico para detectar un problema o una situación que requiere tomar una decisión. Lo anterior en relación con los resultados muestra una

concordancia entre los resultados obtenidos y la literatura revisada, por lo tanto, es importante fortalecer esta dimensión en los jóvenes ya que sus decisiones están mediadas por las consecuencias que estas pueden traer, ya que para ellos pueden repercutir de manera significativa en sus relaciones y en su vida.

En cuanto al resultado de pensamiento creativo la mayoría de participantes tuvo un resultado de puntaje normal bajo. Villacrez (29) refiere que esta dimensión es importante para fortalecer el análisis de las situaciones, así como de crear de forma innovadora a pensar y actuar en la vida, esto permite que la persona piense distinto sobre sí misma, refresque las relaciones e intervenga con nuevas formas en el contexto de su vida.

Los resultados del nivel de bienestar psicológico en los participantes del estudio muestran que, aunque algunos estudiantes tienen el propósito en la vida claro hay un pequeño grupo que no la tiene claro. Paramo et al. (30) refieren que la población estudiantil puede presentar desilusión con vida y malestar al manejar asuntos del día a día. De acuerdo a los resultados obtenidos en el estudio lo propuesto por el autor demuestra la vulnerabilidad de los jóvenes cuando no tienen claro su propósito en la vida convirtiéndose en un factor de riesgo al presentar un bajo bienestar psicológico en esta dimensión.

La autonomía, autoaceptación y el crecimiento personal en algunos participantes es bajo. Scolni et al. (31) manifiesta que la naturaleza social del ser humano hace que su bienestar psicológico y bienestar físico estén interconectados con ellos mismos y con la calidad de relaciones interpersonales, porque, aunque seamos autónomos e independientes se necesitan de las relaciones sociales para gozar de un estado de ánimo sano. La anterior afirmación, puede estar relacionada con el bajo puntaje que obtuvieron algunos estudiantes, lo que deduce que los participantes posiblemente tienen bajas relaciones sociales y familiares que podrían ser exploradas y afectan la autonomía, la autoaceptación y el crecimiento personal.

El dominio ambiental dado por la manera en la que se enfrenta el contexto muestra un porcentaje de estudiantes presentan baja habilidad. Paramo et al. (30) explica que las situaciones agobiantes y con mayores niveles de compromiso, generan agotamiento mental y físico. Lo anterior explica porque los estudiantes pueden presentar baja habilidad en el dominio ambiental o del entorno ya que pueden presentar baja capacidad de afrontamiento y de resolución de problemas, mostrando una relación con las habilidades para la vida que puedan presentar poco desarrollo en este grupo de jóvenes.

En relación con el bienestar psicológico la mayoría de los participantes mostraron un nivel moderado de bienestar. Sandoval et al. (32) indica en su estudio sobre bienestar psicológico en profesionales del área de la salud, que los estudiantes declaran tener claridad respecto a los propósitos de vida, sin embargo, muestran un bajo nivel en las relaciones positivas con el entorno, la autonomía y el crecimiento personal. Carranza et al. (33) realizaron una investigación la relación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico, obteniendo una relación significativa y directamente proporcional, ya que los participantes con un alto nivel de bienestar psicológico muestran niveles altos de autonomía, autoaceptación y dominio del entorno. Al analizar los resultados de las dimensiones de bienestar psicológico es importante considerar que hay una relación entre las dimensiones de habilidades para la vida, y el bienestar psicológico que puede desarrollar el estudiante, de esta manera al ser directamente proporcional son dos habilidades que se deben fortalecer en los estudiantes del área de la salud.

Como recomendación al estudio, se sugiere generalizar los resultados de la población universitaria de la FUCS, ya que la muestra del estudio estuvo conformada exclusivamente por estudiantes del programa de Instrumentación quirúrgica; por lo cual, serán necesarios estudios posteriores que superen esta condición, esto con el fin de reconocer como los estudiantes del área de la salud afrontan situaciones de crisis debido a la exposición diaria que presentan en estas.

Destacamos que esta investigación requirió un proceso de construcción de un protocolo y aprobación del comité de ética, el cual llevo un tiempo y gestión que no permitió un análisis en el que se cruzará las variables sociodemográficas con los resultados de las pruebas.

6. CONCLUSIONES

La prevalencia del bienestar psicológico y habilidades para la vida permitieron obtener una línea de base en el grupo de estudiantes de Instrumentación Quirúrgica, con el fin de explorar otros programas académicos y poder comparar entre las áreas de conocimiento y las características sociodemográficas. Es así como estos resultados apuntan a mejorar en la educación y desarrollo emocional de los estudiantes de pregrado, con el propósito de generar integralidad en ellos permitiendo que puedan asumir los retos en su vida profesional.

Se pueden concluir que los jóvenes universitarios de los programas de ciencias de la salud requieren de desarrollo de habilidades para la vida y bienestar psicológico con el fin de que puedan proyectarlas en la atención y cuidado del paciente. Por lo tanto, el presente estudio permite desarrollar programas institucionales dirigido a los estudiantes de pregrado. Esta construcción se sugiera que se colectiva con los mismos participantes del estudio y otros estudiantes líderes con el fin de generar apropiación social del conocimiento.

7. BIBLIOGRAFÍA

- (1) Pineda C, Castro J, Chaparro R. Estudio psicométrico de las Escalas de Bienestar Psicológicos de Ryff en adultos jóvenes colombianos. Pensamiento psicológico [Internet]. 2017. [Citado 03 de marzo de 2021];16 (1): 1-11. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/pepsi/v16n1/v16n1a04.pdf>
- (2) Posada L, Rosero R, Melo M, Aponte D. Habilidades para la vida: Análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. Revista colombiana de ciencias sociales. [Internet]. 2013. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 4 (2): 1-20. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5123783>
- (3) Gaxiola J, Palomar J. El bienestar psicológico: una mirada en latino América. [Internet]. 1era edición. México. Qatuppi. 2016. [Actualizado noviembre 2016, citado marzo del 2021]. Disponible en: <http://www.economia.unam.mx/profesores/aaparicio/CapituloFelicidadMexico.pdf>
- (4) Martínez V. Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. Itinerario Educativo. [Internet]. 2014. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 4 (1): 1-29. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/308041464_Habilidades_para_la_vida_una_propuesta_de_formacion_humana
- (5) Gonzales M, Palos P. Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación. [Internet]. 2016. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 2 (42): 1-15. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art7.pdf>
- (6) Ramírez F. Aristóteles: la felicidad (eudaimonía) como fin de fines. Revista de UdeA. [Internet]. 2007. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 1 (26): 1-11. Disponible en: https://revistas.udea.edu.co/index.php/estudios_de_filosofia/article/view/14976/13092

- (7) García J. Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. [Internet]. 2013. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 4 (1): 1-12. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-74752013000100004
- (8) Rodríguez Y, Quiñones A. El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. Revista Griot. [Internet]. 2012. [Citado el 3 de marzo de 2021]; 5(1): 1-11. Disponible en: [https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772#:~:text=El%20bien%20psicol%C3%B3gico%20se%20define,et%20al.%2C%202006\).&text=En%20los%20estudiantes%20universitarios%2C%20el,determinante%20para%20el%20%C3%A9xito%20acad%C3%A9mico](https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772#:~:text=El%20bien%20psicol%C3%B3gico%20se%20define,et%20al.%2C%202006).&text=En%20los%20estudiantes%20universitarios%2C%20el,determinante%20para%20el%20%C3%A9xito%20acad%C3%A9mico).
- (9) Santana M, Ramos C, Arellano R, Molina J. Propiedades psicométricas del test de habilidades para la vida en una muestra de jóvenes mexicanos. Revista Unife. [Internet]. 2018. [Citado 03 de marzo de 2021]; 26 (2): 1-8. Disponible en: <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1193/1137>
- (10) Ovalle TG. Bienestar psicológico y habilidades sociales. [Tesis de grado]. [Guatemala]: Universidad Rafael Landívar; 2018. 75 p. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrkd/2018/05/42/Ovalle-Tania.pdf>
- (11) Murcia N. Jóvenes universitarios y universitarias: una condición de visibilidad aparente. Revista Cinde. [Internet]. 2008. [Citado 03 de marzo de 2021]; 6 (2): 1-32. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2767826>
- (12) Chau C, Saravia J. Adaptación Universitaria y Su Relación con la Salud Percibida en Una Muestra de Jóvenes de Perú. Revista Colombiana de Psicología. [Internet]. 2013. [Citado 07 de marzo de 2021]; 23 (2): 1-16. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v23n2/v23n2a03.pdf>
- (13) Díaz M, Sandra M. Desarrollo de habilidades para la vida en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas: un enfoque crítico al

- modelo existente. El Ágora USB. [Internet]. 2017. [Citado 07 de marzo de 2021]; 18 (1): 1-8. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/agor/v18n1/1657-8031-agor-18-01-00204.pdf>
- (14) Díaz L, Rosero R, Melo M, Aponte. Habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. Revista Colombiana de Ciencias Sociales. [Internet]. 2013. [Citado 09 de mayo de 2021]. 4 (2): 181-200. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5123783>
- (15) Véliz A. Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. Psicoperspectivas [Internet]. 2012 [citado 13 mayo 2021];(11(2):143–163. Disponible en: <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/196/238>
- (16) Navascués A, Calvo D, Martín B. Efectos del bienestar subjetivo y psicológico en los resultados terapéuticos de un hospital de día. Revista de acción psicológica. [Internet]. 2016. [Citado 09 de mayo de 2021]. 13 (143 – 155). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344049074013.pdf>
- (17) Rodríguez M, Benítez M, Santos D. Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de zona rural. Revista Electrónica de Investigación Educativa. [Internet]. 2013. [Citado 09 de mayo de 2021]; 15(3), 98-113. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412013000300007
- (18) Cardozo G, Dubini P, Fantina F, Ardiles R. Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. Psicología desde el caribe. [Internet]. 2011. [Citado 09 de mayo de 2021]; 28 (1) 107-132. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21320758006.pdf>

- (19) Atirro D, Clima social familiar y bienestar psicológico en estudiantes del III ciclo de psicología, universidad católica los ángeles de Chimbote lima [Internet]. 2020.[citado 18 de mayo de 2021] Disponible: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/18759>
- (20) Hoyos SM, Peña AM, Salinas FC. Validación del cuestionario de habilidades para la vida en estudiantes de colegios públicos y privados del departamento Antioquia. [Tesis de grado]. [Antioquia, Colombia]: Fundación Universitaria Luis Amigó. 2020. 52 p. Disponible en: http://repository.ucatolicaluisamigo.edu.co:8080/jspui/bitstream/ucatolicaamigo/386/1/Uclam_ME-CD-T155.232%20%20H868%20%202020.pdf
- (21) Guzmán LD. Diferencia en los niveles de empatía entre hombres y mujeres: Una revisión bibliográfica. [Tesis de grado]. [Santander, Colombia]: Universidad Cooperativa de Colombia; 2019. 34p. Disponible en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/15756/1/2019_estudiantes_genero_conducta.pdf
- (22) Moreno I, Pérez K, Salinas J, Carrillo-Sierra S, Bonilla N. Perspectiva de intervención: habilidades para la vida en jóvenes de educación técnica. Repositorio Universidad Simón Bolívar [Internet]. 2019 [citado el 18 mayo 2021];38(5):642-647. Disponible de: https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/5025/Perspectiva_Intervenci%c3%b3n_HV_J%c3%b3venes.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- (23) Flores E, García L, Calsina C, Yapuchura A, editor. Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la universidad nacional del altiplano – puno [Internet]. Vol. 7. Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo; 2016 [citado el 19 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4498/449849320001.pdf>

- (24) Acevedo H, Londoño D, Restrepo A. Habilidades para la vida en jóvenes universitarios: una experiencia investigativa en Antioquia. Revista Katharsis. [Internet]. 2017. [Citado 09 de mayo de 2021]; 24 (1) 157-182. Disponible en: https://redib.org/Record/oai_articulo1425303-habilidades-para-la-vida-en-j%C3%B3venes-universitarios-una-experiencia-investigativa-en-antioquia
- (25) Andrade JA, Gonzales J. Relación entre habilidades para la vida y riesgos vitales en adolescentes escolarizados de la ciudad de Armenia. Psicogente [Internet]. 3 de julio de 2019 [citado 18 de mayo de 2021];22(42):1-23. Disponible en: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3490>
- (26) Hoyos S, Peña A, Salinas F. Validación del cuestionario de habilidades para la vida en estudiantes de colegios públicos y privados del departamento Antioquia [Internet]. 2020.[citado 18 de mayo de 2021] Disponible: <http://179.50.60.21:8080/xmlui/handle/ucatolicaamigo/386>
- (27) Pérez N, Filella G. Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. Praxis & Saber [Internet]. 2019 [citado 18 mayo 2021];10(24):23-44. Disponible en: https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis_saber/article/view/8941
- (28) R Choque LC. Eficacia del Programa de Habilidades para la Vida en Adolescentes de Huancavelica, Perú [Internet]. Revista de salud pública. [citado el 19 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Huancavelica.pdf>
- (29) Villacrez M. Habilidades de pensamiento creativo en maestros en formación. [Internet]. 2016. [Citado 19 de mayo de 2021]; 3 (1) 167–178. Disponible en: https://revistas.uptc.edu.co/index.php/pensamiento_accion/article/download/7400/5803

- (30) Paramo M, León M, Cortes M. Influencia del bienestar psicológico en la vulnerabilidad a conductas adictivas en adolescentes escolarizados de 15 a 18 años. Revista argentina de clínica psicológica xxiv. [Internet]. 2015. [Citado 19 de mayo de 2021]; 4 (2) 167–178. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281946783009>
- (31) Scolni M, Walker G. Un estudio cualitativo sobre la autonomía y los vínculos en relación al bienestar psicológico en adultos mayores y jóvenes. Mercosur. [Internet]. 2012. [Citado 09 de mayo de 2021]; 24 (1) 157-182. Disponible en: <https://www.academica.org/000-072/300.pdf>
- (32) Sandoval S, Dorner París A, Véliz A. Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. Scielo [Internet]. 2017 [citado 18 mayo 2021];(6(24):1–6. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v6n24/2007-5057-iem-6-24-00260.pdf>.
- (33) Carranza R, Hernández R, Quispe J. Bienestar psicológico y rendimiento académico en estudiantes de pregrado de psicología. Rev. Int. Investig. Cienc. Soc. [Internet]. 2017. [Citado 19 de mayo de 2021]; 13 (2) 133-146. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/326304659_BIENESTAR_PSICOLÓGICO_Y_RENDIMIENTO_ACADEMICO_EN_ESTUDIANTES_DE_PREGRADO_DE_PSICOLOGIA